

Vivre! dans un monde imprévisible

Auteur(s) Lenoir, Frédéric (1962-...) (Auteur)

Titre(s) Vivre! dans un monde imprévisible / Frédéric Lenoir.

Editeur(s) Paris : Fayard , 2020.

Résumé "Il a suffi d'un virus lointain pour que le cours du monde et de nos vies soit bouleversé. "Vivre, ce n'est pas attendre que l'orage passe, c'est apprendre à danser sous la pluie", disaient les Anciens. Je suis convaincu que plus rien ne sera comme avant et qu'il nous faut apprendre à développer nos ressources intérieures pour vivre le mieux possible dans un monde imprévisible. Puisse ce livre écrit dans l'urgence du temps apporter lumière et réconfort à tous ceux qui le liront. " F. L. Dans un langage accessible à tous, Frédéric Lenoir nous propose un petit manuel de résilience qui aide à vivre dans des temps difficiles. Il convoque les neurosciences et la psychologie des profondeurs, mais aussi les grands philosophes du passé - du Bouddha à Nietzsche, en passant par Epictète, Montaigne ou Spinoza - qui nous disent comment développer la joie et la sérénité malgré l'adversité. Et si nous pouvions ainsi faire de cette crise une opportunité pour changer notre regard et nos comportements ? Pour devenir davantage nous-mêmes et mieux nous relier aux autres et au monde ?.

Sujet(s) Covid 19 ** Aspect social

Covid 19 ** Philosophie

Réalisation de soi

Indice(s) 070.4

Lien : <https://products-images.di-static.com/image/orb-e29613548168b8ab16404acdac4cc4fd/9782213717609-475x500-1.jpg>

Exemplaires

Support	Livre
Situation	En rayon
Bib. actuelle	VIC-FEZENSAC
Code barre	00462000122053
Genre	Documentaire
Cote	070.4 LEN