



Description : Les 4 accords toltèques, un mode de vie à appliquer pour un quotidien plus sain et plus serein :

- Apprendre à développer une parole impeccable : s'exprimer en harmonie avec soi et avec les autres.
- Ne pas faire de tout une affaire personnelle : prendre du recul et ne pas se laisser déstabiliser.
- Arrêter les suppositions et rechercher la vérité : dompter ses pensées parasites.
- Faire de son mieux, toujours : agir à sa mesure.

Retrouvez :

Le BA-BA des 4 accords.

Un guide 100% pratique, avec de nombreux témoignages et exemples, des tests pour savoir où vous en êtes, vos pistes d'amélioration.

En couple, avec les enfants, au bureau, avec les amis : découvrez comment ils vont révolutionner votre quotidien ! Pour un mieux-être immédiat.

Caractéristiques

Longueur :	11 cm
Largeur :	17.8 cm
Epaisseur :	1.4 cm
Poids :	123 g
Collection :	C'Est Malin Poche
Date de parution :	18/02/2020
Nombre de pages :	192 Pages
Éditeur :	Éditions Leduc
Auteur(s) :	Xavier Cornette de Saint Cyr
Distributeur :	Dilisco
Diffuseur :	Dilisco
Support principal :	Poche
Infos supplémentaires :	Broché
Dewey :	158