

Les mots des uns font le bonheur des autres

Par Julie Niquette, chroniqueuse littéraire
julie_pour_partoutici@hotmail.fr

Notre mission est de contribuer à votre mieux-être et vous inspirer à faire le bien autour de vous, depuis plus d'un an maintenant. Pour vous soutenir dans votre quête du bien-être et vous témoigner tout le bonheur que j'ai à participer à ce merveilleux magazine, voici une chronique bonheur!



3 KIFS PAR JOUR, par Florence Servan-Schreiber (Éditions Marabout)

La recherche du bonheur est une quête universelle. Afin de nous aider à voir la vie autrement, l'auteure nous propose plusieurs éléments clés issus de la psychologie positive. On parle notamment du pouvoir de la gratitude, de l'importance de se reconnaître, de choisir sa façon de voir les événements, de noter trois instants bonheur par jour, de découvrir sa vocation et ses talents et bien d'autres astuces et réflexions recommandées pour cultiver le bonheur. Un contenu accessible et plus qu'intéressant.



MANUEL DU MAÎTRE, par Dominique Allaire (Éditions Le Dauphin Blanc)

Dominique Allaire est coach de vie et auteure. Elle tient aussi un blogue que vous pourrez apprécier en vous rendant au www.byebog.com. Dans ce livre, elle nous partage des principes de vie desquels émanent sagesse, vérité et sensibilité. Sans jugement, elle nous amène à découvrir les lois universelles de la vie.



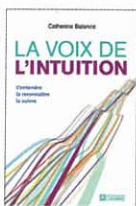
HEUREUX SANS RAISON, de Marci Shimoff (Éditions Un monde différent)

Si vous souhaitez être plus heureux dès maintenant, ce livre pourrait bien répondre à votre demande. Apprendre à être heureux, et ce, peu importe les circonstances extérieures, voilà un beau programme!



HAPPINESS, LA PETITE BOÎTE DU BONHEUR, Collectif (Éditions de l'homme)

Le livre *Happiness*, le grand livre du bonheur a connu beaucoup de succès à sa sortie et même après. Le sujet en passionne plus d'un! Si vous n'avez pas beaucoup de temps à consacrer à la lecture, mais que vous désirez tout de même profiter de la sagesse de cette œuvre, *Happiness*, la petite boîte du bonheur est disponible. On traite de psychologie positive concrètement et simplement en 52 cartes. Vous aurez ainsi le bonheur à portée de main...



LA VOIX DE L'INTUITION, par Catherine Balance (Les Éditions de l'homme)

« L'intuition est une question de disposition intérieure. Elle ne s'apprend pas, elle se redécouvre et s'entretient, » nous dit l'auteure. Et si cela était une clé à saisir pour atteindre le bonheur au quotidien? Rempli de trucs, de conseils et d'exercices, ce livre vous aidera à mieux distinguer votre intuition et à faire des choix correspondant davantage à vos valeurs et à votre essence.



CRÉEZ LA VIE QUI VOUS RESSEMBLE, par Anne-Marie Jobin (Les Éditions Le jour)

Êtes-vous de ceux qui, comme moi, adorent les livres de cette auteure? Ses livres, dont *Le nouveau journal créatif* et *Exercices créatifs zen*, sont si intéressants et efficaces! Celui-ci vous aide à identifier les obstacles qui freinent votre élan créatif. Si vous avez envie de permettre à votre énergie créatrice de se déployer dans toutes les sphères de votre vie, lisez ce livre et mettez les exercices proposés en pratique! Attention! Les résultats pourraient vous éblouir!



LA VIE EST COOL, par Neil Pasricha (Les Éditions Transcontinental)

Nous vivons tous et toutes, à un moment ou un autre de notre vie, des périodes plus sombres et difficiles. Malgré tout, si on ouvre les yeux, on apercevra rapidement à quel point la vie nous réserve de belles surprises. Notre quotidien est rempli de petits cadeaux : une caisse additionnelle s'ouvre à l'épicerie, vous avez suffisamment de pâte à dents alors que le tube semblait vide, vous avez fait le plein d'essence juste avant que le prix augmente, etc. Ce livre a pour mission de nous rappeler tous ces petits bonheurs. L'auteur a également un blogue dans le même genre à découvrir : www.1000awesomethings.com.

Félicitations!

Très certainement l'un des meilleurs auteurs de polars, Martin Michaud a remporté le prix Saint-Pacôme du roman policier 2013 pour *Je me souviens*.

C'est la deuxième fois que cet auteur de Montréal remporte ce prix, reçu précédemment pour *La chorale du diable*. On s'arrache déjà son tout dernier, *Sous la surface*, qui est à peine sorti de l'imprimeur.

