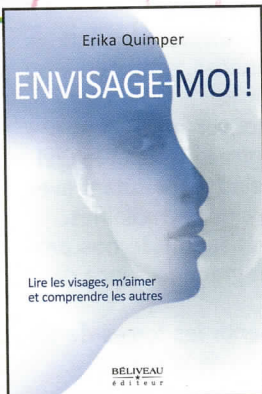


Un livre au DESSERT?



ENVISAGE-MOI!
Erika Quimper, Bêliveau éditeur

Comment choisir le meilleur associé en affaires? Quel tempérament correspond le plus à votre idéal amoureux? Erika Quimper vous propose une démarche d'exploration des différents tempéraments humains par l'analyse morphologique du visage. Ce livre vous éclaire sur la corrélation entre les traits du visage et les comportements qui s'y rattachent. Il est aussi le point de départ d'une communication mieux adaptée, de contacts revalorisés et d'une approche qui deviendra un facteur clé de votre réussite relationnelle.

118 pages. ISBN 978-2-89092-647-9.

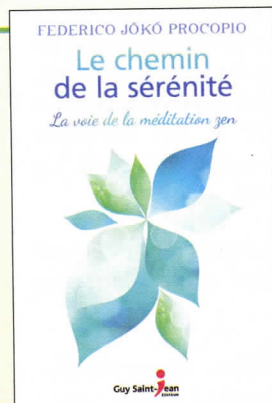


LA VIE COMME JE L'AIME
La cinquième saison
Marcia Pilote, Éditions de Mortagne

Dans le tourbillon de notre vie familiale, amoureuse, professionnelle et sociale, on a souvent de la difficulté à prendre du temps pour soi, à vivre la vie comme on l'aime à chaque jour. Pourquoi ne pas commencer avec ces chroniques? À travers ces pages, ces tranches de vie que j'avais envie de partager avec vous, j'espère vous faire rire, pleurer et réfléchir. Pour le plaisir de prendre du temps ensemble, en tête-à-tête, parce que la

vie passe si vite! Merci d'être là.

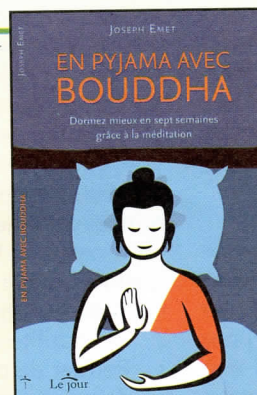
256 pages. ISBN 978-289662-263-4.



LE CHEMIN DE LA SÉRÉNITÉ
La voie de la méditation zen
Federico Jôkô Procopio,
Guy St-Jean Éditeur

Le chemin de la sérénité est une introduction à la méditation zen dans laquelle l'auteur nous apprend à nous défaire des illusions qui empêchent l'épanouissement personnel. À travers un récit à la première personne, le lecteur est amené à se poser des questions existentielles sur sa nature profonde, la façon de goûter pleinement l'existence, la méditation, la vie et la mort, etc.

176 pages. ISBN 978-289455-800-3.

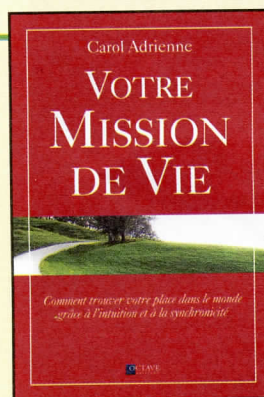


EN PYJAMA AVEC BOUDDHA
Dormez mieux en sept semaines
grâce à la méditation
Joseph Emet, Le jour

Vous sentez-vous submergé par un flot de pensées envahissantes à l'heure du coucher? Avez-vous l'impression d'être constamment fatigué ou de ne jamais faire l'expérience du vrai repos? Quand ils surviennent de façon récurrente, les problèmes de sommeil peuvent constituer une réelle entrave à votre bien-être. Dans ce livre, vous découvrirez les

bienfaits de la méditation, un outil concret pour remédier à l'insomnie.

176 pages. ISBN : 9782890448636

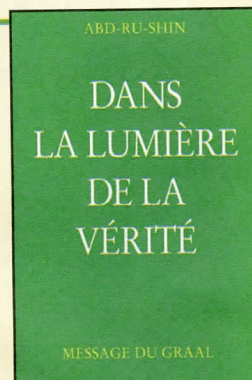


VOTRE MISSION DE VIE
Carol Adrienne, Éditions Octave

Ce livre regorge d'anecdotes révélatrices et de portraits de gens fascinants qui racontent comment ils ont eux-mêmes trouvé leur voie. L'auteure propose aussi des exercices, questionnaires et autres « outils » vous permettant de mieux comprendre et mieux cibler vos aspirations profondes. En apprenant à reconnaître et à faire confiance à la voix de votre intuition, de nouvelles avenues s'ouvriront devant vous. Vous découvrirez la sérénité que seules connaissent

les personnes qui vivent leur vie pleinement.

432 pages. ISBN 978-2-923717-96-8.



DANS LA LUMIÈRE DE LA VÉRITÉ
Message du Graal
ABD-RU-SHIN, Publications du Graal

Le Message du Graal s'adresse en toute simplicité à l'être humain pour lui permettre de comprendre le sens de l'existence et de sa présence sur Terre: quelle est l'origine de l'homme, a-t-il une mission, que sont l'âme, l'esprit, le libre-arbitre et le destin, quelles sont les lois de la Création, comment fonctionnent-elles? Le lecteur peut ainsi avancer en toute liberté et connaissance sur son propre chemin, passant de la croyance à la conviction,

grâce à son expérience personnelle.

1,238 pages. ISBN : 9782900811986.