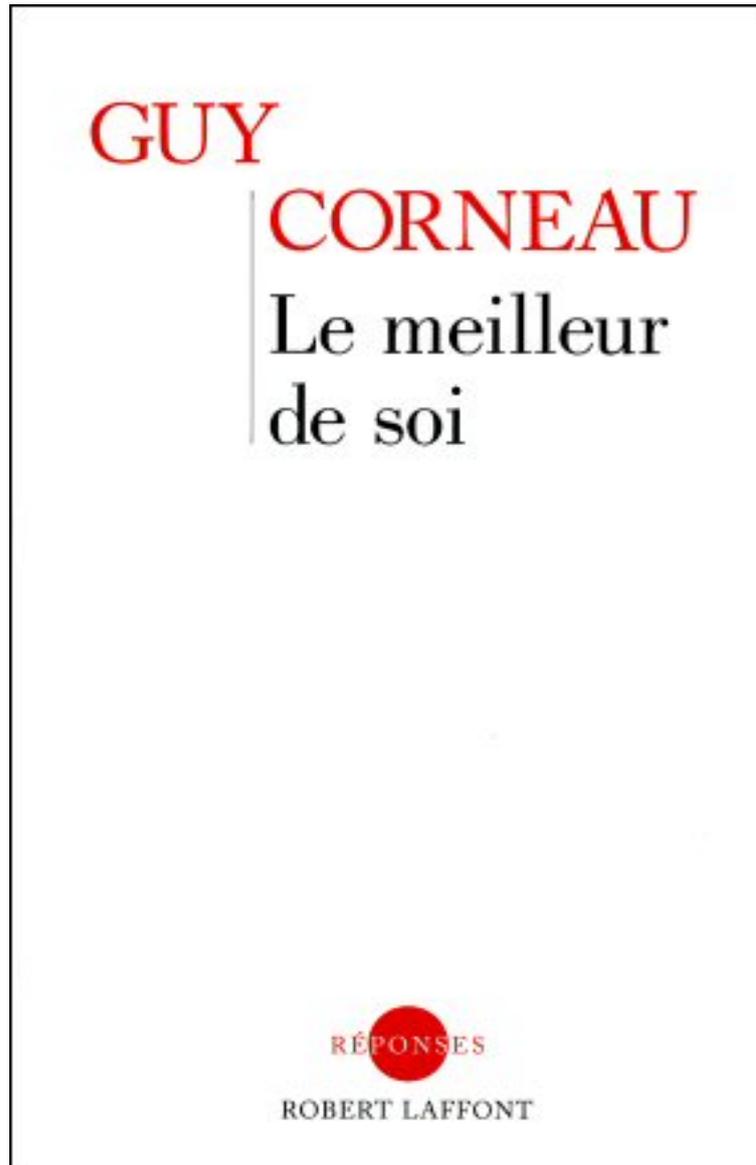


# Le meilleur de soi

Trop souvent, notre image de nous-même est enfouie dans un fatras de jugements négatifs et de doutes. Et pourtant, le meilleur reste à venir...

Dans son nouveau livre, Guy Corneau nous invite à redécouvrir nos aspirations profondes. C'est comme une grille que l'on ouvre sur le plus beau des jardins: celui qui vit caché à l'intérieur de nous et ne demande pour s'épanouir que la lumière de notre attention.

Lequel d'entre nous n'a pas eu de ces bagarres qui semblent se répéter sans cesse dans la vie amoureuse, professionnelle ou amicale ? De ces discussions qui paraissent n'avoir aucun sens et ne débouchent sur rien ? Guy Corneau nous apprend à les saisir comme autant d'occasions qui nous sont offertes de nous comprendre. Mieux, il nous propose un véritable itinéraire vers l'épanouissement personnel.



Notre vie dans son apparente banalité nous offre en réalité de nombreuses situations qui nous permettent d'accéder à ce "meilleur de soi" où nous exprimons enfin (et joyeusement) les possibilités qui somnolaient en nous. Nous ne sommes pas tous des Picasso et des Mozart; mais chacun d'entre nous peut faire une place à sa pulsion de création, sous la forme qui lui convient. Loin des angoisses de la frustration et de l'obsession de la performance, cet élan est la clé de la liberté.

Éditions Robert Laffont - 313 pages - Collection Réponses