



Éditions
de La Martinière

BIENVENUE PARMI LES HUMAINS

Petit traité de bienveillance envers soi-même

Serge Marquis

Dr SERGE MARQUIS

Bienvenue parmi les humains

Petit traité de bienveillance
envers soi-même



Éditions
de La Martinière

Un trousseau de clés pour cultiver la bienveillance !

Avec des fables inédites, pleines de poésie, **Serge Marquis dépeint la nature humaine et donne sa vision du bonheur.** Poursuivant sa quête inlassable, il apporte **un nouvel éclairage sur l'ego** avec le ton décalé et la tendresse qui le caractérisent.

La Ruche, La Truite et le Clochard, Onésime et Laska, La Chouette et l'Éponge, L'Huître et le Vieillard, La Luciole et L'Éphémère... **Ces perles de sagesse, ponctuées par des clés,** sont autant d'invitations à observer les péripéties de l'ego : narcissisme, perfectionnisme, orgueil, exigence, anxiété, déprime, culpabilité, besoin d'être aimé...

Des outils précieux pour mieux nous accepter, apprivoiser notre ego et, surtout, **donner du sens à nos vies.**

Un enseignement riche et original à la portée de tous.

ART DE VIE

150 x 200 mm - 192 pages

20 septembre 2018 - 9782732486109

13.9 €

Spécialiste en santé communautaire et consultant dans le domaine de la santé mentale au travail, **Serge Marquis**, auteur à succès québécois, donne plus de 150 conférences par an. En 1995, il a mis sur pied sa propre entreprise de consultation, T.O.R.T.U.E (Organisation pour Réduire les Tensions et l'Usure dans les Entreprises). Son expertise l'amène à intervenir régulièrement dans les médias. Il a publié aux éditions de La Martinière *On est foutu, on pense trop* (2015), *Les Aventures illustrées de Pensouillard le hamster* (2017) et un roman, *Le jour où je me suis aimé pour de vrai* (2017).

Du même auteur



www.facebook.com/editionsdelamartiniere
www.twitter.com/editionsdelamartiniere
contact@lamartiniere.fr