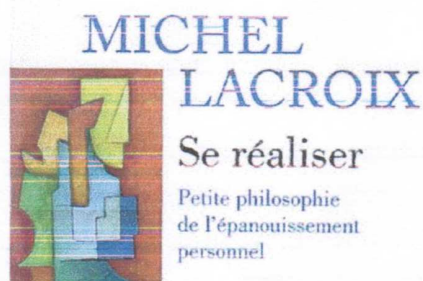


## Se réaliser - petite philosophie de l'épanouissement personnel



**Michel Lacroix. Ed Robert Laffont**

Quand on pense développement personnel, on pense souvent aux inspirations apportées par le bouddhisme, le yoga ou le taoïsme. Mais on oublie toutes les réflexions et les expériences proposées par la philosophie et la littérature occidentales. Goethe, Stendhal, Hegel, Kierkegaard, Sartre, Emmanuel Mounier n'ont cessé de s'interroger sur le développement de l'individu et les moyens de s'épanouir.

Conçu comme un guide philosophique, ce nouveau livre de Michel Lacroix permet à tous de se saisir de ces

richesses culturelles pour avancer sur le chemin de la réalisation de soi, un chemin qui peut bifurquer vers l'action aussi bien que la contemplation, et qui, parfois, peut conduire dans certaines impasses comme l'hyperactivité ou le fantasme de grandeur...

Pas de techniques simplistes ici, mais un éclairage novateur sur le potentiel humain, la confiance en soi ou la pensée positive tels que les ont imaginés nos plus grands penseurs.