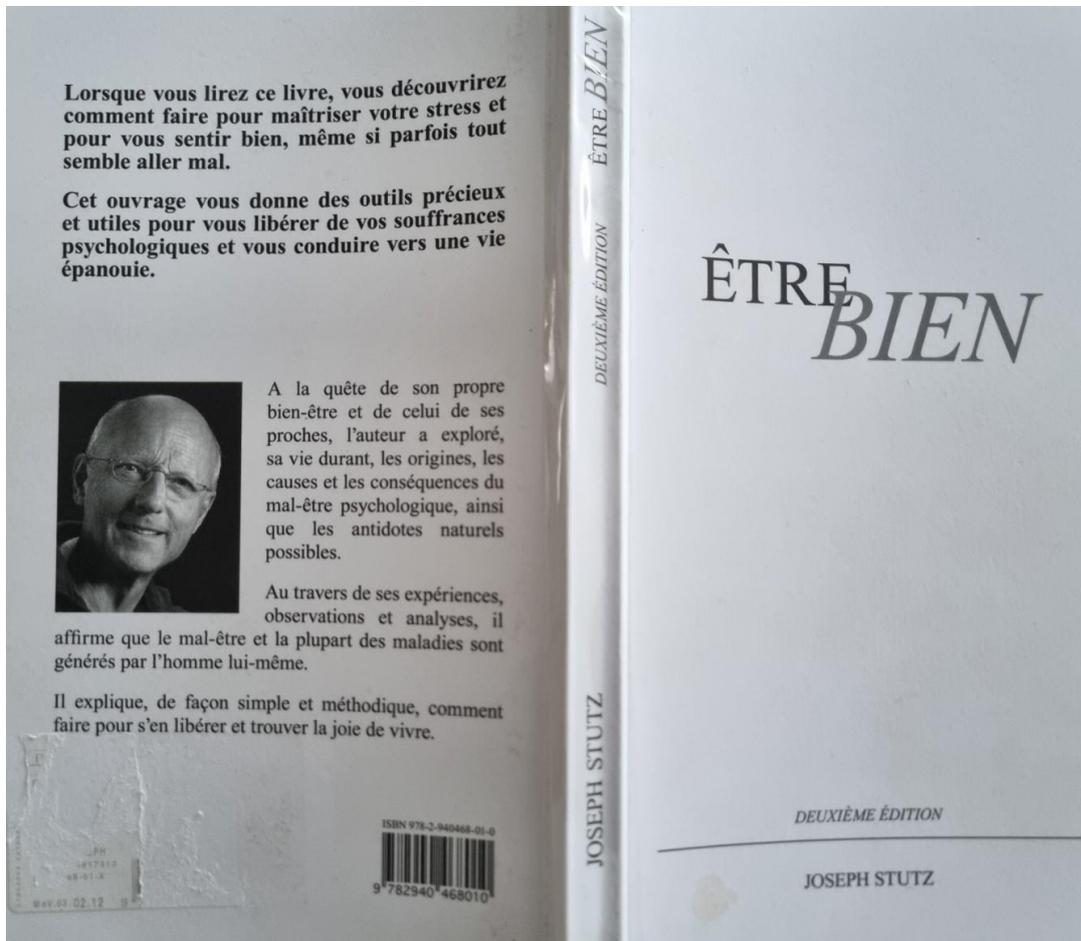
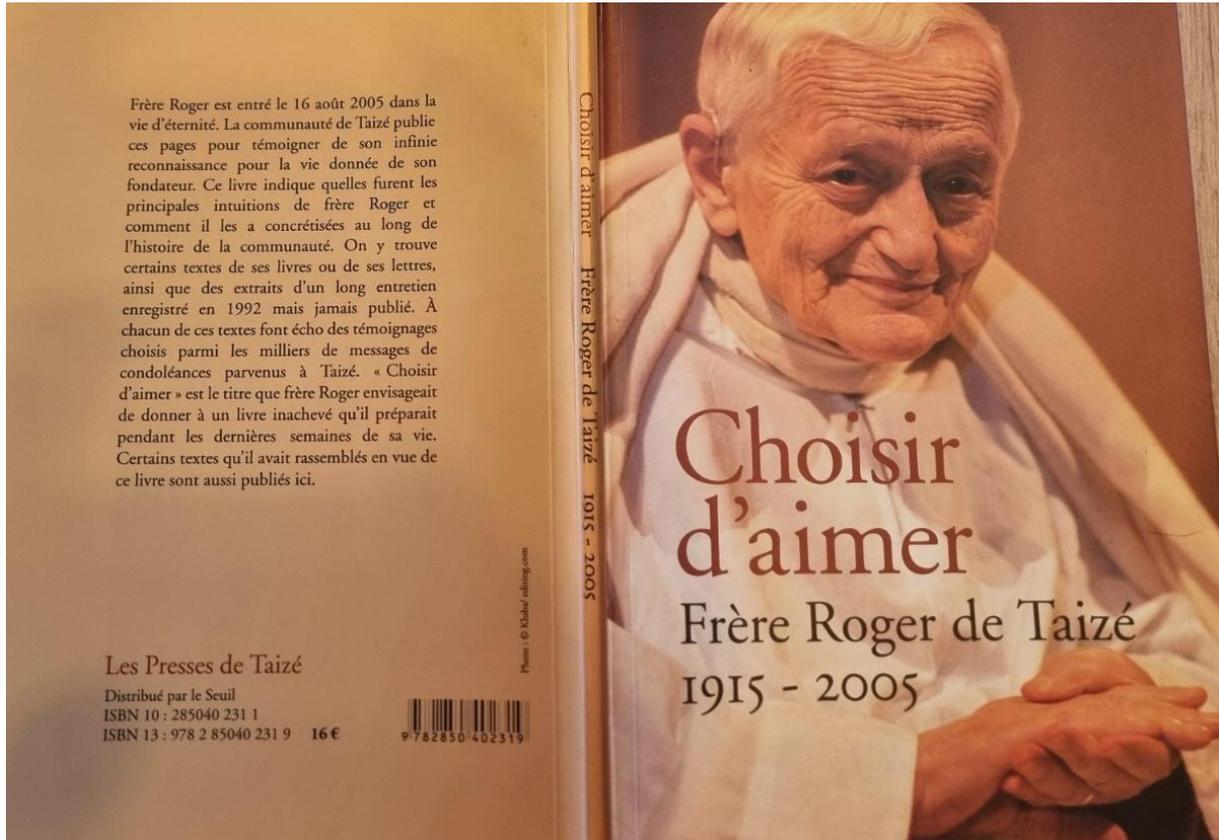
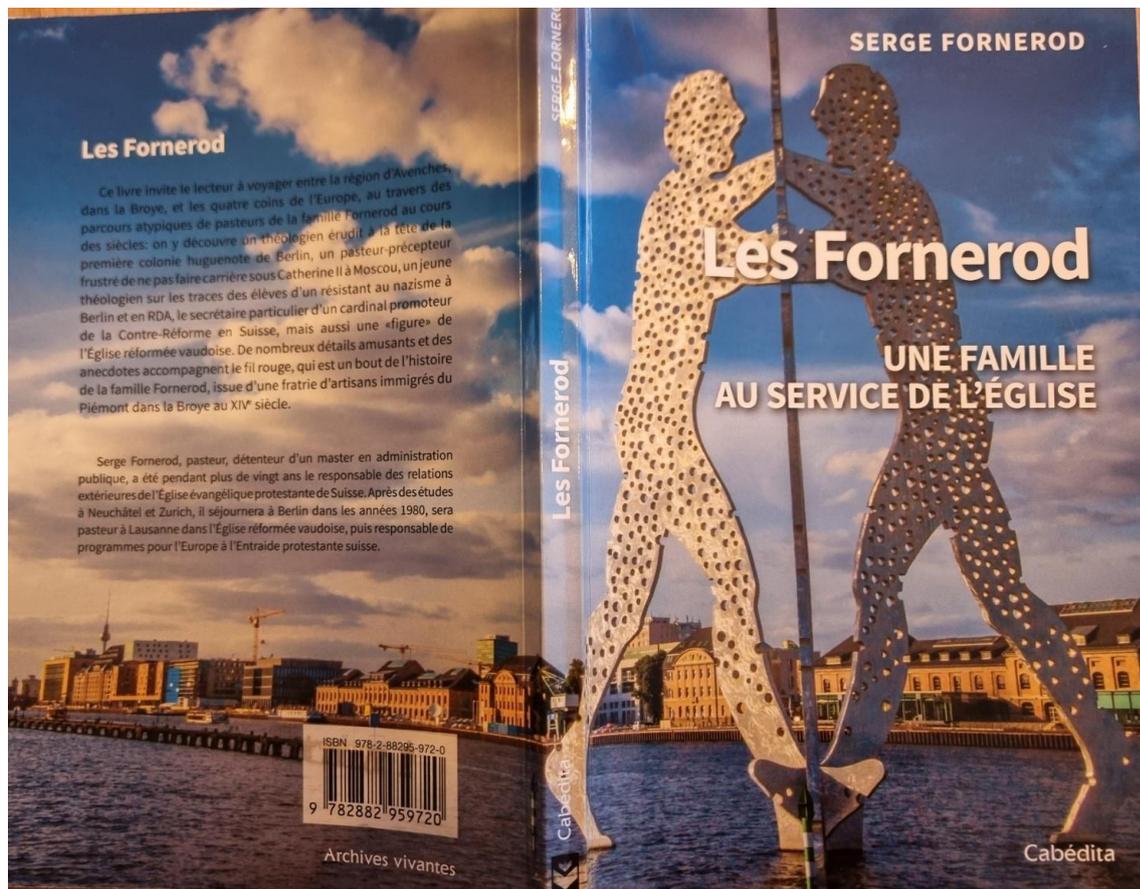
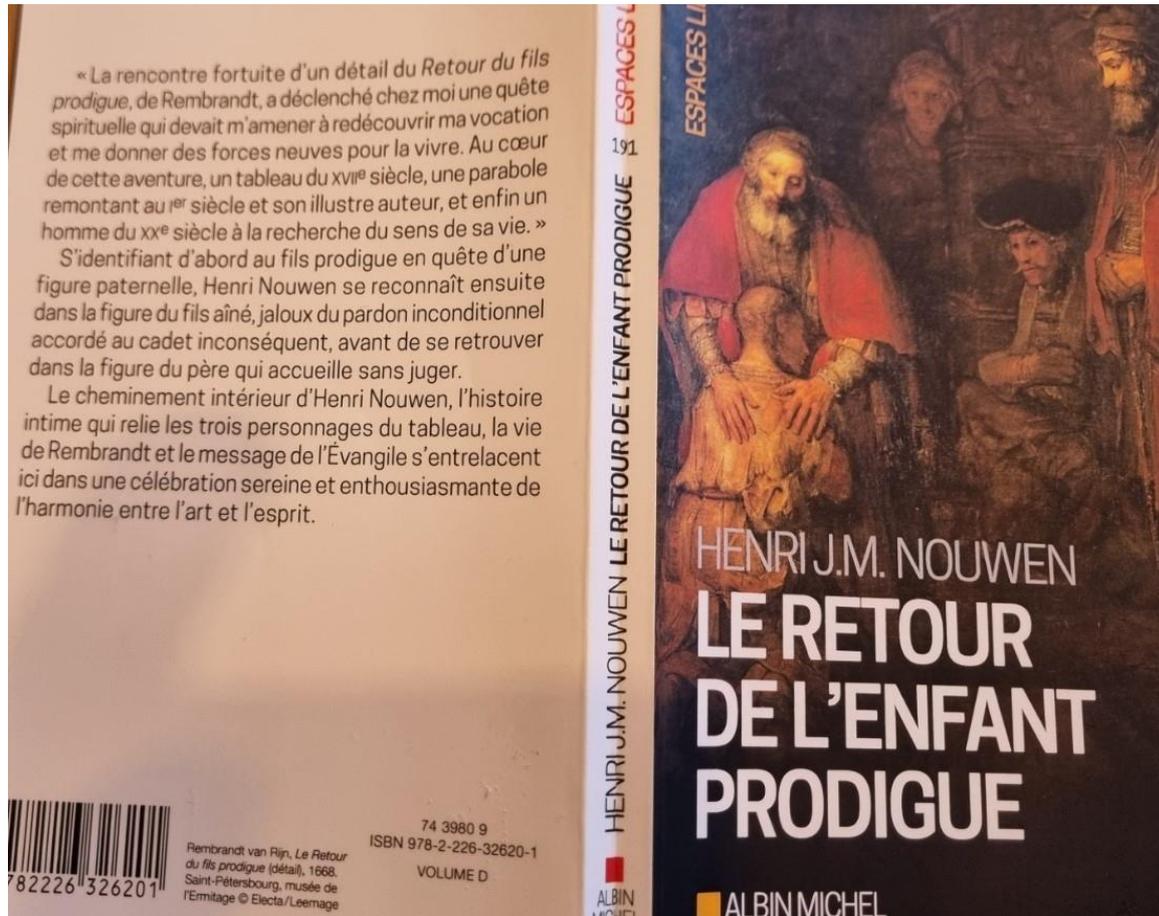


# Livres à disposition



## Magnifique analyse du tableau de Rembrandt



## Témoignage de FATIMA Portugal



## LES BRONNIE WARE 5 REGRETS DES PERSONNES EN FIN DE VIE



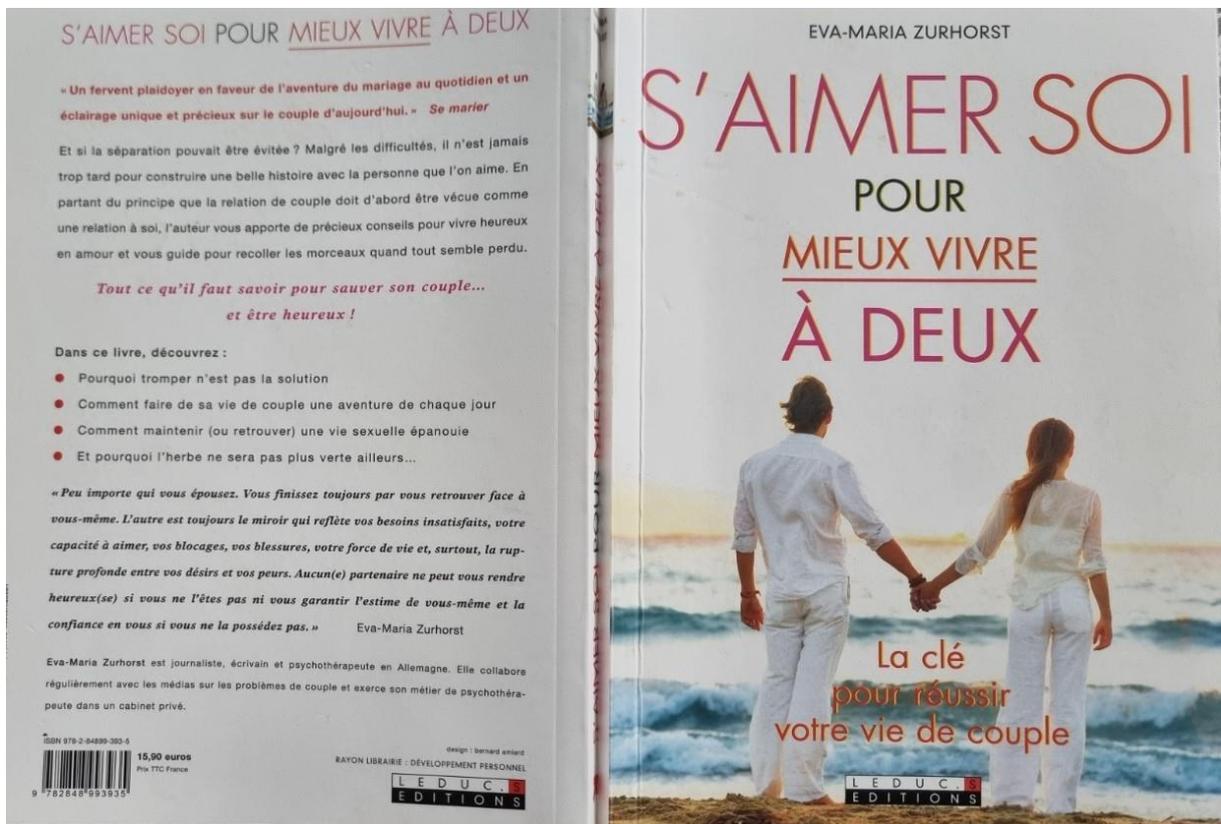
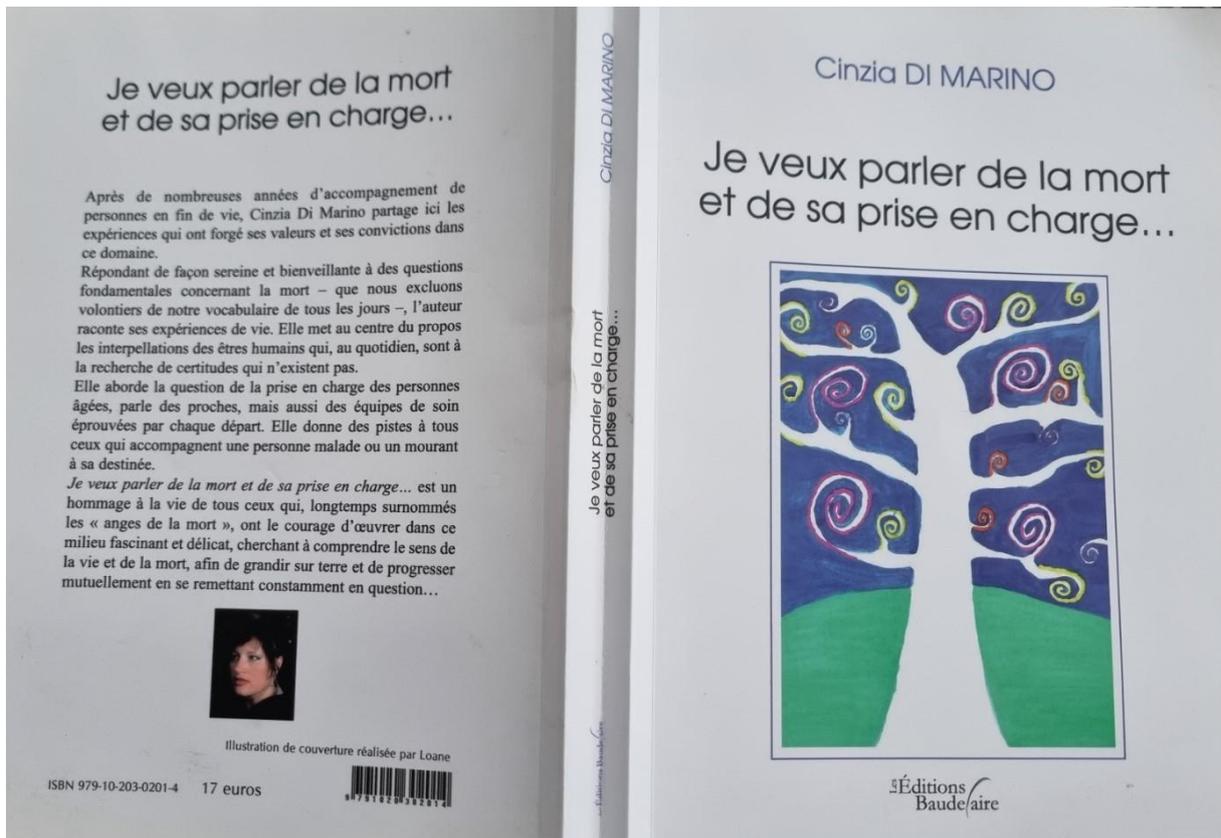
GuyTrédaniel  
éditeur



### Sommaire

- J'aurais aimé avoir le courage de vivre une vie fidèle à moi-même, pas la vie que les autres attendaient de moi
- J'aurais aimé ne pas avoir travaillé si dur
- J'aurais aimé avoir le courage d'exprimer mes sentiments
- J'aurais aimé rester en contact avec mes amis
- J'aurais aimé m'être permis d'être plus heureux

C'est un livre très vivant



ELSA GODART

# Ce qui dépend de moi

Petites leçons de sagesse

Parce que le bien-être devient une exigence sociale au même titre que la réussite professionnelle ou familiale ; parce que notre époque nous a éloignés de nous-mêmes jusqu'à nous rendre étrangers aux autres ; parce que, enfin et surtout, la recherche du bonheur est la finalité de toute existence, il est temps de réagir et de remettre de l'ordre dans nos vies privées d'essentiel.

Pour Elsa Godart, philosophe et psychanalyste, cela passe par une rencontre avec soi, grâce au stoïcisme. Cette sagesse résume tout ce que l'existence a de joyeux, de merveilleux, mais aussi de tragique, ou même de pathologique. Alternative concrète au malaise contemporain, cette philosophie permet d'agir sur nos vies et de trouver la sérénité et la paix intérieure.

À travers des cas concrets, ce livre pose les bases d'une meilleure connaissance de soi, indispensable pour trouver l'équilibre, et reprendre le contrôle sur sa vie. Car nous pouvons tous faire le choix d'être heureux.

*Elsa Godart enseigne la psychanalyse et la philosophie à l'université de Paris-Est et de Paris III-Sorbonne.*



9 782226 220844

© Bernard Ciccolini.  
Conception graphique : Anne Peltenseer.



Ce qui dépend de moi

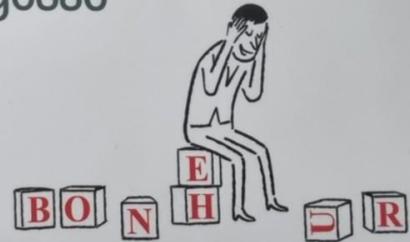
ELSA GODART

ALBIN MICHEL

ELSA GODART

# Ce qui dépend de moi

Petites leçons  
de sagesse



ALBIN MICHEL