



**Titre(s)** : L'Alignement Tête, Cœur, Corps - Stéphane Kaminsky.

**Editeur(s)** : Toutapprendre - Weelearn.

**Contient** : L'Alignement Tête, Cœur, Corps - Stéphane Kaminsky. 6247.

**Résumé** :



Autoformation

Vous pouvez seulement atteindre vos objectifs si vous les définissez et si vous vous y préparez. Partez de votre richesse intérieure et révélez-vous ! En identifiant vos ressources naturelles et en les valorisant, en repérant vos désirs les plus profonds, vous faites le premier pas vers votre satisfaction. Vous réussissez en alignant vos pensées, vos émotions, vos actions et votre posture dans la même direction.

Trois composantes sont essentielles à votre alignement. Une alimentation adaptée et un entraînement minimum de votre corps assurent votre préparation physique. En retrouvant votre intelligence émotionnelle, vous vous protégez de pollutions qui vampirisent votre énergie. Vous créez un environnement émotionnel propice à votre bien-être. Par un travail de visualisation mentale, vous savourez déjà le résultat recherché et mettez tout en œuvre pour le réaliser.

Coach auprès de dirigeants et décideurs, Stéphane Kaminsky vous révèle les clés d'une bonne préparation physique, émotionnelle et intellectuelle pour réussir. Grâce à sa méthode originale, il vous guide vers votre alignement Tête, Cœur, Corps. Il vous invite à retrouver votre fluidité, votre mouvement et votre intelligence émotionnelle. Il vous oriente vers votre capacité à ressentir, à choisir vos croyances et à évoluer dans un corps sans douleur.

Sans attendre, définissez des objectifs atteignables et mesurables, planifiez la première étape de votre passage à l'acte ! Soyez authentique, clair sur vos désirs et savourez chaque jour du reste de votre vie !.

**Sujet(s)** : Santé

Exemplaires

Bibliothèque	Espace	Emplacement	Support	Cote	Utilisation	Situation	Date de retour	Consultation
ToutApprendre		En ligne	Autoformation		Prêt normal	En rayon		