

La magie du j'en ai rien à ftre !**

Type de contenu : Texte

Type de médiation : sans médiation

Titre(s) : La magie du j'en ai rien à f**tre ! [Texte imprimé] : adoptez la méthode Mêmepasdésolé / Sarah Knight ; traduit de l'anglais (États-Unis) par Luce Michel

Est une traduction de : The life-changing magic of not giving a fuck

Auteur(s) : Knight, Sarah (1978-....)

Autre(s) responsabilité(s) : Michel, Luce (1972-....) (Traducteur)

Publication : Vanves : Marabout, DL 2019

Fabrication / Impression : Vanves

Description matérielle : 1 vol. (223 p.) ; 18 cm

Collection : Poche Marabout
Ta vie, en mieux !

ISBN : 978-2-501-14114-7

EAN : 9782501141147

Appartient à la collection : Poche Marabout 2265-0849 2019
Ta vie... en mieux ! 2554-9189 2019

Autre variante du titre : [La magie du j'en ai rien à foutre !.]
[La magie du j'en ai rien à foutre !. adoptez la méthode Même pas désolé.]

Autres classifications : 150

Classification décimale Dewey : 158.1 23

Résumé ou extrait : Vous êtes stressé, surbooké, fatigué de la vie ? Vous en avez votre claque de toujours faire passer les autres avant vous ? Il est temps d'apprendre à vous en f**tre ! Parodiant avec un humour décapant le best-seller interplanétaire de Marie Kondo « La magie du rangement », Sarah Knight nous apprend comment se « ?désencombrer ? » des obligations et du sentiment de culpabilité qui les accompagne, pour mieux se consacrer aux gens et aux choses qui nous rendent heureux. Adoptez sa simplissime méthode MêmePasDésolé en deux étapes, et expérimentez la puissance du « ?j'en ai rien à

foutre?!?»... des drames familiaux, de l'opinion des collègues, des gosses des autres, d'être canon en bikini, de l'Islande et de bien d'autres foutaises... Vous retrouverez votre liberté pour dépenser votre énergie, votre temps et votre argent pour ce (et ceux) qui vous tient vraiment à coeur. Alors plus un moment à perdre ! Votre nouvelle vie commence aujourd'hui ! Sarah Knight vit à Brooklyn, New York. Elle n'a vraiment rien à foutre des Yankees.

Sujet - Nom commun : Réalisation de soi

Image de présentation : <https://bibliotheques-numeriques.defense.gouv.fr/koha/ecrans/9782501141147-475x500-1.jpg>

Text alternatif image de présentation : 9782501141147-475x500-1.jpg