



Le traité du plaisir

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Le traité du plaisir

Gérard Leleu

Le traité du plaisir Gérard Leleu

poche.

 [Télécharger Le traité du plaisir ...pdf](#)

 [Lire en ligne Le traité du plaisir ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne **Le traité du plaisir** Gérard Leleu

310 pages

Amazon.fr

Le plaisir est bon pour la santé. Comme les rêves, il est nécessaire à la vie. Plaisir de se promener en forêt, de déguster du chocolat, de contempler un coucher de soleil, de faire l'amour... Tous s'opposent à l'anxiété, mère de tous les maux. Le docteur Leleu, grand pourfendeur des frustrations et partenaire officiel du droit à la caresse (lire *Le Traité des caresses*), nous apprend comment jouir de la vie sans encombres. Fondé sur une solide argumentation médicale, *Le Traité du plaisir* est un mode d'emploi en 16 points pour retrouver le goût du bien-être que nous avons souvent perdu dans notre vie stressée. Commencer par prendre conscience des ennemis du plaisir qui nous entravent en permanence : l'Église qui tente depuis 6 000 ans de nous faire renier nos corps, la dictature des médecins, qui ne veulent ni qu'on fume, ni qu'on mange, le bruit, tout ce qui engendre des frustrations (travail stressant, relations difficiles, etc.). Puis, améliorer son aptitude à la jouissance : développer sa sensualité, ne pas "bloquer" sur son cholestérol ou son tabagisme, masser et se faire masser, apprendre à sentir, à voir, à entendre, jouer avec le son "mmm", qui "masse le cerveau". À l'aide de quelques tests, "êtes-vous anxieux ?", "êtes-vous sensuel ?", "quelle est votre dépendance au tabac ?", vous pourrez vous situer sur l'échelle de l'accès au bonheur. Non aux tranquillisants, oui au plaisir !
--Anne Dufour Présentation de l'éditeur

Le plaisir est bon pour la santé, sur le plan psychologique et biologique. Il est nécessaire à la vie, mais l'homme moderne est vulnérable, soumis au stress, et sensible à l'anxiété dès lors qu'il est privé de toute satisfaction. Cultiver le désir, affiner ses émotions, réapprendre les plaisirs simples, c'est ce que nous propose le docteur Leleu : une véritable dynamique du bien-être. Fondé sur une solide argumentation médicale, ce livre nous invite à redécouvrir notre sensualité pour mieux retrouver le goût du bonheur. Quatrième de couverture

Le plaisir est bon pour la santé, sur le plan psychologique et biologique. Tout comme les rêves, il est nécessaire à la vie. L'homme moderne est vulnérable, soumis au stress, sensible à l'anxiété et à son cortège de maux dès lors qu'il est privé de toute satisfaction. Des plaisirs... Il en est de toutes natures, depuis le simple bonheur de se promener en forêt jusqu'à l'épanouissement de tous nos sens. Cultiver le désir, affiner ses émotions, être en harmonie avec soi-même, c'est ce que nous propose le docteur Leleu : une véritable dynamique du bien-être. Fondé sur une solide argumentation médicale, ce livre nous invite à redécouvrir notre sensualité pour mieux retrouver le goût du bonheur.

Download and Read Online **Le traité du plaisir** Gérard Leleu #PW6VKS9CHTM

Lire Le traité du plaisir par Gérard Leleu pour ebook en ligneLe traité du plaisir par Gérard Leleu
Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres,
livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne,
bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les
livres Le traité du plaisir par Gérard Leleu à lire en ligne.Online Le traité du plaisir par Gérard Leleu ebook
Téléchargement PDFLe traité du plaisir par Gérard Leleu DocLe traité du plaisir par Gérard Leleu
MobipocketLe traité du plaisir par Gérard Leleu EPub

PW6VKS9CHTMPW6VKS9CHTMPW6VKS9CHTM