



## JE DEVIENS L'ARTISTE DE MA VIE

Isabelle Layer

Préface de Laurent Gounelle

200 pages – 16.90 €  
editions-eyrolles.com

### Réalisez vos rêves !



### RÉSUMÉ

**Croire en ses rêves rend la vie plus belle et permet de déplacer des montagnes.** Mais pour cela, encore faut-il avoir trouvé ses rêves !

Découvrez dans ce livre **une méthode simple, ludique et efficace** pour identifier vos aspirations les plus profondes et développer les **12 clés qui ouvrent le champ des possibles.**

À chaque étape, entre **apports théoriques et applications concrètes**, vous prendrez conscience de vos croyances limitantes, adopterez de **nouveaux comportements bénéfiques** et développerez les ressources et attitudes des gens qui réalisent leurs rêves, comme en témoignent, au fil des pages, des personnalités qui sont passées par là, telles qu'Éric-Emmanuel Schmitt, Pascal Légitimus, Marianne James, Jarry, Philippe Geluck, Natalie Dessay, Abd al Malik...

Le livre vous propose également **l'outil précieux du « cahier personnel »** : un rendez-vous unique et essentiel avec vous-même qui vous aidera à mieux comprendre ce que vous voulez vraiment.

Ainsi, de clé en clé, d'exercice en exercice, de résultat en résultat, vous évoluerez et de nouvelles perspectives et opportunités commenceront à apparaître dans votre vie. **Ces transformations vous apporteront l'énergie et la motivation d'être pleinement vous-même**, et d'avancer sur le chemin de votre épanouissement et de vos rêves pour devenir l'artiste de votre vie !

 **ÉCOUTEZ  
L'INTRO AUDIO  
DU LIVRE**



Journaliste culture à France Télévisions, artiste, podcasteuse, coach et conférencière, **ISABELLE LAYER** partage ses multiples facettes avec passion. Son but : diffuser le plus largement possible l'idée que « croire en soi et en ses rêves » rend tout possible et nous offre les clés de notre propre bonheur ! Retrouvez-la sur Instagram : @isabellelayer.

« Quelle est votre mission de vie ?

### EXTRAIT

Votre mission de vie se situe à la fois dans ce qui vous fait profondément **vibrer**, mais aussi dans ce que vous pouvez **apporter au monde et aux autres** à travers cette activité qui vous passionne. [...] Peu importe l'activité, l'essentiel est qu'elle réponde profondément à vos passions et à vos intérêts et que, en même temps, elle puisse comporter un effet bénéfique pour les autres. **C'est cela la mission de vie, tout simplement !** »

#### CONTACTS PRESSE / MARKETING :

Clélia SERGENT – csergent@eyrolles.com – 01 44 41 11 39  
Tatiana POUGET - tpouget@eyrolles.com - 01 44 41 41 50



Eyrolles Bien-être