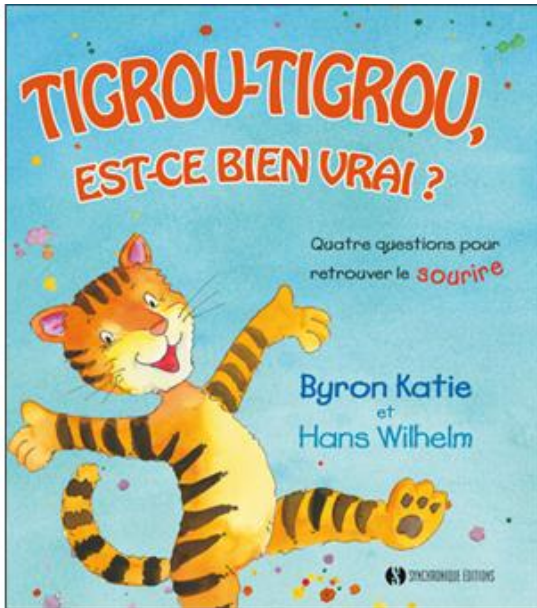


Tigrou-Tigrou, est-ce bien vrai ?



Date de parution:	juillet 2010
Editeur:	Synchrone
Catégorie:	Coups de coeur Livre
ISBN:	291773809X
Auteur:	Katie Byron

[Tigrou-Tigrou, est-ce bien vrai ?.pdf](#)

[Tigrou-Tigrou, est-ce bien vrai ?.epub](#)

Tigrou-Tigrou se réveille un matin du mauvais pied et rien ne va plus : ses parents se fâchent, ses camarades l'ignorent et son meilleur ami Rhino préfère jouer avec Zebra. Bref, la vie n'est pas juste ! Mais alors qu'il pleure sur son sort, Tigrou-Tigrou rencontre la très sage Tortue, qui lui apprend à remettre en question ses pensées... Et voilà que Tigrou-Tigrou retrouve le sourire ! Basée sur Le Travail de Byron Katie, Tigrou-Tigrou, est-ce bien vrai ? est un conte philosophique, à la fois simple et profond, parfaitement adaptée aux sentiments que peuvent éprouver les enfants face aux difficultés de leur quotidien. Initiant ces derniers à un travail sur eux mêmes, les aventures du petit Tigrou superbement illustrées par Hans Wilhelm, mettent à la portée des plus jeunes un moyen simple et efficace pour retrouver le sourire : questionner nos pensées, principales causes de nos souffrances. Le Travail de Byron Katie est un moyen pour trouver la paix avec soi et avec les autres. Byron Katie a initié à cette démarche des millions de personnes de par le monde lors de présentations au sein d'entreprises, d'universités, d'écoles, d'hôpitaux, de prisons... Elle est également l'auteur de nombreux best sellers (notamment Aimer ce qui est).