

5 livres indispensables pour bien démarrer 2019

Le passage à la nouvelle année a peut-être éveillé chez vous des envies de changement. Vous sentez que votre vie professionnelle a besoin d'un grand bol d'air frais ? Vos aspirations ont changé, et votre fiche de poste ne vous correspond plus ? Voici 5 koobs qui vont vous aider à comprendre vos besoins, formaliser vos envies et définir un projet pour attaquer 2019 avec des nouveaux challenges !

Temps de lecture : minute

19 janvier 2019

Créé en 2015 par Alexandre Bruneau et Alexandre Mulliez, Kooper offre un service de synthèse de livres, accessible sur site web et application. Ces synthèses ou "Koobs", sont disponibles en format écrit et/ou audio de 20 minutes. Pour Maddyness, ils ont choisi 5 livres à se mettre sous la dent pour bien démarrer (et transformer) son année.

“Transformez votre vie” de Louise Hay

Et si l'introspection était la première étape d'une vie plus sereine. Louise Hay tient, à travers son livre, à vous prouver que vous avez le pouvoir de changer. Vous êtes-vous déjà dit qu'il vous manquait quelque chose pour être pleinement heureux ? Vous êtes-vous déjà dénigré plus que de raison face à un problème, quel qu'il soit ? Alors, ce livre est fait pour vous.



Lire "Transformez votre vie" en accéléré

“La méthode Ikigai” de Héctor Garcia et Francesc Miralles

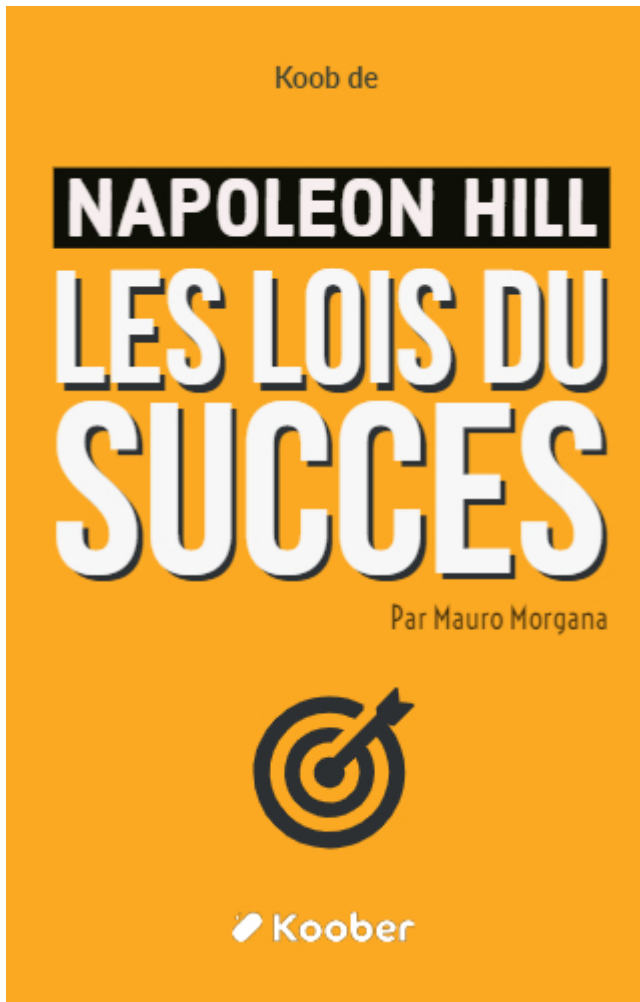
A la croisée de vos passions, de vos valeurs et de vos compétences se trouve... Votre ikigai. Un terme japonais qui désigne votre “mission de vie”, ce pour quoi vous êtes fait. Découvrez cette méthode japonaise simple, pragmatique et visuelle dans ce koob pratique. Idéal si vous avez envie de changement, mais que vous ignorez encore quelle sera votre destination.



Lire "La méthode Ikigai" en accéléré

"Les lois du succès" de Napoleon Hill

Attention : grand classique. Napoleon Hill, né en 1883, est en quelque sorte le père fondateur du développement personnel. Au début du siècle dernier, il a rencontré des centaines de chefs d'entreprises et d'hommes (à l'époque, il s'agissait plutôt d'hommes...) qui avaient réussi dans leurs domaines. Il a analysé leurs parcours, leurs personnalités, leurs méthodes... Et en a déduit ses fameuses "lois du succès". A lire sans modération !



Lire "Les lois du succès" en accéléré

"L'effet cumulé" de Darren Hardy

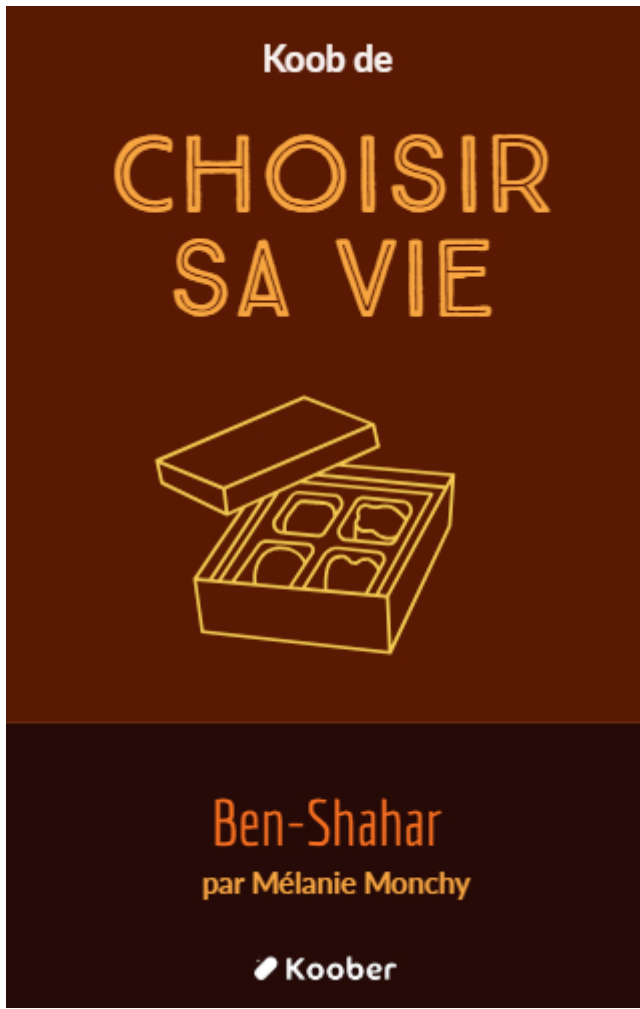
Qu'est-ce qui différencie ceux qui réussissent, de ceux qui oublient leurs ambitions et laissent leurs rêves de côté ? Pour Darren Hardy, c'est simple, ce sont leurs bonnes ou leurs mauvaises habitudes. De toutes petites actions menées très régulièrement, et sur le long terme peuvent vous amener très loin. C'est la définition de l'effet cumulé. Une excellente résolution à prendre cette année !



Lire "L'effet cumulé" en accéléré

"Choisir sa vie" de Tal Ben Shahaar

On a tendance à considérer son chemin comme tout tracé. Pourtant, nous sommes les seuls décisionnaires de notre existence, en dépit des différentes contraintes de la vie. D'après Tal Ben Shahaar, l'existence est ponctuée par trois types de choix : les choix quotidiens, les choix événementiels et les choix déterminatifs. À travers cet ouvrage, Tal Ben-Shahaar tente de faire comprendre à son lecteur que la vie est rythmée par des choix et l'encourage à faire le bon.



Lire "Choisir sa vie" en accéléré

CONCOURS - Gagnez un an d'abonnement à Koob de en répondant à cette question : quelle est la troisième règle du succès selon Napoleon Hill ?

Article écrit par Koob de