

## Vivre pour apprendre

« *Vivre pour apprendre* est un témoignage qui touche le cœur et libère des phéromones guérisseurs. »  
Marie-Pierre Dillenseger

Face à la succession d'épreuves et d'obstacles qui ont jalonné sa vie, Sandrine de Montmort n'a jamais perdu son goût irrésistible de la vie. Aujourd'hui riche de ses blessures et des leçons qu'elle a su en tirer – cultiver la pensée positive, la confiance et l'estime de soi, apprendre à se préserver, garder sa curiosité intacte, considérer l'argent comme « l'art des gens » –, elle livre le fruit de ses expériences et de ses rencontres dans un récit lumineux, hommage à celles et ceux qui ont croisé sa route.

Quel sens donner à nos expériences? Où trouver la lumière après avoir vécu un drame? Comment apprendre à traverser les épreuves? Comment les transformer en matière à réfléchir, à guérir?

De la reconstruction à la guérison: Sandrine de Montmort offre ici son histoire en toute sincérité, comme une apologie de la résilience et un fabuleux voyage vers la voie de la sagesse.

Le témoignage d'un éveil spirituel, ou comment transformer nos fêlures en une force.

*Après avoir travaillé dans la presse féminine et l'événementiel en France et à l'étranger, Sandrine de Montmort a créé SandSab, un site sur le bien-être du corps et de l'esprit, et organise régulièrement des conférences ([www.sandsab.com](http://www.sandsab.com)).*

ISBN: 979-10-302-0365-3



9 791030 203653

2021-1

17€

Photo de couverture © DR



Vivre pour apprendre

Sandrine de Montmort

Sandrine de Montmort

# Vivre pour apprendre

*Préface Marie-Pierre Dillenseger*

« LA FORCE D'UN TÉMOIGNAGE QUI PARLE  
DE LA SAGESSE QUE L'ON TROUVE EN NOUS »

THIERRY JANSSEN

