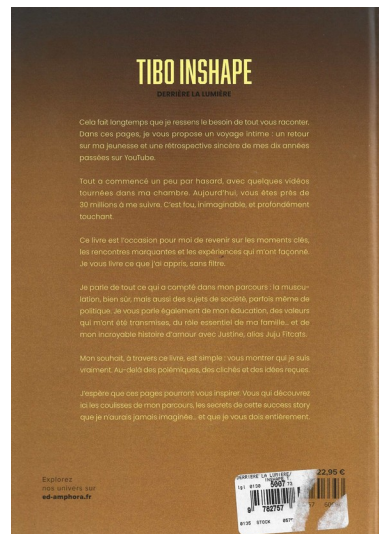
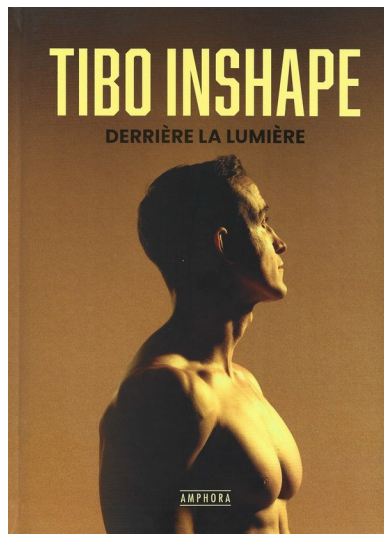


Derrière la lumière



Auteur(s) :

1. Tibo InShape

Numéro de page finale : 223

Année de parution : 2025

Avis / Commentaire(s) :

Je connaissais un peu le youtubeur...avec un bon avis, mais un peu récitent sur certaines choses, j'y reviendrai.

J'ai vu, enfin d'année dernière, une publicité pour son livre, j'ai tout de suite eu envie de l'acheter, parce que j'étais curieux et aussi, parce que j'aime bien lire des autobiographie...

Je l'ai mis sur ma liste au père Noël et j'ai eu la chance de l'avoir :-)

Sinon, en ce qui concerne le livre ...

- Pour les points négatifs :
 - je le trouve parfois un peu...naïf

- il dit parfois qu'il ne peut faire confiance qu'en lui, mais il oublie qu'il n'est pas tout seul
- il est un fervent défenseur de la phrase : « quand on veut, on peut », il oublie juste
 - qu'il a toujours été aimé
 - qu'il ne pas de handicap
 - qu'il n'a jamais eu de blessure

C'est toujours plus facile dans ces conditions d'accomplir des choses.

- Pour les points positifs :
 - le livre est un très bel objet
 - Thibaud a l'air d'être une belle personne, sincère et authentique
 - je suis admiratif de sa ténacité, à tel point que je me demande s'il ne serait pas autiste.
 - Il a une énorme capacité de remise en question
 - Je suis tout à fait d'accord avec lui sur les bienfaits du sport et sur son envie
 - d'inciter à en faire
 - de donner des astuces, auxquelles on ne pense pas forcément, pour en faire

Donc, pour résumer :

- le « quand on veut, on peut » a ses limites, mais évidemment, on a quand même plus de chance d'être musclé si on s'entraîne et si on fait attention à sa nourriture que si on ne s'entraîne pas et qu'on mange n'importe quoi
- il a de forts biais qu'il lui font avoir une certaine vision d'une certaine réalité, mais malgré tout, il défend de belles valeurs.

Pour ceux qui veulent aller au-delà des apparences, je recommande !

Merci Tibo Inshape => <https://www.facebook.com/tiboinshape>