

Apprentissage de la méditation PDF

Sharon Salzberg



Ceci est juste un extrait du livre de Apprentissage de la méditation. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Sharon Salzberg
ISBN-10: 9782714453129
Langue: Français
Taille du fichier: 3212 KB

LA DESCRIPTION

Et si la sérénité ne tenait qu'à une respiration ? Pour tous ceux qui se demandent par où commencer, voici le livre recommandé par tous les enseignants bouddhistes occidentaux.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Critiques (5), citations (5), extraits de Apprentissage de la méditation : Comment vivre dan de Sharon Salzberg. (Chronique dans le cadre de l'opération Masse ...

Certaines de ces techniques sont très simples et accessibles à l'apprentissage via des livres ou des articles, ... Voici une forme simple de méditation : 1.

Si vous souhaitez vous inscrire aux Cycle d'apprentissage de la méditation de pleine conscience 2018-2019 :

APPRENTISSAGE DE LA MÉDITATION

[Lire la suite...](#)