

La pleine conscience en action PDF

Chögyam Trungpa



Ceci est juste un extrait du livre de La pleine conscience en action. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Chögyam Trungpa
ISBN-10: 9782021340822
Langue: Français
Taille du fichier: 4654 KB

LA DESCRIPTION

Parmi les nombreux livres qui nous expliquent pourquoi, sur quoi et comment méditer, La Pleine Conscience en action est une pièce maîtresse qui allie simplicité et profondeur, sollicitude et pragmatisme. Ce passionnant traité montre à ceux qui se croient incapables de méditer qu'ils ont en eux un potentiel vaste et inné : " Vous pourriez parfois avoir des difficultés à le voir, mais vous aussi vous êtes parfait - excellent en fait ", affirme Trungpa Rinpoché. Par ces mots, il ne cherche pas à dorloter notre ego, mais à nous faire prendre conscience de la présence en chacun de nous de la " nature de bouddha ", la nature fondamentale de notre esprit.... Lire la suiteQue vous soyez un " rhinocéros " qui préfère méditer seul, ou un " perroquet " qui affectionne la méditation en groupe (selon les termes de l'auteur), vous trouverez dans cet ouvrage les instructions bienveillantes dont vous aurez besoin pour laisser transparaître et rayonner votre qualité fondamentale de bonté, envers vous-même et envers tous les êtres. " Sans la compassion, nous dit Trungpa Rinpoché, la méditation ne peut absolument pas être transférée à l'action ".Matthieu Ricard.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Découvrez La pleine conscience en action le livre de Chögyam Trungpa sur decitre.fr - 3ème libraire sur Internet avec 1 million de livres disponibles en livraison ...

Cultura.com propose la vente en ligne de produits culturels, retrouvez un grand choix de CD et DVD, jeux vidéo, livres et les univers loisirs et création

Titre: La Pleine Conscience En Action. Nom de fichier: [la-pleine-conscience-en-action.pdf](#). Site Francophone sur le Pleine-Conscience (Mindfulness) en.

LA PLEINE CONSCIENCE EN ACTION

[Lire la suite...](#)