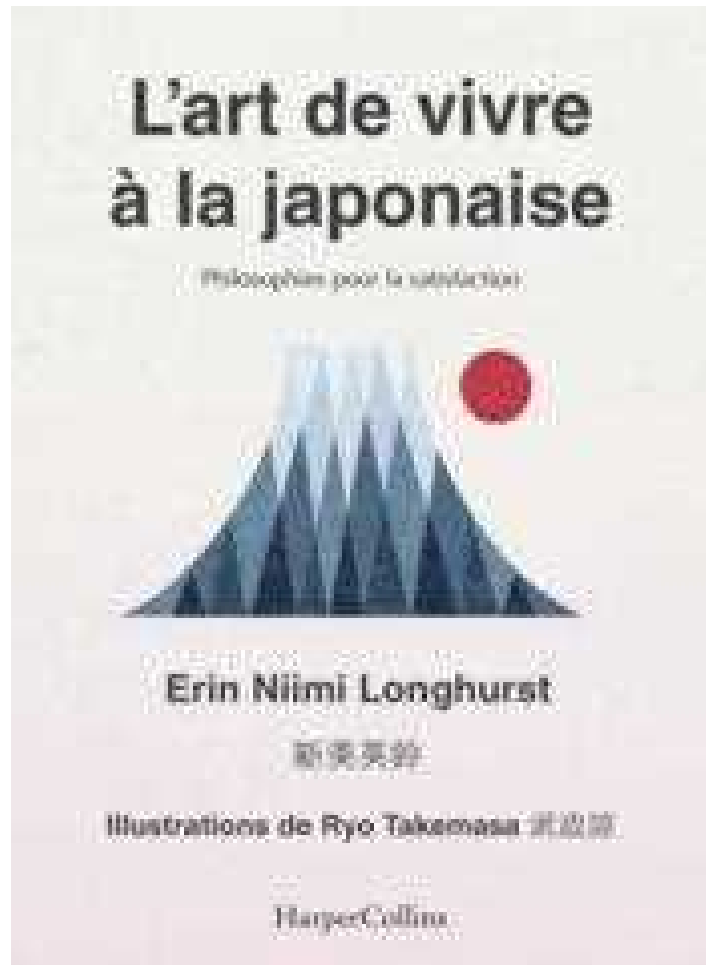


Mots clés: telecharger L'art de vivre à la japonaise pdf, L'art de vivre à la japonaise mobi, L'art de vivre à la japonaise epub gratuitement, L'art de vivre à la japonaise torrent, L'art de vivre à la japonaise lire en ligne.

---

## L'art de vivre à la japonaise PDF

Niimi Longhurst, Erin



*Ceci est juste un extrait du livre de L'art de vivre à la japonaise. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.*



Auteur: Niimi Longhurst, Erin  
ISBN-10: 9791033902225  
Langue: Français  
Taille du fichier: 3935 KB

## LA DESCRIPTION

Trouvez le chemin d'une vie épanouie et heureuse grâce à la culture et à la philosophie japonaises...Magnifiquement illustré par l'illustrateur japonais Ryo Takemasa, ce petit livre de la sagesse est le cadeau parfait pour (re)trouver équilibre et sérénité dans nos vies ultra connectées.L'ouvrage s'ouvre sur le Kokoro (le corps et l'esprit), qui permet de découvrir le concept fondamental de l'ikigai qui signifie à la fois " raison d'être " et " joie de vivre ". Il se poursuit sur le Karada (le corps), où l'on apprend comment incorporer certaines pratiques japonaises dans notre quotidien, depuis le " bain de forêt " (shinrinyoku) et sa connexion avec la nature, jusqu'à l'art floral (ikebana) propice à la méditation. Il s'achève sur des recettes, conseils et autres jolies idées. De quoi adopter définitivement l'art de vivre à la japonaise !

**QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?**

Galerie photos de l'article L'Art de vivre à la Japonaise, photo 4/4 : "Tressé d'Ôtsuki" panneau décoratif indigo en papier japonais fabriqué artisanalement ...

Découvrez et achetez L'art de vivre à la japonaise, trouver son ikig... - Erin Niimi Longhurst - HarperCollins sur [www.librairiedialogues.fr](http://www.librairiedialogues.fr)

Danser le Butô, dessiner comme un mangaka, apprendre la reliure japonaise: nos meilleures adresses pour se mettre à l'heure du pays du Soleil-Levant.

## **L'ART DE VIVRE À LA JAPONAISE**

[Lire la suite...](#)