

Livre

Auteur(s) : Yongey Mingyour (1976-... ; rinpotché) (Auteur) ;Tworkov, Helen (1943-...) (Collaborateur) ;Demange, Odile (1955-...) (Traducteur) ;Ricard, Matthieu (1946-...) (Préfacier, etc.)

Titre(s) : De la confusion à la clarté : guide des pratiques du bouddhisme tibétain / Yongey Mingyour rinpotché ; avec Helen Tworkov ; préface de Matthieu Ricard.

Editeur(s) : Paris : Fayard, 2016.

Collection(s) : (Documents).

Autres : 1 vol. (380 p.) . 24 x 16 cm

Résumé : En s'appuyant sur des exemples du quotidien, le maître expose les huit pratiques fondamentales du bouddhisme, appropriables grâce à la méditation et à l'éloignement des mauvaises habitudes, permettant d'atteindre le bien être.

Notes : Glossaire.

Sujet(s) : Spiritualité ** Bouddhisme tibétain



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
La doc	Civilisation et histoire	294.3 YON	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Malraux