les-racines-de-la-meditation-et-des-pratiques-d-eveil

Livre

Auteur(s) : Smedt, Marc de (1946-...) (Auteur) ;André, Christophe (1956-...) (Préfacier, etc.)
Titre(s) : [Les]racines de la méditation et des pratiques d'éveil / Marc de Smedt ; préface de Christophe André.
Editeur(s) : Paris : Albin Michel, 2020.
Collection(s) : (Spiritualités).
Autres : 1 vol. (362 p.) . 23 x 15 cm
Résumé : Un panorama des pratiques de méditation à travers les grandes traditions spirituelles mondiales (yoga, hindouisme, bouddhisme, taoïsme, judaïsme, christianisme, islam) et les pratiques contemporaines (pleine conscience). L'auteur montre que la méditation a existé dans chaque culture et qu'elle peut apporter des solutions face aux sursollicitations contemporaines ainsi qu'apaiser l'ego boursouflé.
Notes : Bibliogr. - Tout public.
Sujet(s) : Méditation ;Pleine conscience

Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
La doc	Civilisation et histoire	158.1 SME	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Malraux