

---

## saint-brieuc - Recherche KABAT ZINN JON 1944

Livre CD ou Livre DVD

**Titre** : Apaiser la douleur avec la méditation  
**Auteur** : Kabat-Zinn, Jon (1944-....)  
**Editeur** : Les Arènes  
**Date édition** : 2016  
**Support** : Livre CD ou Livre DVD

---

Livre

**Titre** : Apprendre à méditer : la méthode MBSR à la portée de tous  
**Auteur** : Stahl, Bob  
**Editeur** : Les Arènes  
**Date édition** : 2013  
**Support** : Livre

---

Livre

**Titre** : Connectez-vous à vous-même : une nouvelle voie vers le succès, le bonheur et la paix dans le monde  
**Auteur** : Tan, Chade-Meng  
**Editeur** : Belfond  
**Date édition** : 2014  
**Collections** : L'esprit d'ouverture  
**Support** : Livre

---

Livre

**Titre** : Méditations guidées : programme MBSR  
**Auteur** : Kabat-Zinn, Jon (1944-....)  
**Editeur** : De Boeck supérieur  
**Date édition** : 2016  
**Collections** : Cultiver la pleine conscience  
**Support** : Livre

---

Livre

**Titre** : Méditer : 108 leçons de pleine conscience  
**Auteur** : Kabat-Zinn, Jon (1944-....)  
**Editeur** : Marabout  
**Date édition** : 2016  
**Collections** : Poche Marabout  
**Support** : Livre

---

Livre CD ou Livre DVD

**Titre** : Méditer : 108 leçons de pleine conscience  
**Auteur** : Kabat-Zinn, Jon (1944-....)  
**Editeur** : Marabout  
**Date édition** : [DL 2011]  
**Support** : Livre CD ou Livre DVD

---

Livre

**Titre** : Méditer pour ne plus déprimer : la pleine conscience, une méthode pour vivre mieux

---

**Auteur :** Williams, J. Mark G (1939-....)  
**Editeur :** O. Jacob  
**Date édition :** 2020  
**Support :** Livre

---

Livre CD ou Livre DVD

**Titre :** Méditer pour ne plus déprimer : la pleine conscience, une méthode pour vivre mieux  
**Auteur :** Williams, J. Mark G (1939-....)  
**Editeur :** O. Jacob  
**Date édition :** 2013  
**Support :** Livre CD ou Livre DVD

---



**Titre :** Se changer, changer le monde  
**Auteur :** André, Christophe (1956-....)  
**Editeur :** L'iconoclaste  
**Date édition :** 2013  
**Support :** Livre

---

Livre

**Titre :** Une lueur dans l'obscurité : comment traverser les temps difficiles grâce à la méditation  
**Auteur :** Kornfield, Jack (1945-....)  
**Editeur :** Belfond étranger  
**Date édition :** DL 2013  
**Collections :** L' esprit d'ouverture  
**Support :** Livre

---