
saint-brieuc - Recherche PLEINE CONSCIENCE

Livre

Titre : [Les]racines de la méditation et des pratiques d'éveil
Auteur : Smedt, Marc de (1946-....)
Editeur : Albin Michel
Date édition : 2020
Collections : Spiritualités
Support : Livre

Livre

Titre : 3 minutes à méditer
Auteur : André, Christophe (1956-....)
Editeur : l'Iconoclaste
Date édition : 2017
Support : Livre

Livre

Titre : Débrancher la machine à pensées : se reconnecter au corps pour chasser les idées toxiques
Auteur : Faïck, Denis (1964-....)
Editeur : Eyrolles
Date édition : 2016
Support : Livre

Livre

Titre : Dis-moi comment aller chaque jour de mieux en mieux : 50 clés pour vivre en pleine santé et en pleine conscience
Auteur : Odoul, Michel
Editeur : Albin Michel
Date édition : 2020
Collections : Pratique
Support : Livre

Livre

Titre : Etreindre votre douleur, éteindre votre souffrance : la thérapie basée sur la pleine conscience
Auteur : Orain-Pélissolo, Stéphany
Editeur : O. Jacob
Date édition : 2018
Collections : Psychologie
Support : Livre

Livre

Titre : Je médite, jour après jour : petit manuel pour vivre en pleine conscience
Auteur : André, Christophe (1956-....)
Editeur : l'Iconoclaste
Date édition : 2015
Support : Livre

saint-brieuc-recherche-pleine-conscience

Livre	Titre : L' art de communiquer en pleine conscience Auteur : Nhât Ha?nh (1926-2022) Editeur : Courrier du livre Date édition : 2014 Support : Livre
Livre	Titre : L'art de marcher en pleine conscience : se préparer, choisir son matériel, apprendre à respirer, accroître son bien-être Auteur : Zanin, Danilo Editeur : Mango Bien-être Date édition : 2019 Support : Livre
CD Texte lu	Titre : La posture juste : comment inventer un monde en harmonie avec soi, les autres et la nature Auteur : Janssen, Thierry (1962-....) Editeur : Audiolib Date édition : 2021 Collections : A l'écoute du vivre mieux Support : CD Texte lu
Livre	Titre : La méditation, c'est bon pour le cerveau Auteur : Laureys, Steven Editeur : O. Jacob Date édition : 2019 Collections : Psychologie Support : Livre