

(Read now) File size: 46.Mb

Pratique du bouddhisme tibétain

Lorne LADNER

Pratique du bouddhisme tibétain

Le bonheur passe par les autres



EYROLLES

Collection Les chemins spirituels

Download

Read Online

Description :

Présentation de l'auteur Qu'est-ce qui fait une vie pauvre et heureuse ? L'argent, le confort matériel ? La célébrité ?

Le pouvoir ? Une vie sociale ou affective riche ? La réponse bouddhique est tout autre : L'expérience quotidienne de la compassion. Le bonheur résulterait de notre capacité nous ouvrir aux sentiments d'autrui, de notre désir de le libérer de ses souffrances. Comment développer cette qualité dans notre vie ? La tradition bouddhique tibétaine offre de nombreuses techniques de méditation favorisant les émotions et faits positifs. Or il n'est pas nécessaire de devenir bouddhiste pour renoncer ce qui nous fait souffrir, cultiver le contentement, la paix et la joie au quotidien. Pratiquer la compassion, reconnaître la vulnérabilité de l'autre, changer notre regard sur nous-mêmes pour voir le monde autrement...Lorne Ladner nous propose un ensemble d'exercices bouddhiques pour développer notre art de la compassion et avancer sur le chemin du bonheur.

Présentation de l'auteur Qu'est-ce qui fait une vie pauvre et heureuse ? L'argent, le confort matériel ? La célébrité ? Le pouvoir ?

Une vie sociale ou affective riche ? La réponse bouddhique est tout autre : L'expérience quotidienne de la compassion. Le bonheur résulterait de notre capacité nous ouvrir aux sentiments d'autrui, de notre désir de le

Par Lorne Ladner
DOC | *audiobook | ebooks |
Download PDF | ePub

Détails sur le produit Rang parmi les ventes : #88424 dans eBooksPubli le: 2013-08-30 Sorti le: 2013-08-30 Format: Ebook Kindle

(Read now) Pratique du bouddhisme tibétain

Par Lorne Ladner : Pratique du bouddhisme tibétain before purchasing it in order to gauge whether or not it would be worth my time, and all praised Pratique du bouddhisme tibétain:

librer de ses souffrances. Comment dvelopper cette qualit dans notre vie ?La tradition bouddhique tibtaine offre de nombreuses techniques de mditation favorisant les motions et tats positifs. Or il n'est pas ncessaire de devenir bouddhiste pour renoncer ce qui nous fait souffrir, cultiver le contentement, la paix et la joie au quotidien. Pratiquer la compassion, reconnatre la vulnrabilit de l'autre, changer notre regard sur nous-mmes pour voir le monde autrement...Lorne Ladner nous propose un ensemble d'exercices bouddhiques pour dvelopper notre art de la compassion et avancer sur le chemin du bonheur.Biographie de l'auteurLorne Ladner est psychologue clinicien en Virginie, aux Etats-Unis. Il a tudi le bouddhisme tibtain et a lui mme enseign la mditation. Il est galement prsident du centre bouddhique Guhyasamaja en Virginie.