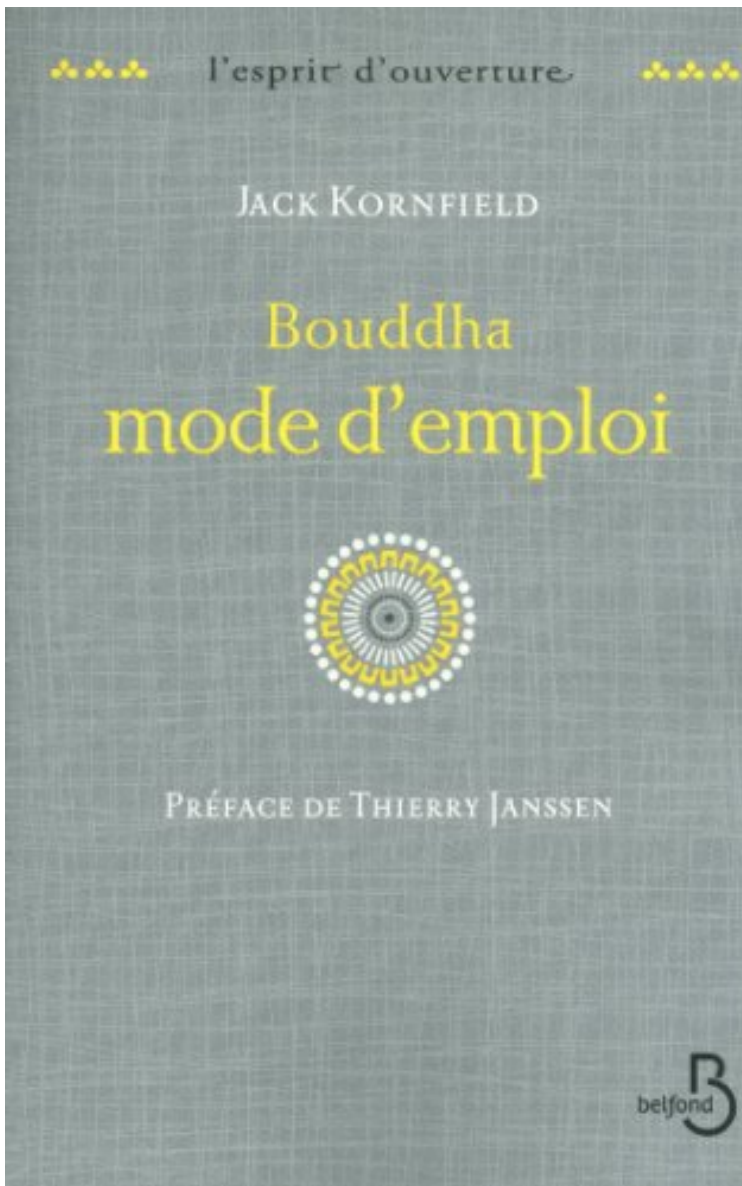


[Free download] File size: 75.Mb

# Bouddha mode d'emploi



*Par Jack KORNFELD*  
*\*Download PDF | ePub | DOC |*  
*audiobook | ebooks*

Dtails sur le produit Rang parmi les ventes : #66473 dans eBooksPubli le: 2013-03-14Sorti le: 2013-03-14Format: Ebook Kindle

[Free download] Bouddha mode d'emploi

**Par Jack KORNFELD : Bouddha mode d'emploi** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Bouddha mode d'emploi:

Download

Read Online

## Description :

Présentation de l'auteurEntre manuel de psychologie bouddhique et témoignage, un ouvrage moderne et très personnel qui retrace l'itinéraire d'un des plus grands enseignants bouddhistes occidentaux. Un essai où Jack Kornfield évoque son parcours personnel, nous initie à une spiritualité plus pragmatique en phase avec nos problèmes quotidiens, et surtout rapproche d'une manière inédite bouddhisme et psychologie. " Nous devons trouver une façon plus sage de vivre. La bonne nouvelle, c'est qu'il est tout fait possible d'y parvenir. " Il y a des livres qui changent la vie. Bouddha mode d'emploi est de ceux-là. Dans cette véritable bible de l'épanouissement, le plus grand maître bouddhiste d'Occident nous livre des trésors de sagesse. S'appuyant sur

les expériences de ses nombreux élèves et sur son propre parcours, Jack Kornfield nous offre enfin une solution face aux conflits, l'anxiété, au désespoir et au mépris de soi. L'amour bienveillant pour soi et pour les autres, la compassion, la gratitude et la joie sont notre nature originelle, avec laquelle il est possible de renouer.

Laissez-vous guider par des exercices pratiques et accessibles tous et commencez dès aujourd'hui votre révolution intérieure. Un guide au carrefour des pensées occidentale et orientale, pour se libérer de la peur, découvrir la beauté de l'impermanence, et enfin prendre soin de soi et du monde. Présentation de l'auteur

Entre manuel de psychologie bouddhique et témoignage, un ouvrage moderne et très personnel qui retrace l'itinéraire d'un des plus grands enseignants bouddhistes occidentaux. Un essai où Jack Kornfield évoque son parcours personnel, nous initie une spiritualité plus pragmatique en phase avec nos problèmes quotidiens, et surtout rapproche d'une manière inédite bouddhisme et psychologie. " Nous devons trouver une façon plus sage de vivre. La bonne nouvelle, c'est qu'il est tout fait possible d'y parvenir. " Il y a des livres qui changent la vie.

Bouddha mode d'emploi est de ceux-là. Dans cette véritable bible de l'épanouissement, le plus grand maître bouddhiste d'Occident nous livre des trésors de sagesse. S'appuyant sur les expériences de ses nombreux élèves et sur son propre parcours, Jack Kornfield nous offre enfin une solution face aux conflits, l'anxiété, au désespoir et au mépris de soi. L'amour bienveillant pour soi et pour les autres, la compassion, la gratitude et la joie sont notre nature originelle, avec laquelle il est possible de renouer. Laissez-vous guider par des exercices pratiques et accessibles tous et commencez dès aujourd'hui votre révolution intérieure. Un guide au carrefour des pensées occidentale et orientale, pour se libérer de la peur, découvrir la beauté de l'impermanence, et enfin prendre soin de soi et du monde.

Biographie de l'auteur

Né en 1945, titulaire d'un doctorat de psychologie clinique de l'université de Dartmouth, Jack Kornfield s'est initié au bouddhisme dans des monastères en Thaïlande, en Inde et en Birmanie. Fondateur de l'Insight Meditation Society et du centre bouddhique de Spirit Rock en Californie, où il enseigne et vit, il est l'un des plus grands maîtres bouddhistes occidentaux d'aujourd'hui. Il est l'auteur de plusieurs ouvrages, parmi lesquels *Après l'extase, la lessive* (La Table ronde, 2001) et *L'Art du pardon, de la bonté et de la paix* (La Table ronde, 2003).