



Haïkus et méditation : Invitation au voyage au coeur de soi

Christian Miquel

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

Haïkus et méditation : Invitation au voyage au coeur de soi Christian Miquel

 [Telecharger Haïkus et méditation : Invitation au voyage au coeur ...pdf](#)

 [Lire en Ligne Haïkus et méditation : Invitation au voyage au coeu ...pdf](#)

Haïkus et méditation : Invitation au voyage au coeur de soi

Christian Miquel

Haïkus et méditation : Invitation au voyage au coeur de soi Christian Miquel

Téléchargez et lisez en ligne Haïkus et méditation : Invitation au voyage au coeur de soi Christian Miquel

128 pages

Présentation de l'éditeur

Pénétrez au coeur du processus de la méditation par la porte des mots, sous la forme brève des haïkus.

Ces petits poèmes, inspirés de la tradition ancestrale japonaise, ont été écrits par Christian Miquel au cours de ses voyages et retraites réalisées le plus souvent dans le silence. Ils vous incitent à savourer l'instant dans ce qu'il a de plus éphémère, de plus beau et de plus émouvant à la fois, devenant des exercices méditatifs à part entière.

Porté par une légèreté parfois grave, vous êtes, à votre tour, invité à exercer cet art venu du XVII^e siècle. Un petit bijou à offrir, ou à s'offrir ! Biographie de l'auteur

Christian Miquel, docteur en philosophie et sciences des religions (Paris IV-Sorbonne et EHESS), est philosophe et auteur. Il a été initié à la méditation zen, qu'il pratique depuis plus de 20 ans, par le maître bouddhiste japonais Taisen Deshimaru. Il enseigne également le programme MBSR laïc de Pleine Conscience, qui invite à se recentrer sur le moment présent, pour profiter pleinement de la vie. Il est l'auteur de *Pratiquer la pleine conscience et la méditation* aux Éditions Jouvence.

Download and Read Online Haïkus et méditation : Invitation au voyage au coeur de soi Christian Miquel

#3CFXVWR2TUG

Lire Haïkus et méditation : Invitation au voyage au coeur de soi par Christian Miquel pour ebook en ligneHaïkus et méditation : Invitation au voyage au coeur de soi par Christian Miquel Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Haïkus et méditation : Invitation au voyage au coeur de soi par Christian Miquel à lire en ligne.Online Haïkus et méditation : Invitation au voyage au coeur de soi par Christian Miquel ebook Téléchargement PDFHaïkus et méditation : Invitation au voyage au coeur de soi par Christian Miquel DocHaïkus et méditation : Invitation au voyage au coeur de soi par Christian Miquel MobipocketHaïkus et méditation : Invitation au voyage au coeur de soi par Christian Miquel EPub

3CFXVWR2TUG3CFXVWR2TUG3CFXVWR2TUG