

Prendre soin de l'enfant intérieur

Qui ne porte pas en lui ses blessures d'enfant ? Le grand maître du bouddhisme nous guide pas à pas pour apaiser la colère, la peur, la tristesse qui hantent encore nos vies d'adulte, et les transformer en une force de réconciliation et de compassion.

Vous avez l'impression de ne pas avoir suffisamment confiance en vous ? De manquer parfois de recul face aux épreuves du quotidien ? D'être empêtré dans des angoisses dont vous n'identifiez pas l'origine ? Et si certaines de vos blessures d'enfant vous empêchaient de construire sereinement votre vie d'adulte ?

Référence absolue dans l'enseignement bouddhique international, proposé pour le Nobel de la paix pour son engagement au Vietnam, le maître Thich Nhat Hanh nous offre des solutions pour affronter cette souffrance sourde et en venir à bout.

À l'aide d'exercices de respiration, de concentration et de méditation en pleine conscience, il nous enseigne à écouter avec compassion l'enfant qui est en chacun de nous, à reconnaître et accepter avec lucidité les traumatismes du passé, et à lâcher prise.

□ Jetant un pont entre la philosophie bouddhique et la tradition thérapeutique occidentale, un guide profondément rassurant, pour faire enfin la paix avec nous-même.

Prendre soin de l'enfant intérieur por Thich Nhat Hanh. El libro publicado por Pocket. Contiene 224 el número de páginas.. Regístrese ahora para tener acceso a miles de libros disponibles para su descarga gratuita. El registro fue libre.



- Título del libro : Prendre soin de l'enfant intérieur
- ISBN: 226625426X
- Fecha de lanzamiento: April 16, 2015
- Número de páginas: 224 páginas
- Autor: Thich Nhat Hanh
- Editor: Pocket

Debido a un problema de derechos de autor, debes leer Prendre soin de l'enfant intérieur en línea. Puedes leer Prendre soin de l'enfant intérieur en línea usando el botón a continuación.

LEER ON-LINE

Prendre soin de l'enfant intérieur von THICH NHAT HANH ...

Prendre soin de l'enfant intérieur de THICH NHAT HANH Rating : 3.7 of 5 stars from 3139 Reviewers Prendre soin de l'enfant intérieur von THICH NHAT HANH ...

Prendre soin de l'enfant intérieur

Prendre soin de l'enfant intérieur, Thich Nhât Hanh, Pocket. Des milliers de livres avec la livraison chez vous en 1 jour ou en magasin avec -5% de ...

L'enfant intérieur et le langage des émotions

L'Enfant Intérieur et le langage des émotions. Comment retrouver notre véritable Moi . Alain Boudet. Dr en Sciences Physiques. Résumé: Il est des ...

Enfant intérieur — Wikipédia

Parallèlement, dans son travail autour de l'enfant intérieur, le psychologue américain Stephen Diamond (en), met en lumière l'intérêt de prendre ...

Votre intuition, l'enfant intérieur et vous

cette visualisation m'a bouleversée (dans tous les sens du terme). Elle m'a fait prendre conscience que mon "enfant intérieur" et "moi" (moi ...

5 blessures affectives de l'enfant intérieur (et comment ...

5 blessures affectives de l'enfant intérieur (et comment les panser) Nous avons tous en nous un petit enfant intérieur qui porte les blessures de l'âme.

Casque réfrigérant

Accélérons les progrès face aux cancers. Suivez-nous sur : MENU. Institut national du cancer. Qui sommes nous ? Missions

PRENDRE : Définition de PRENDRE

b) [Le compl. est introd. par à] Prendre à bras(-)le(-) corps, à pleines mains. La Malabaraise prit une large éponge à la main, et la passa dans les ...

PREVENTION DES ACCIDENTS DE L'ENFANT

L'accident représente la première cause de mortalité, de handicap et d'hospitalisation chez l'enfant. Or, la plupart des accidents proviennent d ...

mecanisme defense processus psychique inconscient cours de ...

systemes de protection psychique contre l'angoisse, procede mental de la psychose ou de la nevrose aspect theorique et psychologique, mecanismes relationnels.