

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 Lire ePub En Ligne et ...

Prendre soin de l'enfant intérieur Lire ePub En Ligne et Téléchargement de THICH NHAT HANH User Moyenne des commentaires client : 4,5 étoiles sur 5 de ...

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 ...

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 ...

PARENTS ET L'ENFANT

Articles traitant de PARENTS ET L'ENFANT écrits par francesca

L'Ennéagramme et les vulnérabilités de l'enfant intérieur

L'Ennéagramme et les vulnérabilités de l'enfant intérieur Jerome P. Wagner (Traduction par Béatrice Lateur Lacroix) Les vulnérabilités sont le ...

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 ...

Fondamentaux du Prendre Soins en institution

Expose pourquoi il faut prendre soin de l'autre

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 ...

Casque réfrigérant

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

Probiotiques : en prendre ou pas : Comment les utiliser ...

Pour les troubles chroniques comme les colopathies fonctionnelles ou les allergies, il n'y a pas de

contre-indications à prendre des probiotiques en ...