

✦ l'esprit d'ouverture ✦

SADHGURU

La transformation intérieure

Un grand maître yogi
nous enseigne l'art de la joie



Livre

Auteur(s) : Sadhguru (Auteur)

Titre(s) : La transformation intérieure - Un grand maître yogi nous enseigne l'art de la joie / Sadhguru.

Editeur(s) : Paris : Belfond, 2018.

Résumé : Grâce à ses enseignements, à la fois vivants, simples et éclairants, ainsi qu'à ses nombreux engagements pour la paix et l'éducation, Sadhguru est devenu l'un des guides spirituels les plus reconnus en Inde et dans le monde entier. A travers le récit de son propre parcours - son enfance en Inde, ses premières expériences contemplatives, son enseignement de yogi - et en explorant les différents champs d'action de la pratique du yoga, Sadhguru nous entraîne, avec intelligence et sagesse, vers une meilleure connaissance de soi, de notre corps et des énergies qui le composent. Un livre éblouissant, par l'un des plus grands maîtres yogis indiens, pour que la paix et la joie ne soient plus seulement un but à atteindre, mais le socle de notre vie.

Sujet(s) : Vie : Philosophie Joie Yoga Philosophie asiatique : Inde

Indice(s) : 181.4



Exemplaires

Support	Espace	Localisation	Cote	Situation	Utilisation	Retour prévu le
Livre	Documentaire	Doc ado-adulte	181.4 SAD	Disponible	prêt normal	