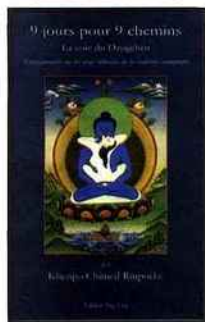




Pleine Page

Sélection du mois



9 jours pour 9 chemins Khenpo Chimed Rinpoché Editions Yogi Ling

Khenpo Chimed Rinpoché est un éminent enseignant de la lignée Nyingmapa. Sa personnalité charismatique, ses compétences intellectuelles, ainsi que son très grand cœur et son sens indéfectible de l'humour, lui permettent à ce jour de guider des milliers d'étudiants de par le monde. Il est invité chaque année en France pour y donner des cours de philosophie et de méditation.

Ce livre est la rétranscription d'un cycle d'enseignements de neuf jours lors duquel Khenpo Rinpoché présente les neuf véhicules de la voie graduelle qui conduit au Dzogchen, le sommet de la réalisation spirituelle. Nous sommes ici au cœur de la philosophie bouddhique la plus élevée et présentée de la manière la plus vivante pour un public aussi bien averti que débutant.

En présentant les neuf véhicules de la tradition nyingmapa, l'ambition de Khenpo Chimed Rinpoché est de présenter la quintessence tant de la parole du Bouddha que des commentaires majeurs de l'Inde, du Tibet et du Népal. Ce livre nous offre également de nombreuses anecdotes savoureuses autant qu'édifiantes sur la vie des grands maîtres et yogis de l'époque qui enchantera le lecteur et nourrira sa réflexion au quotidien. Cet enseignement abordé même de façon élémentaire, pour le simple plaisir de la découverte, est porteur d'incroyables bienfaits.

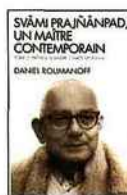
Nous formons les vœux que ce livre puisse aider quiconque le lira, qu'il devienne un guide, un outil et une cause d'éveil. **25 €**



EFT et Feng Shui

Sophie Merle
Editions Médicis

LEFT (technique de libération émotionnelle), procédé de soins dont le postulat de base est que toutes les émotions négatives sont dues à une perturbation dans la circulation énergétique du corps, complète et s'incorpore à merveille au Feng Shui, car leurs bases reposent sur une notion identique de l'univers et de sa création. La pratique du Feng Shui couplée à celle de LEFT permet de vivre dans un lieu spécifiquement agencé pour vous porter bonheur tout en étant libéré d'une multitude d'oppositions intérieures. **15 €**



Svāmi Prajnānpad, un maître contemporain

Daniel Roumanoff
Editions Albin Michel

Élève de Svāmi Prāihānpad depuis 1959, l'auteur est l'un des plus grands spécialistes de la pensée de cet homme, qui fut aussi le maître d'Arnaud Desjardins. Ayant reçu une formation scientifique et traditionnelle, Svāmi Prāihānpad a opéré une synthèse Orient-Occident: il a éclairé par de nouvelles interprétations la tradition de l'Advaita Vedānta, tout en utilisant la psychanalyse pour permettre au disciple d'avancer sur le chemin spirituel. L'auteur restitue ici fidèlement l'enseignement de ce maître à travers ses paroles mêmes. **18 €**

Coup de cœur Mettez le bouddhisme dans votre vie

Acquérir la sérénité à chaque instant de la journée



Bernard Baudouin
Editions De Vecchi

L'homme du xx^e siècle est soumis à de profondes mutations. Il doit s'accommoder d'une multitude d'obligations et de servitudes, parvenant, de plus en plus rarement, à se ménager de menues satisfactions.

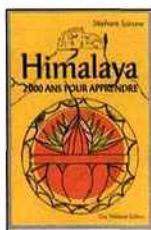
Dans ce livre très pratique, Bernard Baudouin nous dévoile comment une "philosophie de vie" peut grandement aider l'homme moderne à "se retrouver", à "se reconnecter" avec lui-même, à prendre le temps de faire l'ill bilan et à choisir en pleine conscience ce qu'il veut faire de sa vie. **15,90 €**



Les convergences chrétiennes et bouddhistes

Dominique Lormier
Editions Oxus

Cet ouvrage présente les convergences spirituelles qui existent entre le bouddhisme et le christianisme, enrichi de nombreux témoignages de pratiquants des deux religions. Tout en évitant les pièges du syncrétisme, l'auteur expose avec précision les étapes de la vie spirituelle d'un chrétien et d'un bouddhiste à travers la pratique de l'oraison et de la méditation. Les exemples abondent pour démontrer que les deux religions mènent au véritable bonheur: la loi du cœur, l'éternelle fragance de la vertu, le sentier de la générosité, le pouvoir de la foi, du contentement, de l'amour et de la compassion. Elles invitent à s'éveiller à ce qui ne meurt pas. **24 €**



Himalaya 2000 ans pour apprendre

Stéphane Salnave
Guy Trédaniel Editeur

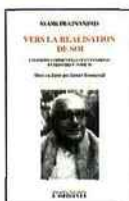
Ce roman se déroule dans les montagnes himalayennes, il y a deux mille ans. Deux enfants orphelins, vont rencontrer un maître, le suivre jusqu'à son monastère et recevoir un enseignement. Ils découvrent, sous l'éclairage de la spiritualité, les principes fondamentaux de la vie, la relation de cause à effet, la dualité des sentiments, l'interdépendance des événements entre eux, le principe de la mort et de la réincarnation... Nos jeunes héros connaîtront la séparation, l'abandon, la peur, le doute... Mais aussi la confiance, la foi et la force de l'énergie de l'amour quand physique et spirituel s'associent et font corps... **13 €**



L'esprit du Tibet

Textes et photos Matthieu Ricard
Editions de La Martinière

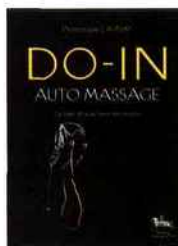
Ermite, poète et érudit, Dilgo Khyentsé Rinpoché fut un grand maître du bouddhisme Vajrayana. Matthieu Ricard qui a vécu aux côtés de ce grand maître pendant les dernières années de sa vie en tant que disciple et assistant, lui rend hommage à travers ses photographies. Ce livre part à la découverte de l'âme tibétaine et raconte l'histoire d'un peuple à travers 130 photographies réalisées par Matthieu Ricard au Tibet et au Népal. Entrecoupé de textes du maître et d'autres enseignements, ce livre biographique dresse également un portrait de celui qui fut, avec le Dalaï-lama, l'un des grands guides spirituels du bouddhisme tibétain au XX^e siècle. **35 €**



Vers la réalisation de soi

Svami Prajnānpad
Editions Accarias L'Originel

Ce livre qui fait suite à la connaissance de soi a été élaboré par Daniel Roumanoff à partir des lettres et des entretiens enregistrés de Svāmi Prajnānpad. Il répond à deux besoins. D'une part faire comprendre l'enseignement de Svāmi Prajnānpad sous forme d'histoires et de paraboles qu'il racontait souvent lui-même - ici rassemblées par thèmes - et d'autre part montrer que son enseignement s'appuyait sur des sources traditionnelles et notamment des versets des Upanishad qui explicitaient et confirmaient ce qu'il disait : les traductions que donnent Svāmi Prajnānpad des textes sanskrits en révèlent la profondeur inaltérable et la pertinence toujours actuelle. **21 €**



DO-IN Auto massage

Dominique Launay
Editions Chariot d'Or

L'auto massage est un réflexe pour atténuer la douleur physique et prévenir les maladies. À partir de ce geste des techniques se sont développées en Asie. L'auteur décrit un ensemble d'exercices simples et particulièrement efficaces, illustrés avec clarté. Les néophytes pourront les mettre en pratique sans le moindre danger. C'est l'outil indispensable pour tous ceux qui souhaitent se faire plaisir en découvrant des gestes simples et structurés d'auto massage. Un recueil incontournable pour les personnes soucieuses de prendre en main leur capital santé et réaliser un travail préventif contre la maladie. **22 €**