



## Vivre en pleine conscience : Aimer

THICH NHAT HANH

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

Vivre en pleine conscience : Aimer THICH NHAT HANH

 [Telecharger Vivre en pleine conscience : Aimer ...pdf](#)

 [Lire en Ligne Vivre en pleine conscience : Aimer ...pdf](#)

# **Vivre en pleine conscience : Aimer**

*THICH NHAT HANH*

**Vivre en pleine conscience : Aimer THICH NHAT HANH**

## Téléchargez et lisez en ligne Vivre en pleine conscience : Aimer THICH NHAT HANH

---

144 pages

### Présentation de l'éditeur

Aimer et être aimé, telle est la grande histoire de notre vie, ce qui nous rend heureux. Mais qu'est-ce qu'aimer vraiment ? Et surtout comment bien aimer ? Grâce à la pratique de la méditation en pleine conscience, Thich Nhat Hahn nous enseigne comment nourrir notre amour et ouvrir notre cœur pour atteindre un amour véritable, qui englobe tout : soi-même, les autres, la nature et le monde.

*" Si vous jetez une poignée de sel dans un verre d'eau, il deviendra imbuvable. Mais si vous versez le sel dans une rivière, les gens pourront continuer de puiser l'eau pour cuisiner, pour faire la vaisselle et pour boire. La rivière est immense et elle a la capacité de recevoir, d'embrasser et de transformer. Quand notre cœur est petit, notre compréhension et notre compassion sont limitées et nous souffrons. Nous ne pouvons accepter ni tolérer les autres et leurs défauts, et nous voulons absolument qu'ils changent. Mais quand notre cœur s'élargit, ces mêmes défauts ne nous font plus souffrir. Nous avons beaucoup de compréhension et de compassion et nous pouvons embrasser les autres. Nous pouvons les accepter tels qu'ils sont et c'est ainsi qu'ils ont une chance de se transformer. Il faut donc se poser cette question cruciale : comment faire pour que notre cœur s'agrandisse ? "*

### Biographie de l'auteur

Moine bouddhiste vietnamien, Thich Nhat Hanh a œuvré toute sa vie pour la paix et la réconciliation, un travail qui lui a valu d'être proposé pour le prix Nobel de la paix par Martin Luther King. Il a publié de très nombreux ouvrages et notamment *Prendre soin de l'enfant intérieur* (Belfond, 2014). Il vit dans le sud-ouest de la France, au village des Pruniers, le centre bouddhique qu'il a fondé.

Download and Read Online Vivre en pleine conscience : Aimer THICH NHAT HANH #LXQ873C4O6G

Lire Vivre en pleine conscience : Aimer par THICH NHAT HANH pour ebook en ligne Vivre en pleine conscience : Aimer par THICH NHAT HANH 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 Vivre en pleine conscience : Aimer par THICH NHAT HANH à lire en ligne. Online Vivre en pleine conscience : Aimer par THICH NHAT HANH ebook Téléchargement PDF Vivre en pleine conscience : Aimer par THICH NHAT HANH Doc Vivre en pleine conscience : Aimer par THICH NHAT HANH Mobipocket Vivre en pleine conscience : Aimer par THICH NHAT HANH EPub  
**LXQ873C4O6GLXQ873C4O6GLXQ873C4O6G**