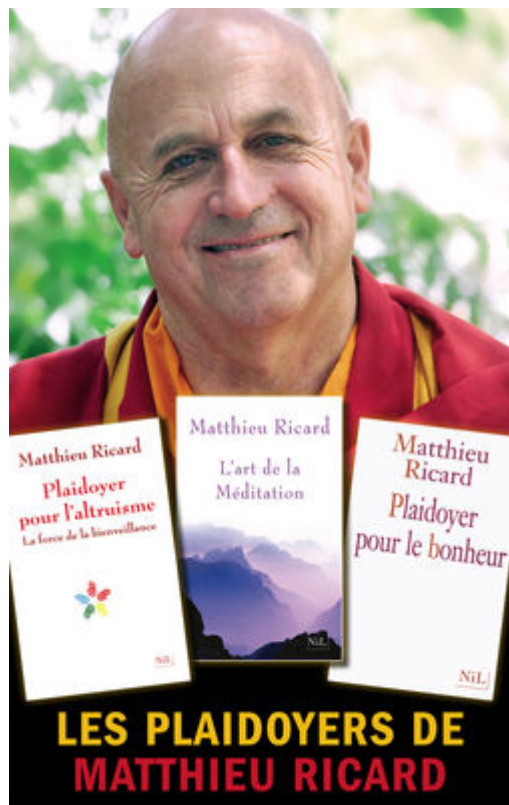


# Télécharger Livres Gratuit Les Plaidoyers de Matthieu Ricard (PDF | ePub | Mobi) Matthieu Ricard DataBase Book



## ***L'Art de la méditation***

Si apprendre à méditer est un cheminement que même les plus grands sages suivent tout au long de leur vie, s'y exercer au quotidien transforme déjà notre regard sur nous-mêmes et sur le monde. Tel est le propos de cet essai très accessible, à la fois guide spirituel et philosophique et initiation concrète à la pratique de la méditation.

Riche de sa double culture, de son expérience de moine, de sa connaissance des textes sacrés, de sa fréquentation des maîtres, Matthieu Ricard montre le caractère universel d'une méditation fondée sur l'amour altruiste, la compassion, le développement des qualités humaines. Et révèle les bienfaits évidents que méditer peut apporter à chacun dans notre société ultra-individualiste et matérialiste, nous offrant de découvrir et de cultiver nos aspirations les plus profondes.

## ***Plaidoyer pour le bonheur***

**Un véritable traité du bonheur mais aussi un guide précieux et convaincant pour nos individualismes en mal de repères.**

Nous aspirons tous au bonheur, mais comment le trouver, le retenir et même le définir? À cette question philosophique par excellence, traitée entre pessimisme et raillerie par la pensée occidentale, Matthieu Ricard apporte la réponse du bouddhisme: une réponse exigeante mais apaisante, optimiste et accessible à tous. Cesser de chercher à tout prix le bonheur à l'extérieur de nous, apprendre à regarder en nous-mêmes mais à nous regarder un peu moins nous-mêmes, nous familiariser avec une approche à la fois plus méditative et plus altruiste du monde... Riche de sa double culture, de son expérience de moine, de sa fréquentation des plus grands sages, de sa connaissance des textes sacrés aussi bien que de la souffrance des hommes, l'ambassadeur le plus populaire et le plus reconnu du bouddhisme en France nous propose une réflexion passionnante sur le chemin du bonheur authentique et les moyens de l'atteindre.

## ***Plaidoyer pour l'altruisme***

**" Rien n'est plus puissant qu'une idée dont le temps est venu. " Victor Hugo**

Saturés d'images violentes, confrontés à un monde en crise où semblent régner le plus souvent individualisme et cynisme, nous n'imaginons pas l'importance et la force de la bienveillance : le pouvoir de transformation positive qu'une véritable attitude altruiste peut avoir sur nos vies et, partant, sur la société tout entière.

Moine bouddhiste depuis plus de quarante ans, Matthieu Ricard expérimente les vertus de l'altruisme au quotidien. Avec le sens de la pédagogie qui a fait son succès, l'auteur de Plaidoyer pour le bonheur nous démontre point par point que l'altruisme n'est ni une utopie ni un vœu pieux, mais une nécessité, voire une urgence. Et qu'il s'impose comme la solution à nos maux contemporains dans de plus en plus de domaines.

Au carrefour de la philosophie, de la psychologie, des neurosciences, de l'économie, de l'écologie, ce livre est la somme d'années de recherches, de rencontres, d'expériences, d'observations et de réflexion. Lucide mais optimiste, un essai aussi passionnant que convaincant.

**Title** : Les Plaidoyers de Matthieu Ricard  
**Author** : Matthieu Ricard  
**Catégorie** : Bouddhisme  
**Sortie** : 29 oct. 2015  
**Éditeur** : Nil  
**Pages** : 1324  
**Langue** : Français  
**File Size** : 10.74MB

[Télécharger Livres Gratuit Les Plaidoyers de Matthieu Ricard \(PDF | ePub | Mobi\) Matthieu Ricard DataBase Book](#)

# Télécharger Livres Gratuit Les Plaidoyers de Matthieu Ricard (PDF | ePub | Mobi) Matthieu Ricard DataBase Book

[Télécharger Livres Gratuit Les Plaidoyers de Matthieu Ricard \(PDF | ePub | Mobi\) Matthieu Ricard DataBase Book](#)

**LES PLAIDOYERS DE MATTHIEU RICARD PDF** - Are you looking for eBook Les Plaidoyers de Matthieu Ricard PDF? You will be glad to know that right now Les Plaidoyers de Matthieu Ricard PDF is available on our online library. With our online resources, you can find Les Plaidoyers de Matthieu Ricard or just about any type of ebooks, for any type of product.

Best of all, they are entirely free to find, use and download, so there is no cost or stress at all. Les Plaidoyers de Matthieu Ricard PDF may not make exciting reading, but Les Plaidoyers de Matthieu Ricard is packed with valuable instructions, information and warnings. We also have many ebooks and user guide is also related with Les Plaidoyers de Matthieu Ricard PDF and many other ebooks.

We have made it easy for you to find a PDF Ebooks without any digging. And by having access to our ebooks online or by storing it on your computer, you have convenient answers with Les Plaidoyers de Matthieu Ricard PDF. To get started finding Les Plaidoyers de Matthieu Ricard, you are right to find our website which has a comprehensive collection of manuals listed.

Our library is the biggest of these that have literally hundreds of thousands of different products represented. You will also see that there are specific sites catered to different product types or categories, brands or niches related with Applied Numerical Methods With Matlab Solution Manual 3rd Edition PDF. So depending on what exactly you are searching, you will be able to choose ebooks to suit your own needs.

Here is the access Download Page of LES PLAIDOYERS DE MATTHIEU RICARD PDF, click this link to download or read online:

[Télécharger Livres Gratuit Les Plaidoyers de Matthieu Ricard \(PDF | ePub | Mobi\) Matthieu Ricard DataBase Book](#)

# 1000 livres les plus vendus [GRATUIT]