



Livre

**Auteur(s)** : Janis, Sharon (1959-...) (Auteur)

**Titre(s)** : Sagesse et spiritualité pour les nuls / Sharon Janis.

**Editeur(s)** : Paris : First éditions, DL 2017.

**Collection(s)** : (Pour les nuls).

**Résumé** : En choisissant ce livre, vous faites déjà preuve de grandes qualités spirituelles comme l'humilité, l'ouverture d'esprit et la simplicité. Sagesse et Spiritualité pour les Nuls a pour but de vous familiariser avec les concepts spirituels fondamentaux. L'ouvrage s'appuie sur des notions issues de textes sacrés et sur des études psychologiques et scientifiques pertinentes. Accessibles aux femmes et aux hommes de tous horizons et de toutes confessions - et y compris ceux qui n'ont pas de convictions religieuses - il n'exclut aucune doctrine, aucune voie. Ce guide simple et clair débute par un panorama des connaissances, de la sagesse et de la conscience spirituelles, puis il présente de nombreux exercices destinés à donner de l'énergie à votre corps. Il poursuit graduellement avec d'autres pratiques envisagées cette fois-ci pour mobiliser votre esprit et spiritualiser chaque aspect de votre vie. Un ouvrage indispensable pour vous initier et passer, entre autre choses, de l'avidité à l'abondance, de l'attachement à la liberté, du plaisir à l'extase, des épreuves à la transcendance...

**Notes** : Index.

: Traduit de : Spirituality for dummies.

**Sujet(s)** : Sagesse Spiritualité : Guides pratiques et mémentos

**Indice(s)** : 204

**Collation** : 1 vol. (XII-354 p.). ill.. 19 cm



## Exemplaires

Support	Bib. actuelle	Section	Localisation	Situation	Cote	Date retour	Code barre
Livre	Liffol le grand	Adultes	documentaire	En rayon	204 JAN		088120002925 81