



Livres

**Auteur(s)** : Matsumoto, Keisuke (Auteur); Flamin, Jean-Baptiste (Traducteur)

**Titre(s)** : La maison zen [Texte imprimé] : Leçons d'un moine bouddhiste / Keisuke Matsumoto ; traduit du japonais par Jean-Baptiste Flamin.

**Editeur(s)** : Paris : Points, DL 2018. ; Paris : Points, DL 2018.

**Collection(s)** : (Points. Vivre ; 4839).

**Résumé** : Et si le ménage et le rangement, tâches considérées comme ingrates, pouvaient devenir un moyen de trouver la paix intérieure ? Ainsi, dans les temples zen, la journée commence toujours avec le ménage : balayer ou ranger, ce n'est pas seulement nettoyer mais bien libérer l'esprit de ses tracas. Ce petit guide, inspiré des méthodes utilisées par les moines bouddhistes japonais, nous livre les secrets d'une existence simple : chaque instant vécu en pleine conscience, du temps pour regarder en soi, une application dans toutes les petites choses de la vie.

**Sujet(s)** : Bouddhistes zen \*\* Santé et hygiène

**Indice(s)** : 294.392 7019



## Exemplaires

Support	Bibliothèque	Section	Cote	Utilisation	Thème	Genre	Code-barres	Situation	Site propriétaire
Livres	Prigonrieux	Adulte	294 MAT	prêt normal	Dewey 200		024360005 22577	En rayon	CAB