



## **Zen & hypnose : 12 principes d'équilibre pour vivre heureux**

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Zen & hypnose : 12 principes d'équilibre pour vivre heureux

*De Editions de la Martinière*

**Zen & hypnose : 12 principes d'équilibre pour vivre heureux** De Editions de la Martinière

Le Dr Jean-Marc Benhaiem, hypnothérapeute et fondateur-directeur du diplôme universitaire d'Hypnose médicale à Paris VI, confronte pour la première fois hypnose et zen : deux mondes culturels, l'Occident et l'Orient ; deux approches, médicale et spirituelle ; deux modes d'attention qui privilégient le corps, la posture et la réduction de la pensée. Jean-Marc Benhaiem met en lumière 12 principes fondamentaux, invitant le lecteur à en faire l'expérience : disparition de l'égo, acceptation de ce qui est, pratique du non-jugement, nécessité du non-attachement..., ouvrant ainsi sur une compréhension des causes de la souffrance et de son apaisement. De leur voyage au Japon, Jean-Marc et Harry Benhaiem, sont revenus avec un reportage photographique illustrant ces principes : portraits, paysages, cérémonies traditionnelles, temples, jardins... Un livre inspiré. Une invitation à vivre l'expérience.

 [Télécharger Zen & hypnose : 12 principes d'équilibre pou ...pdf](#)

 [Lire en ligne Zen & hypnose : 12 principes d'équilibre p ...pdf](#)

**Téléchargez et lisez en ligne Zen & hypnose : 12 principes d'équilibre pour vivre heureux De Editions de la Martinière**

---

189 pages

Présentation de l'éditeur

Le Dr Jean-Marc Benhaiem, hypnothérapeute et fondateur-directeur du diplôme universitaire d'Hypnose médicale à Paris VI, confronte pour la première fois hypnose et zen : deux mondes culturels, l'Occident et l'Orient ; deux approches, médicinale et spirituelle ; deux modes d'attention qui privilégient le corps, la posture et la réduction de la pensée. Jean-Marc Benhaiem met en lumière 12 principes fondamentaux, invitant le lecteur à en faire l'expérience : disparition de l'égo, acceptation de ce qui est, pratique du non-jugement, nécessité du non-attachement..., ouvrant ainsi sur une compréhension des causes de la souffrance et de son apaisement. De leur voyage au Japon, Jean-Marc et Harry Benhaiem, sont revenus avec un reportage photographique illustrant ces principes : portraits, paysages, cérémonies traditionnelles, temples, jardins... Un livre inspiré. Une invitation à vivre l'expérience. Biographie de l'auteur

Dr Jean-Marc Benhaiem est médecin-hypnothérapeute, praticien en centres de traitement de la douleur à l'hôpital Ambroise Paré et à l'Hôtel Dieu (Paris). Il dirige le diplôme universitaire d'Hypnose médicale à Paris VI (Pitié-Salpêtrière) et a publié plusieurs livres autour de la pratique de l'hypnose en médecine chez Odile Jacob (L'Hypnose ou les portes de la guérison, avec François Roustang), Albin Michel, Trédaniel, InPress. Harry Benhaiem est photographe reporter et cameraman à l'Agence Sipa. Il a travaillé à l'agence Webistan en qualité de premier assistant du photographe Reza (National Geographic).

Download and Read Online Zen & hypnose : 12 principes d'équilibre pour vivre heureux De Editions de la Martinière #79K35DQYZ8F

Lire Zen & hypnose : 12 principes d'équilibre pour vivre heureux par De Editions de la Martinière pour ebook en ligne Zen & hypnose : 12 principes d'équilibre pour vivre heureux par De Editions de la Martinière 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 Zen & hypnose : 12 principes d'équilibre pour vivre heureux par De Editions de la Martinière à lire en ligne. Online Zen & hypnose : 12 principes d'équilibre pour vivre heureux par De Editions de la Martinière ebook Téléchargement PDF Zen & hypnose : 12 principes d'équilibre pour vivre heureux par De Editions de la Martinière Doc Zen & hypnose : 12 principes d'équilibre pour vivre heureux par De Editions de la Martinière Mobipocket Zen & hypnose : 12 principes d'équilibre pour vivre heureux par De Editions de la Martinière EPub

**79K35DQYZ8F79K35DQYZ8F79K35DQYZ8F**