



Date : 30/10/2014

Pages : 288

Format cm : 15 x 23

Prix : 16.8

EAN : 9782749140483

## La méditation m'a sauvé

---

Auteurs : Phakyab Rinpoché - Sofia Stril-Rever

Éditeur : Le Cherche Midi

Domaine : Littérature

Genres : Biographie/mémoires

Mots-Clés : Bouddhisme - Guérison - Fratrie

---

Ce livre est une contribution remarquable au débat sur les neurosciences contemplatives. Dans un récit passionnant, Sofia Stril-Rever nous fait vivre cette expérience singulière et universelle d'éveil à la nature aimante et lumineuse de l'esprit.

New York, avril 2003. Phakyab souffre de gangrène au pied droit et les médecins préconisent une amputation immédiate. Une voix intérieure lui intime de la refuser malgré son pronostic vital engagé et le Dalai-lama l'encourage à chercher en lui-même la guérison. Trois ans durant, l'abbé du Tibet oriental consacre douze heures par jour aux pratiques secrètes du tsalung, les yogas de l'énergie interne. Avant de mourir, son maître lui avait remis un manuscrit qu'il devait garder jusqu'au jour où il en aurait besoin. Grâce à lui, Rinpoché s'éveille à la nature véritable de son esprit et à son potentiel de guérison. En 2006, il sera parfaitement rétabli.

---

Ventes en France: 40 000 exemplaires