



ABC DU BOUDDHISME

Fabrice MIDAL

Nous apprenons qui est le Bouddha, quels sont les grands axes de son enseignement, comment se repérer parmi toutes les écoles - le Zen, le bouddhisme tibétain ou le tantra. Les grandes notions bouddhistes, du samsara au karma en passant par l'impermanence ou la compassion sont évoquées. Enfin sont rassemblés les grands principes d'une approche bouddhiste de l'existence pouvant aider chacun à se tenir debout dans sa vie.

196 pages - réf 27722

Broché - 14 x 21,5 - EAN 9782733910474 - © 2008



.....
Pour tout savoir sur le bouddhisme en 100 questions !

S'il existe de nombreux livres qui présentent la doctrine bouddhiste, celui-ci s'attache à montrer d'abord comment il se vit, la vision du monde qu'il invite à adopter, ses grands principes et ses grands préceptes.

En effet, en un peu plus de cent questions, Fabrice Midal explique tout aussi bien ce qu'est le bouddhisme que la manière de le vivre au quotidien. Il nous présente la pratique de la méditation, les grandes règles éthiques et les points de doctrine principaux.

Cet ouvrage est écrit non par un universitaire mais par un enseignant bouddhiste habitué à parler au grand public et soucieux de répondre aux questions que chacun se pose.

Fabrice Midal est l'auteur d'une quinzaine d'ouvrages sur le bouddhisme, dont *Introduction au tantra bouddhique*, *L'incandescence de l'Amour* (Fayard, 2008), *Quel bouddhisme pour l'Occident ?* (Seuil, 2006).

Il est le fondateur de l'association Prajna et philia qui œuvre à établir un bouddhisme pour l'Occident dans lequel il enseigne régulièrement lors de séminaires.

DIFFUSION UNIQUEMENT EN BOUTIQUES BIO ET LIBRAIRIES ÉSOTÉRIQUES