

Cet ouvrage d'initiation au bouddhisme, qui a connu un grand succès aux États-Unis, indique la manière la plus moderne, la plus efficace et la plus pratique pour réaliser ce que l'on appelle illumination ou « état de bouddha » – et cela en restant exactement tel que vous êtes, sans rien changer à votre apparence, ni à ce que vous mangez ou à ce que vous vivez.

Datant de plusieurs siècles et fondée sur l'enseignement du réformateur religieux japonais Nichiren, cette pratique bouddhique est considérée comme la « voie directe » vers l'illumination. C'est l'une des formes de bouddhisme les plus populaires pratiquées en Occident, et elle réunit plus de 12 millions de fidèles dans le monde.

Ouvrir la première page, c'est commencer la grande aventure – ce voyage étonnant fait d'une intelligence nouvelle et de découvertes qui vous mèneront jusqu'à votre moi le plus élevé.

Comme l'écrit Herbie Hancock dans l'avant-propos, « Le bouddha dans votre miroir rend la pensée profonde de Nichiren facile d'accès à tous. Que vous lisiez ce livre par simple curiosité ou que vous ressentiez le besoin impérieux d'améliorer votre vie et votre situation, je vous encourage à faire sérieusement l'essai des conseils pratiques qu'il vous offre. »

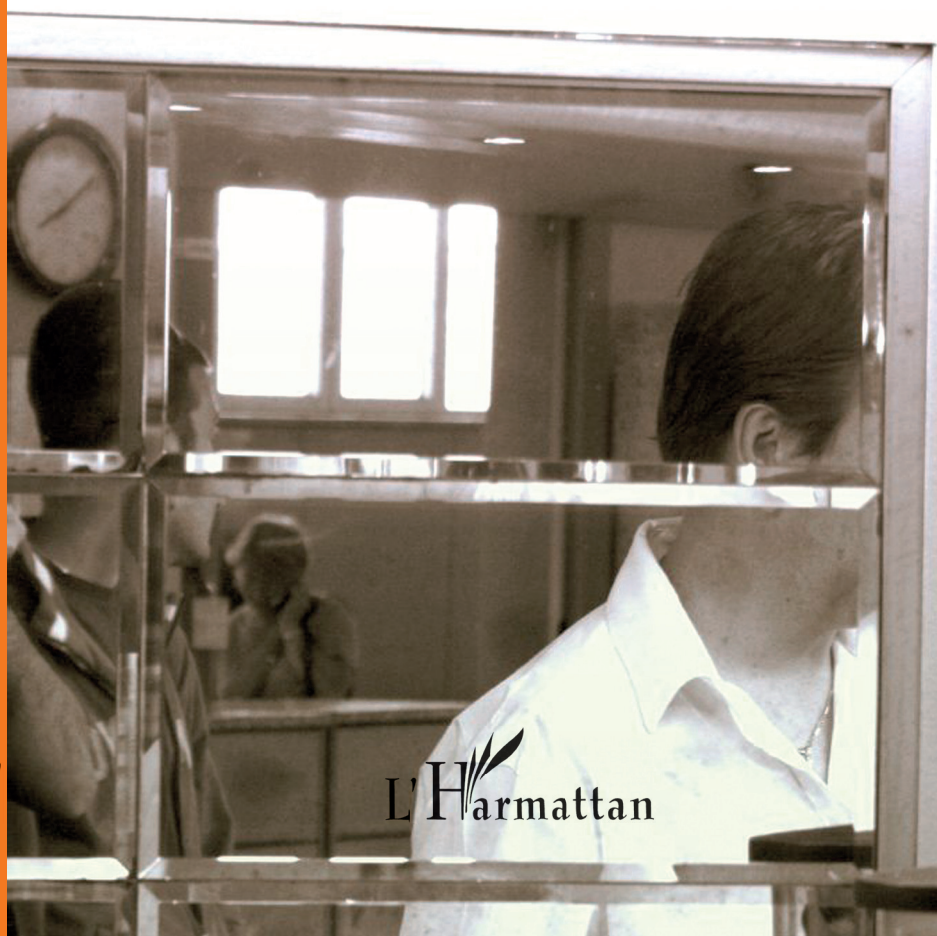
WOODY HOCHSWENDER, GREG MARTIN ET TED MORINO

# Le bouddha dans votre miroir

*Bouddhisme au quotidien et recherche de soi*

Le bouddha dans votre miroir

WOODY HOCHSWENDER  
GREG MARTIN ET TED MORINO



9 782296 056091

ISBN 978-2-296-05609-1  
15 €

L'Harmattan