

## Éléments de psychologie de la vie du Bouddha

L'enseignement de Siddharta Gautama, le Bouddha historique, perdue jusqu'à nos jours à travers différentes écoles et pratiques. À côté de sa dimension religieuse et mystique, la plus connue, cette tradition offre des perspectives humaines et philosophiques qui prennent corps lorsque son auteur aborde l'existence par des énoncés qui nous semblent si proches, comme le constat de la souffrance, mais si paradoxaux comme de cesser de désirer ou de pratiquer l'impermanence.

Cet ouvrage propose une approche nouvelle, psychologique, qui s'appuie sur des événements de la vie du Bouddha connus d'après le récit de ses continuateurs.

Il n'est en effet pas neutre d'être orphelin de mère à sept jours, d'être prince dans un pays pauvre ou d'avoir des réflexions existentielles que rien ne peut apaiser. Après avoir tenté en vain l'ascétisme masochique, le futur Bouddha trouva une autre voie : en proposant une méthodologie du lâcher-prise, il instruit la notion de l'ainsité comme une pleine conscience du « ici, maintenant et pleinement ». Il s'agit là de la première marche vers le *nirvana*, exploré comme l'espace d'une immense liberté intérieure qui permet, en retour, de construire une communauté, avec ses limites, gérée par l'éthique altruiste comme un bienfait commun.

Luong Cân-Liêm est psychiatre, docteur en psychologie et chargé de cours à Paris 5 et Paris 13.

ISBN : 978-2-343-02193-5  
21 €

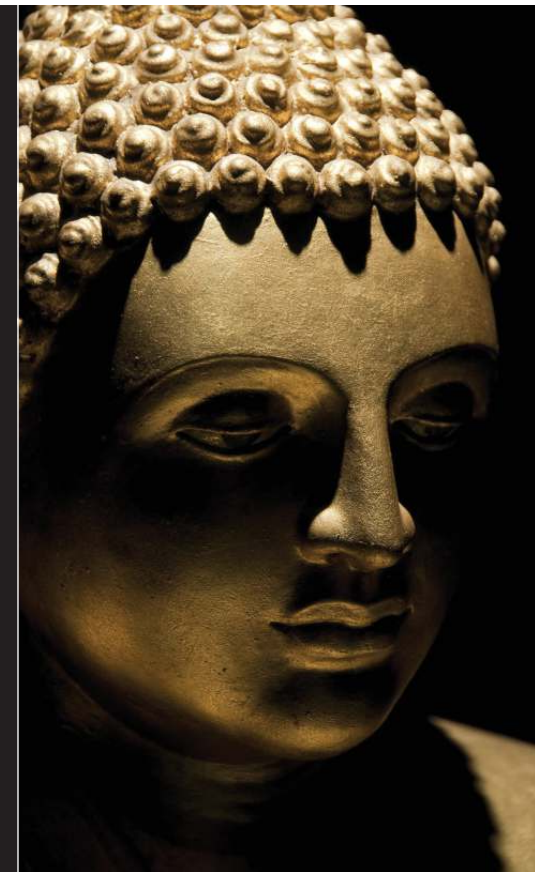


Photo : © dutourdumonde – Fotolia



Éléments de psychologie de la vie du Bouddha

Luong Cân-Liêm



Luong Cân-Liêm

## Éléments de psychologie de la vie du Bouddha

L'Harmattan