

## Zen : L'art d'une vie simple

Livre

[Masuno, Shunmyo. Auteur](#)

Édité par [Marabout. Alleur](#) - 2019

Vivre simplement, le cœur léger, l'esprit serein et le corps plein d'énergie, n'est-ce pas ce qui s'approche au plus près du bonheur ? C'est précisément le sujet de ce livre : une vie simple, placée sous le signe du zen. Pour y accéder, nul besoin de changer le monde, il suffit de modifier imperceptiblement son regard sur le monde.



- [Contient](#)
- [Sujet](#)
- [Description](#)
- [Oeuvre](#)

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

224 p.

Date de publication

2019

Contributeurs

[Calogirou, Tina. Traducteur](#)

Cotes

- 158 MAS

Sections

Adulte

ISBN

978-2-501-14069-0

Popularité

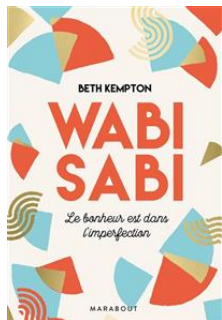
Document emprunté 3 fois ces 6 derniers mois

Sujet(s)

Classification

[Psychologie](#)

Site	Emplacement	Cote
MEDIATHEQUE		158 MAS



## Wabi sabi

Livre

[Kempton, Beth. Auteur](#)

Édité par [Marabout. Paris](#) - 2019

Dans un monde gouverné par la quête perpétuelle de la perfection, l'accélération du temps et la performance en tout, le wabi sabi se présente comme une faille salvatrice. Ce fascinant concept japonais, intraduisible dans notre culture occidentale, est une invitation à nous accepter tels que nous sommes. Il nous donne les outils nécessaires pour échapper aux pressions de la vie moderne en nous aidant à nous contenter de moins



- [Contient](#)
- [Sujet](#)
- [Description](#)
- [Oeuvre](#)
  - Type de document
  - Livre
  - Langue
  - français
  - Description physique
  - 217 p.
  - Date de publication
  - 2019
  - Contributeurs
  - [Paban, Florence. Traducteur](#)
  - Cotes
    - 158 KEM
  - Sections
  - Adulte
  - ISBN
  - 978-2-501-13434-7
  - Popularité
  - Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois
  - Sujet(s)
  - Classification
  - [Psychologie](#)

Site	Emplacement	Cote
MEDIATHEQUE		158 KEM

## Le petit livre de l'ikigai : La méthode japonaise pour trouver un sens à sa vie

Livre

[Mogi, Ken. Auteur](#)

Édité par [Mazarine. Paris](#) - 2018

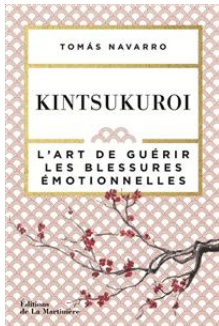
L'ikigai est la célébration du "faire" plutôt que de "l'avoir" ou même de "l'être" . Grâce à ce livre, vous aurez toujours "une excellente raison de vous lever le matin" , et vous trouverez la plénitude à chaque étape de la vie. Ken Mogi, neuroscientifique et auteur à succès japonais, nous livre les secrets de cette philosophie japonaise



- [Contient](#)
- [Sujet](#)
- [Description](#)
- [Oeuvre](#)
  - Type de document
  - Livre
  - Langue
  - français
  - Description physique
  - 216 p.
  - Date de publication
  - 2018
  - Cotes
    - 158 MOG
  - Sections

Adulte  
 ISBN  
 978-2-86374-473-4  
 Popularité  
 Document emprunté 4 fois ces 6 derniers mois  
 Sujet(s)  
 Classification  
[Psychologie](#)

Site	Emplacement	Cote
MEDIATHEQUE		158 MOG
MEDIATHEQUE		158 MOG



## Kintsukuroi - L'art de guérir les blessures émotionnelles

Livre

[Navarro, Tomas. Auteur](#)

Édité par [De La Martinière. Paris](#) - 2004

Kintsukuroi est cet art japonais ancestral qui consiste à réparer la porcelaine brisée en appliquant de l'or sur les fêlures. Par analogie, nous devons tous faire face à des épreuves, des deuils. Les surpasser, c'est comme mettre de l'or sur nos fêlures



- [Contient](#)
- [Sujet](#)
- [Description](#)
- [Oeuvre](#)

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

280 p.

Date de publication

2004

Cotes

- 152.4 NAV

Sections

Adulte

ISBN

978-2-7324-8485-3

Popularité

Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois

Sujet(s)

Classification

[Psychologie](#)

Site	Emplacement	Cote
MEDIATHEQUE		152.4 NAV



## Inspiration Japon : 30 créations : origami, sashiko, furoshiki, couture...

Livre

[O. Maria. Auteur](#)

Édité par [Dessain et Tolra. Paris](#) - 2011

Une trentaine d'objets de culture ou d'inspiration japonaise en tissu ou en papier à réaliser : origami, kirigami, furoshikis et base de couture.



- [Contient](#)
- [Sujet](#)
- [Description](#)
- [Oeuvre](#)

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (96 p.) ; illustrations en noir et en couleur

Date de publication

2011

Cotes

- 746.4 O

Sections

Adulte

ISBN

978-2-03-585408-7

Popularité

Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois

Sujet(s)

Classification

[Loisirs créatifs](#)

Site	Emplacement	Cote
MEDIATHEQUE		746.4 O