



VUE DE L'INTÉRIEUR

Qu'est-ce que la méditation, profondément ? Pourquoi prend-elle de plus en plus de place dans notre vie et quelles sont les traditions dont elle provient ? Joël Callède, qui médite depuis 15 ans, nous emmène dans le monde de la méditation en version BD, à la rencontre des guides connus comme Christophe André, mais aussi de sa propre pratique et de ce que cela lui apporte au quotidien.

Quelques pas vers l'infini,
Joël Callède, Les Arènes, 22,90 €