

Bibliothèques de Compiègne - Recherche MEDITATION : GUIDES PRATIQUES

Livre CD

Titre : La méditation de pleine conscience pas à pas : découvrir et explorer la méditation de pleine conscience
Auteur : Couzon, Elisabeth (1950-..)
Editeur : ESF éditeur
Date édition : DL 2020
Collections : Collection Mieux se connaître
Support : Livre CD

Livre CD

Titre : Calme et attentif comme une grenouille : ton guide de sérénité
Auteur : Snel, Eline (1954-....)
Editeur : les Arènes
Support : Livre CD
