

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
