

## **Journal intime d'un touriste du bonheur**

Type de contenu : Texte

Type de médiation : sans médiation

Titre(s) : Journal intime d'un touriste du bonheur [texte imprimé] / Jonathan LEHMANN

Auteur(s) : Lehmann, Jonathan

Publication : [Paris] : Éditions de La Martinière, DL 2018

Fabrication / Impression : [Paris] : Éditions de La Martinière

Description matérielle : 1 vol. (274 p.) ; 22 cm

ISBN : 978-2-7324-8682-6

EAN : 9782732486826

Autres classifications : 920

Note(s) : Bibliogr., 2 p.

Résumé ou extrait : Un livre irrésistible qui bouscule les genres littéraires autant que les consciences ! Jonathan Lehmann, jeune auteur engagé, talentueux et charismatique, nous embarque dans un périple hors du commun. Golden boy à Wall Street, amateur de fêtes et de drogues..., Jonathan plaque tout du jour au lendemain pour partir à la recherche du bonheur. Pendant 3 ans, il va à la rencontre de penseurs et de maîtres spirituels à travers le monde, apprend la méditation, découvre le chamanisme. Et cherche des réponses à son mal-être dans les sagesses ancestrales, le bouddhisme, les philosophies antiques ; mais aussi les sciences, comme la neurologie, la psychologie positive et cognitive... Avec beaucoup de lucidité, de talent et d'humour, il nous raconte les tribulations d'un touriste du bonheur en Inde : son shopping spirituel d'ashram en ashram, de gourou en gourou (Goenka et la prison de la méditation, Amma et l'hôpital de la spiritualité, Osho et le temple du sexe tantrique...), son coming-out mystique, son combat incessant contre la tyrannie du mental, ses réussites et ses échecs... Dans un style vivant, décomplexé et plein de drôleries, Jonathan Lehmann nous transmet toute la richesse des enseignements universels qu'il a reçus et qui ont nourri son cheminement vers le bonheur. Vous refermerez ce livre et vous en serez transformé !

Image de présentation : <https://bibliotheques-numeriques.defense.gouv.fr/koha/ecrans/9782732486826.jpg>

Text alternatif image de présentation : 9782732486826.jpg