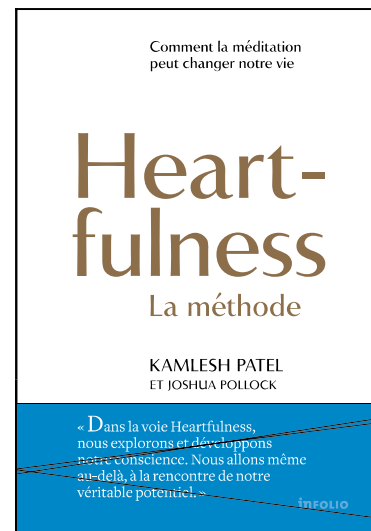


HEARTFULNESS, LA METHODE

KAMLESH PATEL
Entretien avec JOSHUA POLLOCK
Traduit de l'anglais par Genia Catala

Disponible le 20 Mai 2020
En librairie le 18 Juin 2020

Comment préserver notre équilibre et préparer des lendemains meilleurs face à l'incertitude, au stress et à l'anxiété générés par les situations de crise comme celle que traverse l'humanité aujourd'hui ?



Née en Inde au début du XX^e siècle et inspirée du Raja Yoga, la méditation Heartfulness répond à cette question avec sa spécificité : **une approche simple et accessible centrée sur le rôle dynamique du cœur.**

Perfectionnée avec les années, cette méditation répond aux besoins modernes en intégrant plus harmonieusement les aspects spirituels et matériels de nos vies.

Dans cet entretien, Kamlesh Patel, guide spirituel du mouvement Heartfulness, dialogue avec l'américain Joshua Pollock pour répondre à toutes les questions que se posent débutants et confirmés :

Qu'est-ce que la méditation ? Pourquoi méditer ? Quelle attitude avoir ? Quel est le rôle d'un guide spirituel ? Qu'est-ce que l'approche Heartfulness ?

Traduit en 16 langues, publié aux États-Unis et dans différents pays européens, cet ouvrage est un best-seller en Inde avec plus d'1 million d'exemplaires vendus.

Ce livre paraît dans la collection "Le Maître et le disciple" et pose les fondations d'une pratique de la méditation et d'un mouvement qui soutient tous les aspects de la vie personnelle et collective.

***KAMLESH PATEL** est le guide spirituel et le responsable international Heartfulness. Son enseignement, fruit de décennies de recherches dans le domaine de la spiritualité, associe l'expérience pratique, la réflexion philosophique et les récentes découvertes scientifiques. Auparavant, il a travaillé à New York comme pharmacien pendant plus de trente ans.*

***JOSHUA POLLOCK**, originaire des États-Unis, est formateur et praticien Heartfulness de longue date. Violoniste, il se produit et enseigne au niveau international. Il a par ailleurs collaboré avec le compositeur de musique de film A.R. Rahman, lauréat d'un Oscar pour la bande-originale de Slumdog Millionnaire. Il vit aujourd'hui en Inde.*

Contact presse :

Alexandra Diaconu : 06 11 85 14 19 alexandra.diaconu@legato-agency.com