<h1>Settimana dello yoga, le nostre promozioni</h1><h2>Yoga e meditazione: autoguarigione e cura secondo Jacques Vigne</h2> In occasione della giornata Mondiale dello Yoga del 21 giugno, MC Editrice promuove le sue proposte editoriali firmate da Jacques Vigne, psichiatra francese e maestro spirituale, che da trent'anni applica ai metodi scientifici il sapere delle grandi filosofie orientali.
L'autore, partendo dalla sua trentennale esperienza di insegnamento della meditazione, entra nel vivo della pratica, sottolineando l'importanza di metodologie collaudate; e attraverso citazioni ed esempi spiega con immediatezza ed efficacia come la pratica meditativa pu&#65533;attenuare la dicotomia corpo-mente e ottenere una maggiore coerenza e integrazione tra i vari livelli della persona.
Siamo lieti di annunciarvi che ad ottobre uscir&#65533;a sua cura il primo libro italiano sulla figura e sugli insegnamenti di Tenzin Palmo, Venerabile Maestra del buddhismo tibetano, raccolti dal vivo da Jacques Vigne in questi mesi.
La presentazione del libro far&#65533;parte degli eventi che vedr&#65533;Jacques Vigne a Milano nel dicembre prossimo, nella settimana dal 13 al 18 dicembre per una serie di incontri, seminari e conferenze su "Educare il cuore, addestrare la mente". &#65533;