

Le numéro de **MAI**  
vient de sortir !

En couverture de ce numéro,  
un dossier consacré  
à la **MÉDECINE TIBÉTAINE**.



## À LIRE DANS CE DOSSIER

- L'art tibétain de la guérison
- Test : quel *nyepa* êtes-vous ?
- La médecine selon Bouddha
- Retrouver son équilibre par l'alimentation
- Une pharmacopée millénaire
- Massages, yoga, compresses, moxas... les thérapies externes de *Sowa Rigpa*
- *Yuthok Nyingthig* : trois étapes pour trouver la Voie

## Notre coup de cœur



### **Massages, yoga, compresses, moxas... les thérapies externes de Sowa Rigpa**

Flexibles et variées, les thérapies externes s'allient aux « moyens habiles » de l'*amchi*, le praticien *Sowa Rigpa*, la médecine tibétaine, dont l'essence pratique est sa faculté d'adaptation. Du caractère unique de l'être à ses déséquilibres particuliers comme aux conditions extérieures, telles que le lieu ou le temps, *Sowa Rigpa* propose