

365 DIAS

com

meditação

Philippe Beauregard



Resumo de 365 Dias Em Meditação

Meditar é contemplar imagens internas e externas a nós. É imaginar e intuir criativamente. O presente livrinho traz algumas intuições. Partindo delas pode-se meditar entregando-se às imagens para experimentá-las. Na prática da meditação está o caminho de descoberta e entendimento dos próprios sentimentos emoções e percepções.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)