

# AS CINCO HABILIDADES ESSENCIAIS DO **RELACIONAMENTO**

---

Como se expressar,  
ouvir os outros e  
resolver conflitos



Companhia  
Editora Nacional

**DALE  
CARNEGIE  
TRAINING**

FUNDAÇÃO DO AUTOR DE  
*Como fazer amigos e  
influenciar pessoas*

# Resumo de Osho. O Livro Completo da Meditação

Neste livro você encontrará uma grande variedade de meditações ativas para lhe dar a oportunidade de realmente relaxar e liberar a tensão. Você notará que Osho inclui diversas práticas baseadas no corpo ou relativas aos movimentos corporais, muitas vezes incorporando até a dança. Osho mostra que, em vez de lutar contra sua mente, vale começar pelo seu corpo. Quando o corpo muda, a mente também mudará, ensina o autor.

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