

UN THÈME ORIGINAL POUR UNE ADDICTION TRÈS ACTUELLE

MEV : 11/07/2016
Paris

MÉDITATION - 438

5 MINUTES
POUR **MÉDITER**
Zen sur la t@ile

- HISTOIRE
- BIENFAITS
- PRATIQUE AU QUOTIDIEN

Par un Maître Gendai Reiki

Edith Gauthier
Editions Bussière



Dimensions : 11 x 15,5
Nombre de pages : 80
Support : Livre Broché
Caractéristiques : Illustrations N&B
Collection : 5 minutes pour méditer

6,00 €

Réf. 58741



Bussière

**5 MINUTES POUR MÉDITER -
ZEN SUR LA T@ILE**

Edith Gauthier

Éditions **B** Bussière

Les journées passent trop vite et nous ne prenons plus le temps de respirer, de nous recentrer, et il est souvent délicat de s'accorder quelques instants rien que pour nous...

Face à ce constat, Edith Gauthier, maître Gendai-Reiki reconnu, a conçu des **méditations ponctuelles**, dont les thématiques dépendent des différentes situations dans lesquelles on est susceptibles de se trouver ou des différents états que l'on souhaite atteindre...

Des méditations que chacun peut faire **partout, à tout moment, et rapidement**, sans avoir à bousculer son planning.

Elle a souhaité pour le troisième volume de cette collection, s'attacher au monde de la toile, à ses addictions, ses communications incessantes, ses illusions !

Que ce soit chez vous ou au bureau, pour gérer les communications, pour apprendre à contrôler son addiction, pour résister aux incessantes stimulations de la toile, **5 minutes** de méditations peuvent suffire !

MÉDITATION - REIKI - WEB



Edith Gauthier

Edith Gauthier est Maître enseignante, degré « Shihan », de Gendai-Reiki et praticienne en thérapie énergétique japonaise. Diplômée en Histoire de l'Art, Archéologie, Histoire et Philosophie des Religions, elle étudie les savoirs oubliés de l'Asie, du Tibet et de l'Inde afin de les rendre accessibles et utiles à tous.

Méditation

Reiki

Web

Méditation

Reiki

Web

Méditation

Reiki

Web