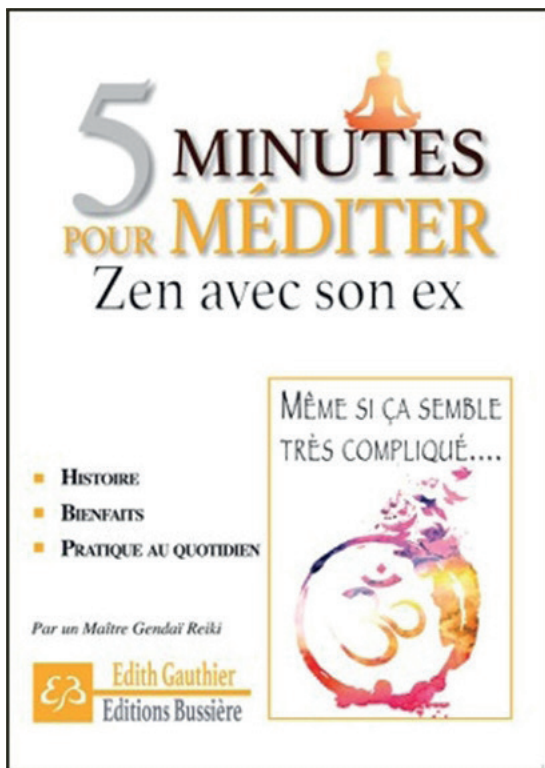


UN CONCEPT ORIGINAL POUR LA PETITE COLLECTION « 5 MINUTES POUR MÉDITER »

MEV : 10/10/2016
Paris

MÉDITATION
438



6,00 €

Dimensions : 11 x 15,5
Nombre de pages : 50
Support : Livre Broché
Caractéristiques : Illustrations
Collection : 5 minutes pour méditer

Réf. 59456



Bussière

5 MINUTES POUR MÉDITER -
ZEN AVEC SON EX

Edith Gauthier

Il existe des ex de toutes sortes, de l'amour d'enfance à l'amour disparu trop tôt, celui avec lequel on a fondé une famille, etc. Noyés dans notre émotionnel, nous rejetons souvent sur cet autre ce que l'on considère comme un échec ; l'ex est le bouc émissaire parfait, le prétexte parfait pour ne pas regarder en nous-mêmes. Car il n'y a pas de hasard aux rencontres : l'autre est une part de vous-même, il ou elle est votre complément de ce moment M de votre vie.

Si vous lisez ces lignes c'est que vous avez acheté ce livret, et si vous l'avez acheté c'est que vous n'êtes pas zen avec votre ex ! Mettons-nous au travail pour essayer de changer la situation, c'est-à-dire, votre point de vue, vous rendre « zen avec votre ex », mais surtout avec vous-même, ou l'idée que vous vous en faites. **La méditation va vous aider à extérioriser votre souffrance, votre réactivité, votre jalousie, votre rancœur...**

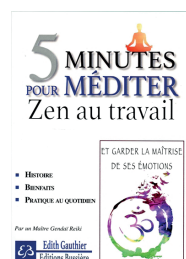
MÉDITATION - SÉPARATION - RÉCONCILIATION



4 000 ex en deux mois

Edith Gauthier

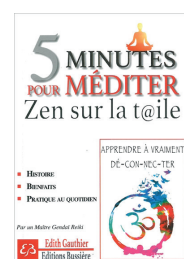
Edith Gauthier est Maître enseignante, degré « Shihan », de Gendai-Reiki et praticienne en thérapie énergétique japonaise. Diplômée en Histoire de l'Art, Archéologie, Histoire et Philosophie des Religions, elle étudie les savoirs oubliés de l'Asie, du Tibet et de l'Inde afin de les rendre accessibles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



Réf. 58329



Réf. 57884



Réf. 58741

