

25 TECHNIQUES MÉDITATIVES POUR S'ANCER DANS LA LUMIÈRE

ÉDITIONS
PAUME DE
SAINT-GERMAIN

Simhananda

Qu'elles soient pratiquées au réveil ou au coucher, au travail ou en préparant les repas, avant d'entreprendre une activité ou en pleine action, peu importe... les **25 techniques méditatives, courtes et pratiques**, que nous propose Simhananda offrent de **puissantes possibilités de transformation et d'aide**, et ne demandent qu'à être mises en pratique.

« Ici... maintenant ! Apprendre à méditer, c'est pratiquer la méditation, en tout temps, en tous lieux. » - Simhananda.



Réf. 63436

Précommande n° : L99113

10/01/2018

7,45 €

Livre Broché • 136 pages • 11,5 x 18 cm

Photos couleur

Religions - Spiritualité

Méditation – 438

Méditation
Spiritualité et religion
Relaxation
Mantras

Simhananda, signifiant littéralement « rugissement du lion », est un Maître occidental de Sagesse reconnu pour répandre l'immémoriale Vérité sur un ton résolument moderne, unissant de ce fait la Lumière de l'Orient à celle de l'Occident. Conférencier émérite depuis plus de 40 ans, auteur de nombreuses œuvres, dont plusieurs ont obtenu de prestigieux prix internationaux, il sait transmettre la joie de la découverte de Soi, mais également de ce qui compose notre univers.

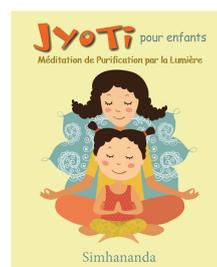
Techniques méditatives faciles à intégrer à la vie quotidienne.

Un ouvrage en couleur et à tout petit prix.

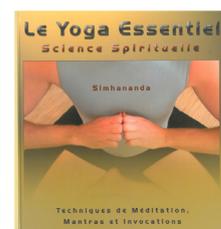
Table des matières

Préparation avant toute activité
Accueil de la Lumière divine
Ouverture du cœur et compassion
Méditation consciente
Purification et protection
Repos en toute sérénité
Bénédictions
Quelques mantras...
Quelques divinités et mots sanskrits...
Quelques mots sur Simhananda...

Du même enseignant :



Réf. 59378



Réf. 54610



DG DIFFUSION – La distribution alternative – Z.I. de Bogues – 31750 Escalquens
Tél. : +33 (0)5 61 000 999 – Fax : +33 (0)5 61 00 23 12