

Méditer ; une médecine des âmes PDF

Auréli Godefroy



Ceci est juste un extrait du livre de Méditer ; une médecine des âmes. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Auréli Godefroy
ISBN-10: 9782226323804
Langue: Français
Taille du fichier: 2474 KB

LA DESCRIPTION

Dans un environnement de plus en plus survolté et anxiogène, où le sens de ce que nous faisons se perd dans la multiplicité des informations et la pression croissante, l'acte de méditer, ne fut-ce que quelques minutes, permet de retrouver un calme intérieur et un espace salvateur. D'autant que, affranchie de la religiosité et forte des études scientifiques qui prouvent ses bienfaits, la méditation peut se concentrer aujourd'hui sur le mieux-être et la recherche personnelle, et que sa pratique sert également à équilibrer la santé, la fatigue, les dépressions, les phobies et addictions diverses..... Lire la suite Ce livre, qui réunit spécialistes, religieux, médecins et chercheurs, est un voyage riche d'enseignements, un parcours où la recherche de l'intériorité se mêle à la vie quotidienne. Car soigner notre mal-être permet de nous montrer meilleur pour autrui comme le prouvent, avec efficacité et empathie, les nombreux témoignages réunis ici au fil des rencontres d'Aurelie Godefroy, journaliste au Monde des religions et à France 2.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Comment méditer au quotidien ? Fabrice Midal, Christophe André, Frédéric Lenoir, Daniel Chevassut, Thierry Janssen, répondent aux questions d'Aurélie Godefroy

Découvrez et achetez Méditer, Une médecine des âmes - Aurélie Godefroy - Albin Michel sur www.librairiecoiffard.fr

4e de couverture. Dans un environnement de plus en plus survolté et anxiogène, ou le sens de ce que nous faisons se perd dans la multiplicité des informations et la ...

MÉDITER ; UNE MÉDECINE DES ÂMES

[Lire la suite...](#)