



## Techniki medytacji

Cena	<b>39.00 zł</b>
Dostępność	<b>produkt dostępny</b>
Numer katalogowy	<b>9788389375131</b>
Kod EAN	<b>9788389375131</b>
Producent	<b>KOS</b>
Autor	<b>OSHO</b>

### Opis produktu

Ta książka jest zbiorem technik medytacyjnych, które Osho przekazywał przez wiele lat; są tu fragmenty i cytaty z książek zawierających jego poranne wykłady i wieczorne darshany. Niektóre techniki (vipassana, nadabrahma, wirowanie) od wieków znane są medytującym wielu tradycji. Inne (dynamiczna, kundalini, gourishankar) odzwierciedlają mądrość tych tradycji i odkrycia współczesnej psychologii, stanowiąc niepowtarzalną receptę Osho dla zaspokojenia potrzeb człowieka współczesnego.

Jeśli ktoś podejmie praktykę trwającą siedem dni, pod koniec tego okresu powinien zacząć odczuwać, że coś się z nim stało. W ciągu siedmiu dni powinien stać się innym człowiekiem... Dlatego mówię, żebyś dzisiaj podjął praktykę, a rezultaty odczujesz natychmiast. Mamy teraz epokę odrzutowców, medytacja nie może być procesem powolnym. Musi nabrać tempa.

ISBN: **83-89375-25-7**

liczba stron: **144**

format: **A5**

oprawa: **mięka**