DIARIO DE MEDITACIÓN (SINCRONARIO)



ARMENDÁRIZ, ROCÍO

SINOPSIS

Diario de Meditación (Sincronario) es una propuesta práctica de autoconocimiento estructurada en 262 instrucciones/inspiraciones, concebidas como pulsos diarios de conciencia. Cada jornada invita al practicante a detenerse, inscribir, respirar, guardar silencio y escuchar. La obra no pretende enseñar algo nuevo, sino acompañar al lector a recordar su propia sabiduría interior. A través de una metodología concreta postura de anclaje, invocación, silencio consciente y escritura intuitiva el libro propone un recorrido de sincronización personal con los ciclos naturales y con la frecuencia más elevada del presente. Más que un manual teórico, es un espacio de práctica íntima. Un compañero diario para entrenar la presencia, transformar el ruido mental en vibración consciente y cultivar una conexión profunda con el maestro interior....

Editorial	KOLIMA BOOKS
Materia	Mente, cuerpo y espíritu: meditación y visualización
Colección	Espiritualidad
EAN	9791388155062
Status	Normal
Encuadernación	Tapa dura
Páginas	298
Tamaño	220x140x17 mm.
Peso	400
Precio (Imp. inc.)	25,00€

Títulos relacionados



EL PROYECTO ADAN
GARCIA MARTINEZ, JOSE LUIS



EL DIVÁN DEL BUSCADOR
GARCÍA NOGUERÓN, SERGIO



DESPIERTA DEL SUEÑO Y... ¡RECUERDA QUIÉN ERES!
GAMAZA KRELL, ANTONIO



RELATOS DE LA OTRA REALIDAD
PAZ WELLS, SIXTO