

*Aprenda a se aceitar exatamente como é
e a descobrir seu propósito de vida*



A
identidade
da
alma

PANACHE DESAI



SEXTANTE

Resumo de A Identidade da Alma

Todos nós buscamos a felicidade. No entanto, é comum não sabermos onde procurá-la. Isso leva a toda sorte de equívocos e acumula emoções intensas, com as quais nem sempre conseguimos lidar.

Além disso, muitas vezes acreditamos que o bem-estar e o contentamento estão em algum lugar do futuro: quantas vezes nos flagramos pensando que seremos felizes quando tivermos algo, quando nos aposentarmos ou quando finalmente largarmos o emprego que tanto nos incomoda?

Em A identidade da alma, Panache Desai nos traz um ensinamento fundamental: cada um de nós já é a felicidade que está buscando. A plenitude não depende de alguma condição nem do cumprimento ou não dos nossos desejos.

Por meio de textos inspiradores, exercícios e meditações, você vai aprender a lidar com suas emoções de modo a, pouco a pouco, desconstruir os falsos discursos que criou sobre si mesmo.

Nossa verdadeira natureza é a plenitude e o amor incondicional, mas camadas e camadas de sentimentos como o medo, a culpa e a autossabotagem nos impedem de reconhecer a luz divina que já está em todos nós.

A boa notícia é que só precisamos exercitar a consciência plena e nos aceitar integralmente como somos, porque o que procuramos já está aqui, debaixo do nosso nariz.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)