



Meditação

A PERFEIÇÃO-HOMEM
NA SATISFAÇÃO-DEUS

SRI CHINMOY

Pensamento

Resumo de Meditação. A Perfeição Homem na Satisfação-Deus

Aprenda a meditar com este livro, a mais completa obra disponível sobre meditação. Com a clareza e a simplicidade que são características de Sri Chinmoy, esta obra irá guiá-lo desde os estágios iniciais da concentração e meditação até as técnicas avançadas de contemplação, passando pelos seguintes passos: técnicas de meditação, descoberta do seu profundo Eu interior, a poderosa relação entre prece e meditação, desenvolvimento do seu poder de concentração, como descobrir e manter a paz de espírito, como libertar-se de emoções negativas, como o medo e a ira, reconhecimento e interpretação da “Voz do Silêncio” em seu interior e como despertar o coração espiritual para desvendar o poder da alma.

Também estão incluídas 150 respostas de Sri Chinmoy a perguntas sobre uma variedade de experiências comuns aos praticantes de meditação.

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