

AS CINCO HABILIDADES ESSENCIAIS DO **RELACIONAMENTO**

Como se expressar,
ouvir os outros e
resolver conflitos



Companhia
Editora Nacional

**DALE
CARNEGIE
TRAINING**

FUNDAÇÃO DO AUTOR DE
*Como fazer amigos e
influenciar pessoas*

Resumo de Osho. O Livro Completo da Meditação

Neste livro você encontrará uma grande variedade de meditações ativas para lhe dar a oportunidade de realmente relaxar e liberar a tensão. Você notará que Osho inclui diversas práticas baseadas no corpo ou relativas aos movimentos corporais, muitas vezes incorporando até a dança.

Osho mostra que, em vez de lutar contra sua mente, vale começar pelo seu corpo. Quando o corpo muda, a mente também mudará, ensina o autor.

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