

OSHO

SAÚDE EMOCIONAL



*Transforme o Medo,
a Raiva e o Ciúme
em Energia Criativa*

Cultrix

Resumo de Saúde Emocional

Como conciliar a necessidade de expressar as emoções como o desejo de proteger os outros? Muitas vezes ficamos no dilema entre a expressão e a repressão. Osho, um dos mais provocativos e inspiradores mestres espirituais dos nossos tempos, apresenta neste livro uma abordagem prática e abrangente para resolvermos esse conflito definitivamente.

Saúde Emocional nos ajuda a entender as raízes das nossas emoções, a reagir às situações de maneiras que possam nos ensinar mais acerca de nós mesmos e das outras pessoas, e a encarar os altos e baixos inevitáveis da vida com mais confiança e equilíbrio.

A visão única e original de Osho da mente e do coração humanos vai muito além da psicologia convencional. Ele nos ensina a viver as nossas emoções de maneira mais plena e criativa, para termos uma vida muito mais rica e gratificante.

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