



## Méditez

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Méditez

*Swami Muktananda*

## Méditez Swami Muktananda

« La méditation est universelle », écrit Swami Muktananda, l'un des grands maîtres spirituels contemporains. « Elle n'appartient ni à l'Orient ni à l'Occident. Elle constitue le bien commun de l'humanité. De plus il ne s'agit pas d'une pratique difficile ou bizarre : nous y avons tous recours dans la vie quotidienne. » Avec chaleur et humour, Swami Muktananda nous initie aux fondements de la méditation : la respiration, la posture et le mantra. Il nous explique pourquoi l'un des buts essentiels de la méditation consiste à mettre fin à l'agitation de l'esprit et à fixer son attention. Swami Muktananda ajoute : « Par-dessus tout, la méditation calme l'esprit qui ne cesse de vagabonder et de nous faire souffrir ; elle nous établit définitivement dans la paix suprême, qui est indépendante de tout élément extérieur. En définitive, la méditation nous fait prendre conscience de notre vraie nature, et c'est cette prise de conscience qui élimine radicalement souffrances et illusions... » Des maîtres accomplis tels que Swami Muktananda et son successeur, Swami Chidvilasananda, possèdent la capacité très rare d'éveiller l'énergie de méditation qui réside en chacun de nous. Leurs paroles pénètrent jusqu'au tréfonds de notre cœur et nous accordent une expérience directe de la méditation.

 [Télécharger Méditez ...pdf](#)

 [Lire en ligne Méditez ...pdf](#)

**Téléchargez et lisez en ligne Méditez Swami Muktananda**

---

100 pages

Download and Read Online Méditez Swami Muktananda #Y6WCJ93I0O2

Lire Méditez par Swami Muktananda pour ebook en ligne Méditez par Swami Muktananda Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Méditez par Swami Muktananda à lire en ligne. Online Méditez par Swami Muktananda ebook Téléchargement PDF Méditez par Swami Muktananda Doc Méditez par Swami Muktananda Mobipocket Méditez par Swami Muktananda EPub

**Y6WCJ93I0O2Y6WCJ93I0O2Y6WCJ93I0O2**