

## Silenzio vitale. Introduzione e pratica PDF

Silvia Ostertag



*Questo è solo un estratto dal libro di Silenzio vitale. Introduzione e pratica. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



**DOWNLOAD PDF**

Autore: Silvia Ostertag  
ISBN-10: 9788860991614  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 4630 KB

## **DESCRIZIONE**

Il silenzio è qualcosa di cui sentiamo molto il bisogno, tuttavia ci sembra così difficile da ottenere. E forte la nostalgia del silenzio, ma soltanto pochi lo trovano. Con questo libro l'autrice ci porge un invito: semplicemente cominciare, semplicemente farlo. Come aiuto alla pratica Silvia Ostertag ha realizzato dei testi che suggeriscono allo stesso tempo risonanze ed esercizi. È un libro per tutti coloro che vogliono iniziare la pratica della meditazione nel silenzio, ma anche per quelli che già praticano come esercizio regolare: il testo offre preziosi impulsi di ispirazione, che derivano da un'esperienza pluridecennale. Infatti, l'autrice, allieva di Karlfried Durckheim e di Willigis Jager, per più di 30 anni ha diretto un proprio centro di meditazione presso Allgau (Germania).

## **COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?**

Libro di Ostertag Silvia, Silenzio vitale - Introduzione e pratica, dell'editore Gabrielli Editori. Percorso di lettura del libro:..modificati da Rebecca Libri.

Torna a Parma un grande evento dedicato alla musica: il Laboratorio di Retorica Musicale presso il Conservatorio di Musica "Arrigo Boito" (Via del Conservatorio 27).

Introduzione Teresa Lorito Il silenzio è un elemento di ... come rielaborare la tortura e la pratica ... equilibrio mentale e vitale?" Il silenzio si ...

**SILENZIO VITALE. INTRODUZIONE E PRATICA**

[Leggi di più ...](#)