



Mudança de Mentalidade e Hábitos

O que nós queremos preservar do que vivemos hoje é o cultivo da auto-consciência e da ousadia. Exercendo a arte de viver com alegria, otimismo, esperança e trabalho e curtindo com prazer o cotidiano.

Auto-observação, meditação, visualização, concentração e foco e cultivo ds várias dimensões do ser: físico-corporal, psíquico, transpessoal/espiritual. Atuando com entusiasmo manifestando as aspirações da alma e considerando as escolhas do dia-a-dia como a chave.

Grupo: Maristela de André e Silvia Olzon

[Get Adobe Flash player](#)