

Méditation prône un été méditatif

jeu 30/06/2022 - 16:26



Et si vous vous laissiez porter par l'océan ? C'est ce que propose le nouveau numéro de Méditation, en vente depuis hier chez vos marchands de presse. Le magazine de Turbulences Presse, gérée par Abomarque, accompagne les lectrices durant tout l'été pour leur permettre de s'évader de différentes manières en s'inspirant de la sagesse polynésienne, en lisant des poèmes au bord de l'eau, en observant les nuages, en re-décorant votre intérieur ou encore en écoutant le bruit des vagues. Et pour ceux qui tenteraient une première approche, la parution revient aussi sur les bases avec le mantra om, propose des séances de cinq minutes par jour ou encore s'intéresse à ses bienfaits selon les neurosciences. L'été sera résolument méditatif !

Prix : 6,50 €

Codification : 18987