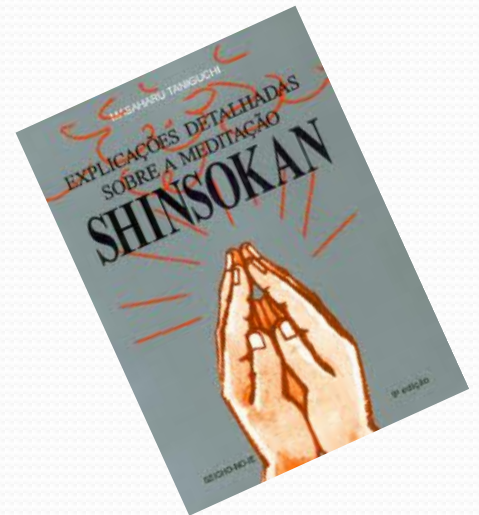


# Meditação Shinsokan

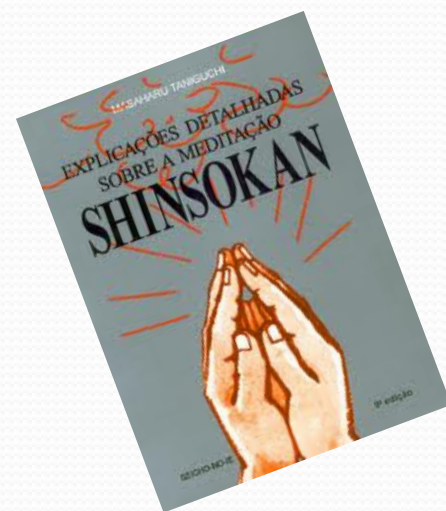
# O homem não é corpo carnal é um ser espiritual.

p. 24



**Devemos senti-Lo e percebê-  
Lo com todo o nosso ser.**

**p. 24**



# Universidade de Wisconsin, em Madison



**"A meta suprema da  
meditação consiste em  
cultivar as qualidades  
humanas positivas."**



**Decisiva é aí a relação entre  
a atividade nos lobos  
frontais esquerdo e direito.**



**Nas pessoas mais infelizes e pessimistas, o predomínio é do lado direito.**



**Tipos otimistas, têm o córtex frontal esquerdo mais ativo.**



**"As conexões no cérebro não são fixas. Isso quer dizer que ninguém precisa ser para sempre o que é hoje."**

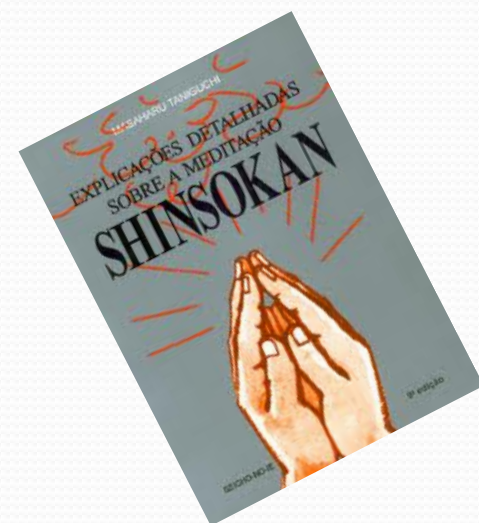


**"A felicidade é uma habilidade  
que se pode aprender".**



# Consciência de que Deus não é mera existência teórica.

p. 24



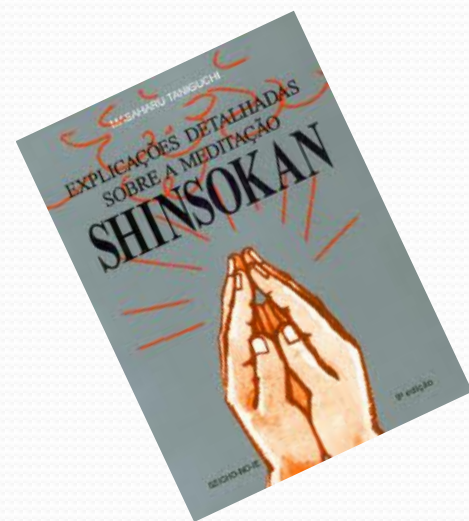
**Através dela nascem o verdadeiro progresso, a suprema alegria e a concretização de um nobre ideal.**

**p. 24**

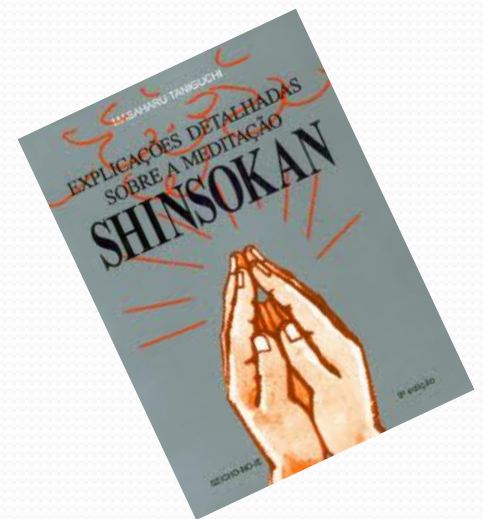


# Reconhecer através da “percepção da Imagem Verdadeira a Força Única”.

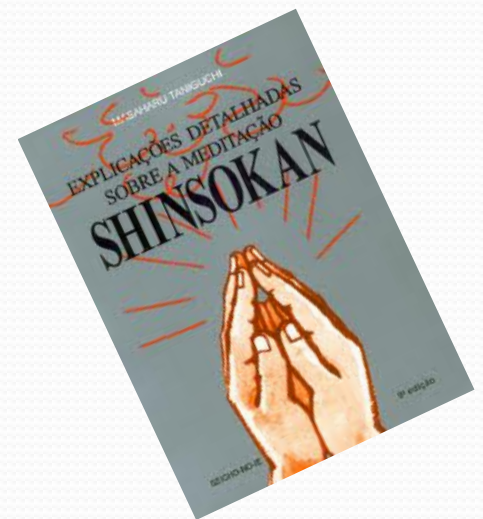
p. 27



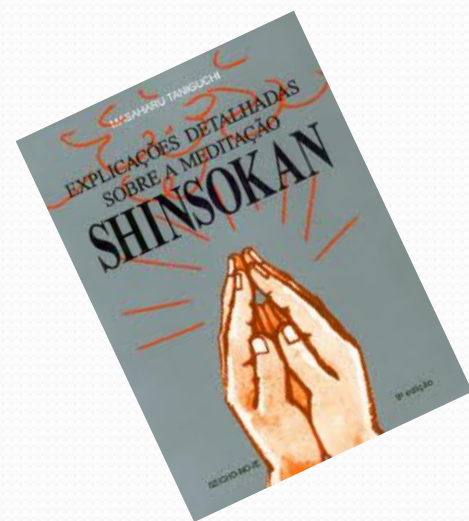
**A percepção fenomênica  
encobre nossa visão correta,  
pois é fragmentada.**



**Temos que juntar as partes  
para tentar entender o todo.**



**Daí substituímos o  
ilimitado pelo limitado.**



- Só o fato de sentar na postura correta a pessoa se torna saudável, mesmo não tendo formação religiosa.

