

UN ÉTAT DE PLEINE CONSCIENCE

Le psychologue australien Darryl Cross explique que l'une des plus grandes vertus de l'origami, c'est que cet art aide à atteindre la pleine conscience, un éveil spirituel fort.

La personne est tellement immergée dans cette activité qu'elle n'est plus distraite par les influences, les pensées, les émotions et les facteurs de stress. C'est comme si le temps était suspendu.

https://www.passionsante.be/index.cfm?fuseaction=art&art_id=26284

PLAN DU CHAPEAU DE PAPIER

Niveau : Débutant

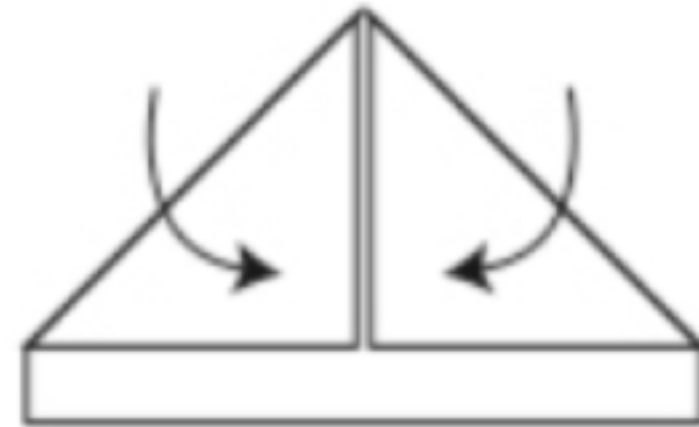
1.



2.



3.



4.

