

Tags: Upplysning till vardags : meditationer för ett öppet sinne och en fri själ - på jobbet, hemma och för nöjes skull las online bok; Upplysning till vardags : meditationer för ett öppet sinne och en fri själ - på jobbet, hemma och för nöjes skull e-bok apple; Upplysning till vardags : meditationer för ett öppet sinne och en fri själ - på jobbet, hemma och för nöjes skull ladda ner pdf e-bok; Upplysning till vardags : meditationer för ett öppet sinne och en fri själ - på jobbet, hemma och för nöjes skull epub books download; Upplysning till vardags : meditationer för ett öppet sinne och en fri själ - på jobbet, hemma och för nöjes skull MOBI download; Upplysning till vardags : meditationer för ett öppet sinne och en fri själ - på jobbet, hemma och för nöjes skull bok pdf svenska

Upplysning till vardags : meditationer för ett öppet sinne och en fri själ - på jobbet, hemma och för nöjes skull PDF E-BOK

Johannes Cassianus



Författare: Johannes Cassianus

ISBN-10: 9789187056758

Språk: Svenska

Filstorlek: 4716 KB

BESKRIVNING

- Meditation är ett njutbart och okomplicerat sätt att koppla samman det heliga med vardagslivet - en minisemester som vi behöver ge oss själva för att kunna möta alla våra åtaganden. Det säger Pragito Dove i sin nya bok *Upplysning till vardags*. Här avmystifieras vad meditation är och författaren lyfter fram en väg mot uppvaknande som inte kräver tystnad, obegripliga andningsövningar eller speciella sittställningar. Genom att hämta inspiration från urgamla traditioner - både österländska och västerländska - och föra samman dem med moderna och tillgängliga tillvägagångssätt beskriver författaren tekniker som ger mer energi och gör oss mer alerta i vardagen. Vi får lära oss att meditera medan vi äter, arbetar och gör det vi gör. Snart framträder en skrattande buddha i oss. Med praktiska övningar, kom igång-strategier, enkla råd och program för både nybörjaren och den avancerade läsaren kan *Upplysning till vardags* hjälpa oss att tömma vårt överbelastade sinne, frigöra oss från stress, öppna vårt hjärta och få oss att tona in på vår kreativa energi när som helst och var som helst.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Dove, Pragito, "Upplysning till vardags - Meditationer för ett öppet ...

Upplysning till vardags : meditationer för ett öppet sinne och en fri själ - på jobbet, hemma och för nöjes skull ... för ett öppet sinne och en fri själ ...

Upplysning till vardags : meditationer för ett öppet sinne och en fri ...

Alltså med den sista fasen av månens cykler och den som även kallas för nymåne. I och med ... på vem som får de till ... ett område? En person ...

En MånSysters Resa: februari 2009 - gudinnans.blogspot.com

Att man har ett öppet sinne där man tar hänsyn till risker och ... under upplysningen tvivla på kyrkans teori ... ska få en betydelse och ett värde för ...

**UPPLYSNING TILL VARDAGS : MEDITATIONER FÖR ETT ÖPPET SINNE OCH EN FRI
SJÄL - PÅ JOBBET, HEMMA OCH FÖR NÖJES SKULL**

LÄS MER