

Tags: Lär dig meditera : en enkel steg-för-steg guide för att uppnå inre frid och välbefinnande epub books download; Lär dig meditera : en enkel steg-för-steg guide för att uppnå inre frid och välbefinnande las online bok; Lär dig meditera : en enkel steg-för-steg guide för att uppnå inre frid och välbefinnande e-bok apple; Lär dig meditera : en enkel steg-för-steg guide för att uppnå inre frid och välbefinnande ladda ner pdf e-bok; Lär dig meditera : en enkel steg-för-steg guide för att uppnå inre frid och välbefinnande MOBI download; Lär dig meditera : en enkel steg-för-steg guide för att uppnå inre frid och välbefinnande bok pdf svenska

Lär dig meditera : en enkel steg-för-steg guide för att uppnå inre frid och välbefinnande PDF E-BOK

Helena Lindblom



Författare: Helena Lindblom

ISBN-10: 9789198472738

Språk: Svenska

Filstorlek: 4921 KB

BESKRIVNING

I vår alltmer hektiska värld, där allt sker i en allt snabbare takt, är det viktigare än någonsin att hitta inre frid och välbefinnande. Att meditera är ungefär som att trycka på pausknappen och ge dig själv utrymme att andas. När du har fått utrymme att andas, får du också tillgång till din största potential och den bästa versionen av dig. Många människor tror att meditation är hårt arbete eller svårt, men inget kunde vara längre från sanningen. Det är enkelt, och ju mindre du komplicerar saker, ju bättre och lättare blir det. Det är viktigt att inte komplicera saker och ting, och med enkla och praktiska tips och idéer kan du sedan snabbt och enkelt meditera på egen hand eller i grupp. I denna bok får du tillgång till olika meditationstekniker som varvas med både vetenskapligt validerade påståenden och livs visdom. Nybörjare, såväl som de som behöver lite inspiration att komma igång, kommer att finna denna bok mycket inspirerande. Lär dig att meditera för att leva ett bättre och mer autentiskt liv. På detta sätt får du tillgång till ditt hjärta och dina egna önskemål, medkänsla och glädje. Detta är ett komplett program för dem som vill lära sig att meditera. För att få veta mer om Meditation, andlighet, kurser och andra relaterade ämnen, så gå gärna in på vår hemsida: www.lindblomacademy.com

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Ljudböcker / Psykologi - skara.elib.se

Biblioteksida för utlåning av e ... Denna webbplats använder cookies, genom att fortsätta använda webbplatsen godtar ... Det är en intensiv jakt och ändå ...

Dito - Populärmedicin

Lär dig meditera : en enkel steg-för-steg guide för att uppnå inre frid och välbefinnande.pdf --- Helena Lindblom --- 9789198472738 Köp Lär dig healing : en ...

Meditation - Vattumannen

Ladda ner Lär dig Meditera; en enkel steg-för-steg guide för att uppnå inre frid och välbefinnande som Ljudbok till din mobil 100% gratis i 14 dagar!

**LÄR DIG MEDITERA : EN ENKEL STEG-FÖR-STEG GUIDE FÖR ATT UPPNÅ INRE FRID
OCH VÄLBEFINNANDE**

LÄS MER