

Tankar om Stillhet PDF E-BOK

Mette Bohlin,Anna-Karin Falk



Författare: Mette Bohlin,Anna-Karin Falk

ISBN-10: 9789198300000

Språk: Svenska

Filstorlek: 2638 KB

BESKRIVNING

Reflektera över vad stillhet är för dig. En paus i vardagen? En stund då du känner lugn och ro? Unna dig att tänka tankar till slut, att stanna upp och känna efter hur du mår till kropp och själ. Brygg en kopp örtte, sätt dig skönt tillrätta och håll om koppen med båda händerna så att du känner värmen sprida sig. Förbered dig på din lästund och på att gå in i bokens känsla av stillhet. Boken ingår i en serie med böcker som alla heter Tankar om. Mette Bohlin är naturläkare och yogainstruktör. Eva Robild är frilansjournalist och författare.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Just idag : 365 tankar för sinnesro - Olle Carlsson - böcker ...

Meditation handlar om att komma närmare sig själv och sin inre röst. Det finns olika knep för att stilla sina tankar under meditation.

Fototriss Stillhet | Tantkalles Tankar & Känslor i Ord & Bild

Stillhet! Publicerat den 14 juli, 2015 av Trail & Inspiration. ... Ett litet framsteg, känns det som. Även om jag fortfarande känner att vaden inte är helt bra.

stillhet... | Divage

"I skogen råder en obegriplig ordning som sinnet uppfattar som kaos. Du kan inte förstå den med tankens hjälp, men du kan förnimma den när du släpper taget om ...

LÄS MER