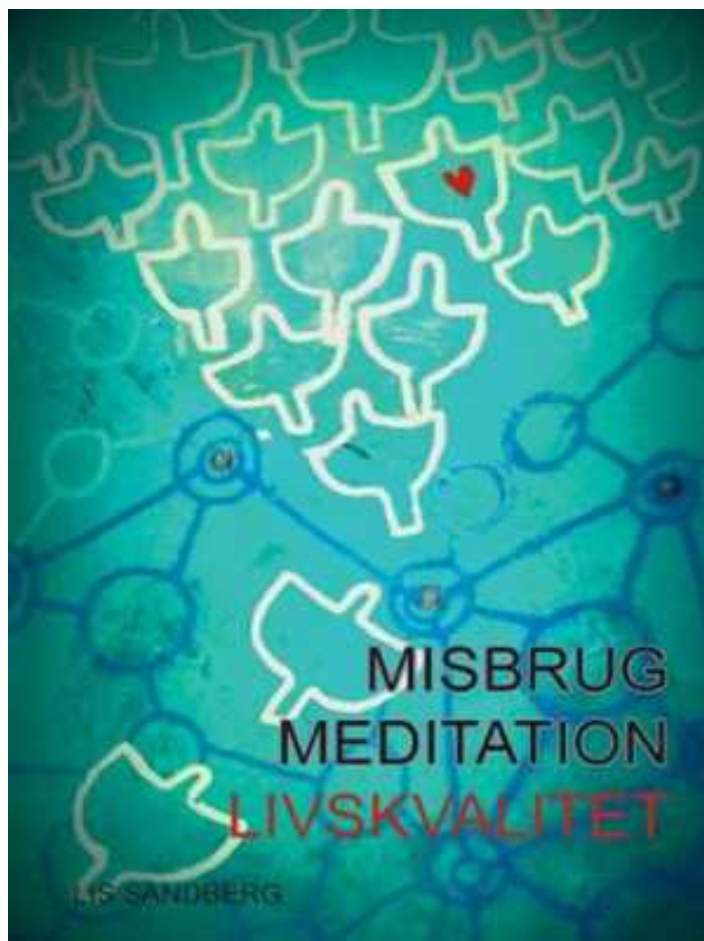


Søgeord: download Misbrug, Meditation, Livskvalitet pdf bog, Misbrug, Meditation, Livskvalitet mobi, Misbrug, Meditation, Livskvalitet epub online gratis, Misbrug, Meditation, Livskvalitet torrent, Misbrug, Meditation, Livskvalitet læses online, digitaliseret Misbrug, Meditation, Livskvalitet pdf

---

## Misbrug, Meditation, Livskvalitet PDF

**Lis Sandberg**



*Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.*



Forfatter: Lis Sandberg  
ISBN-10: 9788771453652  
Sprog: Dansk  
Filstørrelse: 3013 KB

## BESKRIVELSE

Bogen er tænkt som en hjælp til selvhjælp. De forskellige kapitler indeholder forskellige livssituationer med cases, øvelser og meditationer, som kan bruges til refleksion og mental ændring af situationen. Bogen er opdelt i fem områder: • Afhængighed • Meditation • Hvad bringer os i ubalance? • Hvordan finder vi balancen igen? • Hvordan vedligeholder vi "balancen"? Hjemmesiden [www.lissandberg.dk](http://www.lissandberg.dk) henviser til meditationer, som du kan downloade til din iPod, smartphone eller iPad. Uddrag af anmeldelse af Svend Trier, meditationslærer, forfatter og leder af Quantum Seminars: "... Gennem meditationspraksis øver vi os i at holde op med at flygte fra os selv. Vi lærer at relatere til vores følelser og umiddelbare sindstilstand med større rummelighed, nærvær og accept. Herigennem kan der ske en dyb forvandling og afslapning. I denne værdifulde og læseværdige bog introducerer Lis Sandberg forskellige meditationer, som kan hjælpe dig til at udvikle din evne til at være nærværende og mere venlig/kærlig overfor dig selv. Det er det første og afgørende skridt på din vej mod indre frigørelse og basal velvære – en velvære, som er uafhængig af ydre hjælpemidler og stimulanser."

## **HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?**

Achetez et téléchargez ebook Misbrug, Meditation, Livskvalitet: Boutique Kindle - Danois : Amazon.fr

Misbrug meditation livskvalitet (bog) af forfatteren Lis Sandberg | Lydbøger | Bogen er tænkt som en hjælp til selvhjælp. De forskellige kapitler indeholder ...

Køb Misbrug, Meditation, Livskvalitet her. Misbrug, Meditation, Livskvalitet af Lis Sandberg. Stort online udvalg af bøger, CD'er & DVD'er. Vi er e-mærket. Bog ...

## **MISBRUG, MEDITATION, LIVSKVALITET**

[Læs mere ...](#)