

## Træn din hverdagsglæde PDF

**Marianne Nørregaard**



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



**DOWNLOAD PDF**

Forfatter: Marianne Nørregaard

ISBN-10: 9788799990603

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 3951 KB

**BESKRIVELSE**

VIL DU OGSÅ VÆRE GLAD HELT INDENI? Så er denne bog til dig. Bogen er fyldt med vigtige indsigter og visdom fra forfatterens egen livrejse. Træn din hverdagsglæde er let tilgængelig, og den kan læses af alle, der har lyst til at yde en mindre (eller større) indsats for at få mere glæde i hverdagen. Brug bogen som en del af en længere proces, eller brug den som et opslagsværk, når du føler der er steder i livet der går i hårdknude. Hverdagsglæde er, når du også kan glædes over små ting. Når der ikke behøver at være fest, rejser eller weekend for at du kan mærke glæden indeni. I Træn din hverdagsglæde oplever man forfatterens ægte nærvær og glæde side efter side! Bogen vil derfor på ærlig vis inspirere dig som læser til at åbne op for din egen personlige hverdagsglæde. Du vil blive præsenteret for dybe indsigter og modtage 30 konkrete råd til hverdagsglæde. Råd og indsigter som er inspireret af mindfulness, personlig coaching og spændende livsvisdom. Bogen vil efterlade et aftryk i din bevidsthed, som vil kunne skabe vedvarende ændringer i din tilgang til din egen glæde i hverdagen. Bogen har forord af Sofia Manning, der bl.a. skriver; ”Træn din hverdagsglæde er skrevet fra hjertet. Den er fuld af livsvisdom og viden. Tag den til dig. Læs den i dit helt eget tempo, og lad dig dermed guide skridt for skridt henimod det liv, der er dit”. På bagsiden skriver Susanne Wexø bl.a. ”Jeg har haft fornøjelsen af at opleve Mariannes udvikling igennem de seneste 10 år, og jeg vil på mange måder mene, at bogen ”Træn din hverdagsglæde” er kronen på det livsværk som Marianne har fordybet sig i i al den tid”.

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

Gå ikke glip af dette foredrag, hvor du kan få inspiration til en gladere hverdag i form af tips, øvelser og eksempler fra mit liv. Alle er velkomne,...

Beskrivelse. Marianne Nørregaard. VIL DU OGSÅ VÆRE GLAD HELT INDENI? Så er denne bog dig. Bogen er fyldt med vigtige indsigter og visdom fra forfatterens egen ...

Formålet med denne bog er at inspirere dig til at gå på opdagelse i din personlige energipsykologi og erfare hvor revolutionerende den ... Træn din hverdagsglæde.

## TRÆN DIN HVERDAGSGLÆDE

[Læs mere ...](#)