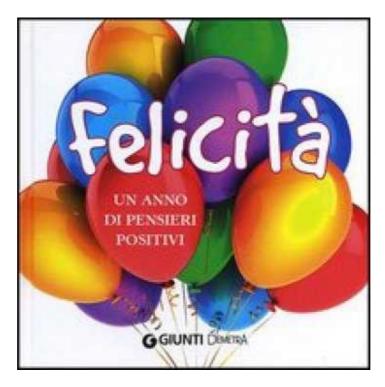
Felicità. Un anno di pensieri positivi PDF

none



Questo è solo un estratto dal libro di Felicità. Un anno di pensieri positivi. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: none ISBN-10: 9788844042875 Lingua: Italiano Dimensione del file: 1710 KB

DESCRIZIONE

Per ogni giorno dell'anno una massima, un pensiero, un consiglio da assaporare, meditare, portare con sé per tutto l'arco della giornata. Una volta a settimana viene anche fornito un consiglio utile per concentrare su di sé le energie positive: rilassando i muscoli del corpo, imparando piccoli gesti di piacere quotidiano, abituandosi a capire meglio i bisogni degli altri, imparando tecniche di respirazione per armonizzare la mente e lo spirito. Un modo semplice ed efficace per riprendere contatto con se stessi, con chi ci sta intorno e con l'essenza profonda dell'esistenza, riuscendo a vincere lo stress e a ridimensionare i problemi quotidiani.orno, imparando tecniche di respirazione capaci di armonizzare la mente e lo spirito.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

9788844046538 Nella quotidianità di ognuno di noi, spesso contraddistinta dalla fretta e dalla superficialità, dallo stress e dalla , prezzo n.d. euro Disponibile ...

Felicità. Un anno di pensieri positivi, Libro. Spedizione con corriere a solo 1 euro. Acquistalo su libreriauniversitaria.it! Pubblicato da Demetra, collana Compatti ...

FELICITÀ. UN ANNO DI PENSIERI POSITIVI

Leggi di più ...