

Tags: KÄNSLOR ? Vårt vackra navigationssystem MOBI download; KÄNSLOR ? Vårt vackra navigationssystem epub books download; KÄNSLOR ? Vårt vackra navigationssystem e-bok apple; KÄNSLOR ? Vårt vackra navigationssystem bok pdf svenska; KÄNSLOR ? Vårt vackra navigationssystem ladda ner pdf e-bok; KÄNSLOR ? Vårt vackra navigationssystem las online bok

---

## **KÄNSLOR ? Vårt vackra navigationssystem PDF E-BOK**

**Anna Numell**

---

# KÄNSLOR

---



---

## VÅRT VACKRA NAVIGATIONSSYSTEM

---

*Meditation av & med Anna Numell*

Författare: Anna Numell  
ISBN-10: 9789177479024  
Språk: Svenska  
Filstorlek: 4511 KB

## BESKRIVNING

KÄNSLOR-Vårt vackra navigationssystemDenna vägleda meditation med temat KÄNSLOR skapa möjligheten för dig att utforska vad som händer i ditt liv när du väljer att tillåta och känna alla dina känslor.I vår mänskliga upplevelse är det vissa känslor som kan kännas obehagliga att känna och därför kan vi valt under livet att välja att undvika dem. Likaså kan vi hört under vår uppväxt och fått uppfattningen att vissa känslor är bra och andra dåliga och de dåliga skall man undvika. Genom att göra det valt stänger vi ner vissa delar av oss samt att de utvikna känslorna sätter sig som motstånd i våra kroppar.Känslor är en gåva och något vackert för de är ett av våra kroppars guidningssystem som visar på hur våra behov är tillfredställda eller inte. Är våra behov tillfredställda mår vi bra och har känslor som i den mänskliga upplevelsen är njutbara att känna och om de inte är det fylls vi av andra känslor som påtalar att vi behöver ta hand om oss själva.Känslor är energi och energi behöver få vara i rörelse, annars stagnerar den. Tänk det engelska ordet emotion, e = energi + motion, motion som är rörelse.Det denna meditation skapar möjligheten till är att du skall träna förmågan att tillåta dig att känna alla dina känslor när de kommer fullt ut. För när du gör det kommer det skapa flöde av energin i din kropp och du kommer kännas dig mer tillfreds och harmonisk i ditt liv.Så ge dig själv gåvan av att öva din förmåga till att känna alla dina känslor idag.Du finner mer av och om Anna Numell på: [www.annanumell.com](http://www.annanumell.com) yogaPT.se instagram: AnnaNumellFB-gillasida: Anna Numell Ljudinspelning/ redigeringskred: Christof Jeppsson/JamStudio Halmstad

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

### **Anna Numell - Elisa Kirja**

Vi ser fram emot att få välkomna er till vårt gästhus! ... En bröllopsfest ska under alla omständigheter associeras med vackra känslor, ...

### **Ekgolv - Rappgo**

Denna vägleda meditation med temat KÄNSLOR skapar möjligheten för dig att utforska vad som händer i ditt liv när du väljer att tillåta och känna alla dina

### **Saker att tänka på när du ska välja trägolv | Kährs**

När pianisten Wiktor och sångbegåvningen Zula möts i Polen drabbas de av en omedelbar, passionerad...

**KÄNSLOR ? Vårt vackra navigationssystem**

***LÄS MER***