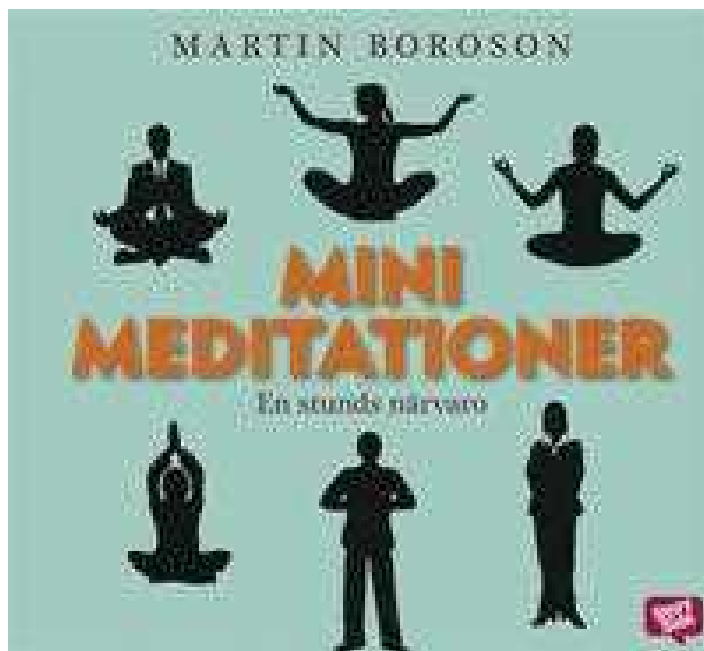


Tags: Minimeditationer - en stunds närvaro MOBI download; Minimeditationer - en stunds närvaro bok pdf svenska; Minimeditationer - en stunds närvaro ladda ner pdf e-bok; Minimeditationer - en stunds närvaro epub books download; Minimeditationer - en stunds närvaro las online bok; Minimeditationer - en stunds närvaro e-bok apple

Minimeditationer - en stunds närvaro PDF E-BOK

Martin Boroson



Författare: Martin Boroson

ISBN-10: 9789170365119

Språk: Svenska

Filstorlek: 4778 KB

BESKRIVNING

Tänk på alla ögonblick i livet som går "förlorade" - när man fastnar i trafiken, blir stående i kön eller sitter av ett långtråkigt möte. Eller alla de stunder som man "slösar bort" - genom att gå på tillställningar man inte uppskattar, arbeta när man inte kan koncentrera sig eller slötitta på ännu ett TV-program före läggdags. Så har vi alla dessa "förstulna ögonblick" - alla de gånger vi passar på när ingen ser - och fönstershoppa, surfar på nätet eller bara fingrar på mobiltelefonen. Och sedan alla andra stunder, alla ögonblick mellan ögonblicken. Tänk om alla dessa tillspillogivna ögonblick i själva verket ruvar på oanade möjligheter? Minimeditationer erbjuder dig som läsare en serie enkla övningar som alla har sin grund i olika meditationstekniker. Övningarna är tänkta som en hjälp för dig att först och främst lägga märke till ögonblicket, att vara i ögonblicket och dra nytta av ögonblickets oerhörda potential. Alla dessa övningar är så enkla, behändiga och snabbt genomförda att du kan göra dem på en ynka minut. Gradvis blir de sedan dessutom allt kortare tills de slutligen, tids nog, inte tar någon tid alls! De olika tekniker som ingår i Minimeditationer lär Martin Boroson ut på ledarskapsseminarier, öppna workshopar, online och i media.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Susanna Lundbladh | De bästa ljudböckerna - Audioteka.com/se

Den svenska marknadsplatsen för lästa böcker, lyssnade skivor och tittade filmer. Sök bland tre miljoner annonser från tjugo tusen säljare som levererar direkt ...

Minimeditationer : en stunds närvaro: Amazon.es: Martin Boroson ...

Ladda ner ljudböcker online om mat och hälsa och lyssna i din mobiltelefon eller mp3-spelare.

amoeba62 | Bokbörsen

Pris: 216 kr. cd-bok, 2010. Skickas inom 2-5 vardagar. Köp boken Minimeditationer : en stunds närvaro av Martin Boroson (ISBN 9789170365102) hos Adlibris. Fri frakt.

LÄS MER