

Tags: Gå ut och fånga den där jäkla dagen nu. En inspirerande levnadshandbok för dig som inte nöjer dig med att överleva MOBI download; Gå ut och fånga den där jäkla dagen nu. En inspirerande levnadshandbok för dig som inte nöjer dig med att överleva bok pdf svenska; Gå ut och fånga den där jäkla dagen nu. En inspirerande levnadshandbok för dig som inte nöjer dig med att överleva e-bok apple; Gå ut och fånga den där jäkla dagen nu. En inspirerande levnadshandbok för dig som inte nöjer dig med att överleva ladda ner pdf e-bok; Gå ut och fånga den där jäkla dagen nu. En inspirerande levnadshandbok för dig som inte nöjer dig med att överleva epub books download; Gå ut och fånga den där jäkla dagen nu. En inspirerande levnadshandbok för dig som inte nöjer dig med att överleva las online bok

Gå ut och fånga den där jäkla dagen nu. En inspirerande levnadshandbok för dig som inte nöjer dig med att överleva PDF E-BOK

Ninni Wahlström



Författare: Ninni Wahlström

ISBN-10: 9789187433412

Språk: Svenska

Filstorlek: 4660 KB

BESKRIVNING

Den här boken är skriven för dig som inte tror att livet går i repris utan vill känna dig så levande som möjligt precis här och nu. Vägen dit handlar om att frigöra den kunskap, kraft, glädje och kreativitet vi alla redan bär på i djupet av oss själva. Fredrik Hultin har skrivit en inbjudande och befriande enkel levnadshandbok för alla oss som någon gång längtat efter ett större djup och mer närvaro i tillvaron men inte riktigt vetat hur vi ska ta oss dit. Här får du 60 inspirerande övningar, insikter och verktyg som hjälper dig att öppna dina sinnen, vara mer i hjärtat och ta steget ut ur dina begränsningar. "Gå ut och fånga den där jäkla dagen nu" är skriven av Fredrik Hultin, reklammannen som övergav livet runt Stureplan då han lurades iväg till en kursgård i personlig utveckling. Där och då fick han kontakt med sin längtanefter en djupare relation med sig själv. Idag jobbar han med sin egen och andras personliga utveckling som mindfulnessinstruktör och samtalscoach. Fredrik Hultin är bosatt i Stockholm och arbetar med olika kurser och utbildningar inom personlig utveckling. Fredrik är utbildad mindfulnessinstruktör och samtalscoach och driver idag Mindfulnessakuten, där han jobbar med personal- och ledarskapsutveckling i företag och organisationer. Fredrik är även utbildad journalist och kreatör som under drygt tjugo år jobbat med kommunikation och kreativa processer som projektledare, copywriter och creative director. Och precis som Einstein, (inga jämförelser i övrigt), påstår han att kunskap är personlig erfarenhet och att allt annat bara är mer eller mindre intressanta åsikter. "Vi mår inte dåligt av det som sker utan av våra tankar om det som sker." "Nästa gång du får agera filmduk åt någon annan kan du ställa dig själv frågan: Varkommer det här ifrån? Är det verkligen mitt? Vem tillhör det här? Du kommer garanterat att bli förvånad över svaren." "Vågar du göra någon annan besviken för att vara sann mot dig själv?" "Det är när vi kliver ut ur det trygga och välbekanta, ut ur komfortzonen, och in i det okända och läskiga som vi får möjlighet att växa. När vi utmanar oss själva och bilden av vad vi kan och inte kan."

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Change of Seasons

Hitta bästa priser på Gå ut och fånga den där jäkla dagen nu. En inspirerande levnadshandbok för dig som inte nöjer dig me av Fredrik Hultin som e-bok (epub ...

Akvarieträsket här hemma #3 - Berättelser - Akvariefisk iFokus

Den här boken är skriven för dig som inte tror att livet går i repris utan vill känna dig så levande som möjligt precis här och nu. ... har skrivit en ...

JoS blog » Fredrik Hultin - josjos.se

Det är lätt att vara positiv när livet flyter på & alla runt en mår ... När du fyller upp dig med ... navelskådande och ovillig att hänga med ut på ...

Gå ut och fånga den där jäkla dagen nu. En inspirerande levnadshandbok för dig som inte nöjer dig med att överleva

LÄS MER