

Tags: Bli ett med nuet : finn glädjen i varje stund MOBI download; Bli ett med nuet : finn glädjen i varje stund epub books download; Bli ett med nuet : finn glädjen i varje stund bok pdf svenska; Bli ett med nuet : finn glädjen i varje stund ladda ner pdf e-bok; Bli ett med nuet : finn glädjen i varje stund las online bok; Bli ett med nuet : finn glädjen i varje stund e-bok apple

Bli ett med nuet : finn glädjen i varje stund PDF E-BOK

Shakti Gawain,Gina Vucci



BILD
SAKNAS

Författare: Shakti Gawain,Gina Vucci

ISBN-10: 9789187056932

Språk: Svenska

Filstorlek: 3793 KB

BESKRIVNING

Som högpresterande entreprenör trodde Shannon Duncan att pengar och framgång var vägen till lyckan. Men efter att i 30-årsåldern ha dragit sig tillbaka som mångmiljonär, insåg han att lyckan faktiskt stod att finna någon helt annanstans. Efter några djupgående upplevelser kom han till insikt om att vad han egentligen sökte var att känna sig fridfull inombords och att kunna ge något meningsfullt tillbaka. När han förstått vad som inte gav honom sinnesfrid började han bli mer klar över vad som verkligen fungerade, bara han tillät sig att ge sig hän åt det. Bli ett med nuet ger oss praktiska och realistiska förslag på vad man kan göra för att leva i nuet. Den är fylld av enkla och lättillgängliga anekdoter och övningar som gör att läsaren kan lämna känslomässig barlast bakom sig, stilla sin oro för framtiden och börja uppskatta och känna den livsglädje som bara står att finna i nuets ögonblick. Genom en mängd enkla och upplysande idéer visar Shannon Duncan hur vi kan upptäcka de verkliga orsakerna till stress och missnöje och hur vi kan vända styrande känslor till att de blir rådgivande för oss. Därmed kan vi börja njuta av livet här och nu på riktigt.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Glädje - Blogg om Mindfulness - Att vara medvetet närvarande i nuet här ...

Låt 2019 bli det bästa året ... Sedan sätter du ett plus eller ett minus vid varje namn beroende på ... för oss att leva i nuet. Exempelvis med hjälp av ...

Tolv hemligheter som hjälper dig hitta lyckan | Hälsoliv | Expressen

Allt börjar med en tanke - den omsätts till handling! Med andra ord, ... Låt det inte bara bli en tanke - välkommen till LivsEnergi!

Dagverksamhet ger glädje i nuet - Barometern

GLÄDJE NU - varje dag! ... gå till jobbet och vara i ett sammanhang som man älskar. ... Med relativt enkla medel kan vi skapa en friskare, ...

BLI ETT MED NUET : FINN GLÄDJEN I VARJE STUND

LÄS MER