

Tags: A tu per tu con la paura. Vincere le proprie paure per imparare ad amare libro pdf download, A tu per tu con la paura. Vincere le proprie paure per imparare ad amare scaricare gratis, A tu per tu con la paura. Vincere le proprie paure per imparare ad amare epub italiano, A tu per tu con la paura. Vincere le proprie paure per imparare ad amare torrent, A tu per tu con la paura. Vincere le proprie paure per imparare ad amare leggere online gratis PDF

A tu per tu con la paura. Vincere le proprie paure per imparare ad amare PDF

Thomas Trobe (Krishnananda)



Questo è solo un estratto dal libro di A tu per tu con la paura. Vincere le proprie paure per imparare ad amare. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Thomas Trobe (Krishnananda)

ISBN-10: 9788807882722

Lingua: Italiano

Dimensione del file: 4860 KB

DESCRIZIONE

Questo libro descrive un viaggio: dalla co-dipendenza verso l'amore e la meditazione. Secondo Krishnananda e Amana, molti eventi importanti della vita hanno in qualche modo a che fare con la paura e gran parte della crescita interiore matura lavorando proprio sulle paure. Le paure possono essere di vario genere: la paura di affermare la propria creatività, quella delle perdite, del castigo, delle critiche e dei giudizi, la paura del rifiuto, della solitudine, della sopravvivenza, la paura di esporsi, quella del fallimento o del successo, dell'intimità, del confronto, della rabbia, la paura di perdere il controllo. La paura è onnipresente e, per quanto cerchiamo di ignorarla, superarla, rimuoverla o negarla, essa esercita un effetto potente e rimane una forza nascosta che può causare ansia cronica, sabotare la nostra creatività, renderci rigidi, sospettosi, e può annullare i nostri sforzi di trovare l'amore. Se invece facciamo amicizia con la paura, portandola allo scoperto ed esplorandola, essa può diventare una forza di trasformazione, aprendo in noi un abisso di vulnerabilità e autoaccettazione. Partendo dalla teoria della co-dipendenza e del bambino interiore, Krishnananda e Amana suggeriscono dunque un metodo per uscire dalla paura, guarendo da sensi di vergogna e colpa, con esercizi di consapevolezza combinati al lavoro sull'energia e a meditazioni guidate.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

A tu per tu con la paura. Vincere le proprie paure per imparare ad amare è un libro di Krishnananda Amana , pubblicato da Apogeo nella collana Urre e ...

A tu per tu con la paura. Vincere le proprie paure per imparare ad amare è un libro di Krishnananda Amana , pubblicato da Feltrinelli nella collana ...

Questo libro descrive un viaggio: dalla co-dipendenza verso l'amore e la meditazione. Secondo Krishnananda e Amana, molti eventi importanti della vita hanno in ...

**A TU PER TU CON LA PAURA. VINCERE LE PROPRIE PAURE PER IMPARARE AD
AMARE**

[Leggi di più ...](#)