

Tags: Ikigai. Il metodo giapponese. Trovare il senso della vita per essere felici libro pdf download, Ikigai. Il metodo giapponese. Trovare il senso della vita per essere felici scaricare gratis, Ikigai. Il metodo giapponese. Trovare il senso della vita per essere felici epub italiano, Ikigai. Il metodo giapponese. Trovare il senso della vita per essere felici torrent, Ikigai. Il metodo giapponese. Trovare il senso della vita per essere felici leggere online gratis PDF

Ikigai. Il metodo giapponese. Trovare il senso della vita per essere felici PDF

Bettina Lemke



Questo è solo un estratto dal libro di Ikigai. Il metodo giapponese. Trovare il senso della vita per essere felici. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Bettina Lemke
ISBN-10: 9788809859395
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2498 KB

DESCRIZIONE

Dal Giappone un metodo per giungere alla conoscenza di sé, alla scoperta di ciò che dà senso e realizzazione alla propria quotidianità. Lo scopo? Trovare il proprio ikigai, la propria ragione di vita, e sentire finalmente di condurre un'esistenza piena, soddisfacente e degna di essere vissuta. Ikigai è una parola magica, così magica che non ne esiste una traduzione semplice nelle lingue occidentali. Possiamo definirlo "la ragione di esistere", "il motore della vita", o ancora meglio "ciò per cui vale la pena di alzarsi la mattina". Ognuno di noi possiede il proprio, anche se non tutti ne sono consapevoli: è la premessa fondamentale per vivere una vita sana, soddisfacente e, semplicemente, felice. Esempio ne sono gli abitanti dell'isola giapponese di Okinawa, dove il tasso di ultracentenari è tre volte superiore a quello delle quattro isole più grandi del paese: la loro consapevolezza riguardo al proprio ikigai, unita a uno stile di vita sano e rilassato, li rende una tra le popolazioni più longeve e felici del pianeta. Ispirandosi a loro e suggerendo esercizi pratici che guidano al riconoscimento dei valori e degli obiettivi veramente importanti per ciascuno nella vita, l'autrice ci insegna a riconoscere cosa ci trasmette energia, curiosità, positività, realizzazione personale, fiducia in noi stessi, progettualità. In altre parole, cosa ci serve per essere felici.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Leggi cosa è il metodo e stile di vita giapponese che permette ... Trova il tuo Ikigai e seguilo ... giapponese
Trovare il senso della vita per essere felici ...

Ikigai di Bettina Lemke per Giunti Editore. Il metodo giapponese.Trovare il senso della vita per essere felici.Ho fatto gli esercizi. Vi svelo il risultato.

Title: Free Ikigai Il Metodo Giapponese Trovare Il Senso Della Vita Per Essere Felici (PDF, ePub, Mobi)
Author: Dover Publications Subject: Ikigai Il Metodo ...

IKIGAI. IL METODO GIAPPONESE. TROVARE IL SENSO DELLA VITA PER ESSERE FELICI

[Leggi di più ...](#)