

Gör dig fri från inre stress PDF

Annalena Mellblom



Det här är bara ett utdrag ur Gör dig fri från inre stress bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



Författare: Annalena Mellblom

ISBN-10: 9789187959363

Språk: Svenska

Filesize: 2672 KB

BESKRIVNING

Gör dig fri från inre stressDenna vägleda meditation som kommer hjälpa dig att få kontakt med ditt inre lugn, din inre kraft och alla dina tillgångar- de lugn och den trygghet som finns i dig och som hjälper dig att vara mer kontaktad med dig själv, ditt hjärta och livet, här och nu.Du kommer att ge dig själv tillgång till att vara balanserad, lugn, trygg och fylld med livsenergi. När du är i kontakt med dig själv,frigörs spänningar och tankar som tidigare gjord dig stressad och spänd ,och du kommer att kunna ge dig själv utrymme att få slappna av och vara lugn och stabil i alla situationer oavsett omständigheter. Du kommer kunna ge dig själv utrymme att agera och kommunicera utifrån närvaro och relevans.....Dom känslorna och den energin kommer att ge dig och andra tillgång till att attrahera resultat som du vill ha, i relation med dig själv och andra vilket kommer kunna ge dig lugn och trygghet.Så tillåt dig själv att sätta eller lägga dig så bekvämt som möjligt och njuta av den avslappning och mentala träning du kommer att ge dig själv.Meditations tid: 22.10 min

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Yoga kroppen stark och skapa inre frid! ... Långvarig stress i arbetet gör dig mindre effektiv och du presterar sämre! ... TRÄNA DIG FRI FRÅN STRESS.

Gör dig fri från inre stress Denna vägleda meditation som kommer hjälpa dig att få kontakt med ditt inre lugn, din inre kraft och alla dina tillgångar -

... ting även om vägen framåt ligger fri. Du tar dig tid att smaka ... Inre stress. Råd: Gör sunda val. LÄS ... från Manspanelen här Är han ...

GÖR DIG FRI FRÅN INRE STRESS

[Fortsätt läsa...](#)