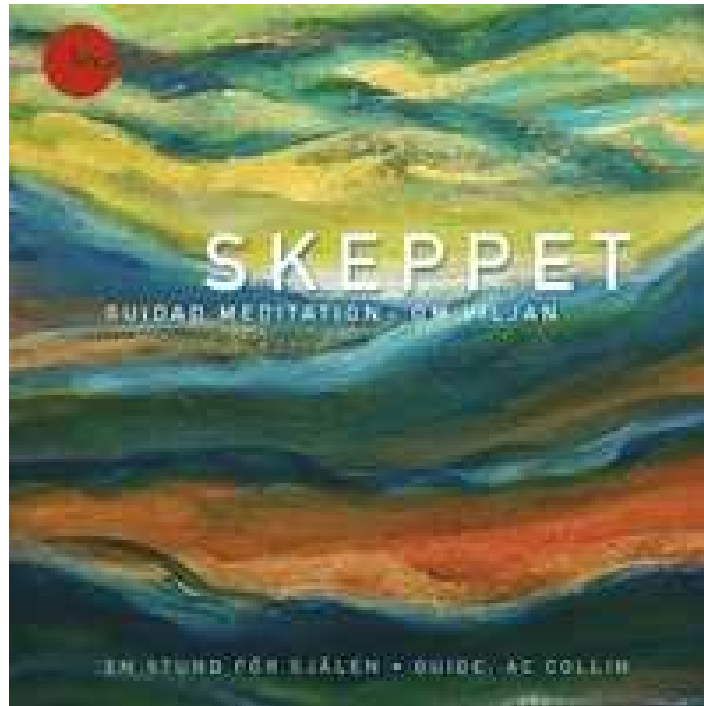


Tags: Skeppet : guidad meditation om viljan e-bok apple; Skeppet : guidad meditation om viljan las online bok; Skeppet : guidad meditation om viljan MOBI download; Skeppet : guidad meditation om viljan bok pdf svenska; Skeppet : guidad meditation om viljan ladda ner pdf e-bok; Skeppet : guidad meditation om viljan epub books download

Skeppet : guidad meditation om viljan PDF E-BOK

Ac Collin



Författare: Ac Collin
ISBN-10: 9789198448610
Språk: Svenska
Filstorlek: 1041 KB

BESKRIVNING

Varje dag sätts viljan på prov. Det är viktigt att stanna upp och lyssna inåt, särskilt om den yttre världen upplevs som påträngande och kaotisk. "Skeppet" är en guddad meditation som hjälper dig att slappna av och visualisera din vilja. Välj en plats där du får vara ostörd. Låt guidens lugna röst vägleda dig genom det inre landskapet. Meditationen finns med och utan bakgrundsmusik och är ca 20 minuter lång. Den inleds med avslappning som gör dig grundad och närvarande i stunden. Sist finns musiken utan guide. Prova dig fram till det som passar dig bäst. Om du för tillfället känner dig skör och har svårt att vara i medveten närvaro är rekommendationen att du avstår från den här meditationen. Vill du utforska vad det kan handla om, ta hjälp av en terapeut genom t.ex. Psykosyntesföreningen. Din guide är AC Collin, diplomerad psykosyntesterapeut, författare och biblioterapeut. Hon har tagit emot klienter i samtal och vägledning sedan 2009. Läs mer på psterapi.nu. Musik: "Almost in F - Tranquility". Kompositör ©Kevin MacLeod (CC by 3.0). Varmt lycka till.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Ljudböcker / Medicin & hälsa - blanka.elib.se

Varje dag sätts viljan på prov. Det är viktigt att stanna upp och lyssna inåt, särskilt om den yttre världen upplevs som påträngande och kaotisk. "Skeppet"

Skeppet - guidad meditation om viljan - AC Collin - Äänikirja - Elisa Kirja

Skeppet - guidad meditation om viljan. av AC Collin Varje dag sätts viljan på prov. Det är viktigt att stanna upp och lyssna inåt, ...

Skeppet - guidad meditation om viljan / Ljudbok

Köp Skeppet - guidad meditation om viljan. Varje dag sätts viljan på prov. Det är viktigt att stanna upp och lyssna inåt, särskilt om den yttre världen ...

LÄS MER