

Link do produktu: <https://dobry-audiobook.pl/szczescie-jak-zyc-bez-presji-i-dbac-o-swoj-dobrostan-p-3201.html>



Szczęście Jak żyć bez presji i dbać o swój dobrostan

Cena	37,99 zł
Czas wysyłki	24 godziny
Kod EAN	9788383346267
Autor	Feliciano Niro
Lektor	Anna Krypczyk
Wydawnictwo	StoryBox.pl
Czas nagrania	9 godz. 17 min.
Nośnik	CD
Format	mp3

Opis produktu

DLACZEGO JESTEM TAKA ZESTRESOWANA? DLACZEGO NIE MOGĘ BYĆ PO PROSTU SZCZĘŚLIWA?

Prawda jest taka, że szczęście jest ulotne, a my nieustannie stresujemy się, próbując je osiągnąć.

Psychoterapeutka Niro Feliciano proponuje drogę do czegoś znacznie bardziej satysfakcjonującego: zadowolenia z życia.

AKCEPTACJA, WDZIĘCZNOŚĆ, BUDOWANIE WIĘZI, KONCENTRACJA NA TERAŹNIEJSZOŚCI, POZYTYWNE NASTAWIENIE, CZUŁOŚĆ DLA SAMEGO SIEBIE, ODPORNOŚĆ I DUCHOWOŚĆ.

Dzięki tym praktykom pokonamy przeszkody, które powstrzymują nas od pełnego, sensownego i satysfakcjonującego życia.

Niepokój, stres i smutek nie znikną natychmiast, ale ta książka sprawi, że w twoim życiu zagości spokój oraz głębsza, prawdziwsza i trwalsza radość z życia.