
Dane aktualne na dzień: 17-05-2024 09:11

Link do produktu: <https://www.xn--mocwsaboci-e0b71a.pl/zwalczyc-negatywne-myslenie-jol-pralong-p-504.html>



ZWALCZYĆ NEGATYWNE MYŚLENIE - JOËL PRALONG

Cena

22,90 zł

Opis produktu

Jesteś czymś więcej niż namiętnościami! Książka dla wszystkich udręczonych myślami... i deszczową pogodą.

Niektóre zmartwienia dają się kontrolować, inne nie. Ich przyczyna nie zawsze jest znana. Zdarza się, że popadamy w przygnębienie, nie wiedząc dlaczego. Zalewają nas negatywne myśli, wydobywające się z obszaru naszej nieświadomości, będącego drugim dnem niepokoju lub złego humoru. Pocieszamy się, że to tylko jedne z tych szarych dni, które trzeba jakoś przeżyć. Negatywne myśli wywołują problemy w relacjach zawodowych i osobistych i przyczyniają się do wahań nastroju.

Moja książka jest odpowiedzią na konkretne pytanie: **co zrobić, aby uwolnić się od zakłócających spokój myśli, i pomocą w odnalezieniu wewnętrznego pokoju serca (hezychii).**