

# Kwadrans Uważności

Wojciech Werhun



Produkt chwilowo niedostępny

Kategorie:

Książki > Książki dla dorosłych > Rozważania, poezja

34,90 zł

numer katalogowy: RW/0141

ISBN: 9788327710383

liczba stron: 265

format: 110x165 mm

oprawa: twarda

rok wydania: 2015

Potrzebujesz zwolnić? Daj sobie kwadrans. Czas tylko dla siebie. Żeby się zatrzymać. Żeby odkryć prawdę o sobie. Żeby znaleźć to, czego pragniesz.

49 ćwiczeń na uważność to indywidualny program rozwoju osobistego i duchowego.

Nauczysz się trwać w obecności Boga, staniesz się kimś wdzięcznym i świadomym siebie. Każdy etap ćwiczeń wprowadzi Cię na głębszy poziom relacji z Bogiem i samym sobą.

Wojciech Werhun SJ

Bądź, trwaj, usłysz siebie!