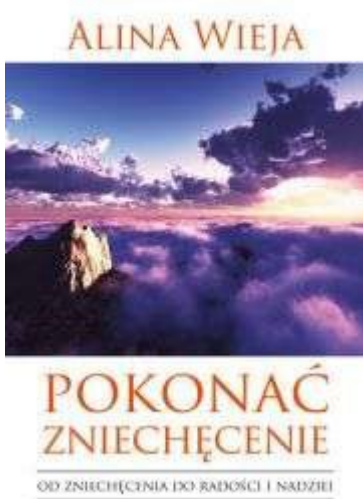


Pokonać zniechęcenie - od zniechęcenia do radości.

Alina Wieja



Produkt chwilowo niedostępny

Kategorie:

Książki > Książki dla dorosłych > Rozwój duchowy

20,14 zł ~~21,90 zł~~

numer katalogowy: WD/0300

liczba stron: 168

format: 14x21 cm

oprawa: miękka

rok wydania: 2012

Każdy z nas nosi w sobie pragnienie cieszenia się życiem. Często stajemy w obliczu wyzwania: jak pokonywać trudności i problemy, które pojawiają się na naszej drodze, by nie utracić radości życia? Albo jak odzyskać radość i nadzieję, gdy ich zabraknie?

Nagromadzenie wielu różnych problemów i wyzwań sprawia, że miejsce radości coraz częściej wypełniają zmartwienia prowadzące do zniechęcenia. A zniechęcenie okrada nas nie tylko z radości życia, lecz i z siły oraz energii, potrzebnych, by skutecznie zmierzyć się z przeciwnościami. Pozbawia także nasz organizm naturalnych możliwości pokonywania chorób fizycznych, wirusów i bakterii.

Zniechęcenie jest jak gęsta mgła. Przystajemy widzieć otaczające nas piękno życia i tracimy orientację w stosunku do przyszłości. Zniechęcenie kradnie nasze marzenia, wiarę i nadzieję. Aby ruszyć w dalszą drogę, musimy wyjść z tej mgły.

Jak zatem pokonywać zniechęcenie w praktyczny sposób? Jak odzyskać utraconą radość i energię, by żyć pełnią życia? Na te pytania każdy powinien znać odpowiedzi oraz wiedzieć, jak działać, kiedy zniechęcenie na nas napiera.

Alina Wieja - redaktor naczelna czasopisma "Nasze Inspiracje". Autorka książek: Powrót kobiety do harmonii ze Stwórcą, Kobieta w ramionach Stwórcy, Siedem słupów Mądrości oraz serii podręczników pt. Jak skutecznie pomagać innym? Wspólnie z mężem, Henrykiem, napisali książkę Małżeństwo, o jakim marzymy. W ramach Instytutu Poradnictwa Chrześcijańskiego ChFŻiM prowadzi szkolenia, warsztaty, konferencje na temat tego, jak zwycięsko przejść przez sytuacje kryzysowe.

Spis treści

Wstęp

Rozdział 1: Niewidzialny wróg

Rozdział 2: Towarzysze zniechęcenia

Rozdział 3: Narzędzia zniechęcenia

Rozdział 4: Prawdziwy przełom

Rozdział 5: Droga powrotu

Rozdział 6: Dzień nowych możliwości

Rozdział 7: Zmiana rytmu życia



Rozdział 8: Siła radości
Rozdział 9: Kroki do przodu
Rozdział 10: Światło nadziei
Praktyczne sugestie
Test dla samego siebie
Bibliografia