

Autosugestia

Anselm Grün

Kategorie:

Książki > Dla dorosłych > Rozwoj duchowy > Rozważania

Książki > Dla dorosłych > Rozwoj duchowy > Nauczania

Książki > Dla dorosłych > Rozwoj duchowy > Studium

Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Relacje

26,90 zł

numer katalogowy: WD/1026

ISBN: 9788327714107

liczba stron: 112

format: 12,4 x 19,4 cm

oprawa: miękka

rok wydania: 2017

Od nas zależy, czy poprawiamy jakość naszych myśli
św. Jan Kasjan

Każdy z nas tworzy autosugestie. Są to nieustannie obecne w naszej głowie słowa, które wpływają na to, co myślimy, jak się czujemy, jakie relacje tworzymy. Bardzo często przybierają one jednak formę całych negatywnych zdań, które sprawiają, że czujemy się niepotrzebni i nieszczęśliwi.

Anselm Grün, korzystając z mądrości i doświadczenia starożytnych mnichów, udowadnia, że jesteśmy w stanie wpływać na to, jakie myśli nam towarzyszą. Wypracowana przez nich prosta metoda walki z negatywnymi myślami może zupełnie zmienić nasze życie, przywrócić wiarę w bliskość i pomoc Boga, wprowadzić radość i pogodę ducha, uzdrowić relacje.

Lęk znika i czujemy w sobie miłość, która rozszerza serce, wolność od jakiegokolwiek nacisku, by doradzać coś Bogu, wolność bycia przed Bogiem takim, jakim się jest.

Bestseller

Prawie 30 tysięcy sprzedanych egzemplarzy w Polsce!