



65 Abitudini Quotidiane Per La Tua Crescita Personale: Migliora La Tua Vita Senza Sforzo, Liste, Routine, Crea Nuove Abitudini Eliminando Le Cattive Abitudini, Dipendenza Positiva, Dipendenza Negativa

By P L Pellegrino

Createspace Independent Publishing Platform, United States, 2015. Paperback. Book Condition: New. 229 x 152 mm. Language: Italian . Brand New Book ***** Print on Demand *****.65 abitudini quotidiane per la tua crescita personale Essere cio che si fa! Da anni il mio maestro di Yoga, Giampietro, non fa che ripetermi: L ascolto e tutto. Per questo ho iniziato ad ascoltare, o piu precisamente ad ascoltarmi. Ascoltandomi ho colto la bellezza della vita. Ho ascoltato il mio corpo. Ho osservato il mio corpo con gli occhi dell anima. E il chiacchiericcio della mente se ne andava. Il brusio scompariva. Tutte quelle voci inutili, quelle frasi cattive, quelle immagini debilitanti se ne andavano senza che io me ne accorgessi. Ascoltarsi e la forma piu alta di meditazione. Ascoltandomi ho compreso che Siamo cio che mangiamo e una frase dai molteplici significati. Noi siamo cio che facciamo entrare in noi stessi. Siamo cio che ingurgitiamo giorno per giorno, istante per istante. Come avrai capito non intendo soltanto il cibo che mangiamo, l acqua che beviamo e l aria che respiriamo. Noi siamo cio che facciamo. Siamo come agiamo, ma piu precisamente siamo cio che facciamo. Guardiamo la TV quattro ore al giorno? Leggiamo...



READ ONLINE
[8.53 MB]

Reviews

This is actually the finest ebook we have go through until now. It is writter in straightforward words and phrases instead of difficult to understand. Its been designed in an remarkably straightforward way and is particularly just following i finished reading through this book by which basically changed me, change the way in my opinion.

-- **Gillian Wisoky**

Completely essential go through ebook. it absolutely was writtern quite properly and useful. Your way of life span will likely be enhance the instant you total looking at this publication.

-- **Norma Dooley**