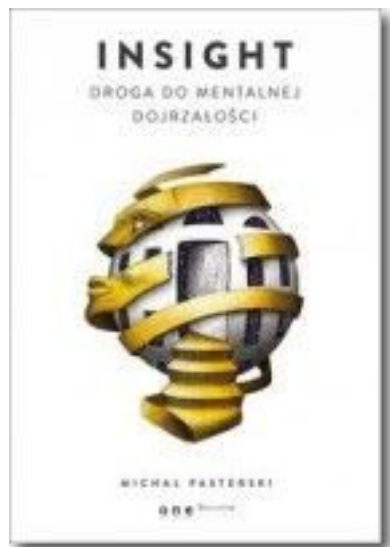


INSIGHT. Droga do mentalnej dojrzałości



Cena: 58,65 PLN

Opis słownikowy

Autor	Michał Pasterski
ISBN	9788324698257
Rok wydania	2016
Wydawca	Helion
Wysyłamy	Wysyłamy w ciągu 4-5 dni roboczych

Tabela cech produktu

Oprawa	Twarda
Ilość Stron	704
Format	17.0x24.5 cm

Opis produktu

Droga do stanu mentalnej dojrzałości jest fascynującą podróżą do wnętrza siebie. Podróżą, której celem jest wgląd, samopoznanie i samodzielne rozwiązywanie własnych mentalnych łamigłówek. Co Cię czeka na końcu tej drogi? Życie pełnią życia, według Twojego własnego przepisu.

Insight to metoda, dzięki której przejdziesz przez ten proces samodzielnie, krok po kroku. Swoją przygodę zaczniesz od uspokajania chaotycznego umysłu i wglądu w swój świat wewnętrzny. Następnie nauczysz się wsłuchiwać w głos intuicji, tak aby móc odnajdywać w sobie odpowiedzi na najważniejsze pytania. Zdobędziesz też umiejętność nawiązywania dialogu z różnymi częściami własnej osobowości i poznasz cały zestaw praktycznych narzędzi do systematycznej pracy nad sobą.