Tobias Junge

Fantasiereise - Kreative Wege zur Achtsamkeit

Inspirierende Texte und Ausmalbilder für mehr Gelassenheit

Den Moment leben

- Eine Reise zu mehr Gelassenheit im stressigen Alltag
- Mit 63 inspirierenden Texten, Gedanken, Anregungen und Weisheiten
- 27 fantasievolle Ausmalbilder und dazu passende Texten zum Entspannen
- Erhellende Gedanken für jeden Tag
- Wunderschön gestaltetes Lese- und Ausmalbuch zur täglichen Inspiration

Gehen Sie auf Fantasiereise und lassen Sie sich von 63 meditativen Texten und 27 Ausmalbildern inspirieren. Stoppen Sie mit den praktischen Anregungen und Weisheiten aus diesem Buch das tägliche Gedankenkarussel und entwickeln Sie beim Ausmalen der Bilder Gelassenheit. Lernen Sie mithilfe der Fantasiereisen, Ihre Umwelt bewusster wahrzunehmen und im stressigen Alltag zu entschlenigen. Das wunderschön gestaltete Lese- und Ausmalbuch hält erhellende Gedanken für jeden Tag bereit.

Zielgruppe:
Menschen in Eile; Menschen, deren Leben in Steno vorbeizieht; Menschen ohne

Halt, Fans der Zeitschrift FLOW

Naumann & Göbel Verlagsgesellschaft mbH
Klappenbroschur, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
96 Seiten, Format 19 x 24,5 cm
ISBN: 978-3-625-17856-9
Erscheint: April 2017
6,99 EURO