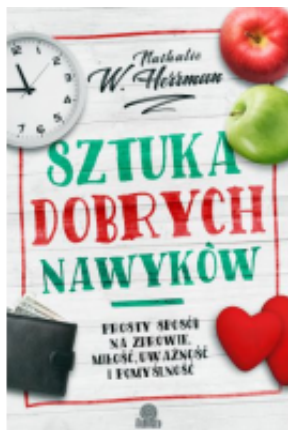


Link do produktu: <https://www.muzykabezoplat.com/sztuka-dobrych-nawykow-nathalie-w-herrman-p-541.html>



## Sztuka dobrych nawyków - Nathalie W Herrman

Cena	<b>29,00 zł</b>
Cena poprzednia	<b>34,90 zł</b>
Dostępność	<b>Dostępny</b>
Numer katalogowy	<b>victorel_3588</b>
Kod EAN	<b>9788365442406</b>

### Opis produktu

Sztuka dobrych nawyków - Nathalie W Herrman

**Opis książki** Sztuka dobrych nawyków

Twój los zależy od Twoich nawyków.  
- Brian Tracy

„Ta książka jest dla tych, którzy mają odwagę spojrzeć za zasłonę, zbadać głębię własnego istnienia i żyć pełnią życia – wieść nie szarą i nudną egzystencję, lecz cudowne, tętniące energią, pełne barw życie! Coś takiego wymaga wysiłku. Wymaga wiary w to, co możliwe, chęci do zdobycia się na szczerą oraz odwagi do wprowadzenia zmian. Prowadzenie świątłego życia wymaga wytrwałości, pracowitości i autorefleksji. Jeśli chcesz wyzwolić się spod jarzma ograniczeń, zachęcam cię, abys już dziś podjął decyzję o zrobieniu wszystkiego, co konieczne do osiągnięcia tego celu”.

Potęźna siła nawyków może być albo destruktywna, albo konstruktywna; może działać na naszą korzyść albo przeciwnie. Sztuka dobrych nawyków to bezcenny poradnik, który uświadamia nam, które nawyki powinniśmy zmienić, aby czuć się dobrze w swoim ciele, wejść na wyższy poziom świadomości, mieć zdrowe relacje z bliskimi, przyjaciółmi i współpracownikami, oraz cieszyć się życiową pomyślnością.

Poznaj zasady zdrowego odżywiania i zadbaj o swoje ciało.  
Uzdrow swój związek i relacje z innymi.  
Opanuj sztukę uważności i naucz się zdrowego organizowania czasu.  
Odkryj duchowe zasady osiągania pomyślności i wprowadź je w życie.

**WYKORZYSTAJ POTĘŻNĄ MOC DOBRYCH NAWYKÓW!**

### O autorce

Nathalie W. Herrman jest trenerem osobistym, mówcą motywacyjnym, masażystką i mistrzynią reiki. Ukończyła z wyróżnieniem Uniwersytet Bostoński i poświęciła życie na gromadzenie doświadczeń w poszukiwaniu doskonałego zdrowia i samopoczucia własnego i innych. Jej praca jest wynikiem autentycznej i entuzjastycznej miłości do życia, ludzi, świata i przyrody. Jej celem jest żyć pięknie i służyć innym. Podstawą jej poglądów jest przeświadczenie, że szczęście to nie punkt, do którego się dąży, lecz stan istnienia, za który wszyscy indywidualnie powinni wziąć odpowiedzialność.

ISBN: 9788365442406  
Autor: Nathalie W Herrman  
Wydawnictwo: ILLUMINATIO  
Tytuł: Sztuka dobrych nawyków  
Podtytuł: Prosty sposób na zdrowie, miłość uważność i pomyślność  
Ilość stron: 256  
Oprawa: Miękka  
Oryginalny tytuł: The Art of Good Habits: Health, Love, Presence & Prosperity  
EAN: 9788365442406

Tłumacz: Składanowska Kinga  
Język: polski  
Język oryginału: angielski  
Data wydania: 19.08.2016  
Rok wydania: 2016  
Waga: 240.000  
Wymiary: 13.7x20.3x1.7 cm  
Korekta: Irena Piecha  
Nr wydania: 1  
Tematyka: Poradniki  
Kod wydawcy: 35355