

VÄGEN HEM - djup avslappning för kropp och sinne

Staffan Bond Westfält, Kajsa Ingemarsson



Ladda ner PDF

VÄGEN HEM – djup avslappning för kropp och sinne

Guidad musikalisk meditation med Kajsa Ingemarsson

I den här meditationen guidar Kajsa Ingemarsson lyssnaren in i ett tillstånd av djup kroppslig avslappning, frid och harmoni.

Till sin hjälp har hon gitarristen Staffan Bond Westfält, och tillsammans skapar de ett magiskt rum för den som vill få hjälp att stilla sinnet och bli av med stress, oro och spänningar.

Meditationen är inspelad live, och utformad helt intuitivt. Detta skapar en oöverträffad känsla av närvaro och äkthet som bidrar till den djupa och transformerande upplevelse som väntar lyssnaren.

Kajsa Ingemarsson är en av landets mest uppskattade författare med böcker som *Små citroner gula*, *Lyckans hjul* och *Isobels vandring*.

Med den banbrytande trilogin om *Hjärtats väg* har hon också blivit en ledande gestalt inom personlig utveckling.

Förutom böcker håller hon föreläsningar, samt leder resor och workshops där meditation är en av metoderna hon använder för att åstadkomma djupgående och varaktig förändring och transformation för den som önskar.

Läs mer på hennes hemsida:
www.kajsaingemarsson.nu

Fler meditationer i serien:

Möjligheternas hav – lär känna din kreativa kraft

Alltid älskad – helande budskap från ditt hjärta

Meditationstid: 39.36 min

Ladda ner gratis VÄGEN HEM - djup avslappning för kropp och sinne gratis bok PDF Kindle

Forfatter: Staffan Bond Westfält, Kajsa Ingemarsson

Antall sider:

ISBN: 9789187959707

Format: PDF

Filstorrelse: 18.53 Mb

Ladda ner på 15 sekunder