

1 Minuto Basta!: Tecniche e Consigli Pratici Per Scoprire i Propri Sogni, Credere Nei Desideri, Portarli Nella Realtà Di Ogni Giorno e Raggiungere La Meritata Felicità

1 minuto BASTA!

Raffaella Iannaccone

*Tecniche e Consigli
Pratici per
Scoprire i Propri Sogni,
Credere nei Desideri,
Portarli nella Realtà
di Ogni Giorno
e Raggiungere
la Meritata Felicità.*



**BQ BRUNO
EDITORE**
Ebook per la Formazione

Data di pubblicazione: 31 Gennaio 2019

Editore: Bruno Editore

Autore: Raffaella Iannaccone

Lunghezza stampa: 243

Lingua: Italiano

PDF

Sai che basta 1 solo minuto per godere al massimo di tutte le emozioni che la vita ti ha donato? Non lo dico io, ma la scienza. Pensa che molti studi affermano che: "Basta un solo minuto per entrare in uno stato meditativo capace di portarci ad un livello di benessere sia fisico che fisiologico... inimmaginabile". Tutti noi sappiamo che la nostra esistenza è fatta di difficoltà quotidiane di qualsiasi tipo: c'è chi ha problemi di salute, chi di relazioni, chi di carattere economico e così via. Eppure ci sono persone che, sebbene la vita sia stata estremamente dura con loro, riescono ad assaporare la propria esistenza nel pieno delle proprie possibilità, svegliandosi ogni mattina pieni di gioia e vitalità. Come fanno? Con la pratica! Ed è ciò che rende differente questo libro da tutti gli altri sulla crescita personale, la motivazione e l'auto-aiuto presenti sul mercato. Al suo interno, infatti, ti svelerò tutta una serie di consigli pratici da applicare in appena 1 minuto per scoprire tutti i tuoi sogni e desideri, vivere una vita intensa e raggiungere così la tua meritata felicità, per te stesso, per la tua famiglia, per i tuoi amici e di conseguenza per il mondo intero!

COME VIVERE LA VITA CHE HAI SEMPRE DESIDERATO

- Il vero segreto per fare nella tua vita tutto ciò che più desideri.
- Qual è la domanda che dovresti farti ogni mattina dopo esserti alzato dal letto.
- Come sfruttare al meglio ogni secondo della tua esistenza senza il rischio di avere rimpianti.

COME STARE BENE FISICAMENTE E MENTALMENTE

- L'unico vero modo per apprezzare veramente ciò che hai.
- Perché qualunque cosa che accade porta con sé un insegnamento.
- Come gestire al meglio i propri problemi fisici.

COME GESTIRE UN RAPPORTO DI COPPIA

- Perché amarti davvero vuol dire comprendere chi realmente sei, cosa vuoi e cosa cerchi in un'altra persona.
- L'importanza di non dipendere mai da nessuno.
- Il vero segreto per sviluppare un rapporto sentimentale stabile e duraturo nel tempo.

COME GESTIRE LA FAMIGLIA E GLI AMICI

- Il motivo per cui chiunque entra nella nostra vita ci insegna ogni volta qualcosa d'importante.
- L'importanza di non frequentare persone che guardano alla vita in maniera negativa.
- Per quale motivo i veri amici rappresentano un acceleratore verso la consapevolezza di te stesso.

COME VIVERE OGNI GIORNO DI SOGNI E DESIDERI

- Come coltivare i tuoi desideri in maniera produttiva nel corso del tempo.
- L'importanza di amare ciò che stai facendo in questo preciso momento.
- Perché festeggiare i tuoi successi deve diventare un'attitudine mentale fondamentale per te stesso.

COME GESTIRE CORRETTAMENTE LE TUE FINANZE

- Come trarre davvero insegnamento dai fallimenti economici.
- Il vero ed unico segreto per superare questo genere di difficoltà nel migliore dei modi.

- L'importanza di imparare a perdonarti per gli errori commessi.

BIOGRAFIA

Raffaella Iannaccone, nasce a Napoli nel 1979. Dopo aver trascorso un'infanzia, un'adolescenza e una giovane età davvero travagliate e molto difficili, passando da un episodio traumatico all'altro, ha "scoperto" sul suo percorso, circa 15 anni fa, grazie all'incontro e conoscenza di un uomo, quando tutto sembrava perduto, i temi della crescita personale, della motivazione e dell'autoaiuto. Ha studiato molteplici processi che le hanno permesso di ottenere grandi soddisfazioni e realizzazioni, ribaltando a suo completo favore quella che sembrava essere una situazione persa e spacciata [...]

<https://rapidgator.net/file/ccf9826c5f81efb2e54b984cf540d350/KEdwKsVel.pdf.rar.html>