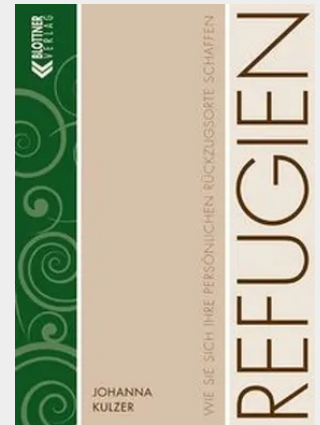


Refugien

Wie Sie sich Ihre persönlichen Rückzugsorte schaffen

Sehnsucht nach Rückzugsorten – Erholung vom Alltagsstress! In einer Zeit der permanenten Erreichbarkeit und Abtrennung von der Natur verspüren die meisten Menschen eine tiefe Sehnsucht nach Orten des Rückzugs, wo sie wieder innere Ruhe und den Kontakt zu sich selbst finden. Refugien sind mehr als nur Orte der Erholung vom Alltagsstress. Sie begleiten uns auf der lebenslangen Reise zu uns und helfen, besonders in Krisen- und Wandlungsphasen, die Erdung nicht zu verlieren. Dabei gibt es nicht DAS Refugium. Je nach individueller Lebenssituation und vorhandenen Möglichkeiten wird der Rückzugsort in verschiedenen Lebensabschnitten anders aussehen. Das macht es gerade so spannend, die in diesem Moment richtige persönliche Oase zu entdecken bzw. für sich zu realisieren. Das Buch begleitet seine Leser/innen auf dieser Findungs- und Entdeckungsreise, sensibilisiert für die begleitenden Prozesse, zeigt Möglichkeiten auf und gibt viele praktische Tipps zur Nutzung und Ausgestaltung dieser persönlichen Orte. Refugien hilft, diese Orte zu entdecken und zu erschaffen. Dazu braucht es weder ein dickes Portemonnaie noch einen (zeitlichen) Ausstieg aus den bisherigen Lebensumständen. Ein Ratgeber, der Lebensqualität und Balance in den Alltag bringt – für die täglichen großen und kleinen Herausforderungen des Lebens!



9,90 €

9,25 € (zzgl. MwSt.)

vorbestellbar, Erscheinungstermin ca.
Februar 2020

Artikelnummer: 9783893671366

Medium: Buch

ISBN: 978-3-89367-136-6

Verlag: Blottner Verlag

Erscheinungstermin: 31.10.2012

Sprache(n): Deutsch

Auflage: 1. Auflage 2012

Produktform: Gebunden

Gewicht: 473 g

Seiten: 128

Format (B x H): 179 x 247 mm

