

Keywords: L'arte della semplicità libro pdf download, L'arte della semplicità scaricare gratis, L'arte della semplicità epub italiano, L'arte della semplicità torrent, L'arte della semplicità leggere online gratis PDF

L'arte della semplicità PDF

Dominique Loreau



Questo è solo un estratto dal libro di L'arte della semplicità. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Dominique Loreau
ISBN-10: 9788878878853
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 3478 KB

DESCRIZIONE

I tempi richiedono sobrietà: cogliamo questa necessità come un'opportunità di riflessione, di conoscenza e di crescita. Vivere zen è per Dominique Loreau la chiave dell'armonia; in questo libro, che è anche una guida molto pratica al benessere psicofisico, all'eleganza, a una raffinata qualità di vita, ci spiega che conquistare l'arte della semplicità è: liberare la mente da pregiudizi (per aprirsi a domande e a risposte nuove), imparare ad apprezzare il silenzio (e anche a meditare e ascoltare gli altri), svuotare gli armadi (per l'80% del tempo indossiamo solo il 20% del nostro guardaroba), abbandonare gli acquisti compulsivi e smettere di accumulare oggetti inutili (che ingombrano la casa e la mente), coltivare la vera bellezza in tutte le sue forme, mettere a fuoco il proprio stile (indipendentemente dall'età, senza farsi manipolare), prendersi cura del proprio corpo e dare valore al relax, utilizzare pochi e ottimi prodotti naturali di bellezza, mangiare meno ma alimenti di ottima qualità, riscoprire ogni tanto la fame...

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Leggi «L'arte della semplicità In un mondo di eccessi, semplificare la propria vita è arricchirla» di Dominique Loreau con Rakuten Kobo. «Il meno è più» non ...

L' arte della semplicità has 2,201 ratings and 312 reviews. Malgorzata said: Probably the most annoying book I've read in a long time. Patronising, full ...

In un mondo di eccessi, semplificare la propria vita è arricchirla. Semplicità, infatti, significa possedere poco per concentrarsi sull'essenza e la ...

L'ARTE DELLA SEMPLICITÀ

[Leggi di più ...](#)