



Lebenslust

Meditations-Mental-Training: Selbstverwirklichung & Erfolg

Dieses Programm, das von der TV-Moderatorin Gundis Zámbo gemeinsam mit einem der führenden Entspannungstherapeuten und Coaches Deutschlands aufgenommen wurde, bietet zwei besondere Meditationen, die sich an alle richten, die an sich arbeiten und sich positiv weiterentwickeln möchten. Die Mental-Trainings „Selbstverwirklichung“ (20 Min.) und „Erfolg“ (25 Min.) unterstützen den Hörer auf dem Weg in ein glücklicheres, erfüllteres und zufriedeneres Leben, indem sie in tiefe, wohlige Entspannung führen und neue positive Denk-, Handlungs-, Lern- und Lebens-Programme verankern. Beide Entspannungsreisen werden von Gundis Zámbo gesprochen und von beruhigender Hintergrundmusik getragen.

Gundis Zámbo, Abbas Schirmohammadi; Shaker Media Verlag, Aachen,
2015, CD, 12.90 €, ISBN 978-3956313271