

Nina Wise

Uma vida
plena, livre,
feliz e
fora do
comum

Alegria, criatividade
e espiritualidade
para quem não tem
tempo para nada



SEXTANTE

Resumo de Uma Vida Plena, Livre, Feliz e Fora do Comum

"Este seu corpo maravilhoso e cheio de possibilidades que você mantém rígido, estressado, tenso, imobilizado diante do computador, na frente da TV, em salas de espera, nas várias filas que enfrenta, é capaz de fazer os mais variados movimentos que o soltem, liberando a esplêndida criatividade que está aprisionada dentro de você.

O que ofereço aqui são os caminhos que descobri: atividades de canto, dança, poesia e arte visual que têm o poder de nos transformar. Quero ajudar você a levar uma vida plena, livre, feliz e fora do comum.

Uma vida divertida e cheia de entusiasmo. Quero ensinar você a relaxar e soltar a sua criatividade. Se você se abrir para aprender o que descobri, em breve se verá dançando na sala, cantando no carro, escrevendo poesia em guardanapos de coquetel, indo se maravilhar com o pôr-do-sol, chamando amigos para programas absolutamente originais.

E tudo isso renovará sua vida, lhe trará alegria, abrirá seus canais afetivos. Você será mais livre para se expressar e fazer suas próprias escolhas. E será mais feliz e capaz de contribuir para criar um mundo melhor para todos." - Nina Wise

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)