



АЛЕКСЕЙ МИРНЫЙ

**ОТПУСТИТЕ
НЕГАТИВ
ИЗ СВОЕЙ
ЖИЗНИ**

Алексей Мирный

Отпустите негатив из своей жизни

«Издательские решения»

Мирный А.

Отпустите негатив из своей жизни / А. Мирный — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-900068-2

Как многие из нас устали от ощущения негатива. Конечно, каждый из нас часто предаётся жалости, но в основном гневу, страху, беспокойству, стрессу и сомнениям, испытывая все негативные эмоции. И каждый от этого попросту не может чувствовать себя хорошо.

ISBN 978-5-44-900068-2

© Мирный А.
© Издательские решения

Содержание

Введение	6
Конец ознакомительного фрагмента.	7

Отпустите негатив из своей жизни

Алексей Мирный

© Алексей Мирный, 2019

ISBN 978-5-4490-0068-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

Как многие из нас устали от ощущения негатива. Конечно, каждый из нас часто предаётся жалости, но в основном гневу, страху, беспокойству, стрессу и сомнениям, испытывая все негативные эмоции. И каждый от этого попросту не может чувствовать себя хорошо.

В течение долгого времени хранение отрицательных эмоций могут нанести вред нашему телу и также отразиться на нашем окружении. Любопытствуя о влиянии эмоций на наше физическое здоровье, углубимся в данную тему, чтобы понять некоторые методы мы можем использовать, чтобы освободиться от негатива в нашей жизни и восстановить наш дух.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.