

Paulina Młynarska | spotkanie autorskie w Empiku w Manufakturze

kategoria:

Dla seniorów

Literatura

Spotkania autorskie

autor: informacja prasowa Empiku

Empik - Salon Empik Łódź Manufaktura (91-071 Łódź, ul. Jana
Karskiego 5)

23.10.2019

godz. 18:00 - 20:00

**Spotkanie autorskie z Pauliną Młynarską i promocja jej książki: „Jesteś spokojem”
(Prószyński Media). Wstęp wolny.**



Grafika promująca wydarzenie: Paulina Młynarska | spotkanie autorskie w Empiku w Manufakturze , fot. mat. Empik.com

Co się dzieje, gdy pełna życiowej pasji, niezależna i buntownicza kobieta wkroczy niechęć na ścieżkę rozwoju duchowego? Kogo na niej spotka? Z jakimi demonami zatańczy? Czy zdoła je obłaskawić? Czy joga może pomóc uporać się z traumą i uleczyć dawne rany? A jeśli tak, to jak się żyje, mając nareszcie spokój? I co to właściwie jest ten cały duchowy rozwój?

W książce pt. „Jesteś spokojem” (Prószyński Media) Paulina Młynarska z bezwzględną szczerością opowiada o traumatycznych przeżyciach z dzieciństwa, swoich zmaganiach z zespołem stresu pourazowego i o tym, jak odzyskała radość życia, dzięki regularnej praktyce jogi (nie mylić z wygibasami celebrytek na Instagramie!). Książka pt. „Jesteś spokojem” to zastrzyk rzetelnej motywacji do pracy nad sobą dla każdego, kto naprawdę chce odzyskać spokój. Bez lukru i udawania, że da się w tej dziedzinie cokolwiek osiągnąć, unikając wysiłku i zmierzania się z własną strefą mroku. A wszystko to z właściwym autorce

poczuciem humoru, dystansem i przymrużeniem oka oraz z zaskakującą polityczną puentą.

Dodatkowe informacje:

Więcej informacji na [stronie Empiku](#) i na [facebookowym wydarzeniu](#).

Wstęp wolny.

Organizator: [empik](#), [Prószyński i S-ka](#) i [Paulina Młynarska](#)

Czas i miejsce:

23 października (środa) 2019, godz. 18:00-20:00

Salon Empik Łódź Manufaktura

91-071 Łódź, ul. Jana Karłowicza 5

Empik S.A.

kom.: +48 224 627 250

e-mail: obsługa.klienta@empik.com

<http://www.empik.com/>

- TAGI:
- książki
- spotkanie autorskie
- seniorzy