

Nieuw in de bibliotheek:



De kracht van rust.

Geschreven door Mirjam van der Vegt.

Vanaf dinsdag 9 maart te leen in de bibliotheek van de Poort

De maatschappij staat nooit stil en vraagt veel energie van ons. Daarom moeten we het belang van rust en stilte in ons leven niet vergeten, aldus Mirjam van der Vegt. Zij schreef het boek De kracht van rust. "Rust mag een vol onderdeel van je leven zijn."

Deze inspirerende persoonlijke tekst is rijk, bemoedigend en uitnodigend. Aandachtig te lezen, traag en rustig zoals een non door de kloostergangen schrijft. Het boek nodigt je uit naar de innerlijke werkplaats te komen, daar waar je je soms alleen waant maar niet bent.

Jij leeft intens. In de spaarzame momenten dat je met je benen omhoog ligt, vraag je je af hoe je meer rust kunt inbouwen. Hoe leef je zo dat je je energiek voelt en niet steeds het gevoel hebt dat het net teveel is? Hoe ga je van streven naar leven? In dit boek ontdek je jouw haalbare weg. Want wie veel werkt, mag veel rusten.

Dit boek is niet de volgende to-do lijst om af te vinken, maar helpt je een nieuwe levenshouding te ontwikkelen. Alles wat vandaag op je pad komt, is genoeg. Ontdek het goede leven door middel van acht praktische en tegendraadse levenslessen die je leren te rusten middenin de chaos.

Voor informatie over de bibliotheek van de Poort en om boeken te reserveren klik hier:

<https://www.cursuscentrumdepoort.nl/bibliotheek.html>

