

De Parelsnoermethode biedt een stapsgewijze aanpak voor een betere toekomst op basis van de verhalen van je verleden

Titel: De Parelsnoermethode
Auteur: Bard Papegaaij (Norg)
Pagina's: 171
ISBN: 978-94-6365-638-2
Prijs: € 17,50

Over het boek

Met een unieke combinatie van reflectie, verhalen en oefeningen toont Bard Papegaaij hoe we van de mooiste momenten uit ons leven een blauwdruk kunnen maken voor onze toekomst. Door te leren hoe je beter wordt in het maken van bewuste keuzes en daaraan vast te houden, neem je meer regie over je leven en de richting die je kiest.

Je eigen leven onder controle krijgen betekent niet dat je alles wat er gebeurt kunt gaan beheersen. Waar het om gaat, is grip te krijgen – zoveel als maar mogelijk is – op de manier waarop je keuzes maakt en beslissingen neemt. Het betekent dat je gaat begrijpen wat je opties zijn en gaat leren hoe je wijzer en consistentere kunt kiezen. Met als doel de vele kleine duwtjes die je geeft om je leven een bepaalde kant op te sturen bij elkaar op te tellen tot ze een zichtbare en duidelijke positieve invloed vormen.

Een handzame en verfrissende methode die al snel resultaat laat zien.



Over de auteur



Bard Papegaaij (Amsterdam, 1960) is een filosoof, schrijver, trainer en coach met een diepe compassie voor het menselijk lijden en het vaste voornemen mensen te helpen een beter leven te leiden, meer voldoening te vinden in hun werk, en samen een meer duurzame en socialere maatschappij te creëren. Bard woonde bijna 25 jaar in Australië. Door de COVID-pandemie kwamen Bard en zijn vrouw Paulina in Nederland vast te zitten, waar ze besloten van de nood een deugd te maken. Zij hebben zich nu permanent gevestigd in het noorden van Drenthe, waar Bard boeken schrijft en mensen begeleidt in hun persoonlijke en professionele ontwikkeling.

Onderschrift voor belangstellenden

Wilt u meer informatie, een recensie-exemplaar van het boek ontvangen, of een interview met de auteur, dan kunt u contact opnemen met Jitske Kingma, jitskekingma@elikser.nl, 058-2894857, 06-48626286