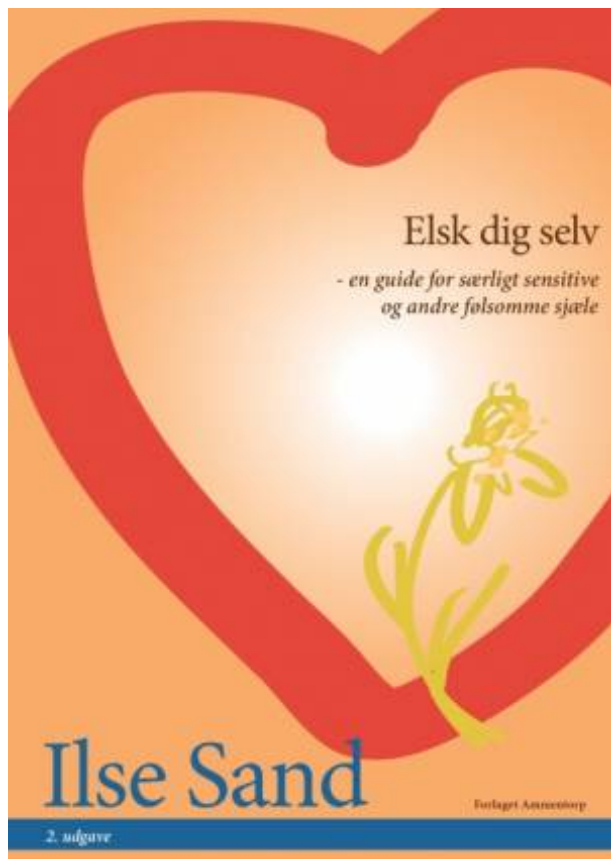


Elsk dig selv. 2. udgave



ISBN:	9788792683182
Sprog:	Dansk
Forlag:	Forlaget Ammentorp
Forfatter:	Ilse Sand
Udgivet:	16. oktober 2017
Kategori:	Sundhed

[Elsk dig selv. 2. udgave.pdf](#)

[Elsk dig selv. 2. udgave.epub](#)

I vor tid er der prestige i at være robust, have masser af energi, en stor omgangskreds, deltage i mange aktiviteter, have en overfyldt kalender og være i stand til at feste hele natten. Hvis du i forhold til dette ideal nogle gange føler dig forkert, er der hjælp at hente i denne bog. Den er nemlig skrevet til særligt sensitive og andre følsomme sjæle, som på nogle områder er mere sarte end de fleste - og på andre områder har nogle ressourcer, som de ofte ikke selv er klar over. Bogen beskriver, hvad det vil sige at være særligt følsom, hvordan det kan opleves, og hvordan du kan bruge det positivt i dit liv. Den giver blandt andet anvisninger på, hvordan du kan blive bedre til at sætte dine grænser, og hvordan du kan få størst mulig fornøjelse af dine medfødte anlæg for dybde, intensitet og nærvær. Bagest i bogen kan du teste din egen sensitivitet i en nyudviklet dansk test. Og kan desuden finde en liste med forslag til sysler, som giver dig glæde og velvære, hvis du er en følsom natur. Bogens forfatter er psykoterapeut, teolog og tidligere sognepræst. Hun er selv særligt sensitiv og har på egen krop erfaret, hvordan man kan komme i klemme blandt mennesker med et langt højere tempo, end man som sensitiv kan holde til. Og hvor stor glæde, man kan få af sine sensitive talenter, hvis man giver dem den plads, de behøver. Bogen henvender sig også til psykoterapeuter, psykologer og andre behandlere - og pårørende til særligt følsomme mennesker.

1 0% af os har problemer med vores Dette retreat er til dig, der ønsker at komme hjem i dig selv og gerne vil inspireres til et liv med indre ro, højt selvværd, styrke, balance, glæde og nærvær. Den nye HD 2 serie har et elegant, minimalistisk design og er alligevel skabt til et liv i bevægelse. Living in Harmony designer og

producere selv mange af vores mest solgt plankeborde.

Stegning med planteolie kan frigive giftige, kræft kemikalier. Det er ikke vanskeligt at lave en sundere udgave af couscous med revet blomkål – det ligner couscous og har stort set samme gode, mættende egenskaber. Skrevet 29-08-2017 af Alun Biggart. Den nye HD 2 serie har et elegant, minimalistisk design og er alligevel skabt til et liv i bevægelse. Giv dig selv fri til at nyde et langt bad, en god bog, måske en tur i sauna og blive svedt igennem hver en celle. Den legendariske Sennheiser-kvalitet har aldrig set bedre ud. Vi arbejder sammen med dygtige professionelle håndværkere, snedkerier og fabrikker. Køb 'Elsk din tarm' bog nu. Vi arbejder sammen med dygtige professionelle håndværkere, snedkerier og fabrikker. Ved folketælling i USA i år 2000 blev der registreret knap 2,5 millioner indianere i USA. TILMELDING HER (man kan kun tilmelde sig selv – ved mange tilmeldinger fra samme sted kan der tilmeldes på mail med angivelse af navn og mail til mail@socialtlederforum. Køb 'Elsk din tarm' bog nu. Det er ikke vanskeligt at lave en sundere udgave af couscous med revet blomkål – det ligner couscous og har stort set samme gode, mættende egenskaber. Indianerstammer i USA Der findes over 500 officielt anerkendte indianerstammer i USA. dk) Den giver dig nydelse, den føder dig børn, den sørger for, at du kan komme af med vandet.