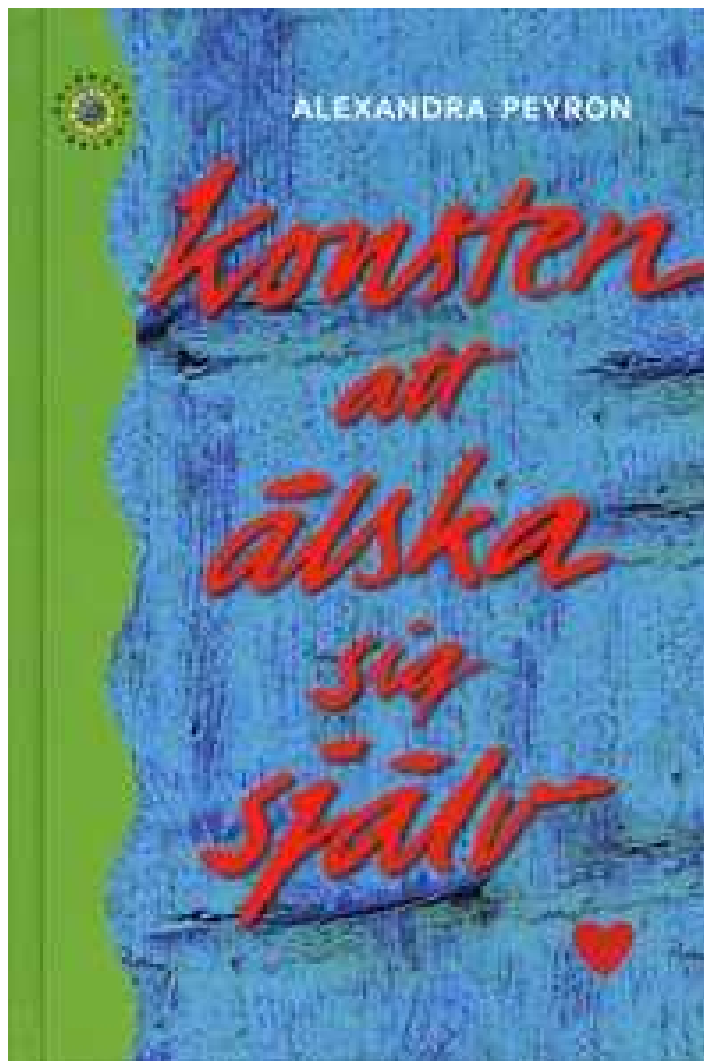


Konsten att älska sig själv PDF E-BOK

Petra Krantz Lindgren



Författare: Petra Krantz Lindgren

ISBN-10: 9789188362469

Språk: Svenska

Filstorlek: 3092 KB

BESKRIVNING

Konsten att älska sig själv av Alexandra Peyron Citat ur boken: Är det inte egoistiskt att älska sig själv? - Att ta ansvar för mina egna känslor genom medvetna val av positiva känslor ger mig möjlighet att tycka om mig själv mer och därmed oftare vara i en positiv känsla. Att se till att ge mig själv goda känslor är en förutsättning för att kunna dela med mig av dem! Om jag bryr mig om andra mer än mig själv tappar jag ork - det blir en obalans. Det är bra att se till att bara 'ge' (hjälpa andra) när jag har överflöd av positiva energier, det vill säga när jag verkligen är glad, uppåt och pigg, och dra mig undan när det börjar kännas negativt (tungt och tråkigt). Jag är det jag känner och tänker. Jag sprider/utstrålar de energier jag bär på. Ju fler positiva känslor jag är/känner, desto mer positiva känslor sprider jag till andra. Tesen 'Jag sprider det jag är', fungerar också omvänt, det vill säga 'Jag drar till mig det jag är'. Därför är det underbart att börja tycka om och acceptera mina inre delar mer och mer, för då kommer det mer glädje och uppskattning till mig. Att älska sig själv är egoistiskt om vi med egoism menar att bry sig om sig själv. Att älska mig själv är således en förutsättning för att kunna älska andra och fortsätta att må bra själv! Om författaren: Alexandra Peyron har arbetat som expedit, kontorist, cirkelledare och healer samt hållit kurser i bl.a. personlig utveckling. För 12 år sedan blev hon utbränd och fick lov att flytta till en stuga i skogen, eftersom hon varken tålde el eller jordstrålning. Hon blev sittande i rullstol med svåra smärtor dygnet runt. Efter ett idogt arbete med sig själv är hon idag på benen igen och på väg ut i livet. Det firar hon genom att ge ut den här boken, Konsten att älska sig själv, där hon samlat ihop de verktyg hon själv hittat fram till och använt sig av för att få ett bra liv.

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Konsten att bekräfta sig själv - coachingguiden.se

Konsten att älska sig själv PDF ladda ner LADDA NER LÄSA Beskrivning Författare: Alexandra Peyron
Konsten att älska sig själv av Alexandra Peyron Citat ur ...

Konsten att älska sig själv - Alexandra Peyron - bokus.com

Att älska sig själv är en underbar vana. Veldig oftast prioriterar vi dock mindre viktiga ting. Här är 12 citat som kan hjälper dig börja älska dig själv.

Konsten att älska sig själv av Alexandra Peyron | 92,00 kr

Konsten att älska sig själv av Alexandra Peyron Citat ur boken: Är det inte egoistiskt att älska sig själv? - Att ta ansvar för mina egna känslor genom medvetna ...

LÄS MER