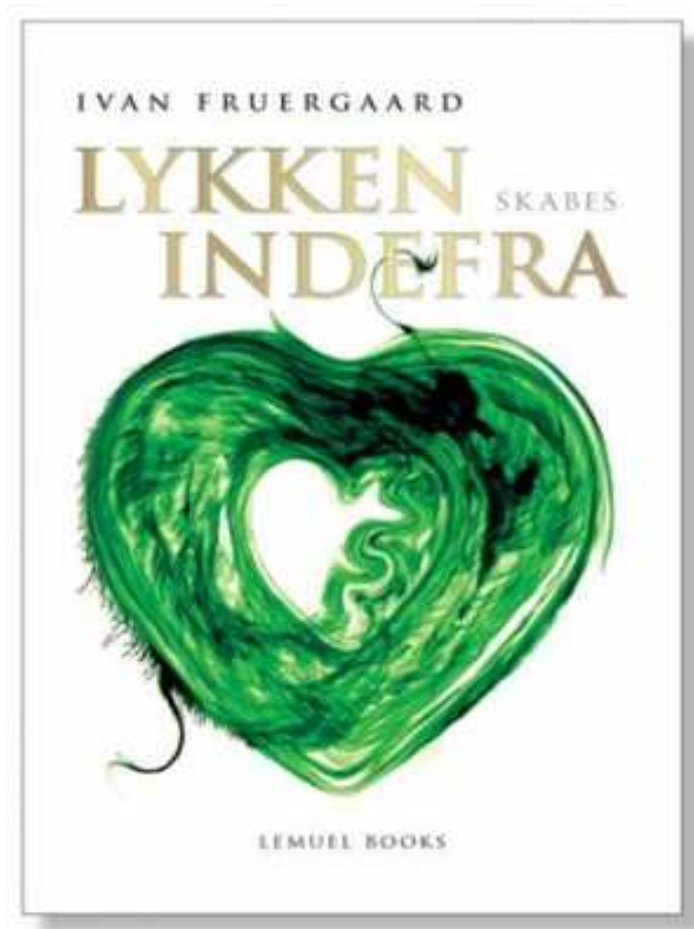


## Lykken skabes indefra PDF

Ivan Fruergaard



*Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.*



**DOWNLOAD PDF**

Forfatter: Ivan Fruergaard

ISBN-10: 9788792500243

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 2799 KB

## BESKRIVELSE

”Skynd dig langsomt,” siger et gammelt visdomsordsprog. Det siger forfatteren Ivan Fruergaard også i den nye bog *Lykken skabes indefra*. Den vil udfordre os til at gøre op med forestillingen om, at lykken ligger lige om hjørnet, men aldrig dér, hvor vi er. Lykken er en livsstrategi; at være nærværende i livet, fremfor noget, der handler om de mål, vi ofte forbinder den med. Lykken er uafhængig af ydre omstændigheder som status, materielle værdier og anerkendelse. Det er der en stærk kraft i at forstå. Lykken skabes indefra er en gribende enkel bog. Den gør op med den idé, at vi hele tiden skal videre. Lykken findes ikke først, når vi har gjort ditten eller datten – ikke først, når vi har mødt den rigtige kæreste, fået det rigtige job, opnået det perfekte liv. Lykken er lige her, hvis vi vil se, lytte og mærke efter! “Hvis du tror, du ikke har et valg, – så husk, det bare er en tanke, du er kommet til at tro på.” Ivan Fruergaard "Der er efterhånden skrevet meget om nuet og dets kraft, men med ”Lykken skabes indefra” er der tilføjet et væsentlig kapitel. Jeg bevæges altid, når jeg fornemmer, at forfatteren har investeret sig selv i værket. Og det gør Ivan Fruergaard her. Præcist og nærværende udfolder han øjeblikkets muligheder for forvandling, så alle kan få glæde af det. En lille, stor bog!” Lars Muhl ”Det er meget sjældent, at der udkommer en bog i disse tider om lykke og nærvær, som ikke kun har de rigtige ord – men som også via sine ord giver følelsen af ro. Jeg har gennem min tid som psykolog læst et hav af bøger om nuet, nærvær, mindfulness og lykke. Ganske få har som denne talt direkte til mit hjerte. Eckhart Tolles “Nuets kraft” og Jon Kabat Zinns “Lige meget hvor du går hen, er du der” er også eksempler. Nogle bøger er skrevet med så stor klarhed, at de taler direkte til hjertet og giver en indre ro, dette er tilfældet med Ivan Fruergaards bog om lykken.” Ulla Burmeister (Psykolog) ”Denne bog er umådelig smuk og stærk at læse. At en så dyb smerte – som det må have været, når ens far begår selvmord – kan forvandle sig til så stort et håb og så stærk en tillid til, at livet grundlæggende er smukt, godt og kærligt – når vi bare accepterer livet og os selv, som vi er. Jeg hører den som en bøn om at forsone sig med livet, som det er. Og at elske livet, som det er – og sig selv. Hvis nogen skulle have misset det, viser denne bog, hvor livsvigtigt det er at huske det.” Ulla Skorstengaard (Sognepræst)

## **HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?**

Lykken skabes indefra, opstår når du stopper med at lede efter den. Det er en lykke der altid har været der, du blev født med den, og har måske bare ...

På SAXO.com har vi ufatteligt mange gode bøger at vælge imellem. Hos os kan du finde Lykken Skabes Indefra og en masse andre bøger til en god pris.

Køb 'Lykken skabes indefra' bog nu. "Skynd dig langsomt," siger et gammelt visdomsordsprog. Det siger forfatteren Ivan Fruergaard også i den nye bog ...

## LYKKEN SKABES INDEFRA

[Læs mere ...](#)