

Bliv hel PDF

Saki Santorelli



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



Forfatter: Saki Santorelli
ISBN-10: 9788771581409
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 2566 KB

BESKRIVELSE

BLIV HEL er en modig og rørende bog, som taler direkte til både behandlere og patienter. Til dem, der kæmper med sygdom og smerte, og dem, der vil hjælpe og hele. Begge parter indgår i den helende relation, som er omdrejningspunktet for denne bog. Med årtiers erfaring og et livslangt partnerskab med grundlæggeren af mindfulness, Jon Kabat-Zinn, viser professor i medicin og mindfulness-ekspert Saki Santorelli i denne bog, hvordan man gennem mindfulness kan lære at værdsætte det enestående potentiale, der findes i denne relation. I en smuk sammenvævning af prosa og poesi, hvor læseren føres med ind i patienternes, behandlernes og forfatterens egne erfaringer, giver bogen en dyb indsigt i, hvad det vil sige at tage del i den helende relation. Og dermed hvad det vil sige at blive hel som menneske. "Der er bund i denne bog. Den bygger ikke på teori, men på levet liv og erfaring med at integrere bevidst nærvær og hjertets evne til empatisk resonans ind i livet og hverdagen. Bogen skal ikke læses og begribes med intellektet alene, så vil alt for meget gå tabt. Saki Santorelli lægger igen og igen op til, at vi forholder os aktivt til det, han skriver. At vi lytter, mærker efter, reflekterer over og tester, om det har relevans for vores eget liv." - Jacob Piet i bogens danske forord "Der er sket store fremskridt, men der er fortsat langt at gå i rehumanisering af lægevidenskaben. Mit håb er, at denne bog vil bidrage til at styrke denne udvikling, og at bogen vil blive standardlæsning for alle medicinstuderende og sundhedsprofessionelle under uddannelse. - Jon Kabat-Zinn i bogens forord

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Hvorfor er lige præcis denne bog vigtig? Fordi den ikke nøjes med at se den afhængige i forhold til det, vedkommende er afhængig af, men tager alle afgørende ...

Bliv slank helt uden kur Få tips til hvordan du nemmere kan spise sundt, få flere proteiner og huske dit daglige omega-3 tilskud.

Vi har tidligere afholdt kurset Økonomistyring for ledere. Måske var du en af de 20 deltagere, og måske endte du på ventelisten? Til december giver vi 20 andre ...

BLIV HEL

[Læs mere ...](#)