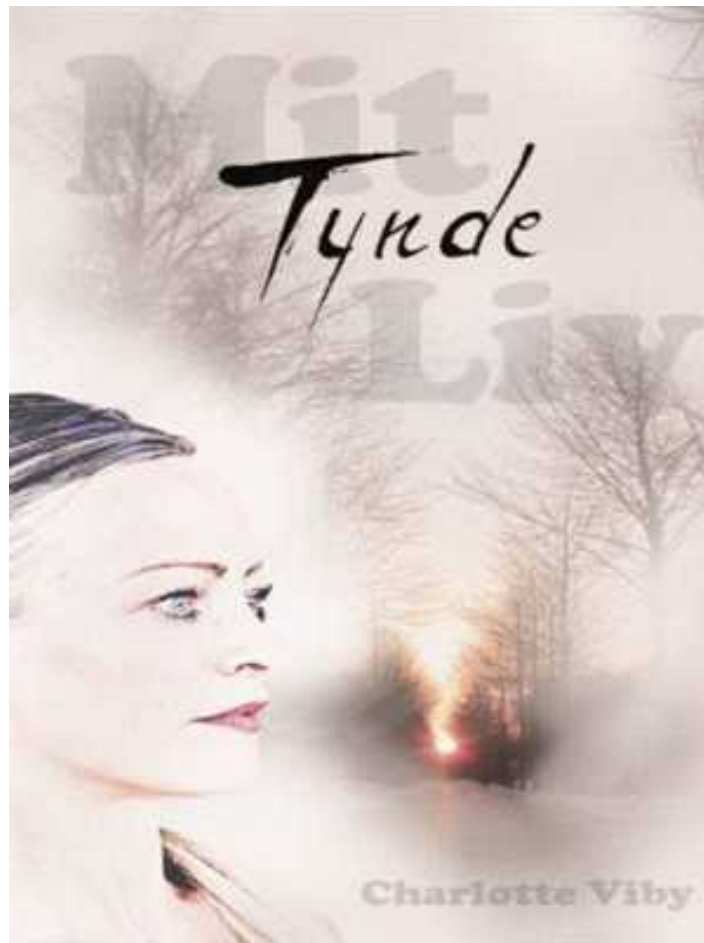


## Mit tynde liv PDF

Charlotte Viby



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



**DOWNLOAD PDF**

Forfatter: Charlotte Viby  
ISBN-10: 9788793068872  
Sprog: Dansk  
Filstørrelse: 4908 KB

**BESKRIVELSE**

Anoreksi handler ikke om mad! Mad er bare midlet til at bekæmpe kroppen. Anoreksi handler heller ikke om kroppen. Kroppen er bare hylstret, der rummer ens tanker. Tanker, der fører til handlinger, og handlinger, der giver kontrol og tryghed. Anoreksi handler om tanker, kontrol og tryghed! For mit vedkommende begyndte min anoreksi efter bruddet med en kæreste. I det helt, helt uskyldige blev en ny tanke født. Alene var den uskyldig. Sammen med andre var den farlig. Og der kom andre tanker! Tanker om at tabe mig. Tanker om ikke at spise. Tanker om at træne hele tiden. Tanker om flugt fra virkeligheden og kontrol, der gav mig tryghed. Og i min kamp mod kroppen og tankerne blev jeg mere og mere spundet ind i mit eget spindelvæv. Det gjorde mere og mere ondt, og jeg blev mere og mere ligeglad, og til sidst var jeg ude på det åbne hav uden redningsvest og i gang med at drukne mig selv. Som i en mørk tunnel, der bare bliver ved og ved. Men midt i den mørke tunnel anede jeg dog pludselig et lille lys. En ny tanke var født. Jeg ville vinde over de onde tanker. Gå gennem tunnelen med hjælp fra mennesker, der stod mig nær, og som jeg måtte stole på. Udvis den største tillidsøvelse, som det er at bede om hjælp, og tage imod den. Og jeg gjorde det! Jeg vandt over 'mit tynde liv' og kom ud af mit eget selvskabte spindelvævshelvede ... stærkere end før. Anoreksien slap sit greb i mig, og nu håber jeg, min fortælling kan hjælpe andre anoreksiramte og pårørende og fortælle dem, at der er lys for enden af tunnelen. Viljen skal 'bare' være større end håbet. Og håbet skal være større end tankerne. Og tankerne skal høres af andre, så der kan ydes hjælp!

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

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

Den 30. oktober 2014 udkom min bog "Mit tynde liv", der beskriver mit liv med anoreksi og den kamp, jeg kæmpede for at komme ud af min egen destruktive verden ...

Tanken tynde mennesker har ingen problemer var i årevis mit daglige fadervor til mig selv. Den tanke dominerede mit liv og adfærd. Samtidig rutschede vægten op og ...

## MIT TYNDE LIV

[Læs mere ...](#)