

## Livsfortællinger PDF

**Benthe Ploug**



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



Forfatter: Benthe Ploug  
ISBN-10: 9788793420144  
Sprog: Dansk  
Filstørrelse: 2051 KB

## BESKRIVELSE

Hvordan ser et meningsfyldt liv ud – set i bakspejlet? Alle aldre kræver af os, at vi tør foretage nogle spring. Vaner og traditioner må udvides for at undgå stagnation. Holder vi fast i, hvad vi kunne, dengang vores hud var glat, vores syn bedre og vores muskelmasse kraftigere, kan vi have svært ved at acceptere de eksistentielle livsvilkår, det indebærer at være menneske. Bogen giver værdigheden tilbage til ældre mennesker ved at fokusere på, hvad de kan bidrage med. Når ældre deler ud af deres livshistorier, kan vi andre få sat vores eget liv i perspektiv. Vi har alle gennemgået en barndom, ligesom vi alle dør til sidst. Læs den, hvis du er ældre. Læs den, hvis du er ung – før du bliver gammel. Læs den, hvis du har forældre, der er på vej til at blive eller er gamle. Uddrag af bogen ”Forbered dig på, hvordan dit liv skal se ud, når du bliver ældre, så du kan ældes med glæde og værdighed.” ”Jo mere du sætter dig ind i andre menneskers levevis og kultur, jo større bliver din forståelse af dig selv som menneske, jo mere forstår du af livet.” ”Tro på dig selv. Tag ikke højde for, hvad andre tænker, gå din egen vej.” ”Vær bevidst om, hvad du føler, og hvad du tænker, så du kan leve dit liv i kærlig opmærksomhed.” ”Pas meget på ikke at blive flettet ind i en konform adfærd, hvor du lægger vægten mere på det ydre og ikke værdsætter de indre værdier.” Om forfatteren Benthe Ploug er uddannet psykoterapeut i England i 1972. Praktiserer fortsat som sådan samt underviser på højskoler og superviserer indenfor socialpsykiatrien og misbrugsområdet. Har studeret ved Esalen Instituttet i USA, Auroville i Indien, Damansur i Italien. Gennem 20 år leder af Psykoterapeutisk Uddannelses Center i Hillerød.

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

Tip en ven om siden Livsfortællinger. Udfyld formularen og send en e-mail med link til denne side samt en eventuel kommentar til din ven.

Her kan du læse andres fortællinger om glæde, vrede, angst, tristhed, håb. I løbet af efteråret bliver Livsfortællinger slået sammen med forum og det er ...

Livsfortælling "Livet er ikke, som man har levet det, men som man erindrer det, og hvordan man erindrer det, for at fortælle om det!" Gabriel Garcia Márquez

## LIVSFORTÆLLINGER

[Læs mere ...](#)