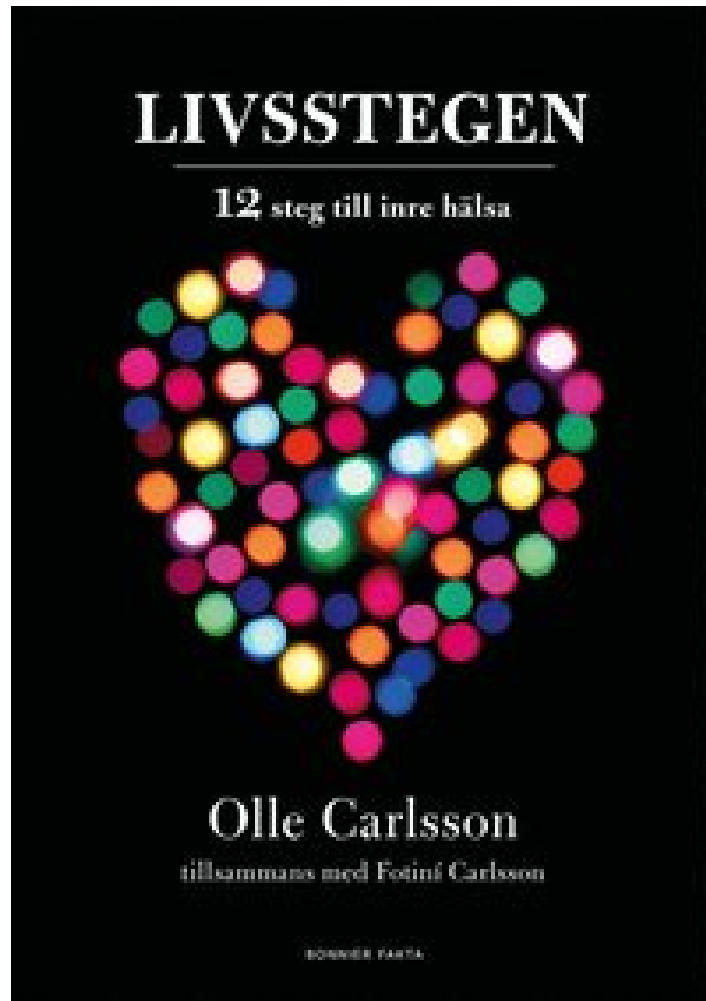


Livsstegen : 12 steg till inre hälsa PDF

Olle Carlsson



Det här är bara ett utdrag ur Livsstegen : 12 steg till inre hälsa bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



Författare: Olle Carlsson
ISBN-10: 9789174248302
Språk: Svenska
Filesize: 1649 KB

BESKRIVNING

Tolv steg som kan förändra ditt liv Omarbetad utgåva av tidigare favorit. Flera av vår tids främsta inspiratörer, bland andra Oprah Winfrey, Eric Clapton, Dr Phil, och Mia Törnblom är inspirerade av de 12 stegen. De formulerades på 30-talet av Anonyma Alkoholister med utgångspunkt i ignatiansk andlighet, en visdom som under lång tid praktiserats i kloster. Stegen har influerat flera moderna terapiformer som bl a KBT. Livsstegen är prästen och författaren Olle Carlssons egen tolkning och översättning av de 12 stegen som han skrivit tillsammans med sin hustru Fotini Carlsson. Livsstegen och de 12 stegen kan alla människor använda sig av - oavsett hur stor eller liten livsproblematik vi har. I boken berättar han pedagogiskt om varje steg med personliga exempel ur sitt eget liv och avslutar med inspirerande tips på egna övningar. Den här boken är en reviderad, bearbetad, fördjupad och utökad version av boken 12 steg för hopplösa (Bonnier Fakta, 2012) och innehåller nya texter och övningar. Snabbguide till stegen

Steg 1. Vad är problemet? Steg 2. Vem kan hjälpa mig? Steg 3. Hur kan jag be om hjälp? Steg 4. Vad kan jag göra annorlunda? Steg 5. Vem är jag? Steg 6. Vad vill jag? Steg 7. Vad behöver jag acceptera? Steg 8 . Vad behöver jag göra? Steg 9. Hur kan jag gottgöra? Steg 10. Hur känns det? Steg 11. Vad behöver jag uttrycka? Steg 12. Hur kan jag ge vidare?

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Livsstegen Ung bygger på boken "Livsstegen - 12 steg till inre hälsa" av prästen och författaren Olle Carlsson. Mer om info här: www.livsstegen.se. OBS!

omkring Olle Carlssons bok "Livsstegen - 12 steg till inre hälsa". Boken är en reviderad, bearbetad, fördjupad och utökad version av

Flera av vår tids främsta inspiratörer, bland andra Oprah Winfrey, Eric Clapton, Dr Phil, och Mia Törnblom är inspirerade av de 12 stegen. De formulerades på 30 ...

LIVSSTEGEN : 12 STEG TILL INRE HÄLSA

[Fortsätt läsa...](#)