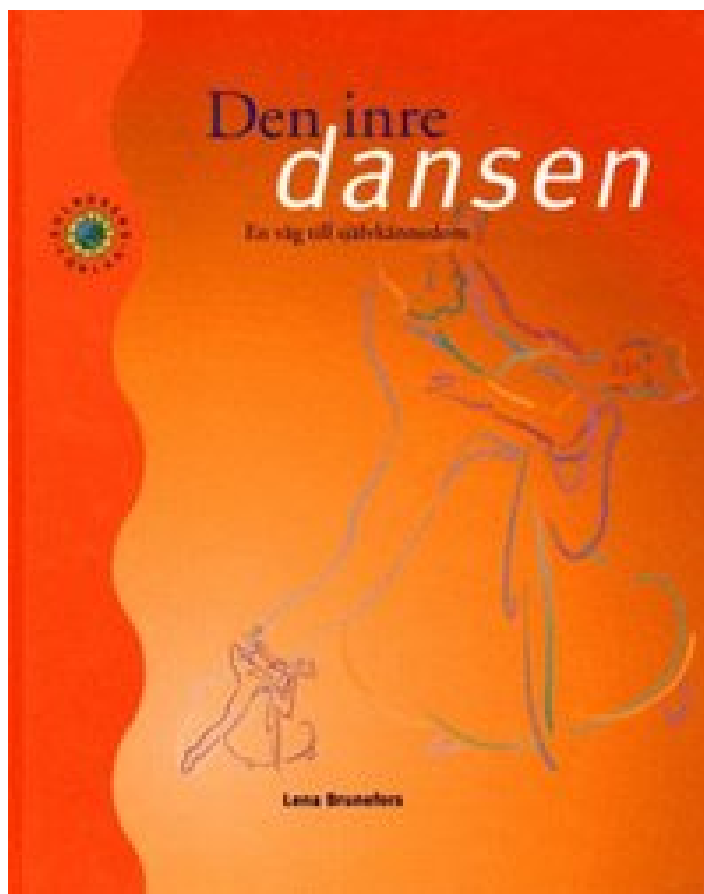


Den inre dansen PDF

Bo Olander



Det här är bara ett utdrag ur Den inre dansen bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



DOWNLOAD PDF

Författare: Bo Olander
ISBN-10: 9789188362094
Språk: Svenska
Filesize: 4685 KB

BESKRIVNING

Boken är en inspirerande modell i självkännet för dig som vill växa och mogna som människa, man eller kvinna. Författaren skriver om betydelsen av att ha en ständigt pågående inre dialog mellan sitt intellekt och sin känsla (den inre mannen och den inre kvinnan). När dialogen fungerar som bäst kan den liknas vid en dans... Ett 30-tal fyndiga färgteckningar förmedlar författarens budskap i ett nötskal. Om du vill förändra ditt liv och dina relationer till andra är det din inre verklighet, dvs dina tankar, du ska förändra. För det du upplever i det yttre är en spegling av ditt inre. Så enkelt men ändå så svårt att förstå. Då är det mycket lättare att skylla på andra... Ingen är idag okunnig om att vi i västvärlden värderar den aktiva, manliga principen högst. Att handla, ge ut och att leda är något eftersträvt. Den passiva, kvinnliga principen däremot, att vara stilla och intonande, att ta emot och låta sig ledas, anses ofta som något sämre och mindre värt. Det råder alltså en stor obalans i värderingen av det manliga och kvinnliga i världen. För att åskådliggöra problematiken på ett mer konkret plan, beskriver författaren en dialog som hela tiden pågår inom oss som en relation mellan den inre mannen och den inre kvinnan. När relationen är som bäst blir den som en dans, ett flöde, där den inre kvinnan känner och den inre mannen handlar i samklang med den känslan. När det blir obalans mellan det manliga och kvinnliga inom oss mår vi dåligt och hindrar oss själva från att visa vårt sanna jag. På det yttre planet tar det sig i uttryck i stress, fysisk och psykisk ohälsa, dåliga relationer och i värsta fall misshandel, krig och våld. Ju mer vi kan skapa en harmonisk balans inom oss, desto mer kommer den att materialiseras i vår yttre värld.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Finn din egen inre Saga och öppna upp för inspirationen! Dagen byggs upp kring den trygga cirkeln där alla får plats. Det finns inga krav på att prestera eller ...

Syftet med min uppsats är att studera hur den jungianska psykologins teorier används inom dansterapin och i synnerhet dansen som uttrycksform i aktiv imagination.

Vera Alexandrova var inspirerad av Isadora Duncans idéer om den fria dansen och ... med och uttrycka sin fantasi och sin personlighet medan inre spänningar ...

DEN INRE DANSEN

[Fortsätt läsa...](#)