

Keywords: När själen får grönska PDF pdfbok på svenska, ladda ner När själen får grönska ePUB, När själen får grönska las online, När själen får grönska download

---

## När själen får grönska PDF

Eva Robild



*Det här är bara ett utdrag ur När själen får grönska bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.*



Författare: Eva Robild  
ISBN-10: 9789174246919  
Språk: Svenska  
Filesize: 2394 KB

## BESKRIVNING

Låt naturen bli grön medicin Att fågelsång, porlande vatten, en viskande skog och en obruten horisont kan ge sinnesro, det vet vi, det känner vi. Nu visar även forskningen ett allt tydligare samband mellan hälsa och natur. Vi behöver vistas i gröna rum för återhämtning, läkning och inspiration. I När själen får grönska berättar Eva Robild sakligt och personligt om hur värdefull naturen och trädgården har varit och är för henne, och hur hon i svåra stunder sökt sin tillflykt till strand och skog, utan att mötas av dömande och krav. Hon berättar hur man kan utöva trädgårdsterapi genom att skapa och plantera växter till en egen grön oas. Och om hur yoga, meditation eller en medveten promenad i naturen fyller kroppen med "grön medicin". Varje kapitel avslutas med enkla konkreta övningar som knyter oss närmare naturen och våra känslor, till exempel genom medveten närvaro, meditation, bärplockning, att rensa ogräs eller att bara gå barfota. Texten är illustrerad med Lina Karna Kippels stämningsfyllda bilder. Fotograf: Lina Karna Kippel

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Jag läste Kristins senaste inlägg och gud vad jag känner igen mig! Alla går vi i genom jobbiga perioder i livet och när man minst anar det åker man på en ...

Söker du efter "När själen får grönska" av Eva Robild? Du kan sluta leta. Våra experter i antikvariat hjälper dig eftersöka boken - utan extra kostnad - och ...

När själen får grönska has 3 ratings and 1 review. Låt naturen bli grön medicin Att fågelsång, porlande vatten, en viskande skog och en obruten horison...

## NÄR SJÄLEN FÅR GRÖNSKA

[Fortsätt läsa...](#)