

Helbred Dit Liv

Hav tillid til livet indeholder korte tekster med bekræftelser og refleksioner til hver dag i året hentet fra Louise Hays mest inspirerende bøger. Hun var et af de største ikoner inden for selvudvikling og holistisk sundhed og blev af nogle kaldt dronningen af New Age og anset for at være grundlæggeren af selvhjælpsbevægelsen. Over hele verden har hun inspireret millioner gennem sine bøger og workshops, hvor hun har undervist i, at vi hver især har afgørende indflydelse på vores liv, at vi kan helbrede vores liv, og at vi i bund og grund er kraftfulde, kærlige og elskelige. Hav tillid til livet er blevet til for at ære Louise Hays liv og lære, efter at hun i 2017 døde som 90-årig og indeholder nogle af hendes mest inspirerende tekster centreret om 10 centrale temaer: 1. Se dig i spejlet,

Read Online Helbred Dit Liv

2. Vælg en hjertetanke, 3. Lyt til din indre 'ding', 4. Tilgiv alle alt, 5. Vær taknemmelig for dagen i dag, 6. Pas på din krop. 7. Skab din fremtid NU!, 8. Sig JA til dit liv, 9. Husk at have det sjovt, 10. Lad livet elske dig. Bogens tekster er udvalgt af forfatteren Robert Holden, og han lægger ud med en hjertevarm indledning, hvor han opsummerer Louise Hays liv og arbejde og kernen af hendes livsfilosofi og undervisning.

Alt er godt kombinerer den kendte selvhjælpsforfatter Louise Hays effektive bekræftelser og dybe indsigt i forbindelsen mellem følelser og sundhed/sygdom med Mona Lisa Schulzs viden og erfaring som læge og medicinsk intuitiv. Resultatet er en helt unik håndbog og brugbar guide til healing for alle, der er åbne for at arbejde med, hvad der ligger bag fysiske problemer, ubalancer og sygdomme. I bogen præsenteres for første gang de nyeste videnskabelige beviser

Read Online Helbred Dit Liv

for, hvorfor bekræftelser er så effektive, og hvordan vores følelser er tæt forbundet med vores sind og krop. Alt er godt kombinerer østlig og vestlig medicin og er fyldt med konkrete anvisninger til at bruge bekræftelser og kroppens egen iboende visdom. Den indeholder desuden tests, man kan udføre på sig selv, en lang række interessante cases og en udvidet og opdateret version af Louise Hays oversigt over, hvilke følelser og bekræftelser, der er forbundet til hvilke sygdomme. Bogen kan både læses fra ende til anden eller bruges som opslagsværk, hvad enten man står over for en sygdom, arbejder med patienter eller simpelthen forsøger at leve så godt og sundt et liv som muligt. Ensomhed er ved at blive en folkesygdom. Også forfatter Lis Andersen har oplevet den på egen krop, og hun fortæller her om mange forskellige former for ensomhed og giver gode råd til, hvordan man kan bekæmpe og overvinde den. Lis Andersen (1918-2001) var

Read Online Helbred Dit Liv

forfatter, globetrotter, fysioterapeut og naturterapeut. Som barn rejste hun med sin familie rundt i verden på sejlskibet Monsunen, hvilket lagde grunden for et langt livs rejselyst. I 1940 blev hun uddannet fysioterapeut, men efter en voldsom ulykke i 1953 med flere alvorlige knoglebrud til følge, fik hun øjnene op for den alternative behandling. Det førte til et brud med det offentlige sundhedssystem, hvorefter hun etablerede sig som selvstændig. Også hendes nysgerrige søgen efter et religiøst ståsted fyldte meget i hendes liv og i hendes forfatterskab. "Da jeg blev pensionist, fik jeg tid og kræfter til at tilfredsstille min nysgerrighed på områder, jeg ikke tidligere har beskæftiget mig meget med. Jeg har opdaget, at verden er meget mere spændende, end jeg vidste, og at vi mennesker har flere muligheder i os, end vi endnu har lært at udnytte helt og fuldt. Min indfaldsvinkel til et nyt verdensbillede har været krisen inden for vort sundhedsvæsen. På

Read Online Helbred Dit Liv

nogle områder har der været fremskridt i min tid, men på andre områder er det gået den forkerte vej." Dagmar Andreassen fortæller om sine oplevelser med alternativ behandling i de perioder af sit liv, hvor hun har været syg. Hun har gået til behandlingen med en sund skepsis og forfriskende nysgerrighed. I "Der er mere mellem himmel og jord" fortæller hun desuden om sundhedssystemets udvikling og om de mennesker, hun har mødt på sin vej. Dagmar Andreassen (1920-2006) var en dansk forfatter og politiker. Hun var i mange år leder af Rynkeby Mosteri, som senere blev solgt til Carlsberg. Hun sad i Folketinget for Radikale Venstre og modtog i 1983 Kosan Prisen for frimodig brug af ytringsfriheden. Da Dagmar Andreassen havde trukket sig tilbage fra politik og forretningslivet, sprang hun ud som forfatter og udgav flere bøger om blandt andet det spirituelle, alternativ behandling og livet efter døden.

Read Online Helbred Dit Liv

21 små ritualer til at forandre dit liv

Goethe, hans liv og værker

Kvindens styrke

Hvordan din hjernes skjulte kraft kan hjælpe dig til et bedre liv

*Lyt til kroppens hemmelige sprog, og overvind de psykologiske
forhindringer, der står i vejen for din sundhed*

Mine vandringer med Jomfru Maria

Håndbog i zoneterapi

»Caroline Myss tilbyder en ny model for transformation og helbredelse, som vil ændre vores måde at opfatte krise og sygdom på. OPHÆV TYNGDEKRAFTEN er en bog, man ikke kan komme udenom.« - Deepak Chopra I OPHÆV TYNGDEKRAFTEN udfordrer Caroline Myss

den almindelige strategi ved helbredelse, som går ud fra, at vi altid kan finde grunde til, at tingene sker, som de gør. Det kan vi ikke, og tiden er inde til at undersøge en model for helbredelse, der fører os ind i dybere sandheder. Inspireret af mennesker, som har overvundet sygdomme – fra kræft til fremskreden diabetes – bruger Myss de store mystikers visdom og viser, hvordan deres skrifter giver en anden forståelse af det åndelige grundlag for helbredelse. Baseret på disse undersøgelser indfører Myss en model, der bygger på indsigt i forholdet mellem vores syv skyggelidenskaber og vores syv indre nådegaver. Et vigtigt element i denne indfaldsvinkel til helbredelse er inddragelsen af sjælen,

Read Online Helbred Dit Liv

som vi oplever, når vi opgiver vores søgen efter fornuft og arbejder i harmoni med de mystiske love, der styrer vores liv. Denne viden er nøglen til at forstå, hvad det vil sige at ophæve tyngdekraften og bryde igennem den almindelige tænknings begrænsninger, så vi ser, hvordan vi kan gøre en ende på personlig lidelse og finde mod til at opbygge et nyt liv. Caroline Myss er intuitiv healer og har været aktiv inden for energimedisin og menneskelig bevidsthed i mere end 20 år. Hun er kendt for bl.a. Sjælens anatomi og Sjælens kontrakter. Louise L. Hay er kendt verden over som et levende bevis på at bekræftelser kan forvandle liv, og at det nytter selv at gøre noget. Denne bog tager udgangspunkt i en

Read Online Helbred Dit Liv

række møder med Cheryl Richardsson, som detaljeret beskriver Louise Hays hverdag og hvordan hun har indrettet sit liv og sit hjem i overensstemmelse med de ideer, som hun har brugt sit liv på at videregive til andre. Under deres møder gennemgås hovedpunkterne i Louise Hays budskab som ny inspiration til alle, der ønsker større selvværd, bedre helbred, tilfredshed med deres arbejde og økonomisk overskud. Vi ser det hele gennem Cheryl Richardssons beundrende øjne og får et indgående portræt af Louise Hay og det, der gør hende til den, hun er.

Alt er lige, som det skal være Måske har du en rationel tilgang til livet, hvor du prøver at forstå alting med dit

Read Online Helbred Dit Liv

hoved. Måske føler du dig utilstrækkelig. Måske savner du at kunne mærke dig selv tydeligere, blive mere sikker på, hvor dine grænser går, og hvad du egentlig gerne vil. Måske sidder du fast i gamle tanke- og adfærdsmønstre og gør kun det, du plejer. Måske har du glemt, du har en krop. Det fantastiske og kraftfulde ved kroppen er, at du fysisk kan opleve, at du er god nok, som du er. Dine tanker kan forsøge at forstå det, men kroppen kan mærke det. I BEVÆG DIT LIV guider Mie Martha Moltke dig til, med teori og konkrete øvelser, at komme fra hovedet ned i kroppen. Hun lærer dig, hvordan en større fornemmelse for og bevægelse af din egen krop kan hjælpe dig til selvudvikling og til at være mere autentisk,

fri, modig og selvkærlig.

Et gammelt ord siger, at hvis du kan tænke det, kan det lade sig gøre. Det er det budskab klinisk psykolog Gill Edward formidler i sin bog "Livet er en gave". Hun er på linje med andre af tidens spirituelle forfattere, nemlig Hicks med Abrahams lære og Chopra og Sheldrake. Med sin solide psykologiske baggrund har hun godt fat i, hvilke forhindringer og tilbagefald de fleste møder i arbejdet med at omlægge deres tankemønstre til mere positive baner og tro på, at deres drømme er realiserbare. Det er Edwards store kvalitet, at hun møder læseren i hverdagen med de udfordringer alle i større eller mindre omfang kender til. Hendes kombination af

Read Online Helbred Dit Liv

spiritualitet og psykologi er grundstofferne i et jordnært og tilgængeligt værktøj til at tage styringen i eget liv og gøre sig klart, hvad det egentlig er, man vil. Hendes fire hovedpointer er: Se livet som en gave Forstå loven om tiltrækning Mærk, når du er i flow Praktiser betingelsesløs kærlighed. Gill Edwards er engelsk og erfaren underviser på workshops samt forfatter til flere bøger.

Bevidst forældreskab

Din selvhelbredende kraft

Den spirituelle leder

The Missionary

Read Online Helbred Dit Liv

Videnskabeligt bevis for at du kan helbrede dig selv

Sig tak og bliv rig

Inden jeg tog ud på mine mange vandringer, havde jeg ikke nogen religiøse eller spirituelle grunde til at tage af sted andet end nysgerrighed og en dragende lyst til at vide mere om, hvem Jomfru Maria var.

Men hvorfor følte jeg mig tiltrukket af hende? Det håbede jeg at få svar på. Min vandring blev - helt uforberedt - en vandring gennem dette liv og tidligere liv, mens mine samtaler med Maria fik mig til at se mit nuværende liv og mine tidligere liv i et helt nyt perspektiv. Jomfru Maria og jeg har haft

samtaler omkring det at være menneske på denne jord, og hvordan en hård vandretur i overført betydning kan sammenlignes med det, vi menneske går igennem livet på jorden. Vi har haft samtaler om, hvordan vi behandler dyr, jorden og naturen og om, hvor vigtigt vand er, for at vi mennesker, dyr og jorden kan overleve. Jeg har været på mit livs vandring i selskab med Jomfru Maria gennem Italien, Grækenland og til Marias hus i Tyrkiet. Jeg har haft de mest fantastiske oplevelser. Jeg har sovet de mest utrolige steder, lige der hvor jeg blev træt og ikke orkede at gå mere, i skoven, i forladte

huse, bagsædet af en Alfa Romeo, i en kirke, i et lille hus i en olivenlund, i en lukket fabriksdal og i bjergene. Jeg har haft åndelige og spirituelle oplevelser, haft samtaler med Jomfru Maria gennem indre dialog og set guddommelige personligheder for mit indre. Følg mig på mine vandringer!

I Kroppens sprog underviser healer og forfatter Ellen Meredith læseren i en proces, hun kalder for energidialog, som muliggør, at vi kan kommunikere med kroppen på et subtilt niveau og aktivere vores selvhelbredende kraft og iboende kapacitet til velvære. Ifølge Meredith består vi i vores essens af

energi, og lige under bevidsthedens overflade kommunikerer kroppen, sindet og sjælen gennem udveksling af subtil energi. Krop, sind og følelser hænger uløseligt sammen, og gennem symptomer, følelser og tanker fortæller kroppen om ubalancer, og hvad den har brug for. Og derfor er det så vigtigt at lære at lytte og fornemme – og forstå kroppens sprog. For hvis vi ikke lytter efter de stille beskeder, begynder kroppen at tale højere, og ubalance og ubehag kan udvikle sig til sygdom. Kroppens sprog er skrevet på baggrund af forfatterens mange års erfaring og arbejde med healing og energimedisin.

Read Online Helbred Dit Liv

Det er en praktisk guide, og den indeholder både meditationer, visualiseringer og øvelser, som kan læres af alle, og en række interessante og illustrerende cases, der anskueliggør, hvordan krop-sind-forbindelsen skaber både mulighed for sygdom og helbredelse.

Bogen *Elsk din Kraæft* er en dokumentarisk og meget personlig beretning om en kvinde der fik konstateret modermærkekræft, og som fra dag ét valgte at dokumentere forløbet og helbredelsesprocessen i ord og billeder. Bogen handler om ærlighed, observation af egne tanker

Read Online Helbred Dit Liv

følelser og handlinger. Den handler om at ville og turde vælge livet. Schanne Izabella Schou er forfatterinde og founder af Elsk Din Kræft. Hun fik konstateret modermærkekræft i 2009 og valgte ret hurtigt det etablerede behandlingssystem fra. I stedet for valgte hun at gå alternative veje, og at arbejde med sig selv og sit indre... Denne bog dokumenterer første kvartal af det første år i forløbet ud af og væk fra kræften. Fra bogen: ” Jeg vil mene det er den samlede sum af belastninger som udløser kræftcellens vækst. Og jeg er af den holdning at jeg er topkvalificeret til at tage mig af

denne udfordring, og endda gøre det super optimalt. Jeg bliver en gammel kvinde der dør stille og roligt, mæt af dage og pragtfulde oplevelser. Jeg er rolig. Jeg er velovervejet. Jeg er kontroversiel derfor vil en kontroversiel vej virke for mig. Havde jeg været konventionel skulle jeg have valgt en konventionel vej, havde jeg været midt imellem skulle jeg have valgt en blanding. De næste kvartaler udkommer i foråret 2013

Jessica Ortner giver os en ny indfaldsvinkel til livets uundgåelige konstante faktor: forandring. Hendes erfaring er, at det er muligt at glide ubesværet

Read Online Helbred Dit Liv

gennem forandringer og skabe varig og autentisk forvandling. Hun guider os til at bruge EFT-teknikken til at skabe den klarhed og lethed, der gør det nemt at komme videre i ukendt landskab med ny energi, håb og et åbent hjerte. EFT-teknikken forløser den tvivl og utryghed, der slører dømmekraften, så det bliver muligt for os at genopdage den vej, vi ønsker at gå. Forandring ophører med at udløse frygt og bliver i stedet vores portal til ny spændende oplevelser og livsglæde.

Lær at bruge bekræftelser
Elsk Din Kraæft

Read Online Helbred Dit Liv

Få et fantastisk liv

I Marias pilgrimsspor

Elsk dig selv - tekster til hver dag i året

En praktisk guide til at realisere dine drømme

Der er mere mellem himmel og jord

Da lægen og forfatteren Lissa Rankin selv blev syg, og behandlingen, hun fik, ikke alene var virkningsløs, men gjorde det hele meget værre, gik det op for hende, at den lægevidenskab, hun havde lært og praktiserede, manglede noget helt essentielt. Nemlig en anerkendelse af, at kroppen er i stand til at helbrede sig selv, og at det er muligt at aktivere denne selvhelbredende kraft. Hun

Read Online Helbred Dit Liv

begyndte at undersøge fænomenet nærmere og fandt, at lægevidenskaben de sidste 50 år faktisk har dokumenteret denne evne grundigt – den er bare blevet kaldt placeboeffekt! I Din selvhelbredende kraft præsenterer Rankin en række ekstraordinære tilfælde af spontan helbredelse og går i dybden med, hvordan tanker, følelser og overbevisninger kan ændre kroppens fysiologi. Hun fremlægger de videnskabelige data, der beviser, hvordan fx ensomhed, pessimisme, depression, angst og frygt ødelægger kroppen, mens tætte relationer, taknemmelighed, meditation etc. tænder for kroppens selvhelbredende kraft. Rankin instruerer læseren i at lytte til kroppens stille beskeder, inden de

bliver til livstruende råb. Og er man allerede blevet syg, er der hjælp at hente i en handlingsplan, der gør kroppen klar til mirakler. Bogen er yderst inspirerende - videnskabeligt funderet, men let læst og fyldt med praktiske råd.

Ingen kommer gennem livet uden små eller store fortrædeligheder, og vi har alle brug for at kunne tilgive – både os selv og andre. Men hvordan gør vi det? Hvordan kan man tilgive utroskab? Hvordan kan et voldsoffer tilgive sin overgrebsmand? Ifølge forfatteren, mediet Kyle Gray, er det eneste, der kræves, viljen til at tilgive – og at vi spørger om hjælp. For englenerne står altid klar til at hjælpe os. I det øjeblik vi er parate til at tilgive og beder

Read Online Helbred Dit Liv

om hjælp, tager en usynlig kraft over, og vi modtager al den vejledning, vi behøver. Tilgivelse er ifølge Kyle Gray et yderst kraftfuldt redskab til personlig og spirituel udvikling, og den skaber en bølge af positiv forandring i vores liv. Den leder os væk fra vrede, nag og dybt forankret frygt og fører os som et par vinger hen mod fred, kærlighed og indre ro. I Tilgivelsens vinger trækker Kyle Gray på egne erfaringer fra sin kommunikation med engle, sit arbejde med klienter og den spirituelle visdom fra bl.a. Et Kursus i Mirakler. Bogen er let læst og fuld af praktiske råd, spirituel visdom og inspirerende historier fra forfatterens arbejde med engle

Dine mange liv handler om reinkarnation, og hvordan

Read Online Helbred Dit Liv

man kan arbejde med regression til tidligere liv for at opnå healing og hjælp til at løse problemer i dette liv. Forfatteren og regressionsterapeuten Mira Kelley fortæller om livsforvandlerende læreprocesser, hun selv og hendes klienter har gennemgået, og instruerer samtidig i, hvordan læseren selv kan få kontakt til sine andre liv og sit højere selv for at modtage spirituel vejledning. Gennem øvelser og meditationer vil læseren få mulighed for at opdage, hvordan alt omkring os kun er en spejling af os selv, hvorfor det er vigtigt at tilgive, hvorfor vi har ret til at elske os selv, hvad der er vores livsformål, og hvordan universet altid kærligt og betingelsesløst støtter os. Beretningerne i bogen bidrager med indsigt i tidens,

Read Online Helbred Dit Liv

karmaens, skæbnens og den frie viljes natur – og hvordan hvert eneste valg, vi foretager, skaber en ny virkelighed for os. Bogen er fuld af dyb spirituel indsigt, ny viden om reinkarnation og praktiske øvelser, der kan bruges af alle.

Ole Friis har skrevet denne bog, som er en række af kanaliseringer af Guds stemme. Ole opdagede lidt ved et tilfælde, at han kunne kommunikere med Gud, han begyndte at spørge Gud og fik svar. Bogen rummer det vigtige budskab fra Gud, at vi alle er elsket, og at det vigtigste af alt er kærlighed. Bogen giver også et kommentar til den tid, vi lever i, heriblandt en kommentar til Corona epidemien.

Read Online Helbred Dit Liv

Sund hele livet

Du kan helbrede dit hjerte

Helbredelse på trods af al fornuft

Få fred igen efter forliste forhold, sygdom eller dødsfald
mad, motion og motivation

Lyt til dine musklers følelsesmæssige visdom, bliv fri af
smerter, og opnå dyb healing

Dialog med Skaberens om kærlighed og corona

**De senere år er det blevet mere og mere
anerkendt, hvor meget vores sind og følelser
påvirker vores helbred. Det viser bl.a. de mange
studier af placeboeffekten. Psykologen og
forfatteren Henry Grayson har i mere end 30 år**

beskæftiget sig med krop-sind-forbindelsen og sammenhængen mellem bevidste og ubevidste traumer, overbevisninger, tankemønstre og vores sundhedstilstand. I Helbred dig selv indefrapræsenterer han både metoder til at bevidstgøre de psykologiske faktorer, der underminerer vores helbred, og en række redskaber til at fjerne disse underliggende årsager, så vi kan genvinde vores optimale sundhed. Ifølge Grayson er sundhedsproblemer tit relateret til oplevelser i vores barndom, men det kan også være overbevisninger, der er blevet nedarvet i vores familie, eller ligefrem oplevelser

fra tidligere liv. Rækken af metoder han anbefaler, inkluderer blandt andet akupressur og en form for tapping og åndedrætsteknik, som kan berolige det limbiske system i hjernen, som er med til at forårsage stress i kroppen. Henry Grayson inddrager sin egen historie, beskriver spændende cases fra sine mange års arbejde med klienter og giver læseren spørgeskemaer og en lang række effektive øvelser og anvisninger, som rækker ud over normal samtaleterapi. Bogen giver dyb indsigt i de psykologiske faktorer, der står i vejen for, at vi kan udleve vores største potentiale, og anviser, hvordan vi

når frem til et liv med sundhed, overskud og glæde.

Hvorfor får nogle mennesker tingene gjort, mens andre bare bliver ved at tale om det? Den, der besidder personlig handlekraft, formår at styre den korteste vej fra strategi og intention til eksekvering og resultat. Men hvordan gør man det? Og hvorfor gør man det ikke altid? Stig Kjerulf, der sammen med Tune Hein stod bag Handlekraft - Kunsten at eksekvere, fokuserer her på den personlige handlekraft. Hvor kommer den personlige handlekraft fra, og hvad består den i? Hvad skal der til for at blive en af dem, der

lukker hullet mellem ord og handling? Der skal være tændt for ambitionen, den indre glød og viljen til at ville, men personlig handlekraft handler også om individstyrke, relationskompetencer, selvindsigt og de individuelle forudsætninger. Kjerulf afdækker de forskellige elementer i personlig handlekraft og giver mulighed for at teste din egen grad af personlig handlekraft. Handlekrafttesten bygger på, at din personlige handlekraft består af en kerne af ambition og en balance mellem individ og relation. Forhold, der ikke er statiske, men som netop kan udvikles. Det handler bl.a. om

positiv psykologi. Det er blevet nemmere at handle og udføre - men hvilke perspektiver har det? Personlig handlekraft inddrager også de kulturelle og samfundsmæssige perspektiver. Hvis man bruger sin handlekraft på fx kriminelle aktiviteter, er kraften ikke meningsbærende. Handlekraft kræver etik og bevidsthed om ansvar! Og hvilke forudsætninger giver det omkringliggende samfund: er vores kultur begrænsende eller befordrende for personlig handlekraft? Med Personlig handlekraft sætter Stig Kjerulf fokus på et vigtigt aspekt af vores moderne samfund. Evnen til at få ting gjort er

det, der gør forskellen. Bogen fik 6 ud af 6 hatte i Børsen. Læs hele anmeldelsen her. Læs interview med Stig Kjerulf fra Jyllands-Posten: a href="http://epn.dk/ledelse/article1479717.ece">http://epn.dk/ledelse/article1479717.ece Stig Kjerulf holder også kurser og foredrag: http://www.gyldendal-foredrag.dk/LecturerProfile.aspx?Id=111 Lyt til interview med Stig Kjerulf i Rundt om bøger på JP Radio.

Ifølge forfatteren Pam Grout hænger det således sammen: Når vi ikke hver dag standser op for at tage et overblik over alle de utroligt mange ting,

der går godt i vores liv, begynder vanvittige stemmer inde i vores hoved at plapre løs om, at livet er surt, og at vi ikke duer. Og så længe vi bliver ved med at lægge øre til de stemmer, lægger vi ikke mærke til den fantastiske gave, vi har fået: At vi er her på Jorden, og at vi har denne dag, hvor vi kan nyde dette kosmiske eventyr. Derfor opfordrer Pam Grout os på det kraftigste til simpelthen at standse op hver dag og registrere vores velsignelser og begynde at lægge mærke til den dybere, lykkeligere virkelighed, som stille sender sin glade melodi ud i æteren nede under den hvide støj. At sige

tak og anerkende alt det gode i vores liv åbner vejen til et fantastisk liv fuld rigdom på alle planer. Det er den superkraft, som sender os op på den frekvens, hvor glæde og kreativitet udfolder sig. I Sig tak og bliv rig præsenterer Pam Grout et 30-dages eksperiment i overstrømmende taknemmelighed. Hypotesen er simpel: Hvis vi begynder at holde øje med velsignelser i vores liv, vil vi opdage, at de kommer væltende. Hvis vi forvandler hver dag til en 24-timers mission, hvor vi spejder efter mirakler, kalder vi alt det bedste frem. Bogen indeholder 27 øvelser, der er herligt nemme og

super sjove, og som med garanti vil forbinde os med livets essens og bringe overflod og alt godt ind i vores liv.

Selvhjælpsstjernen Louise Hay og den anerkendte sorg/tab ekspert David Kessler, kendt fra sit mangeårige samarbejde med Elisabeth Kübler-Ross, har fundet sammen i denne samtale om at hele sorg og smerte. Det er blevet en velkommen blanding af Louise Hays selvhjælpsstrategier og bekræftelser og David Kesslers erfaringer fra sit mangeårige arbejde med sørgende, som vil kunne bringe håb og friske nye indsigter. Man får ikke bare hjælp til

at hele sin sorg, men opdager også at man kan hele sit hjerte.

Selvhealing med energimedisin

Skab varig forandring med EFT

Følg dit hjerte

En kvindeguide til succesrigt liv

Dine mange liv

Hav tillid til livet

Kroppens sprog

Helbred dit liv
Bevæg dit liv
Mærk dig selv og din krop gennem dans og bevægelse
Gyldendal A/S

Vi har hver især udstrakt indflydelse på det, der foregår i vores liv og vi kan alle sige til os selv: "Jeg kan gøre noget"

Read Online Helbred Dit Liv

ved det. Vi kan, ved at bruge en række enkle positive bekræftelser, forandre vores liv. Ved hjælp af bekræftelser kan vi slippe fortidens spøgelse og finde tilbage til den oprindelige tillid til os selv og til vores omgivelser og derigennem påvirke ethvert område i livet, vi er utilfredse med. JEG KAN! indeholder tekster og bekræftelser om Sundhed, Tilgivelse, Velstand/Rigdom, Kreativitet, Parforhold/Kærlighed, Succes på jobbet, At leve uden stress og Selvværd. Louise L. Hay er kendt verden over, som et levende bevis på at bekræftelser kan forvandle liv og at det nytter, selv at gøre noget. Hun har med JEG KAN! endnu en gang skrevet en inspirerende og lettilgængelig bog for enhver, der ønsker større selvværd, bedre helbred, tilfredshed med deres arbejde og økonomisk overskud.

Read Online Helbred Dit Liv

Bogen indeholder også en cd med teksten indtalt på amerikansk af Louise L. Hay.

21 små ritualer til at forandre dit liv handler om, hvor let vi kan ændre vores liv til det bedre. Vi tror ofte, at vores fremtid bliver skabt af store begivenheder, beslutninger, vi træffer, tanker, vi tænker, og andres meninger, men forfatteren Theresa Cheung viser os, at det er vores daglige handlinger, som er den gyldne nøgle. Bogen byder på 21 små ritualer (7 morgenritualer, 7 eftermiddagsritualer og 7 aftenritualer), der kan hjælpe os til at blive gladere, sundere, mere produktive og positive og tiltrække alt det, vi helst vil have i vores liv. De fleste af ritualerne kan udføres på få øjeblikke og går bl.a. ud på at stå lidt tidligere op, strække sig i stedet for at række ud efter mobiltelefonen, rydde en ting op om dagen og gøre

Read Online Helbred Dit Liv

noget godt for en anden. Metoden er med forfatterens egne ord himmelråbende indlysende og simpel, men overraskende virksom. Når vi gør noget nyt og positivt hver dag, vil vi se vores liv forandre sig for øjnene af os. Theresa Cheung skriver med begejstring og underbygger sine påstande med bl.a. psykologisk forskning. Bogen er fuld af inspiration og simple, praktiske anvisninger, som alle kan gå til.

En god leder kender vejen, går vejen og viser andre, hvilken vej de skal gå. Den spirituelle leder er tro mod sig selv hele vejen. Han eller hun følger sit hjerte og sin intuition og hjælper andre med at gøre det samme. Derfor er det ikke nok at fokusere på retningen eller de resultater, du er ude efter, hvis det er dine handlinger, tanker eller energier, der gør, at du går i stå undervejs. Det hele hænger sammen, og det er

Read Online Helbred Dit Liv

først når du kombinerer de tre ting, du begynder at få de resultater, du er ude efter. I "Den spirituelle leder" får du de syv trin, der får dig til at stå stærkere i dig selv. Du får værktøjerne til at lede dig selv indefra, finde roen, ændre dine tanker, få balance i dine energier, åbne dit hjerte og forbinder dig til dig selv, så du følger dit hjerte og lytter til din intuition. Bogen er den anden ud af tre bøger i serien: Følg dit hjerte. Den kan også købes som fysisk bog og lydbog på Michael Kold's egen hjemmeside.

Kroppen helbreder sig selv

User's guide for the QPSNordic-ADW

Ophæv tyngdekraften

Kristendom i Nutid

Helbred dig selv med medicin, bekræftelser og intuition

Personlig handlekraft

Du Skal Ikke Finde Dig I at Have Det Skidt

Med udgangspunkt i banebrydende ny forskning handler Sandheden om stress om at forstå sin organismes og i særlig grad sin hjernes indre kraft og tage brug af den, så man får det bedst tænkelige liv – og flere leveår. Den vil være en hjælp - mærkbart og målbart - hvis man har en kronisk sygdom, er ramt af stress, ønsker at lave toppræstationer af enhver art, eller bare ønsker et bedre og længere liv. Sandheden om stress forklarer, hvorfor stress er så lumsk, og at forklaringen findes i hjernens biologiske

udviklingshistorie. Man lærer, hvordan man selv kan finde netop sin personlige grænse for, hvornår stress er sundt eller giftigt – og hvorfor den grænse kan variere fra person til person. Bogens praktiske del viser, hvordan man med nogle simple daglige øvelser kan forebygge og behandle stress - uden brug af medicin. I bogens appendiks forklares den videnskabelige baggrund med referencer.

Ten new ways of seeing the world introduces in an accessible manner the unique worldview that is revealed by the great Danish visionary Martinus.

Bogen henvender sig til alle, der ønsker

større selvværd, bedre helbred, tilfredshed med deres arbejde og økonomisk overskud og byder på øvelser, der viser en, hvordan man kan skabe gavnlige forandringer på ethvert område i sit liv.

Kroppen helbreder sig selv er en praktisk manual til at arbejde med krop-sind-forbindelsen og de underliggende følelsesmæssige årsager til spændinger, smerter og sygdom. Ifølge forfatter og kropsterapeut Emily Francis sætter følelsesmæssig smerte og negative overbevisninger sig i vores krop og kommer ofte til udtryk som spændinger og

muskelsmerter. I bogen vejleder hun læseren i at bevidstgøre, hvor i kroppen, det gør ondt, for at finde tilbage til de bagvedliggende følelsesmæssige årsager. Når vi bliver klar over, hvor symptomerne stammer fra, får vi mulighed for at give slip på de uhensigtsmæssige overbevisninger og genoprette kroppens naturlige sundhed og balance. I Kroppen helbreder sig selv instruerer Emily Francis læseren i, hvilke følelser der ofte hænger sammen med smerter og spændinger i bestemte muskelområder, og hvordan muskler kan fortælle om alt fra gamle traumer til nye, positive oplevelser. Bogen

er baseret på forfatterens mangeårige arbejde og uddannelse inden for kropsterapi og er gennemillustreret. Den er overskueligt inddelt efter muskelgrupper og indeholder instruktioner, der kan udføres uden forudgående kendskab, i alt fra afspændingsøvelser, energihealing, bekræftelser, visualiseringer og meditationer til brug af både æteriske olier, krystaller og sten.

Sandheden om stress

hvordan du bruger bekræftelser til at forandre dit liv

Ensomhed

En vej til nærvær, glæde og højt selvværd i familien

Jeg kan!

European Specialist Publishers Directory

Evangelii Basun [weekly].

This reference provides information on European companies publishing valuable new books on subjects such bibliography, natural science, Middle Eastern studies, the environment and other areas not covered by more general publishers. It covers 4000 specialized European publishers in 25 countries, including the EEC and the rest of Europe, Scandinavia and Eastern Europe.

Read Online Helbred Dit Liv

Entries are arranged alphabetically under one or more of 50 specialized areas, including architecture and design, education and textbooks, science fiction and women's studies. Details provided include: complete contact information; ownership; imprints; distributors; number of employees; number of titles published each year; and language(s) of publication.

Denne bog fortæller dig, hvordan du kan tænke, så du - ligesom bogens forfatter John Steenberg - selv skaber din psykiske og fysiske balance. Den fortæller, hvordan du kan holde din krop rask og dit sind i harmoni med sig selv og omverdenen. Der er eksempler fra forfatterens eget liv.

Read Online Helbred Dit Liv

Bogen omfatter en række øvelser, du kan bruge, så du selv - gennem selvforståelse og ved selvbehandling - kan sørge for at nulstille også dit

Fysioterapeuten Lis Andersen giver i "Håndbog i zoneterapi" en letforståelig indføring i refleks-zoneterapi, akupunktur, Dó-in, shiatsu og meget andet. Bogen bygger på danske og udenlandske fysioterapeuters praktiske erfaringer og kommer omkring både symptombeskrivelser og behandlingsmetoder. Der er lagt vægt på selvbehandling, og mange af forklaringerne understøttes af en række illustrationer. Lis Andersen (1918-2001) var forfatter, globetrotter, fysioterapeut og naturterapeut. Som

barn rejste hun med sin familie rundt i verden på sejskibet Monsunen, hvilket lagde grunden for et langt livs rejselyst. I 1940 blev hun uddannet fysioterapeut, men efter en voldsom ulykke i 1953 med flere alvorlige knoglebrud til følge, fik hun øjnene op for den alternative behandling. Det førte til et brud med det offentlige sundhedssystem, hvorefter hun etablerede sig som selvstændig. Også hendes nysgerrige søgen efter et religiøst ståsted fyldte meget i hendes liv og i hendes forfatterskab. Den væsentligste del af Lis Andersens store forfatterskab fordeler sig inden for de tre hovedkategorier alternativ sundhed, religion/etik og rejsebeskrivelser.

Read Online Helbred Dit Liv

Når kvinder lærer at udnytte det, livet tilbyder dem, optimalt, får de et bedre forhold til sig selv, til deres børn og deres forældre. De bliver bedre kærester og ægtefæller, bedre samarbejdspartnere og mere tilfredse og lykkelige. I Kvinders styrke giver Louise L. Hay råd om styrkelse af helbred og seksualitet, og hun viser kvinder i alle aldre vejen til større selvværd, selvudfoldelse og til en aktiv tilværelse med øget livskvalitet og stadig udvikling. »Hay er god til at heppe ...« - Søndag »Hold ud piger, vi kan stadig redde resterne af et liv på retur – første skridt på vejen er at læse Louise Hays Kvinders styrke.« - Helsingør Dagblad

Read Online Helbred Dit Liv

en skildring efter nye kilder

Helbred dit liv

Et 30-dages eksperiment i overstrømmende
taknemmelighed og uhæmmet glæde

Lad englens hjælpe dig med at give slip, opnå healing og
forvandle dit liv

Healing fra visdommens kilde

helbred dit sind - helbred dit liv

Alt er godt