

Når du vil anvende Positive Selvbekræftelser

Læs i disse bøger

- *Visualisering*
af Shakti Gawain
- *Visualisering med kærlighed*
af Elisabeth Güler
- *Helbred dit liv*
af Louise L. Hay

Titlerne findes på biblioteket under nr. 61.36

Når du vil anvende Visualisering og Positive Selvbekræftelser på egen hånd, er det en god idé, at du, mindst, læser disse boguddrag.

Ved at læse de udvalgte sider får du indblik i virkningsmekanismerne ved disse redskaber.

Du vil også få en dybere forståelse for, hvor meget det faktisk betyder, hvad vi tænker.

Læser du, får du også forslag til, hvad du kan gøre, hvis du ikke synes, at det 'at tænke positivt' virker, samt idéer til, hvad du kan gøre, 'hvis det går for hurtigt'.

Uddragene – i anbefalet rækkefølge

Shakti Gawain: s. 13 og s. 14 (1. afsnit)
s. 25, (øverste halvdel)
s. 28 og s. 29 (4/5)
s. 33 og s. 34 (halvdel)
s. 36 (2/3), 37
og s. 38 (2/3)
s. 96 og 97

Elisabeth Güler: bagsiden
s. 11-14
s. 82 (nederste halvdel)
og s. 86-87
s. 55-77 !!!

Shakti Gawain: s. 7-16
s. 33-37 og s. 38 (2/3)
s. 20-22
s. 117-122
s. 105-107
s. 115-116

Shakti Gawain: s. 23-24
s. 47-53
s. 125-127
s. 68-71

Louise L. Hay: s. 92-101.

Du må selvfølgelig gerne læse alt hvad du vil, både i disse og i andre bøger!

Vil du have flere bogtitler, deltage i undervisning, eller har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte mig via info@birgitmaanestraale.dk

JEG VISER HVORDAN
– DU KAN