



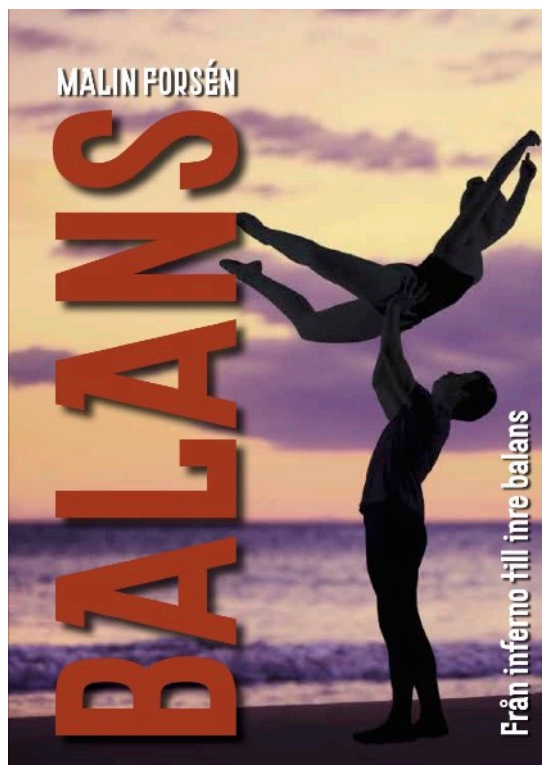
Existentiellt perspektiv på balans

Efter ett kaosartat liv med svåra utmaningar, insåg Malin att en viktig beståndsdel saknades: Balans. Nu har hon skrivit en berättelse och vägledning om den ibland svåra vägen att nå inre balans, mellan bland annat kvinnliga och manliga energier.

Livet tycktes vara en ändlös sträcka av tuffa svårigheter. Malin Forsén insåg till slut att det var dags att vända sitt och sin lilla familjs ständiga navigerande i mörker. Ljuset måste in och nyckelordet hette balans. Ett mer harmoniskt liv väntade och hon såg att de smärtsamma erfarenheter hon tidigare gjort kunde vändas till hennes fördel och vara till stöd för andra människor. När livet så småningom började anta mer ljusa proportioner, kom också lusten att dela med sig av sin klokskap och lärdomar. I stället för att bara drömma, skrev hon sin första bok, en vägledning med tillhörande övningar, för ungdomar till pensionärer.



– Mitt centrala budskap i boken är att hitta hem till sig själv för att kunna möta andra. Att finna balans i sig själv, i relationer och i andra konstellationer. Men också om att våga se, acceptera och förlåta oss själva när saker och ting kanske blivit fel, skriver Malin Forsén.



Boksläpp 13 december 2018

Bokrelease på Vattumannen,
den 15 december, kl 14-16.

Pris: 199:- + frakt

Mjukband, 248 sidor

Beställ via: www.siljansmasar.com

