



Yoga, Jesus och jag

Therese Lind

Om kärleken, yogan och livet

Hon ville utvecklas på det inre planet och gjorde en resa i det yttre. När yogaläraren Therese Lind vandrade pilgrimsleden till Santiago de Compostela, insåg hon på djupet betydelsen av kärlek och att vi älskar oss själva. Det berättar hon i boken "Yoga, Jesus och jag" som nu ges ut av Förlagshuset Siljans Måsar.

När Therese Lind för nio år sedan läste Agneta Sjärdins bok "En kvinnas resa", bestämde hon sig för att även hon en dag skulle pilgrimsvandra till Santiago de Compostela i norra Spanien. Med sig bar hon också en dröm om att få skriva en bok om sina upplevelser. I dag är resan ett starkt minne som hon berättar om i "Yoga Jesus och jag".

Med boken vill hon inspirera andra att vandra, utmana sig själva och stanna upp och reflektera. Berättelsen vill påminna oss alla om att fråga oss vart vi egentligen är på väg? "Det kändes viktigt att få dela mina egna erfarenheter och insikter och ge människor hopp", skriver Therese.



– Mitt centrala budskap i boken är att älska dig själv. När du lär dig att ta hand om och älska dig själv så blir det enklare att möta andra människor och skapa vänskapsband. Skulle alla jobba mer med sig själva och lära sig att älska sig själva, är jag säker på att den här världen skulle se annorlunda ut.

Boksläpp 13 december 2017

Kartonnage, 264 sidor

Pris: 239:- + frakt

Beställ via: www.siljansmasar.com

Bokrelease: Vattumannen,
15 december, kl 17-19

Varmt välkommen!