



## NANCY O'HARA: FINN DITT STILLE STED



Klassikeren *Finn ditt stille sted* er en bok som på en jordnær, men samtidig poetisk måte guider leseren til å finne balanse og ro i seg selv. Ved å fokusere på pusten og lære enkle visualiseringsøvelser, kommer leseren i kontakt med et stille sted; i sitt indre.

Dette stille stedet kan bli en oase, et sted der ingen kan forstyrre - og et sted der man får bearbeidet vonde følelser og opplevelser, for så å gi slipp.

Nancy O'Hara's lille bok har solgt i over en million eksemplarer over hele verden. *Finn ditt stille sted* ble til etter at forfatteren selv opplevde å bli utbrent, og regelrett "møtt veggen".

"Alle trenger et stille sted man kan trekke seg tilbake til. Dersom du ikke har anledning til å dra til sjøen, i skogen eller på fjellet, kan du lage et stille sted i ditt indre. Det kan du besøke uansett hvor du er, og til alle tider. Denne vakre, lille boken gir inspirasjon og hjelp, slik at også du kan få ditt stille sted. Jeg anbefaler boken på det varmeste." **Tove Steinbo, Kurs- og foredragsholder, (Oslo)**

[Last ned høyopløst forsidebilde her](#)

[Last ned høyopløst bilde av forfatteren her](#)

FORFATTER	TITTEL
Nancy O'Hara	FINN DITT STILLE STED
OVERSATT AV	ANTALL SIDER
Bente Heill Kleven	120
PRIS	ISBN
kr 149,-	82-92605-09-6

Les mer om forfatteren, intervjuer og utdrag av boken på [www.lillemaane.no](http://www.lillemaane.no)  
Høyopløste bilder av omslag og forfatter finnes på våre hjemmesider.

## ANMELDEREKSEMPLAR

SENDES TIL FORLAGET - FAKS 21 50 47 17, ELLER E-POST TIL [Jan@lillemaane.no](mailto:Jan@lillemaane.no)

Ja, takk! Vennligst send oss 1 stk. anmeldereksemplar.

Mottaker: \_\_\_\_\_ Avdeling/redaksjon: \_\_\_\_\_

Kontaktperson: \_\_\_\_\_

E-post adresse: \_\_\_\_\_ Tlf: \_\_\_\_\_