

SVERIGES STÖRSTA BOKKLUBB FÖR SINNE, KROPP OCH SJÄL!

Livsenergi

Medlemstidning • nr 8 • 2026

NY VETENSKAP:

Allt du tror dig veta OM SMÄRTA kan vara FEL

– och det är GODA NYHETER!



RACHEL ZOFFNESS
En av världens främsta
experter på smärta:

” Om hjärnan kan
förändras, kan
smärta förändras. ”

BESTÄLLNING/
AVBESTÄLLNING OSS
TILLHANDA SENAST

augusti
27

MÅNADENS
bok



Att våga se med nya ögon

Det ska vara semestertider. En tid då vi ska landa, vila och umgås. Ändå sitter jag här och känner mig märkligt splittrad. Varför är det så?

Jag sitter på balkongen och skriver det här. Blandar jobb med golf, promenader och förrådsstädning. Barnen bor hemma över sommaren men är stora nog att ha sina egna liv.

Ett liv med förväntningar blir utmanande för en mamma som helst av allt vill vara med sin familj, nära och kära. I en drömvärld gör vi utflykter tillsammans, äter långa middagar med roliga samtal och njuter.

Vi människor bär omkring på föreställningar om hur saker "ska" vara. Vi vill ha en bra semester. En kropp utan

smärta. Ett liv som flyter på i harmoni.

Och när verkligheten inte blir så kommer rastlösheten, skavet, och i längden kanske en viss hopplöshet. Många besvär kommer från fallna förväntningar.

Men hur ska man göra då?

Jag har ingen universallösning, men jag kan dela det som kom till mig idag: Vakenhet. Att vara vaken nog att se sina invanda tankemönster och våga släppa in nya perspektiv. För ibland dyker det upp någon eller något som får oss att se på saker på ett nytt sätt. För mig blev *Var gör det ont?* en sådan bok.

Smärta finns överallt. Det är en del av min vardag, precis som den säkert är en del av din. Därför är det så viktigt hur vi förstår den.

Även en människa som ser ljust på livet kan falla offer för hopplöshet och desperation när värken sätter sina klor i kroppen. När våden har gjort vad de kan är det upp till en själv att fortsätta söka efter det som kan hjälpa.

Det var därför jag fastnade för Rachel Zoffness. Precis som vi har föreställningar om hur livet ska vara har vi också föreställningar om hur smärta fungerar. Rachel visar att många av dem är fel och att det ibland är just våra invanda idéer som står i vägen för förändring.

HÖJDPUNKTER I DETTA NUMMER!

Boktips & erbjudanden

Hela tidningen: REA på böcker, kristaller!

sid **14** Fler spännande boknyheter!

sid **22** Nyheter som väcker lust för kreativitet!

sid **24** Börja hösten med goda energier i livet!

Läsvärt

sid **9** Nytt om Medial läkning och Månklokt.

sid **10** Carolina om svårigheten i att stå "bredvid".

sid **12** Sofias kort ber oss att ta steget ...

Hennes envishet, nyfikenhet och vilja att göra den senaste forskningen tillgänglig för alla ledde till boken *Var gör det ont?* Nu finns den äntligen på svenska.

Böcker kan inte förändra verkligheten åt oss, men de kan förändra hur vi ser på den. Och ibland är det precis där den verkliga förändringen börjar. Jag hoppas att Rachels bok kan hjälpa många fler att se på smärta med nya ögon.

Önskar dig en fortsatt fin sommar!

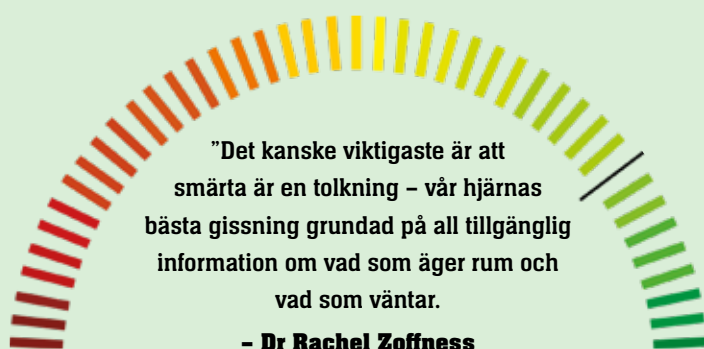
Varma hälsningar,
Alexandra Jerselius



NY VETENSKAP:

SÅ FUNGERAR SMÄRTA

– och så kan du påverka den



DU SPAR
50:-

När hade du senast ont? Var det en huvudvärk, en stukad fot eller en öm nacke efter en lång arbetsdag? Eller lever du med smärta nästan varje dag?

Smärta är en del av livet och förr eller senare drabbas vi alla. Ofta accepterar vi den som något vi helt enkelt får leva med, och tänker att det inte finns så mycket vi kan göra åt den.

Men den senaste smärtforskningen visar att det inte behöver vara så.

I dag vet forskarna betydligt mer om varför vi har ont och hur smärta fungerar. Den nya kunskapen förändrar inte bara hur vi ser på smärta, utan också hur den kan behandlas.

I *Var gör det ont?* visar smärtforskaren Rachel Zoffness hur modern forskning förändrar synen på smärta – och varför den kunskapen kan hjälpa oss att påverka smärtan i stället för att låta den styra våra liv.

På nästa uppslag får du ta del av några av bokens viktigaste insikter.

DITT KLUBBPRIS!

279:-

Ord. pris: 329:-



Ny vetenskap om smärta vänder upp och ned på det vi lärt oss

Vi vet alla hur smärta känns. Kanske har du upplevt huvudvärk, en rygg som låser sig eller värkande leder när vädret slår om. För vissa går smärtan över. För andra stannar den kvar och blir en följeslagare i vardagen.

Trots att smärta är en av människans mest fundamentala upplevelser är den också ett av medicinens mest missförstådda områden. De flesta av oss har lärt sig att smärta är ett tecken på att något är fel i kroppen – ett sår, en skadad muskel eller en nerv som kommit i kläm. Modern smärtforskning visar att verkligheten är betydligt mer fascinerande.

I *Var gör det ont?* visar den internationellt erkända smärtforskaren och smärtpsykologen Rachel Zoffness hur den senaste neurovetenskapen förändrar vår syn på vad smärta är och hur den går att påverka.

VI HAR MISSFÖRSTÅTT SMÄRTA

Vi utgår ofta från att mer skada innebär mer smärta och att mindre smärta betyder att kroppen har läkt. Men forskningen visar att sambandet är betydligt mer komplext. Två människor med samma skada kan uppleva helt olika mycket smärta, medan någon annan kan leva med omfattande skador i kroppen utan att ha ont alls.

Förklaringen är att smärta inte uppstår enbart i den kroppsdel som gör ont. Hjärnan väger ständigt samman informa-

tion från hela människan innan den avgör hur mycket smärta vi upplever. Därför påverkas smärtan inte bara av skador och sjukdom, utan också av exempelvis tidigare erfarenheter, sömn, stress, känslor, relationer och miljö.

Det betyder inte att smärtan är inbillad eller ”sitter i huvudet”. Smärta är verklig, men den skapas av hjärnans skyddssystem vars uppgift är att tolka hur stor fara kroppen befinner sig i. När vi förstår hur det systemet fungerar öppnas också nya möjligheter att påverka smärtan.



JAKTEN PÅ SMÄRTANS ORSAKER

Rachel Zoffness beskriver sig själv som en smärtdetektiv. Hon letar inte bara efter var det gör ont, utan efter varför just den här människan har ont. Målet är att förstå hela bilden – inte bara den kroppsdel där smärtan känns.

När andra ser en rygg, en nacke eller ett knä ser hon hela människan. Hon letar efter den unika kombination av biologiska, psykologiska och sociala faktorer som tillsammans utgör det hon kallar varje människas personliga "smärtherecept".

I boken guidar Zoffness dig steg för steg i att kartlägga vilka ingredienser som påverkar den egna smärtan. Vilka förstärker den? Vilka hjälper kroppen att lugna sitt larmsystem? Och vilka går faktiskt att påverka?

På så sätt blir boken inte bara en fascinerande genomgång av den senaste smärtforskningen. Den blir också en praktisk vägledning mot ökad förståelse och större handlingsfrihet.



Tre saker som förändrar synen på smärta

- 1** Smärta är kroppens skyddssystem – inte bara ett tecken på skada.
- 2** Smärta är biopsykosocial – den formas av kroppen, hjärnan och vår omgivning.
- 3** Smärta går att påverka mer än vi tidigare trott.

NÄR FÖRSTÅElsen FÖRÄNDRAR LIVET

Genom hela boken väver Rachel Zoffness samman den senaste forskningen med gripande berättelser från människor som levt med svår smärta och som av vården ofta betraktats som hopplösa fall. Med kunskap, tålamod och nya verktyg har de steg för steg återerövrat sådant som smärtan tagit ifrån dem – arbete, relationer, rörelseglädje och framtidstro.

Det är därför *Var gör det ont?* är mycket mer än en bok om smärta.

Den visar hur människokroppens skyddssystem fungerar, varför förståelse kan öppna dörren till ett bättre liv och hur ny kunskap ger hopp och nya möjligheter. När vi slutar se smärta som enbart ett problem i kroppen, öppnas helt nya möjligheter att hjälpa den som har ont. Smärta är inte något vi måste stå ut med – utan något vi i många fall kan lära oss att påverka.

Text: Alexandra Jerselius



DITT KLUBBPRIS!

279:-

Ord. pris: 329:-

FAKTA OM MÅNADENS ERBJUDANDE

VAR GÖR DET ONT?

Bestnr: 126361

Författare: Rachel Zoffness

Format: inbunden, 356 sidor

Ord.pris: 329:-

Klubbpris: 279:-

Kom ihåg!

BESTÄLLNING/
AVBESTÄLLNING
OSS TILLHANDA
SENAST

augusti

27

Forskaren som förändrar synen på smärta

Rachel Zoffness har ägnat större delen av sitt yrkesliv åt att förstå ett av kroppens viktigaste skyddssystem: smärta. Det hela började med en egen rädsla.

Rachel har själv levt med smärta sedan barndomen och har berättat att det var just rädslan för smärta som väckte hennes nyfikenhet. Hon ville förstå varför vi har ont, varför vissa människor återhämtar sig medan andra fastnar i ett liv präglat av lidande – och om det verkligen måste vara så.

Som ung fick hon också uppleva hur stark kopplingen mellan hjärnan och kroppen kan vara. Under en behandling med biologisk återkoppling (biofeedback) lärde hon sig att med hjälp av mental träning höja temperaturen i sina händer. När siffrorna på skärmen började förändras väcktes en fråga som fortfarande driver henne:

”Vad mer skulle jag kunna påverka med tankens kraft?”

Den frågan har följt henne sedan dess.

PATIENTERNA FÖRÄNDRADE HENNES SYN PÅ SMÄRTA

Efter studier vid några av USA:s främsta universitet och en forskarkarriär inom smärtpsychologi öppnade Rachel Zoffness en mottagning för människor med långvarig smärta. Många av dem hade redan träffat otaliga läkare, provat behandling efter behandling och fått höra att det inte fanns mer att göra.

Men efter en tid såg hon ett mönster som hon inte kunde förklara.

Patienter med symtom som betraktats som hopplösa började steg för steg återvända till sina liv. I stället för att nöja sig med

resultaten började Rachel ställa fler frågor.

”Jag är ingen trollkarl. Vad är det egentligen som gör skillnaden?”

Jakten på svaren ledde henne allt djupare in i den moderna smärtforskningen. Där fann hon allt starkare stöd för något som fortfarande är okänt för många: att smärta inte bara formas av kroppen, utan också av hjärnan, känslor, tidigare erfarenheter, stress, relationer och vår omgivning. Smärta är alltså biopsykosocial och inte begränsad till den kroppsdel som gör ont.

VETENSKAP SOM MÄNNISKOR KAN ANVÄNDA

I dag är Rachel Zoffness en internationellt erkänd smärtforskare, smärtpsycholog och föreläsare. Hon utbildar läkare och annan vårdpersonal, samtidigt som hon arbetar för att den senaste forskningen ska bli begriplig även för människor utan medicinsk utbildning.

Det är också därför hon skrev *Var gör det ont?* Hon ville att den kunskap som länge funnits i forskningen också skulle nå människorna

som lever med smärta varje dag.

Hon återkommer ofta till att vetenskap inte ska stanna i forskningsvärlden. Den ska hjälpa människor att förstå sina kroppar, minska rädslan och ge tillbaka känslan av att det finns hopp och möjligheter till förändring.

Rachel är övertygad om att kunskap minskar rädsla. Och när rädslan minskar öppnas också möjligheten till förändring.

Text: Alexandra Jerselius



RACHEL ZOFFNESS PÅ 30 SEKUNDER

Bor: USA

Aktuell med: *Var gör det ont? – Den nya vetenskapen om smärta och vägen till läkning*

Gör: Smärtpsykolog, smärtforskare, föreläsare och författare

Bakgrund: Har studerat vid bland annat Brown University, Columbia University och University of California. Undervisar vårdpersonal och läkarstudenter i modern smärtvetenskap.

Känd för: Att göra den senaste smärtforskningen begriplig för både patienter och vårdpersonal.

Budskap: Smärta är mer komplex – och mer påverkbar – än vi länge har trott.

Hemsida: RachelZoffness.com

Fyra saker som kännetecknar Rachel

Efter att ha läst boken och lyssnat på många intervjuer med Rachel Zoffness framträder en tydlig bild av personen bakom forskaren:

- 1** Rachel skrattar ofta och tar inte sig själv på för stort allvar.
- 2** Hennes nyfikenhet är smittsam. Varje ny upptäckt verkar väcka fler frågor än svar.
- 3** Hon har inte tappat sin fascination. Efter alla år som forskare talar hon fortfarande om smärta med stor förundran.
- 4** Hon vill hellre hjälpa än imponera. Hennes drivkraft är att göra den senaste forskningen begriplig för människor som lever med smärta.

”Om hjärnan kan
förändras, kan
smärta förändras.”
– Rachel Zoffness

Bestnr: 126361

VAR GÖR DET ONT?

Författare: Rachel Zoffness

Format: inbunden 356 sidor

BESTÄLLNING/
AVBESTÄLLNING
OSS TILLHANDA
SENAST

augusti

27

DITT KLUBBPRIS!

279:-

Ord. pris: 329:-



Extra
förmånliga
erbjudanden
när du köper
Månadens
bok!

MÅNADENS PLUSERBJUDANDEN



TA HAND OM HELA MÄNNISKAN!

I *Var gör det ont?* visar Rachel Zoffness att smärta inte bara påverkas av det som händer i kroppen, utan också av sömn, kost, rörelse, känslor och livssituation. Därför har vi valt ut tre erbjudanden som kompletterar bokens helhetsperspektiv. Här hittar du en bok om kroppens energi på cellnivå, en introduktion till den kinesiska medicinens syn på balans och en yogamatta som bjuder in till mjuk rörelse och återhämtning.

+ Pluserbjudande 1

Ge kroppen bättre förutsättningar

Best.nr: 126021

God energi

Av Casey Means, med Calley Means

I *Var gör det ont?* beskriver Rachel Zoffness sömn, kost och rörelse som viktiga delar av vårt personliga smärtrecept. I *God energi* visar läkaren Casey Means hur cellernas energiproduktion påverkar vår hälsa och hur små förändringar i vardagen kan göra stor skillnad. Med stöd i modern forskning får du konkreta råd kring kost, sömn och livsstil – en naturlig fördjupning för dig som vill stärka den biologiska delen av kroppens helhet. 400 sid. Inbunden.

Ord ca pris:
319 kr
Klubbpris:
264 kr
PLUSPRIS:
149:-



DU SPAR
170:-

+ Pluserbjudande 3

Ett annat sätt att förstå kroppen

Best.nr: 123103

Kinesisk medicin – Vägen till Qi

Av Matthew Sweigart

Var gör det ont? visar hur kropp, hjärna och livssituation samspelar när smärta uppstår. *Kinesisk medicin – Vägen till Qi* presenterar ett annat helhetsperspektiv där kroppens energiflöde står i centrum. Du får en lättillgänglig introduktion till meridianer, yin och yang samt de fem elementen, tillsammans med enkla övningar och meditationer som hjälper dig att utforska kroppens balans och livskraft. 328 sid. Inbunden.

Ord ca pris:
279 kr
Klubbpris:
239:-
PLUSPRIS:
79:-



DU SPAR
200:-

+ Pluserbjudande 2

En plats för rörelse och återhämtning

Best.nr: 126033

Yogamatta Gaiam Olive Marrakesh

Rörelse är en viktig del av Zoffness väg mot läkning. Den här klassiska yogamattan ger dig en bekväm plats för yoga, stretching, andningsövningar eller en stunds stillhet. Med sitt mjuka, dämpande material och stabila grepp skapar den fina förutsättningar för att ge kroppen den omsorg och rörelse den behöver – i din egen takt. Tjocklek: 5 mm.

Ord ca pris:
499 kr
Klubbpris:
449 kr
PLUSPRIS:
249:-



DU SPAR
250:-

Månklokt i augusti

Augusti bjuder på starka skiften och en uppmaning att lyssna till det som känns sant på djupet. Med Lejonets mod, två förmörkelser och Fiskarnas intuition rör vi oss från hjärtats längtan till en djupare tillit till vår egen väg.

6 augusti: Halvmåne i sista kvarteret i Oxen

Solen i Lejonet, månen i Oxen

Tema: Självuttryck vs trygghet, vad är värt att släppa taget om?

Lejonet vill följa hjärtat och ta plats, medan Oxen söker stabilitet och det välbekanta. Här kan vi behöva släppa något som känns tryggt men som samtidigt håller oss tillbaka.

8 augusti: Lejonportalen

Den 8/8 infaller Lejonportalens höjdpunkt, en modern andlig tradition som väver samman solen i Lejonet, stjärnan Sirius och åttans symbolik med mod, skaparkraft och manifestation. Dagen ses som en tid för att lyssna till hjärtats längtan, rikta energin mot det du vill skapa och våga ta mer plats i ditt liv.

12 augusti: Nymåne i Lejonet (19.35)

Sol och måne möts i Lejonet

Tema: Mod att ta plats, hjärtats längtan, en ny riktning

En ovanligt kraftfull nymåne. Lejonets energi riktar uppmärksamheten mot det som får oss att känna glädje, skaparkraft och livslust. Solförmörkelsen förstärker temat av skifte

och nya kapitel. Astronomiskt är förmörkelsen total i bland annat delar av Island och Spanien, men syns som partiell solförmörkelse i Sverige.

20 augusti: Halvmåne i första kvarteret i Skorpionen

Solen i Lejonet, månen i Skorpionen

Tema: Vilja möter djup, våga gå bortom det bekväma

Det vi satte i rörelse vid nymånen kan nu möta motstånd eller starkare känslor. Skorpionen letar sig under ytan och synliggör vad som verkligen driver oss. Här räcker inte alltid viljan – vi kan också behöva ta itu med det som står i vägen.

28 aug: Fullmåne i Fiskarna (06.18)

Solen i Jungfrun, månen i Fiskarna

Tema: Kontroll möter tillit. Ordning och överlämnande.

Jungfrun vill förstå, sortera och förbättra. Fiskarna ber oss lyssna inåt och acceptera att allt inte kan lösas med analys. Fullmånen kan synliggöra var vi behöver släppa kontrollen och lita mer på vår intuition. Den partiella månförmörkelsen är synlig från Sverige.

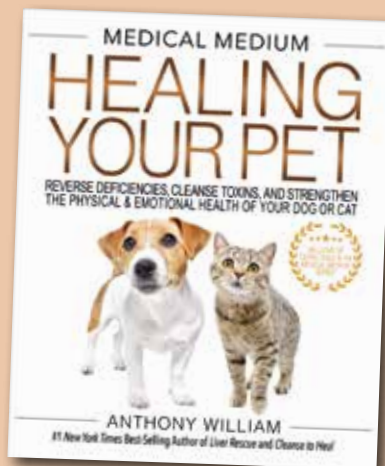
Stjärntecken i augusti:

Solen står i Lejonet fram till 22 augusti då solen går in i Jungfrun. Där stannar den resten av månaden.

NYTT FRÅN MEDIAL LÄKNING

Under hösten kommer flera spännande nyheter i serien Medial läkning / Medical Medium. Vi är nu i slutfasen med översättningen av den uppdaterade och utökade versionen av *Kostguiden*. **Planerad lansering är 1 november!**

Däromkring kommer vi även ha det allra senaste tillskottet tillgängligt i butiken, nämligen *Healing your pet* (på engelska).



Vi har även fått en viskning om ytterligare en bok som Anthony jobbar på. Det är fortfarande osäkert exakt när den kommer, men en gissning är närmare jul i år.

(Om de två kommande böckerna översätts till svenska beslutar vi om när manus är tillgängliga.)

I nästa tidning - nr 9/2026

Snart kommer *Vägled* – Laura Lynne Jacksons nya bok om den osynliga väv som binder samman allt liv i universum.

Genom gripande berättelser och oväntade samband visar hon hur tecken, intuition och möten kan hjälpa oss att förstå att vi aldrig är ensamma.

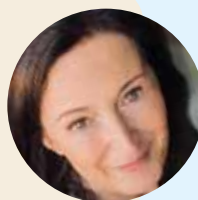
En inspirerande bok om tillit, mening och den vägledning som ständigt finns omkring oss – redo att visa oss i rätt riktning.

När dig under första veckan i september!

Visdom från våra inspiratörer:

Vad säger astrologin om hösten 2026?

Branka Okeijn,
andlig vägledare



Carolina fortsätter inspirera oss inom Medial Läkning!

Carolina Johansson,
näringssterapeut med fokus på Anthony Williams lära.



LANSERINGSSCHEMA

Få en smygitt in i kommande böcker. Under 2026 lanseras varje bok första veckan i månaden. Sista svarsdag är alltid den 27e.

FÖR SENASTE NYTT, BESÖK WWW.LIVSENERGI.SE

MÅNADENS BOK 2026

- 1: Feng shui och attraktionslagen – jan
- 2: Tankens magi – feb
- 3: Människan i framtiden – mars
- 4: Universums lagar i praktiken – april
- 5: Pengar älskar mig – maj
- 6: Sinnlighet – juni
- 7: Flow – vanan som förändrar allt – juli
- 8: Var gör det ont? – aug
- 9: Tema: Vägledning – sep
- 10: Tema: Barnet inom dig – okt
- 11: Tema: Medial läkning – nov
- 12: Tema: Om uppvaknande – dec

OM ATT STÅ HJÄLPLÖS BREDVID

Skanna mig
för att läsa
artikeln online!



Läsarfråga: Jag lever till stor del efter Anthonys information och har tack vare den fått bukt med många hälsoproblem. Det som är svårast idag är att se familj och vänner kämpa med sin hälsa utan att vilja lyssna på det som hjälpt mig. Hur kan jag hantera den sorgen?

SVAR: Jag tror att jag talar för många av oss som använder Anthonys information när jag säger att du inte är ensam om den här känslan. Det är svårt att stå bredvid och se människor vi älskar må dåligt. När vi själva har upplevt stora förbättringar kan det dessutom vara smärtsamt att de inte blir nyfikna på det som hjälpt oss.

Till och med Anthony har sagt att han en gång trodde att när svaren väl fanns skulle ingen längre behöva vara sjuk, eftersom alla skulle vilja ta del av informationen. Så blev det inte. Det finns mycket där

ute som gör det svårt att hitta rätt information, och vi behöver dessutom ofta komma fram till våra insikter i vår egen takt.

Jag har inga definitiva svar, men jag vill gärna dela med mig av lite som hjälpt mig genom åren.

Fri vilja och vår egen väg

Vi har alla en själ, ett syfte och vår egen väg. Precis som din själ är kopplad till och sedd från ovan, är även dina näras det. Jag försöker påminna mig om det när oron tar över. Det är också viktigt att komma ihåg att vi inte alltid kan påverka andra på det sätt vi önskar, men vi kan arbeta med vårt eget förhållningssätt och växa genom det.

Låt medkänslan leda

Det finns så mycket därute som försöker dra isär oss människor. Våra relationer är det viktigaste vi har, men ofta skymmer våra olikheter de starka band som faktiskt finns mellan oss.

Det som hjälpt mig allra mest är att tänka på människor som visat mig stor förståelse och medkänsla genom åren utan att för den delen hålla med mig om mina val. Min största lärdom har kommit från min mamma. Flera gånger i min ungdom gjorde jag val som inte var bra för mig - ganska vanligt i den åldern. Men min mamma försökte alltid hålla oss samman, så att jag inte skulle glida längre bort. Hon stod kvar vid min sida medan jag gjorde misstag jag själv behövde förstå. Den erfarenheten försöker jag bära med mig när människor omkring mig gör andra val än jag själv skulle önska.

En annan lärdom har varit att aktivt öva på medkänsla och tålmod. Grunden i Anthonys information har alltid varit medkänsla. Han säger till och med att:

"Det mest läkande av allt är medkänsla." Att praktisera medkänsla är något vi aldrig blir färdiga med. Vi behöver ständigt öva - även på självmedkänsla.

I praktiken kan medkänsla innebära att fortsätta bygga relationen på andra sätt, genom att finnas där, lyssna och göra goda saker med medkänsla som grund.

Bön och ljus

Ett annat viktigt verktyg vi har tillgång till är att be och skicka ljus till våra nära och kära. I boken *Medial läkning* hittar du flera ånglar att prata med och lätta ditt hjärta inför. Att omsluta dem vi älskar i ljus från ovan är något vi kan göra så ofta vi vill och som kan få mirakulösa resultat.

Vi kan inte leva någon annans liv eller fatta deras beslut. Men vi kan fortsätta att älska, visa tålmod och finnas kvar. Kanske är just det den största gåvan vi kan ge.

I välmående,
Carolina

OBS! Informationen är inte ersättning för medicinsk rådgivning, diagnos, behandling eller förskrivning. Rådfråga alltid din läkare när det kommer till din hälsa.



På Carolinas blogg kan du läsa fler tips och råd med fokus på Medial läkning. Skanna QR-koden med din mobilkamera!



Carolina Johansson

Utbildad sjuksköterska och näringsterapeut med fokus på Anthony Williams lära

Hemsida: carolinajohansson.se

Podcast: Hälsofar

Instagram: carolinajohansson.se

E-post: hej@carolinajohansson.se

Här hittar du
alla böcker i
Medial läkning-serien!
Skanna QR-koden
med mobilkamera.



Lejonportalen – när livet ber dig ta steget



Orakelläsning för augusti 2026

Augusti bär på en alldeles särskild energi. Kanske är det därför så många känner sig dragna till Lejonportalen – den period som kulminerar kring den 8 augusti och som inom den andliga världen ofta förknippas med uppvaknande, högre medvetande och nya möjligheter.

Men ju mer jag funderar över Lejonportalen, desto mindre tror jag att den handlar om vad universum vill ge oss.

Jag tror att den handlar om vad vi är redo att ge oss själva.

För vad hjälper det att dörrar öppnas om vi fortfarande står kvar på tröskeln? Den största förändringen börjar sällan när möjligheten visar sig. Den börjar i det ögonblick vi vågar röra oss mot den.

Det första kortet som visar sig är *2 of Wands*. Ett kort som nästan alltid får mig att tänka på horisonten. På kvinnan som står med blicken riktad mot något större än det liv hon hittills levt. Det är ett kort om visioner, längtan och möjligheter – om den där stilla känslan av att livet kanske vill mer för oss än vi själva vågat tro.

Men det handlar också om ett val.

För mellan drömmen och verkligheten finns nästan alltid ett steg som bara vi själva kan ta. Vi längtar efter mer frihet, mer glädje, mer mening. Eller kanske bara ett liv som känns lite mer sant. Ändå tvekar vi. Inte för att vi inte vill – utan för att vi inte känner oss riktigt redo.

Sedan kommer *5 of Pentacles* – ett kort som ofta förknippas med brist, men min känsla är att budskapet är djupare den här gången. Hur många gånger har vi inte sagt till oss själva att vi ska börja ... sedan?

Sedan när vi fått mer tid.

Sedan när ekonomin känns tryggare.

Men tänk om "inte än" har blivit en plats där vi känner oss

trygga – just därför att vi aldrig behöver ta steget?

Och så landar vi i månadens sista kort – *2 of Pentacles*. Om Lejonportalen öppnar en dörr och *5 of Pentacles* visar de rädslor vi bär med oss, då kommer *2 of Pentacles* med ett befriande budskap: Du behöver inte ha hela livet under kontroll för att börja leva det.

Det här kortet handlar om rörelse. Om att hitta balansen medan vi lever – inte vänta tills allt känns rätt. Kanske är det just det som är den verkliga gåvan med den här perioden. Inte att livet förändras över en natt. Utan att vi gör ett val.

Ett litet steg.

Ett ärligt samtal.

En ny vana.

Ett modigare beslut.

För ibland är det inte universum som väntar på rätt tid. Det är vi. Och kanske är Lejonportalen inte främst en öppning på himlen, utan en påminnelse om att den viktigaste portalen alltid finns inom oss.

Kanske är det där ditt nästa kapitel börjar. Inte den dag du känner dig helt redo – utan den dag du väljer att ta steget ändå.

Med kärlek,

Sofia



Blogg: Sofias intuition

Instagram: @sofia_the_intuitive

E-post: sofia@correcto.nu

FRAKTFRITT!
När du handlar för
över 500:-!

ANDLIGT & ESOTERISKT

Best.nr: 126290

Universums lagar i praktiken

Av Abiola Abrams

KLUBBPRIS

264:-

DU SPAR
50:-

I Universums lagar i praktiken samlar Abiola Abrams 23 universella lagar och visar hur de tillsammans bildar ett större system. Genom att förstå hur dessa principer samverkar kan du få en djupare förståelse för hur dina tankar, din energi och dina val påverkar ditt liv. Det här är inte bara en bok om andlig utveckling – det är en praktisk guide. Varje lag presenteras med konkreta exempel, reflektioner och övningar som hjälper dig att omsätta kunskapen i vardagen. Inbunden. 336 sid.

Ord. ca. pris: 314:-



Best.nr: 125361

Andlig aktivering Av Oliver Nino

JUST NU!

99:-

DU SPAR
180:-

Trauman, nedärvda läsningsar och miljömässiga faktorer kan bidra till upplevelser av rädsla, skuldskänslor, ilska och svek. Här beskriver energihealern och den andliga aktiveraren Oliver Niño sin 15 dagar långa energidetox, som inte bara löser upp energiblockeringar utan också hjälper dig att få kontakt med dina andliga gåvor och ditt högre syfte. Inbunden. 204 sid.

Ord. ca. pris: 279:-

Klubbpris: 239:-



REA!



JUST NU!

149:-

DU SPAR
150:-

Best.nr: 125968

Äkta, vild och andlig Av Sah D'Simone

Förändra dina tankemönster, öppna ditt hjärta och bidra till en bättre värld genom att upptäcka och uttrycka ditt sanna jag! Att vara dig själv är det verkligt andliga så sluta försöka passa in i en andlig mall. Det menar Sah D'Simone, andlig vägledare, meditationslärare, internationell talare och bästsäljande författare som vikt sitt liv åt att hjälpa andra att leva i enlighet med sin högsta potential. Med periodens bok vill han uppmuntra oss att bli andliga rebeller. Inbunden. 270 sid.

Ord. ca. pris: 299:-

Klubbpris: 249:-



JUST NU!

149:-

DU SPAR
140:-

Best.nr: 125323

Tecken från andevärlden Av Sherrie Dillard

Sherrie Dillard, välkänt medium och författare till många böcker på det andliga temat, delar med sig av varma och häpnadsväckande berättelser ur verkligheten – om hur människor får kontakt med sina vänner och släktingar i andevärlden. När vi läser om dessa upplevelser blir det tydligt att kärlekens kraft inte låter sig hindras av gränsen mellan den här världen och nästa. Inbunden. 252 sid.

Ord. ca. pris: 289:-

Klubbpris: 239:-

REA!

Best.nr: 125865

Tarot som livskompass Av Lady Lorelei

JUST NU!

149:-

DU SPAR
150:-

Denna guide bjuder in dig till en värld där intuition och visdom öppnar dörrar till förändring. Tarot är en värdefull källa till vägledning. Oavsett om du undrar om karriär, relationer, hälsa eller livet kan tarotkorten ge dig klarhet och visa vägen till inre utveckling. Inbunden. 176 sid.

Ord. ca. pris: 299:-
Klubbpris: 249:-



REA!

Best.nr: 126374

Det osannolika Av Lola Svedenbäck

KLUBBPRIS

319:-

DU SPAR
50:-

En sann berättelse om hur livet kan förändras när allt verkar gå förlorat. När en oväntad sjukdom slog omkull Lola Svedenbäcks tillvaro öppnades en dörr till något mycket större. I det till synes mörka uppenbarade sig ett ljus, och där började en resa som skulle förändra hennes liv för alltid. Det som började i smärta och hopplöshet blev en resa till Sri Lanka – och till en ny livssyn. Kartonnage. 176 sid.

Ord. ca. pris: 369:-



Nyhet!



Best.nr: 126375

Det börjar med Dig
Andlig Expansion Del 1
Av Susanne Jönsson

Vad händer när du slutar leta efter svaren utanför dig – och i stället börjar lyssna inåt? - Du hittar en stabilitet du aldrig visste att du hade. Du hanterat livet i balans i stället för oro. "Det börjar med Dig", är en varm och tydlig vägledning för dig som vill förstå dig själv på djupet, stärka din inre balans och leva mer från hjärtat i en vardag som ibland går för fort. Inbunden. 204 sid. **Ord. ca. pris: 269:-**



Best.nr: 126376

Flickan som blev kvar
– att finna lugn och lycka efter trauman
Av Aminah Ådin

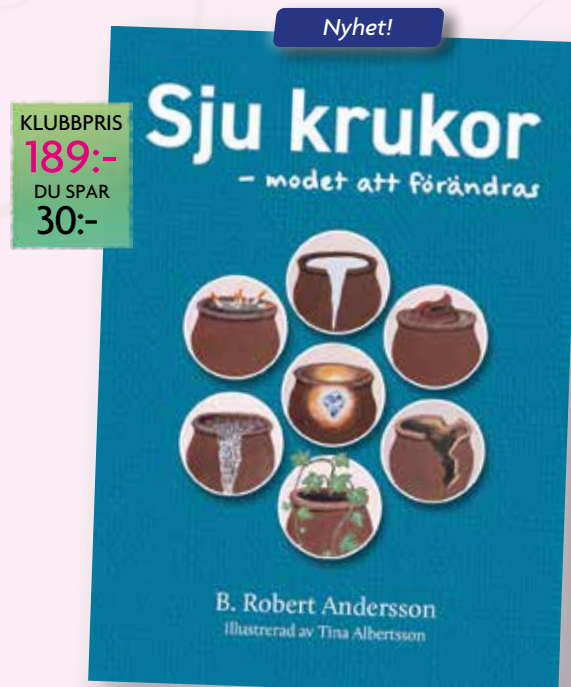
Aminah växer upp i en familj som är fylld med kärlek – tills pappan dödar hennes mamma. Hon hamnar på barnhem och får inte stöd att att hantera alla svårigheter. Boken skildrar först hennes liv som barn fram till idag. Därefter får vi del av de erfarenheter och metoder som hjälpt henne att läka. Häftad. 280 sid. **Ord. ca. pris: 299:-**



Best.nr: 126377

Är du arg på mig?
Sluta oro dig för vad andra tycker och börja leva!
Av Meg Josephson

Är du trött på att ständigt oro dig över vad andra tycker, på att anpassa dig, tona ned dig själv och sätta andras behov före dina? Psykoterapeuten Meg Josephson förklarar den dolda överlevnadsstrategin fawning – att behaga andra för att känna sig trygga. I "Är du arg på mig?" visar hon hur du ska göra för att bryta mönstret och bli fri. Inbunden. **Ord. ca. pris: 299:-**



Best.nr: 126378

Sju krukor:
modet att förändras
Av B. Robert Andersson

Varför fastnar vi i samma mönster, trots att vi förstår dem? Varför upprepar vi det som skadar oss, i relationer, arbete och livet? I boken beskriver B. Robert Andersson människans inre mönster genom sju symboliska kärl – bilder av beroende, kontroll, medberoende, skuld, offerroller och människans längtan efter frihet och mening. Danskt band. 116 sid. **Ord. ca. pris: 219:-**

FRAKTRITT!
När du handlar för
över 500:-!

NYHETER

Nyhet!

Best.nr: 126379
**Självläkande
människan 3.0**
Av Sanna Ehdin

KLUBBPRI
369:-
DU SPAR
30:-



Aktivera
kroppens
sjävläkande
kraft!

I denna helt nyskrivna och fördjupade uppföljning av sin hälsoklassiker visar forskaren och författaren Sanna Ehdin hur kroppens naturliga självläkande förmåga kan stärkas genom kunskap, medvetna val och en livsstil i samklang med vår egen biologi. Med utgångspunkt i modern forskning, immunologi och sin gedigna erfarenhet guidas läsaren genom områden som tarmhälsa, inflammation, fasta, sömn, stress, nervsystem, m.m. Här vävs vetenskap, praktisk erfarenhet och tidlös kunskap samman till en helhetsbild av hälsa som ger både förståelse och hopp. Du får kunskap och konkreta verktyg för att stärka din hälsa, öka ditt välmående och leva det liv du längtar efter. Danskt band. **Ord. ca. pris: 399:-**

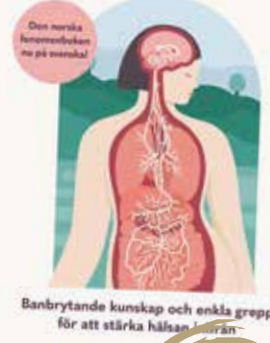
Best.nr: 126382
Vagusnerven
Av Annette Leno
och Torkil Færø

KLUBBPRI
249:-
DU SPAR
40:-

Visste du att en enda nerv kan påverka allt från sömn och matsmältning till stressnivå och energi? Vagusnerven är superhjärten du inte visste att du hade inom dig. Den påverkar nästan alla dina organ och kopplar samman hjärnan med resten av kroppen. En stark vagusnerv hjälper dig att sova bättre och återhämta dig snabbare. Den stärker immunförsvaret och ökar din motståndskraft mot stress och motgångar. Den här boken är till för dig som vill förstå hur vagusnerven fungerar och använda den kunskapen för att få mer ork, bättre hälsa och en kropp i balans. Kartonnage. **Ord. ca. pris: 289:-**

Nyhet!

Annette Leno
med Torkil Færø
VAGUSNERVEN
Kroppens dolda SUPERKRAFT



Nyckeln till
lugn, balans och
bättre hälsa!

Nyhet!

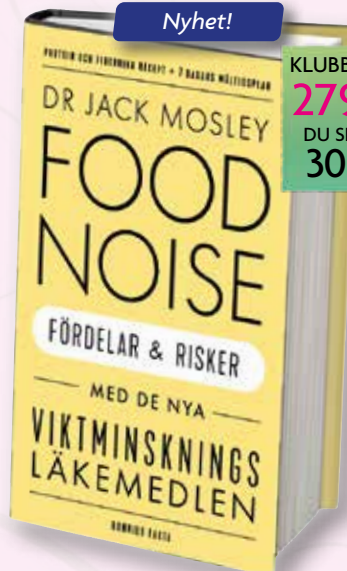


KLUBBPRI
119:-
DU SPAR
20:-

Best.nr: 126380
Vilken tur för mig!
Mr Skellys guide till livet
Av Christian Watson

Oavsett hur vi ser ut på utsidan delar vi samma tankar, känslor och rädslor. Det är just den insikten som gjort Mr Skelly till ett viralt fenomen världen över. Vi möter det älskade skelettet i en samling träffsäkra betraktelser om livet. Med humor och värme sätts ord på det vi alla känner och påminner oss om att vara lite snällare mot oss själva. Inbunden. 128 sid. **Ord. ca. pris: 139:-**

Nyhet!



KLUBBPRI
279:-
DU SPAR
30:-

Best.nr: 126383
Food noise
Fördelar och risker med
de nya viktminsknings-
läkemedlen
Av Jack Mosley

Ozempic, Wegovy, Mounjaro och liknande GLP-1-läkemedel beskrivs som det största medicinska genombrottet på decennier. De dämpar aptiten, ger ofta snabb viktnerdgång och kan ha flera positiva hälsoeffekter. Men de väcker också avgörande frågor: Hur går du ner i vikt på ett bra sätt? Vad händer med musklerna? Hur undviker du näringsbrist? Och hur behåller du resultatet när behandlingen avslutas? Här visar läkaren Jack Mosley vad de nya GLP-1-preparaten kan göra. Med medicinsk kunskap, aktuell forskning, patientberättelser och konkreta råd väger han fördelar mot risker och visar varför kost och livsstil fortfarande är avgörande. Kartonnage. 304 sid. **Ord. ca. pris: 309:-**

Nyhet!

Best.nr: 126381
**Allt jag önskar att jag hade
vetat om min kropp**
Av Monika Björn

KLUBBPRI
299:-
DU SPAR
30:-



REA!

Författaren, föreläsaren och hälsoexperten Monika Björn tar sig här an kvinnohälsa på ett bredare sätt än "bara" klimakteriet. Boken är skriven utifrån frågor som hon själv saknat svar på som flicka och kvinna genom livet och är en färd genom en kvinnas fysiska kropp, från tonåren till äldre. Hon delar sina viktigaste insikter om hormoner, sömn, kost, träning och livet däremellan, samt vikten av självkännedom och kunskap för att kunna möta livets olika skeden på bästa sätt. Med en blandning av fakta och personliga reflektioner inspirerar hon till hur du kan finna såväl styrka i att själv vara kunnig för att kunna göra pålästa val om din egen kropp, oavsett i vilken fas du befinner dig i livet. Inbunden. 224 sid. **Ord. ca. pris: 329:-**

Best.nr: 126384
Kålhydrater
Av Anette Sams och Jane
Farber

KLUBBPRI
249:-
DU SPAR
40:-

När du väljer "kålhydrater" hjälper du kroppen att både hålla sig frisk och gå ner i vikt. I den här boken visar Anette Sams hur kolhydrater från kål påverkar oss på ett helt annat sätt än processade kolhydrater från till exempel pasta, bröd och socker. För att hjälpa dig på traven innehåller boken 50 vällsmakande recept av författaren och kostrådgivaren Jane Farber. Kartonnage. **Ord. ca. pris: 289:-**

Nyhet!



REA!


JUST NU!
189:-
 DU SPAR
70:-

Best.nr: 119517

**Hela ditt inre och finn
ditt sanna jag**

Av Lise Bourbeau

Budskapet i *Hela ditt inre* och finn ditt sanna jag är lika klart och tydligt som i Lise Bourbeaus tidigare böcker. Hon visar här att alla våra fysiska, känslomässiga och mentala problem har sin grund i någon av följande upplevelser: avvísning, övergivenhet, förödmjukelse, svek eller orättvisa. Kroppen, och även sättet vi rör oss på, ger oss en mängd ledtrådar om våra inre sår. Boken beskriver detaljerat dessa sår och de masker vi bär för att dölja dem. Bourbeau erbjuder som vanligt praktiska lösningar i slutet av boken. Danskt band. 207 sid.
Ord. ca. pris: 259:-
Klubbpris: 219:-

REA!


Nyhett!

JOHANNES CULLBERG

**TA
MAKTEN
ÖVER DIN
HÄLSA
PÅ 12 VECKOR**

MATEN OCH VANORNA SOM GER RESULTAT

KLUBBPRIS
199:-
 DU SPAR
40:-

Best.nr: 126385

**Ta makten över din hälsa
på 12 veckor: maten och
vanorna som ger resultat**

Av Johannes Cullberg

I den här inspirerande och praktiska boken visar Johannes varför det har blivit så svårt att leva hälsosamt – och hur du steg för steg kan skapa hållbara vanor för resten av livet. Med konkreta råd, personliga erfarenheter och beprövade metoder får du verktygen för att äta bättre, må bättre och bygga en livsstil som håller – utan dieter, förbud eller quickfixar. Danskt band. 198 sid.

Ord. ca. pris: 239:-

Best.nr: 120096
Lyssna till kroppen:
 Låt din bästa vän
 vägleda dig
 Av Lise Bourbeau

JUST NU!
139:-
 DU SPAR
50:-

Lyssna till kroppen förmedlar en uppfriskande och klargörande syn på vad det vill säga att älska med hjärtat istället för med huvudet, att vara den tillitsfulla skaparen i ditt liv, att leva utan skuld och egots dominans, att ta ärligt ansvar för dina känslor, och framför allt att betrakta kroppen som din bästa vän. Du får här viktiga verktyg för att leva i en intim, glädjefylld och kraftfull relation med dig själv! Danskt band. 226 sid.

Ord. ca. pris: 189:-
Klubbpris: 169:-
REA!


Best.nr: 126244
Boosta lymfsystemet
 Av Karin Björkegren Jones

KLUBBPRIS
239:-
 DU SPAR
40:-

Det är mycket som behöver samverka i kroppen för att vi ska känna oss friska och i balans. Lymfsystemet spelar en avgörande men ofta förbisedd roll i detta och påverkar allt från immunförsvar till sömn, vikt och hudhälsa. Det transporterar bort slaggprodukter, stödjer immunförsvaret och spelar en nyckelroll för vätskebalansen. När flödet stagnerar kan det leda till trötthet, svullnad och viktuppgång. Med hjälp av massage, andningsövningar, hudvård och rätt kost visar boken hur vi kan återställa balansen och främja läkning. Inbunden. 144 sid.
Ord. ca. pris: 279:-


JUST NU!
259:-
 DU SPAR
100:-

Best.nr: 115827

Kroppen talar till dig

Av Lise Bourbeau

I mer än 25 år har Lise Bourbeau studerat sambandet mellan emotionella och mentala tillstånd och olika sjukdomar. Antalet klienter har blivit mer än 15 000 och ett enormt material har utformats genom åren. *Kroppen talar till dig* redogör för över 500 sjukdomar och deras mentala, emotionella och själsliga orsaker. Författaren menar att insikt i orsakerna bakom sjukdomar, samt djup självkännedom på ett mentalt, emotionellt och andligt plan, är en förutsättning för god hälsa. Inbunden. 479 sid.

Ord. ca. pris: 359:-
Klubbpris: 329:-
REA!

KLUBBPRIS
289:-
 DU SPAR
30:-

Best.nr: 126321

Hjärnans akilleshälar:
*hur din hjärna lurar dig, och
vad du kan göra åt det*

Av Anders Hansen

I "Hjärnans akilleshälar" visar psykiatern Anders Hansen hur hjärnan kan leda oss fel. Samma organ som gett oss kärnfysik, DNA-teknik, konst och musik får oss att överskatta oss själva, styrs av fördomar eller sitta klistrade vid mobilen i timmar. Det är de grå cellerna som gör att vi aldrig kan få nog, äter skräpmat, minns fel, ljugar för oss själva, känner tomhet efter framgång, blir avundsjuka på vänner, alltför snabbt delar in oss i ett vi och dem – och blir orimligt arga på medtrafikanter. Inbunden. 216 sid.

Ord. ca. pris: 319:-

Best.nr: 124401

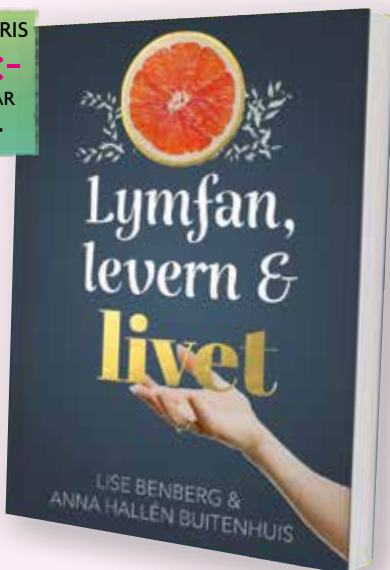
Lymfan, levern & livet

Av Anna Hallén Buitenhuis och Lise Benberg

KLUBBPRIS
159:-
DU SPAR
30:-

I kroppen hänger allt ihop. Tarmen, lymfsystemet, levern, fascian allt påverkar varandra och trötthet, värk och smärta är tydliga signaler från kroppen om att något är fel. Men vad kan vara orsaken till dessa signaler? Och hur ger man kroppen det den behöver för att må bra? Lymfan, levern & livet ger Anna Hallén Buitenhuis och Lise Benberg en bred och lättillgänglig kunskapsbas om kroppens olika system. Med hälsotips, lathundar och ett helhetsperspektiv på hälsa hjälper de dig att hitta din unika lösning för att må ditt allra bästa. I boken finns ett nyskrivet avsnitt om fascia, liksom en inspirerande introduktion till lymfatisk yoga med QR-koder som länkar till videor med olika yogapositioner. Inbunden. 180 sid.

Ord. ca. pris: 189:-



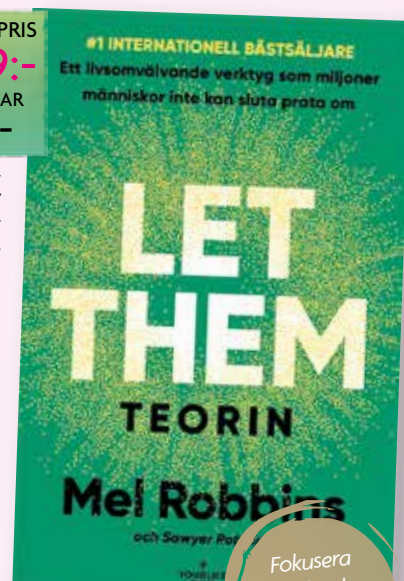
Best.nr: 126242

Let them-teorin

Av Mel Robbins och Sawyer Robbins

KLUBBPRIS
249:-
DU SPAR
50:-

Har du någonsin känt dig frustrerad över livet, kanske till och med fastnat i att allt är någon annans fel? Problemet är inte du. Problemet är den makt du ger andra människor. Två enkla ord - LET THEM - kommer kunna befria dig. Befria dig från andras dömande åsikter och dramen. Befria dig från att försöka hantera och kontrollera allt och alla runt omkring dig. I sin senaste banbrytande bok, LET THEM-teorin, delar Mel Robbins - bästsäljande författare och en av världens mest respekterade experter inom motivation, mindset och personlig utveckling med sig av sin modell för hur du slutar lägga energi på det du inte kan kontrollera och istället börjar fokusera på det du kan påverka: dig själv och ditt liv. Inbunden. 315 sid. Ord. ca. pris: 299:-



Fokusera på det du kan påverka!

JUST NU!
99:-
DU SPAR
200:-

Best.nr: 125505

Fasta som kvinna

Av Mindy Pelz

Fasta som kvinnan är skriven för att hjälpa dem som längtar efter en hälsosam livsstil skräddarsydd för kvinnokroppen. Är du en av de många kvinnor som inte riktigt känner sig tillfreds med sin kropp och inte får den hjälp de behöver av läkare och hälsoexperter? Har du tröttnat på snabba kurer som sviker? Mindy Pelz hjälper dig att återta kontrollen över din kropp via den snabbaste vägen till bättre hälsa, nämligen fasta. Inbunden. 311 sid.

Ord. ca. pris: 299:-
Klubbpris: 249:-


REA!

SLUTA TA ALLT SÅ PERSONLIGT

BLI FRI FRÅN GRUBBEL OCH KÄNSLOKAOS

KLUBBPRIS
259:-
DU SPAR
40:-

Best.nr: 126344

Sluta ta allt så personligt:

bli fri från grubbel och känslokaos
Av Daniel Chidiac

Har du lätt att överanalysera? Ta du åt dig för mycket eller fastna i negativa tankespiraler? Då är det här boken för dig. Med konkreta verktyg och insikter får du lära dig att sätta gränser utan skuld, sluta reagera på allt som händer omkring dig och istället fokusera på det som verkligen betyder något. Inbunden.

Ord. ca. pris: 299:-



Sluta överanalysera, må bättre

KLUBBPRIS
229:-
DU SPAR
30:-

Best.nr: 124117

Kroppen håller räkningen

Av Bessel Van der Kolk

Kroppen håller räkningen är den internationella bästsäljaren som förändrat synen på trauma och dess påverkan på kropp och hjärna. Med stöd i banbrytande forskning visar Dr. Bessel van der Kolk hur traumatiska upplevelser påverkar vårt välmående – och framför allt hur läkning är möjlig. Genom praktiska metoder och djupa insikter ger boken hopp, förståelse och verktyg för ett friare, tryggare och mer harmoniskt liv. En modern klassiker som har hjälpt miljontals människor världen över. Dansk band. 439 sid.

Ord. ca. pris: 259:-



Upptäck vägen till läkning och återhämtning

Best.nr: 126215

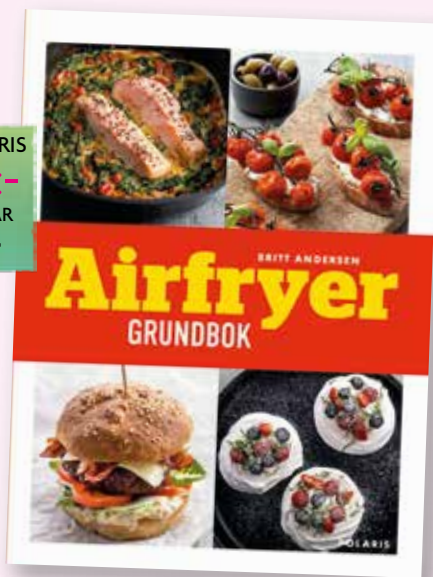
Airfryer:

grundbok med nya och klassiska recept
Av Britt Andersen

KLUBBPRIS
159:-
DU SPAR
30:-

Boken innehåller över hundra recept på allt från snacks, frysmat och förrätter till grönsaker, kött och fisk. Här finns även tips på inställningar, tider och en konverteringstabell från ugn till airfryer. Britt Andersen är Skandinavien's okrönte airfryerdröktning. Här samlar hon sina bästa knep och rätter, vilket gör detta till den definitiva guiden för alla som vill börja använda en airfryer. Flexband. 250 sid.

Ord. ca. pris: 189:-



Best.nr: 125467
Kristaller för nybörjare:
 50 kristallkort
 Av Judy Hall

Lär dig om de 50 mest populära kristallerna och hur du använder dem i din vardag i denna nybörjarvänliga ask! Kristaller för nybörjare är din introduktion till att utforska kristaller och bekanta dig med deras olika egenskaper för att skapa förändring i ditt liv. Kort 50 st.

Ord. ca. pris: 219:-
Klubbpris: 189:-

JUST NU!
159:-
DU SPAR
60:-



JUST NU!
99:-
DU SPAR
40:-

Best.nr: 126357
Armband akvamarin och beryll

Vackert armband i akvamarin och beryll. Beryll sägs hjälpa dig att ta itu med daglig stress, balanserar känslorna och ge dig mod att vandra dina mål och drömmar. Akvamarin sägs hjälpa dig att förstå dina egna känslor och hjälper dig att kommunicera med dig själv och andra. Stenarna sitter på en elastisk tråd och passar de flesta handleder. Omkrets 18 cm.

Ord. ca. pris: 139:-
Klubbpris: 119:-

REA!

JUST NU!
99:-
DU SPAR
80:-

Best.nr: 123482
Ametisthänge

Ametist sägs ha en lugnande effekt på kropp och sinne. Dess fridfulla energi lär sänka graden av nervositet och bidra till både inre och yttre harmoni. Perfekt mot negativitet, stress, huvudvärk, vid sömnproblem eller bara för att sprida lugn och ro. Storlek: 30-40 mm.

Ord. ca. pris: 179:- Klubbpris: 149:-

REA!

JUST NU!
89:-
DU SPAR
80:-

Best.nr: 125692
Bergkristallarmband pärlor

Bergkristall sägs vara en länk mellan de himmelska stjärnornas energi och våra själar. Bergkristallens energi symboliserar harmoni, balans och synkronicitet. Längd: ca 18 cm.

Ord. ca. pris: 169:-
Klubbpris: 139:-

REA!

JUST NU!
79:-
DU SPAR
40:-

Best.nr: 126359
Amazonitpets, hänge

Enkelt och snyggt hänge i amazonit i ljusgrön färg. Amazonit sägs öka känsligheten för och medvetenheten om våra tankar, känslor och handlingar gentemot andra människor och sägs vara stödande vid all slags förändring. Spetsen är mellan 45-50 mm lång. Stenarna sitter på en elastisk tråd och passar de flesta handleder. Omkrets ca 18 cm.

Ord. ca. pris: 119:- Klubbpris: 99:-

REA!

Best.nr: 123448

Karneol chipsarmband

Elastiskt armband med karneolchips. Karneol sägs ge oss mod, styrka och passion till att bryta mönster och sätta nya. Den ger dig den där extra energiboosten som behövs för att sätta igång. Har du väl gjort ett val så hjälper den dig att hålla spåret. Omkrets: ca 18 cm

Ord. ca. pris: 119:- Klubbpris: 99:-

REA!

JUST NU!
79:-
DU SPAR
60:-

Best.nr: 125691

Tigeröga armband pärlor

Vackert armband med tigeröga. Tigeröga påstås hjälpa med problem som låg självkänsla och brist på kreativitet. Den ska också avlägsna blockerad energi i solar plexus-chakrat.

Längd: ca 18 cm.

Ord. ca. pris: 139:-
Klubbpris: 119:-

JUST NU!
69:-
DU SPAR
50:-

REA!

JUST NU!
69:-
DU SPAR
50:-

REA!

Best.nr: 122646

Granatarmband

Granat sägs öppna för kärlek, förståelse och värme. Den kärleksfulla energin hjälper dig att leva din passion, sexualitet, vitalitet och vildhet. Elastiskt armband. Omkrets: ca 18 cm.

Ord. ca. pris: 119:-
Klubbpris: 99:-

FRAKTFRITT!
När du handlar för
över 500:-!

KRISTALLER



Best.nr: 122140
Sodalit

Sodalit sägs stimulera kreativt tänkande, förståelse och vetande i alla dess former. Den sägs också stödja vänskap, solidaritet och samhörighet. Storlek: ca 25-30 mm.

Ord. ca. pris: 49:-
Klubbpris: 39:-

Best.nr: 125223
Golden Healer
Golden healer, eller gul hematoid kvarts som den också kallas, är en kraftfull healingkristall med både stark och lugn energi. Den sägs sprida ett gyllene sken och rensa kroppen från blockeringar. Golden healer kan vara allt från mjölkig till kristallklar och varierar i färg från ljusgul till citron, till en djup guld- eller senapsfärg vilket gör varje sten unik.

Storlek: 25-30 mm.

Ord. ca. pris: 59:-
Klubbpris: 49:-



Best.nr: 124727
Prehnit

Prehnit är en sten som funkar väldigt bra vid andligt arbete och hjälper dig att komma i kontakt med ditt djupaste inre.

Storlek: 25-35 mm.

Ord. ca. pris: 59:-
Klubbpris: 49:-



Best.nr: 124723
Citrin

Citrin är en glad och positiv sten som sägs få oss att se det ljusa i tillvaron. Den hjälper oss att komma till uttryck i sociala sammanhang, ha roligt, skratta och leka. Storlek: 30-65 mm.

Ord. ca. pris: 59:-
Klubbpris: 49:-

Best.nr: 125134
Rökkvarts
Rökkvarts hjälper dig att släppa taget om det som inte längre gagnar dig. Den framstår som en allvarlig och dyster sten, och det kanske stämmer. Den har bara en uppgift: att hjälpa dig att släppa taget. Storlek: 35-50 mm . sid.

Ord. ca. pris: 59:-
Klubbpris: 49:-



Best.nr: 124379
Serpentin

Serpentin ska stimulera den gudomliga närvaron i våra liv och ett tillstånd av upphöjt medvetande. Den ska även mildra vår rädsla och tvivel. Storlek: 20-25 mm.

Ord. ca. pris: 59:-
Klubbpris: 49:-



Best.nr: 124721
Ametist

Ametist är oerhört bra för själen och lugnar och stimulerar där det behövs. Just denna variant från Zambia är underbart mörk i färgen. Storlek: 30-40 mm.

Ord. ca. pris: 59:-
Klubbpris: 49:-

Best.nr: 124720
Amazonit
Amazonit är känd som hoppets sten och sägs ta fram det bästa i dig. Kristallen är ett utmärkt verktyg när man integrerar sin energi genom meditation. Storlek: 25-40 mm.

Ord. ca. pris: 59:-
Klubbpris: 49:-



Best.nr: 123316
Regnbågsmansten

Den perfekta kristallen för att möta livsförändringar och nya kapitel. Denna kristall påminner dig om att dra nytta av månens cykler och flyta med i livets dans, speciellt i början av nya kapitel när det kan kännas tuftt eller läskigt. Livet handlar om att växa. Ta hjälp av regnbågsmanstenen om du behöver omvårdnad och energi. Storlek: 25 - 30 mm.

Ord. ca. pris: 69:- Klubbpris: 59:-

JUST NU!
29:-
DU SPAR
170:-

Betty Shine utveckla tankar kring sinnets förmåga och kraft. Hon delar med sig av sina otroliga historier om hur hon har pratat med och helat hundar, katter och hästar, hur hon har funnit försvunna husdjur och skyddat människor på andra sidan jordklotet från att bli attackerade av vildahundar. Inbunden. 191 sid.

Ord. ca. pris: 199:-
Klubbpris: 179:-



JUST NU!
129:-
DU SPAR
170:-

Kroppskoden är ett revolutionerande sätt att utöva läkningsarbete. Dr. Bradley Nelson, världskänd expert inom energimedicin, har under flera årtionden lärt ut sin metod och utbildat utövare över hela världen. Nu finns kroppskoden tillgänglig för allmänheten i bokform. Inbunden. 376 sid.

Ord. ca. pris: 299:-
Klubbpris: 264:-

REA!



JUST NU!
129:-
DU SPAR
140:-

I hjärtat av vår existens finns ett universellt språk inkodat i allt från de minsta sandkornen till de mest avlägsna galaxerna. Helig geometri omger oss överallt och varje mönster är en del av en större helhet. Genom att bjuda in denna uråldriga visdom kommer du upptäcka att den är ett kraftfullt verktyg för att navigera i vårt inre landskap och fördjupa vår andliga praktik. Inbunden. 160 sid.

Ord. ca. pris: 269:-
Klubbpris: 229:-

REA!



JUST NU!
39:-
DU SPAR
230:-

Etiska och sociala klyftor skapar smärta och förvirring. Olikheter som ursprung, kön, sexuell läggning, identitetsnormer och åsikter borde vara grunden till en positiv och hälsosam mångfald i vårtsamhälle i stället för att skapa separation och problem. Vi vet att kärlek och enhet är vackra ideal, men frågan kvarstår: Hur när vi dit? I sin kanske djärvaste och tappraste bok hittills ger den bäst säljande författaren Matt Kahn oss chansen att se våra olikheter som gyllene tillfällen att utforska våra inbördes förbindelser på djupet. Inbunden. 214 sid.

**Ord. ca. pris: 269:-
Klubbpri: 224:-**

REAL!



JUST NU!
79:-
DU SPAR
220:-

Allt består av energi. Även du uttrycker energi i det du skapar, upplever och attraherar. Nu uppmanar universum dig att anpassa livet till en högre energifrekvens och att lära dig höja din vibration på beställning. Låt författaren och den andliga experten Kyle Gray bli din guide. Här finner du verktyg för att höja din vibration och fördjupa kontakten med det gudomliga. Inbunden. 276 sid.

Ord. ca. pris: 299:-
Klubbpris: 249:-

REA!



JUST NU!
99:-
DU SPAR
200:-

Det hyschade, bannlysta, begravda Mariaevangeliet får idag upprättelse på flera håll. I boken Maria Magdalena – den begravda sanningen får vi ta del av en av de modigaste eldsjälarnas revolutionerande skildring av denna andliga text. Med brutal ärlighet avslöjar Meggan Watterson lögnen och patriarkaliska fördomar och återupväcker den förbehållslösa kärleken. Det feminina är heligt, tro inget annat! Mariaevangeliet är lika genuint och ursprungligt som de evangelier vi hittar i Bibeln, men efter en uppmärksam läsning under 300-talet att förstöra alla kopior begravdes det i den egyptiska öknen. Tack vare några rebelliska munkars olydnad och andliga mod finns idag flera exemplar bevarade av det enda evangelium som skrevs i en kvinnas namn: Maria Magdalenas. Inbunden. 288 sid.

Ord. ca. pris: 299:- Klubbpris: 249:-

Ord. ca. pris: 299:- Klubbpris: 249:-

JUST NU!
99:-
DU SPAR
200:-

!

RE

Mandy Morris

löftet

Lita på universums plan
och återta din inre kraft

LIT & NORDISK

REA!

Best.nr: 125188
Kära häxa
Av Lisa Lister

JUST NU
129:-
DU SPAR
160:-

I den här boken förklarar Lisa Lister—en tredje generationens häxa i sitt släktett—historien bakom häxkonst, varför ordet "häxa" under tidigare århundraden har lett till att kvinnor torterats, dränkts och bränts på bål, och varför häxan nu vaknar igen hos kvinnor över hela världen. Inbunden. 304 sid.

**Ord. ca. pris: 289;-
Klubbpri: 249;-**

LISA LISTER

Kära
HÄXA

Ohäammad.
Otämjbar.
Orubblig.

LIT & FENOMEN

U!
- AR -

REAL!

REA!

JENNA ZOË

HUMAN DESIGN

Hitta livets flöde med din unika design

REAL

REA!

JUST NU!
79:-
DU SPAR
220:-

Best.nr: 125587
Human Design
Av Jenna Zoë

Human design är en aktuell metod för självkännedom och personlig utveckling. Den är som en sammansmältning av fyra etablerade traditioner; Tree of Life/Kabbala, I Ching, Chakrasystemet och Astrologi. Kombinationen blir ett träffsäkert verktyg för att lära känna oss själva och andra. Vår unika design hjälper oss att leva vårt sanna jag. Inbunden. 304 sid.

Ord. ca. pris: 299:-
Klubbpris: 249:-

REA!

JUST NU
79:-
DU SPAR
200:-

Best.nr: 125146
**The secret – hemligheten
 med kärlek, hälsa och pengar**
Av Rhonda Byrne

I boken presenterar Rhonda Byrne, författare till den banbrytande filmen och bokserien *The Secret*, hur vi kan tillämpa attraktionslagen på tre av livets allra viktigaste områden: kärlek, hälsa och pengar. Det här är en praktisk handbok som innehåller lektioner, råd och berättelser ur verkligheten för att uppnå lycka, välbästande och framgång. Inbunden. 339 sid.

Ord. ca. pris: 279:-
Klubbpriis: 249:-

REA!

Secret

HEMLIGHETEN
MED KÄRLEK,
HÄLSA OCH
PENGAR

EN MASTERCLASS

Rhonda Byrne

JUST 79
DU 20

Best.nr: 125462

Osynliga världar
Av Erik Jampa Andersson

Under lång tid har vårt förhållningssätt till jorden och allt levande förändrats. Sakta men säkert har vi separerat oss från naturen och livets väv. I stället har vi skapat en ny sanning, en föreställning om att människan är universums mest betydande och centrala varelse. Osynliga världar handlar om att lära om på nytt, om att hitta tillbaka till den mer än mänskliga världen och den roll vi spelar tillsammans med allt annat liv, och på så sätt skapa en bättre framtid. Inbunden. 300 sid.

Ord. ca. pris: 299:-
Klubbpriis: 249:-

JUST NU!
79:-
DU SPAR 220:-



JUST NU
79:-
DU SPAR
220:-

Best.nr: 125462
Osynliga världar
Av Erik Iampá Andersson

REA!

Best.nr: 125052
Feminin Kraft
Av Rebecca Campbell

Kritikerrosade Feminin kraft är skriven till de kvinnor som har valt att vara här under det paradigmskifte som äger rum just nu, då den feminina kraften stiger igen. Det är inte en bok som handlar om att kvinnor ska ta plats på männens bekostnad, utan en bok om att minnas en tid då kvinnan sågs med respekt och om att lyfta den feminina energin som nu är på väg tillbaka.

Danskt band. 318 sid.

Ord. ca. pris: 189:-
Klubbpris: 169:-

JUST NU
129:-
DU SPAR
60:-

REBECCA CAMPBELL

FEMININ
KRAFT

SLÄPP FRAM DEN KLOKA,
VILDA KVINNAH I DIG OCH
HITTA DITT KALL

KRAV

REA!



Nyhet!

KLUBBPRIS
199:-
DU SPAR
40:-

Best.nr: 126386
Lufttorkande lera: skapa över 20 vackra och enkla projekt på ditt sätt
Av **Lolita Olympia**

Lufttorkande lera innehåller 20 enkla och unika projekt som du kan skapa hemma. Keramik-konstnären Lolita Olympia guidar dig genom de viktigaste teknikerna med bara några få verktyg och material. Lär dig att göra fina och unika inredningsdetaljer och praktiska föremål. Du får lära dig grundtekniker som att nypa, ringla, kavla och dekorera. Dansk band. 144 sid.
Ord. ca. pris: 239:-



Nyhet!

KLUBBPRIS
99:-
DU SPAR
40:-

Best.nr: 126389

Mumin Blommor:

Mysis och gullig Cozy Coloring målarbok

Mumin målarbok innehåller charmiga motiv som är perfekta för avkopplande färgläggning - och för att ge en kreativ touch till vardagen. Böckerna är skapade för att ge en fridfull tillflyktsort för alla som vill ha en kreativ och stressfri paus. Häng på den populära TikTok-trenden "Cozy Coloring" och upptäck glädjen med enkel och avkopplande färgläggning. Häftad. 96 sid. **Ord. ca. pris: 139:-**



Nyhet!

KLUBBPRIS
99:-
DU SPAR
40:-

Best.nr: 126387

Målarbok: växter

Den här målarboken innehåller över 90 vackra motiv som hyllar blom-mors och växters skönhet. Från ängar med vilda blommor till detaljerade blomsterarrangemang - varje sida har ett fängslande motiv för lugn och avkopplande färgläggning. Alla har en inre konstnär som bara väntar på att få komma fram och denna samling av botaniska bilder ger den perfekta grunden. Häftad. 96 sid.
Ord. ca. pris: 129:-

Best.nr: 126390
Blommiga mormorsrutor
Bok och 50 kort: Virka, mixa och matcha
Av **Claire Montgomerie**

KLUBBPRIS
189:-
DU SPAR
30:-

Inspireras av 50 härliga mormorsrutor med unika mönster och fina färger som kan kombineras på ett roligt och kreativt sätt i en mängd olika virkprojekt! Innehåller en grundläggande instruktionsbok och kort med mormorsrutor och instruktioner till hur du virkar dem. Placera korten framför dig och mixa som du vill för att skapa en unik design.
Häftad. 32 sid.
Ord. ca. pris: 219:-



Nyhet!



Nyhet!

KLUBBPRIS
259:-
DU SPAR
40:-

Best.nr: 126388

Sticka Sápmi:
en resa i garn och färger
Av **Siv Romsdal**

I *Sticka Sápmi* bygger Siv Romsdal vidare på det arbete som generationer av kvinnor före henne har lagt ner för att bevara arvet. Med garn och färg skapar hon nya stickade plagg med detaljer från traditionella samiska mönster, inspirerade av naturen och den samiska kulturen. Inbunden. 256 sid.
Ord. ca. pris: 299:-



Nyhet!

KLUBBPRIS
89:-
DU SPAR
30:-

Best.nr: 126391

Målarbok:

Trädgårdsfantasier,
30 illustrationer för en avkopplande och kreativ paus
Av **Sara Muzio**

Trädgården blommar för fullt och breder ut sig över de underbara illustrationerna i denna målarbok, skapad med Sara Muzios förfinade teknik. Målarboken ger en underbar motvikt till vardagens stress - och ger dig fantastiska visuella resultat som kan avnjutas och visas upp. Färglägg bokens 30 illustrationer, dra ut sidorna, sätt in dem i en ram, så har du vackra bilder till ditt hem.
Häftad. 64 sid.
Ord. ca. pris: 119:-

BESÖK GÄRNA VÅR HEMSIDA www.livsenergi.se

JA TACK, jag vill beställa följande produkter:

- ☐ 126021 God energi, Pluserbjudande **Pluserbjudande**
- ☐ 123103 Kinesisk medicin – Vägen till Qi **Pluserbjudande**
- ☐ 126033 Yogamatta Gaia Olive Marrakesh **Pluserbjudande**
- ☐ 126202 Änglapaket Kyle Gray
- ☐ 125555 Helig magi
- ☐ 124140 Ljusväktare orakelkort
- ☐ 125054 Rosen Oraklet
- ☐ 125628 Det helande vattnets orakel
- ☐ 126290 Universums lagar i praktiken
- ☐ 125968 Äkta, vild och andlig
- ☐ 125865 Tarot som livskompass
- ☐ 125361 Andlig aktivering
- ☐ 125323 Tecken från andevärlden
- ☐ 126374 Det osannolika
- ☐ 126375 Det börjar med Dig
- ☐ 126377 Är du arg på mig?
- ☐ 126378 Sju krukor : modet att förändras
- ☐ 126379 Sjävläkande människan 3.0
- ☐ 126376 Flickan som blev kvar – att finna lugn och lycka efter trauman
- ☐ 126380 Vilken tur för mig! Mr Skellys guide till livet
- ☐ 126381 Allt jag önskar att jag hade vetat om min kropp
- ☐ 126382 Vagusnerven
- ☐ 126383 Food noise: Fördelar och risker med de nya ...
- ☐ 126384 Kälhydrater
- ☐ 119517 Hela ditt inre och finn ditt sanna jag
- ☐ 120096 Lyssna till kroppen

**BESTÄLLNING/
AVBESTÄLLNING
OSS TILLHANDA
SENAST**

augusti

27

Få bättre koll på din leverans! Fyll i ditt mobilnummer här eller på Livsenergi.se under "Mitt konto"!

ANMÄL MOBILNUMMER HÄR

- ☐ 125146 Hemligheten med kärlek, hälsa och pengar
- ☐ 125052 Feminin kraft
- ☐ 126386 Lufttorkande lera : skapa över 20 vackra och enkla projekt
- ☐ 126387 Målarbok : växter
- ☐ 126388 Sticka Sápmi : en resa i garn och färger
- ☐ 126389 Mumin Blommor : Mysig och gullig Cozy Coloring målarbok
- ☐ 126392 Bokpaket Feng shui

Nr: _____
Nr: _____
Nr: _____
Nr: _____
Nr: _____
Nr: _____
Nr: _____

Du får automatiskt pluspris när du beställer månadens erbjudande

☐ **Nej tack. Jag önskar *inte* månadens erbjudande**

126361 Var gör det ont?

Texta namn och adress tydligt!

Kundnummer: _____
Namn: _____
Gatuadress: _____
Postnr: _____ Mob.nr: _____
Ort: _____



Klipp längs den streckade linjen. Skicka in hela övre delen av denna sida.

Plats
för porto



Brafö AB
c/o Förlagssystem
Livsenergi - Kundservice
Box 735
791 29 Falun



LIVSENERGI BOKKLUBB – medlemsinformation

Hur beställer jag?

Det finns flera sätt att handla hos Livsenergi eller avbeställa *Månadens erbjudande*, när du vill, dygnet runt. Här listar vi de bästa. Du finner mer information på livsenergi.se/kundservice/

Att handla via vår hemsida är det smidigaste och bästa sättet. Där finner du hela vårt sortiment, öppet dygnet runt och du får alltid en bekräftelse via e-post. Dessutom samlas alla ordrar här så att du kan komma åt dem i efterhand.

Om du inte avbeställer *Månadens erbjudande* skickas den hem till dig efter

angivet sista datum, som regel den 27:e i varje månad. För dig som är kortprenumerant debiteras bokens pris samt frakt 54 kr i samband med utskicket. Vid faktura skickas den separat via e-post eller brev.

Du har alltid 14 dagars retur- och ångerrätt från det att du har mottagit en leverans. Kom ihåg att sätta på porto. Vid postvända paket debiteras en avgift på 95 kr. Returen krediteras när vi mottagit varan.

Adress vid retur:
Livsenergi,
c/o FörlagsSystem,
791 89 Falun.



Livsenergi är en del av Brafö AB med orgnr: 556424-7921. Vi behandlar de kunduppgifter som du lämnar till oss med modern informationsteknik i syfte att erbjuda god service med utvalda tips som passar just dig.

Kundservice

E-post: livsenergi@fsys.se

Ordertelefon: +46-76-519 60 32

SMS: 076-491 29 94

Kundtjänst: 08-737 86 92 (mån-fre 09.00-11.00)

Bankgiro: 5066-2295 **NYTT!**

Adress: Livsenergi, c/o FörlagsSystem,
Livsenergi - Kundservice
Box 735, 791 29 Falun

Vi reserverar oss för eventuell slutförsäljning.

HUR BESTÄLLER JAG?

Det finns många sätt att lägga en order hos Livsenergi eller avbeställa *Månadens erbjudande* – när du vill, dygnet runt. Här är några.

WWW.LIVSENERGI.SE

Gå in på hemsidan, logga in på ditt konto och lägg din order. Du får alltid en bekräftelse på din beställning/avbeställning via mail.

SMS 076-491 29 94

För att vi ska kunna behandla din SMS-beställning korrekt behöver det skrivas på ett speciellt sätt:
Avbeställning av medlemserbjudande:
- Ska göras innan du eventuellt lägger en beställning per sms.
- Skicka följande sms: BOK medlemsnummer NEJ

Beställning
Skicka ett SMS med följande format:
"BOK medlemsnummer val1 val2 val3 ..."
Varje "val" är ett beställningsnummer.
Separera varje bestnr med ett mellanrum.
För fler exemplar av samma bok, upprepa beställningsnummerna.

ORDETTELEFON +46-76-519 60 32

När du ringer in till vår ordertelefon:
• Ange ditt medlemsnummer.
• Välj ett av följande alternativ:
Tryck 1 för att lägga en beställning.
Tryck 2 för att avbeställa *Månadens medlemserbjudande*.
Tips! Ha beställningsnumret redo för boken du vill beställa eller avbeställa.

Har du frågor? Välkommen att kontakta kundtjänst på livsenergi@fsys.se!

**OBS! Första dagen du kan beställa
och avbeställa är 2026-08-04**

Läs mer om ditt medlemskap på www.livsenergi.se/kundservice/

I tidningen marknadsförs **kosttillskott**. Observera att dessa inte bör ersätta en varierad kost och en hälsosam livsstil. Rekommenderad daglig dos bör inte överskridas. Förvara kosttillskott utom räckhåll för barn och rådgör med läkare innan intag om du är gravid, allergisk eller tar medicin.

Skapa ett hem som stärker dina drömmar – exklusivt bokpaket!

Hur påverkar ditt hem ditt välmående, dina relationer och dina möjligheter? Med böckerna **Feng shui i ditt liv** och **Feng shui & attraktionslagen** får du inspiration och praktiska verktyg för att skapa ett harmoniskt hem som stödjer det liv du vill leva.

Lär dig hur du med hjälp av feng shui kan skapa balans, flöde och ny energi i ditt hem, samtidigt som du använder attraktionslagens principer för att rikta

ditt fokus mot det du vill bjuda in i livet. Tillsammans ger böckerna en inspirerande vägledning för dig som vill skapa en miljö som stärker både ditt välbefinnande och dina drömmar.

Två böcker – en komplett guide till ett harmoniskt hem och ett mer medvetet liv. Ett perfekt paket för dig som vill fylla ditt hem med positiv energi och skapa de bästa förutsättningarna för framtiden.

PAKETET INNEHÅLLER:

Best.nr: 125766

Feng shui i ditt liv

Av: **Marie Diamond**

Inbunden, 247 sid.

Best.nr: 126241

Feng shui & attraktionslagen

Av: **Marie Diamond**

Inbunden, 247 sid.

Best.nr: 126392
Bokpaket Feng shui
Ord. ca. pris: 554:-
Klubbpris 464:-

BOKPAKET!

299:-

DU SPAR

255:-



Marie Diamond är en internationellt erkänd feng shui-mästare, författare och föreläsare som har hjälpt miljontals människor att skapa hem som främjar harmoni, välmående och framgång. Hon är känd från filmen **The Secret** och är en av huvudlärarna på Mindvalley. Med över 30 års erfarenhet kombinerar hon traditionell feng shui med attraktionslagen och modern kunskap om personlig utveckling för att visa hur hemmets energi kan stödja ett liv i balans och överflöd.