FRYDENLUND

Det er en lettelse, at alting ikke handler om en selv

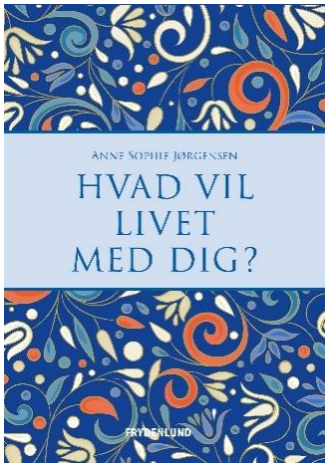
Er der en mening med, at jeg er her? Har jeg noget værdifuldt at bidrage med? Har jeg en opgave? Ny bog inviterer læseren til at flytte fokus fra at designe sit eget liv til det, som selve livet vil med en.

Man kan ikke altid designe sit liv i sit eget billede. For mange kommer der med tiden over-vejelser, som handler om, hvorvidt man lever i overensstemmelse med det, som livet vil med en. Sådanne overvejelser er med til at flytte fokus fra jegets krav til tilstedeværelsen og hen imod en opmærksomhed på selve livet. Det kan opleves som en lettelse, at alting ikke handler om en selv. Samtidig åbner den anskuelse for nye perspektiver, som gør livet større og rigere.

Anne Sophie Jørgensens nye bog **Hvad vil livet med dig?** behandler emner, som vi har brug for at forholde os til i tiden, for eksempel meditation og spiritualitet. At se jeget mere som en funktion og mindre som identitet samt balancen mellem personlig og kollektiv energi. Men bogen er også en opfordring til ikke at tage sit liv så personligt. Den inviterer læseren til en dybere kontakt med sig selv og en mere hel og afslappet tilstedeværelse i verden.

Hvad vil livet med dig? er tredje bog i serien DugDråbeVejen, hvor hver bog udfolder et kerneemne i relation til tidens samfundsmæssige og kulturelle udfordringer. Tilsammen inviterer de læseren til frugtbar kontakt med spiritualiteten midt i en moderne tilværelse. DugDråbeVejen er også navnet på den spirituelle linje, Anne Sophie Jørgensen har startet, og den rummer essensen af hendes undervisning.

Anne Sophie Jørgensen er forfatter til en lang række bestsellere inden for selvudvikling, tantra og meditation. Til daglig videregiver hun sin erfaring på meditationscentret Tigerens Rede. Igennem sin karriere har hun undervist og vejledt mennesker i spirituel udvikling og har blandt andet skrevet bøgerne *Køn, kraft og ligeværd* og *Dansen med dyrene*.



FAKTA

Hvad vil livet med dig?
Forfatter: Anne Sophie Jørgensen
183 sider
Hæftet
Illustreret i farver
Vejl. udsalgspris: 279,95 kr. inkl. moms
Udkommer: 17. november 2026

For yderligere oplysninger eller kontakt med forfatteren er du velkommen til at kontakte Sandra Quist Lund.

Alhambravej 6 | 1826 Frederiksberg C | Telefon 3318 8131 | E-mail: sandra@frydenlund.dk