



»Poglej se v ogledali in si povej kaj lepega. Sam sebi se zahvali, da si, kar si. Če se pri tem počutiš trapasto, nič zato.«

Čarobni jaz

Mnogo ljudi ne zna biti srečnih. Zdi se, da imajo vse, da so dosegli veliko, in vendar imajo občutek neizpoljenosti, nezadostnosti. In še več ljudi je, ki mislijo, da niso dovolj lepi, zanimivi, zabavni, pametni. **Becky Cummings** je kot osnovnošolska učiteljica opazovala učence, ki so že kazali naštete znake, in se zaskrbljeno spraševala, kako bi jim lahko pomagala. Želela si je doseči, da bi se otroci naučili ceniti same sebe zaradi tistega, kar so dosegli, namesto da bi se zavračali in prezirali zaradi tistega, česar (še) niso dosegli. Težko ji je bilo, ko je opazovala, kako so nesrečni zaradi šolskega neuspeha na nekem področju, recimo pri matematiki, čeprav so imeli na kakšnem drugem področju uspehe. Hotela je preprečiti, da bi se otroci počutili »neumne« ali »ničvredne«. Občutek notranje vrednosti, otrokova samopodoba je pomembna za občutek zadovoljstva v življenju, za občutenje življenjske sreče, in tudi zato, ker otrok z dobro samopodobo lažje doseže več znanja in veščin.. Spoznanja, kako otroka naučiti negovati in ceniti sebe, svojo enkratnost, je avtorica strnila v navdihujočem duhovnem vodniku k zdravju in zadovoljstvu. Vodnik z jasnim in neposrednim besedilom nagovarja otroka, preko njega pa tudi starše. Teme razdeli v pet delov. V prvem otroku pove, da je zagotovo nekdo, ki ga ima rad. V drugem mu prebujajo zavest, da so njegove sposobnosti, kakršenkoli so, čudežne. V tretjem ga uči prijaznosti do sebe, v četrtem pa prijaznosti do drugih. V petem delu pa se posveča vprašanjem o bogu, angelih in duhovnih vodnikih. Podlaga vodniku je namreč avtoričina vera v boga, ki ljubi vse, kar je ustvaril. Ob poglavjih so kratki vprašalniki, ki otroku pomagajo ponotranjiti pozitivna sporočila o prijateljstvu, ljubezni do sebe, skrbi za svoje telo, zdravi prehrani, zakonu privlačnosti, pomoči drugim, prijaznosti, odpuščanja, meditacije, boga... **Predstavitev: Maja Črepinšek**



Založba Primus, 2020
Mehka vezava, 204 strani
Mere: 14,0 x 21,5 cm
ISBN: 9789617090154
Cena: 23,90 €