**En 21 dagar lång boost för självkänslan med Louise Hay!**
Nu har du chansen att spendera 21 dagar med en av vår tids största inspiratörer på området självläkning. Helt gratis!

Vår nästa kursledare som vi har äran att presentera för er är en sann mästare, eller en Grand Dame som hon också kallas, när det kommer till att hjälpa oss hitta vår egen kraft och kärleken till oss själva. Efter att själv ha genomlevt en svår barndom och växt upp med en negativ självbild så har hon lyckats vända sitt liv och gå från självdestruktiv till att bli en sann pionjär inom självhjälpsområdet.

Jag talar förstås om Louise Hay: hyllad författare, föreläsare och grundare av förlaget Hay House som har varit språngbräda för fantastiska visionärer och lärare som Joe Dispenza, Wayne Dyer, Deepak Chopra, Alberto Villoldo och många andra stora namn inom detta område.

**En resa mot läkning**

För er som inte känner till Louise Hay ska jag ge er en liten snabb recap. Hon gav ut sin första bok "Heal your Body" som 50-åring i 1976, långt innan det blev accepterat i samhället att prata om kopplingen mellan kropp och sinne. Några år senare diagnostiserades hon med cancer men istället för att överge sig helt i sjukvårdens händer så jobbade hon fram en metod för läkning som baserades på tankemönster och visualiseringar som hon arbetade med. Hon friskförklarades ett par månader senare.

Denna metod kom att bli embryot till det stora och viktiga arbete som Louise Hay sedan har förfinat och utvecklat under flera decennier. Det mesta som vi har lärt oss under vårt liv när det kommer till personlig utveckling, självhjälp och självkärlek går delvis i arv från denna fantastiska människa. Tyvärr lämnade Louise Hay oss som 90-åring i 2017, men hennes arbete lever och frodas tack vare alla de människor hon har berört under sitt liv.

Och NU ska även du få möjlighet att ta del av hennes fantastiska tekniker - helt gratis! Younity Sweden har nämligen fått lov att ge ut en av hennes få onlinekurser, för första gången på svenska i Sverige.

**Gratisfestival för självkänslan**

Under 21 dagar får du möjlighet att ta del av Louises dagliga övningar och självförtroendehöjande meditationer och affirmationer helt gratis. Programmet bygger på hennes välkända spegelarbete (Mirror Work) som är en fantastisk teknik för att boosta självänsla, självkärlek och självförtroende.

Vi ser så fram emot att dela detta med dig och hoppas att vi blir riktigt många som ansluter så att vi kan fylla hela detta avlånga land med självmedkänsla istället för självkritik!

Vi startar den 16 april 2021 och du är med genom att blott registrera dig med ditt namn och din e-postadress här nedan. Om du är nyfiken på hur du kan lära dig att vara snäll mot dig själv, acceptera hela dig själv - i alla lägen och växa din självkänsla och självkärlek så har du nu chansen att vara med på denna 21-dagars kärleksyttring till dig själv.

**Så här går det till:**

Varje dag i 21 dagar får du ett mejl med länkar till dagens videor. Korta, men innehållsrika lektioner och inspirationsbooster som ger dig insikt i hur du upplever dig själv och hur du kan hitta sätt att förändra din egen självbild. Du behöver inte investera mer än en liten stund per dag, men om du gör det konsekvent så kommer det att börja hända saker inom dig.

Kom ihåg, den **viktigaste relationen du har i ditt liv är den du har till dig själv!**

***Övrigt:***

Information om Louise Hay och hennes metod:

**Louise Lynn Hay**(född den 8. oktober 1926 i Los Angeles; † 30. augusti 2017) var en amerikansk författare och motivationstalare inom personlig utveckling och självmedvetenhet.

Som 40-åring började hon att studera Ernest Holmes läror "Vetenskapen om sinnet". Hon gav senare själv kurser på detta tema men det var först när hon själv blev diagnostiserad med livmoderhalscancer som hennes karriär som författare verkligen tog fart.  Louise Hays sjukdom motiverade henne till att göra en andlig detox och enligt henne själv så var detta ett väldigt viktigt steg i hennes liv. Utöver sina böcker så har Louise Hay gett ut flera CD-skivor och videor. Och en del av hennes verk har getts ut på hela 29 olika språk. I 2004 motsvarade hennes utgivna verk inte mindre än 50 miljoner kopior som florerade på världsmarknaden.

En av Louise Hays konklusioner i hennes böcker är att positiva tankar leder till ett positivt liv och negativa tankar till ett negativt eller problematiskt liv. Ett annat huvudbudskap i hennes lära är förlåtelse, som enligt Louise Hay är en grundläggande ingrediens i ett lyckligt liv.

Vad innebär spegelarbete?

Louise Hay upptäckte att positiva affirmationer är som mest effektiva när vi säger dem till vår egen spegelbild, det vill säga, vi tittar oss själva i ögonen. Hon myntade uttrycket spegelarbete (mirror work) och hennes livsomvälvande teknik har hjälpt miljontals människor över hela världen.

Hur kan denna kurs hjälpa dig?

Med hjälp av Louise Hays spegelarbete kommer du att öva dig i att verkligen acceptera och känna kärlek gentemot dig själv. Din förhöjda självkänsla kommer i sin tur att vara en grogrund för förändring och förbättring inom alla områden i ditt liv. Från relationer och hälsa till jobb och ekonomi.

Spegelövningarnas magiska effekt!

Relationen till dig själv är en av de viktigaste i ditt liv. Den har en direkt koppling till allt som händer dig i ditt liv. Oavsett om du känner att du fastnar i samma typ av relationer om och om igen eller om du kanske om du är osäker på allt och känner att du inte har förmågan att styra ditt eget liv. Louises spegelövningar ger dig möjligheten att arbeta dig fram till ett självmedvetet och självsäkert liv.