



JAPONISME

IKIGAI, SKOVBAD, WABI-SABI OG MEGET MERE

En japanskinspireret guide til et lykkeligere liv

Erin Niimi Longhurst

Danskerne har hygge, svenskerne har lagom, italienerne har "Dolce far Niente". Men hos japanerne finder man både balance, tilfredshed og glæde.

Japanerne har med deres særlige traditioner, filosofier og kunstformer fundet opskriften på et lykkeligt liv. Med Erin Niimi Longhursts JAPONISME får læseren konkrete råd inspireret af japansk kultur og østerlandsk visdom.

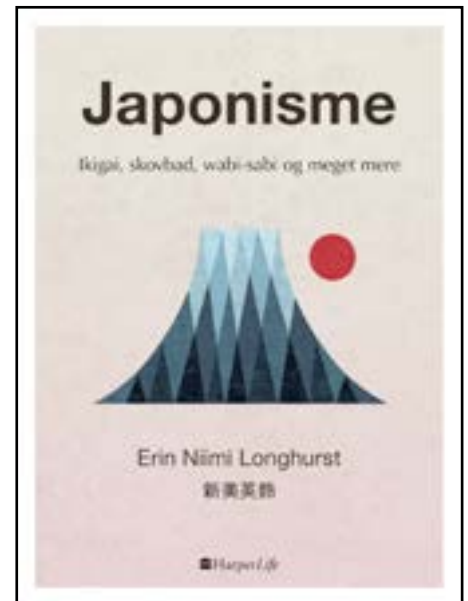
JAPONISME giver dig værktøjerne til at gøre dit liv bedre og styrke dit psykiske helbred ved at se skønheden i forandring (wabi-sabi), at værdsætte gamle ting i stedet for at købe nyt (kintsugi) og stræbe efter forbedring i tilværelsen (kaizen).

JAPONISME er fuld af inspirerende og praktiske tips, tanker og smukke billeder og illustrationer, som kan hjælpe dig til et lykkeligere, sundere og mere eftertænksomt liv.

Illustreret af Ryo Takemasa

"Jeg elsker alle de små perler med japansk visdom"

- *The Urban Kitchen*



Vejl. pris 199,95 Rabat B

Varegruppe: 679

Kategori: Non fiction

Genre: Krop og sind

Imprint: HarperLife

Udgivelsesdato: 1 august 2018

Format: Indbundet

Sider: 288

Mål: 130 x 200 mm

Oversætter: Pia Sloth Poulsen

ISBN: 9788771914696

ISBN e-bog: 9789150790849

ERIN NIIMI LONGHURST er britisk-japansk blogger, SoMe-konsulent, forfatter og oversætter fra japansk. På sin blog, Island Bell, skriver hun om mad, rejser og livsstil med fokus på japansk livsførelse. Hendes elskede morfar, *jiji*, har lært hende alt om, hvor vigtigt det er at være bevidst og nærværende.