

BOK

INSPIRASJON

“RIK SOM FANTEN,

*kunsten å strekke pengene uten å strekke deg”*



En bevisstgjøringshåndbok om personlig økonomi. Praktiske nettips, økonomiske råd, hverdagsfilosofi og bevisstgjøring om hvordan leve godt på lite.

**LIVSGLEDE** vokser på trær og lykken lever i en soloppgang. Og, barnesmil kan hvert fall ikke kjøpes. Vi trenger egentlig ikke mer forskning eller kloke ord til å fortelle oss dette. Vi handler over evne og kjøper oss til indre fattigdom, fordi vi har glemt å spørre hva som virkelig gir oss glede. Mye penger gir ikke mer lykke, selv om vi aldri så mye hadde kunnet ønske at det var mulig å kjøpe takknemlige barn og en evig kjærlig partner.

## BASIS BEVISSTHET

Boken vokste ut av min erfaring som mor, mediterende og terapeut uten skarpe skiller mellom et ytre praktisk liv og et rikt indre liv.

Det er jo samme liv. Idealist eller kapitalist, alle må vi har tak over hodet og mat i magen, ergo alle må vi forholde oss til penger. Vi trenger å stille oss selv spørsmål om hva vi faktisk ønsker å bruke pengene på. Og, hvorfor så mye forsvinner uten at vi har noen oversikt i det hele tatt over hullene de

forsvant i. Det vesentlige er ikke om man har mye eller lite - for det varierer. Det vesentlige er finne basis for vår bevissthet. Da ærlighet er ferskvare så det må bli en gjentakende prosess.

Boken foreslår å snu flukt tendensen til å direkte konfrontere dine holdninger til penger. Vi oppfordrer til å gå inn i materien for fullt og oppdage hva som styrer ditt forbruk. Er det pengene eller deg? Kanskje tar du deg selv i at du kjøpte den tredje kåpen som trøst og bilen byttet dere ut med en dyrere for endelig å få "overtaket" på naboen. Kanskje trives du i din enkle hverdag og elsker et luksus cruise hvert tredje år. Poenget er hva har verdi for deg og dine? Hvordan ønsker du å leve? Hvordan avspeiler din økonomi dine verdier?

## VÅKNE VALG – DET GODE LIV

De fleste av oss ønsker oss mye det samme - kjærlighet, fred, trygghet, ro, glede, god kontakt med dem vi er glad og ikke minst tid til å nyte dette. Ikke noe av dette kan kjøpes for penger. Men, vi handler som om lykken loves i neste kjøp og neste der igjen.

Boken er ikke noe innlegg for puritansk moralisme, den setter det gode liv i høyetet. Den er heller ikke en sparebok for gjerrige. Boken gir dessverre ingen tips for hvordan tjene seg rik i en fei. Den gir til gjengjeld mange tips om nettsteder som hjelper deg til å bygge opp en oversikt over din økonomi og steder du kan handle til fornuftige priser. Tipsene veves inn i en helhetlig tankegang med spørsmål så leseren kan finne frem til hvordan de vil styre sin tilværelse. Boken prøver å vekke folk til å bli aktive i forhold til ikke bare pengene i livet, men grunnlaget for bruken av de pengene. Våkne valg krever forarbeid og vi skisserer en vei.

## LIVSGLEDE - EN ØVELSESKUNST

Lykkens paradoks er at den er gratis. Den venter på å bli valgt så vi kan leve lykkelige "i alle våre dager". Vår ulykke er et sanseløst liv på autopilot. Brå kast i livet får en del til å våkne, men vi trenger ikke sitte og vente på at kriser skal slå til. Vi kan velge en sakte omlegging til et sannere liv. Bevissthet trenger tid og praksis for å utfolde seg. Når det blir vår nye vane så har vi forvandlet en grå hverdag til livskunst.

Du kan bestille den fra [www.norsak.no](http://www.norsak.no)

Mer informasjon:

[www.christineschjetlein.no](http://www.christineschjetlein.no)

[christine@schjetlein.no](mailto:christine@schjetlein.no)

Tlf.: 922 60 216

Christine Schjetlein

