

Αλλαγές... Ίσως η μόνη σταθερά



Η ζωή μας αλλάζει συνεχώς, όταν δεν ξέρουμε ποιο είναι το επόμενο βήμα, λόγω μιας ασθένειας, μιας απόλυσης, αλλά και όταν ανοιχτούμε σε μια σχέση ή χωρίσουμε από αυτήν, όταν κάνουμε οικογένεια, όταν μπαίνουμε ηλικιακά σε μια ωριμότητα και για πολλούς άλλους λόγους.

Σε αυτό το βιβλίο επιχειρώ να εμπνεύσω τον αναγνώστη να δει τις αλλαγές ως μια μοναδική ευκαιρία να επαναπροσδιορίσει τον εαυτό του και να επιλέξει εκ νέου την ιστορία που θέλει να ζήσει. Θα μπορούσε άνετα να χαρακτηριστεί ως ένας οδηγός, μια πυξίδα που μεταμόρφωσε τη δική μου ζωή αλλά και ενέπνευσε χιλιάδες ανθρώπους με τους οποίους ήρθα σε επαφή.

Κατάλληλο για κάθε αναγνώστη που δυσκολεύεται βλέποντας τη ζωή του να αλλάζει αλλά και για εκείνους που χρειάζονται περισσότερα εργαλεία για να πάνε παρακάτω.

Οι αλλαγές είναι αναπόσπαστο κομμάτι της εξελικτικής διαδικασίας της ζωής αλλά και αναφαίρετο δικαίωμα των ανθρώπων.

Η συγγραφέας

Η Ρούλα Παπαθανασίου εργάζεται ως θεραπεύτρια και συντονίστρια εργαστηρίων στην Ελλάδα και στο εξωτερικό.

Τα τελευταία χρόνια απολαμβάνει να συνδιοργανώνει φεστιβάλ εναλλακτικού τύπου, στα οποία λαμβάνουν μέρος άνθρωποι από όλα τα σημεία του πλανήτη.

Η κινητήρια ορμή της χαρακτηρίζεται από την επιθυμία της να ταξιδεύει, να παρουσιάζει τη δουλειά της και να ανακαλύπτει το δώρο της ζωής.

Την ενδιαφέρει να εξερευνά τα σημεία που διασταυρώνεται η πνευματική άσκηση, η δημιουργικότητα και η καθημερινότητα, με επίγνωση στη μοντέρνα κοινωνία που ζούμε.

Να παρατηρεί πως όλες οι πλευρές της ζωής μπορούν να οδηγήσουν στην αφύπνιση.

Είναι αφοσιωμένη στην ενδυνάμωση τόσο του εαυτού της όσο και των ανθρώπων που επιλέγουν να συνεργαστούν μαζί της.

«Καλύτερα να συνυπάρχουμε σε μια κοινωνία ενδυναμωμένων παρά σε μια κοινωνία θυματοποιημένων ανθρώπων».

Στην Ασία και κυρίως στην Ταϊλάνδη συνεχίζει να ταξιδεύει κάθε χρόνο, εξελίσσοντάς συνεχώς τις σπουδές της.

Πιστεύει στις σχέσεις που αντέχουν στο χρόνο και αφοσιώνεται σε αυτές. Αν και Ελληνίδα, δεν έχει πάψει ποτέ να νιώθει μια πολίτης του κόσμου και το μεγάλο της όνειρο είναι να περιπλανηθεί σε όσο το δυνατόν περισσότερα μέρη αυτού.

Για περισσότερες πληροφορίες, μπορείτε να επισκεφθείτε την ιστοσελίδα της: [w
www.roulapapathanasiou.com](http://www.roulapapathanasiou.com)