



Lujasti lempeä

Maaret Kallio

Download now

Read Online ➔

Lujasti lempeä

Maaret Kallio

Lujasti lempeä Maaret Kallio

Luja lempeys. Kyllin hyvä elämä.

Maaret Kallio ohjaa *Lujasti lempeä* -kirjassaan hyväksymään elämän epätäydellisyyden. Muutos sitä kohti käy omien rajojemme ja epämukavuuden hyväksymisen kautta. Hyvän olon pohjavire löytyy viisaasta vaativuudesta, myötätuntoisuudesta ja avoimesta yhteydestä muihin. Inhimilliseen elämään tarvitaan sekä lujuutta että lempeyttä.

Maaret Kallion sanat antavat tilaa lukijankin vastalauseille. Ne asettavat arkipäivän askareemme oikeankokoiseen muottiin.

Lujasti lempeä Details

Date : Published January 2016 by WSOY

ISBN :

Author : Maaret Kallio

Format : Paperback 223 pages

Genre : Nonfiction, Psychology, European Literature, Finnish Literature, Self Help, Philosophy

 [Download Lujasti lempeä ...pdf](#)

 [Read Online Lujasti lempeä ...pdf](#)

Download and Read Free Online Lujasti lempeä Maaret Kallio

From Reader Review Lujasti lempeä for online ebook

Henna Hyvärinen says

Tarjosi paljon ahaa-elämyksiä perfektionismiin taipuvaiselle lukijalle. Alkuun kirja vaikutti hieman pitkäveteiseltä, sillä olen seurannut Maaretin Lujasti lempeä -blogia tiuhaan ja osa kirjan teksteistä oli blogista entuudestaan tuttuja. Mitä pidemmälle kirjaa luki, sitä paremmaksi se kuitenkin muuttui ja lopulta tempaisi minutkin mukaansa.

Assikatum says

Lämminhenkinen ja pohdiskelevaan sävyyn kirjoitettu teos. Oisin kaivannut tiiviimpiä kiteytyksiä enemmän, välillä sitä haluaa vain poimia rusinat pullasta ;)

(Kirjaston ellibs-sovelluksen kautta e-kirjana luettu. Ellibs-app ei ole kovin hyvä alusta koska useimmissa kirjoissa se ei erottele lukuja toisistaan tarpeeksi selkeästi eikä selkeää sivunumerointia ei ole - jos haluaisi käyttää teosta esim. lähteenä, lähdemerkinnässä ei voisi antaa tarkkaa sivunumeroa).

Heidi says

Kallion ystäville taattua ja jopa kaltaiselleni satunnaisseuraajalle tuttua. Elämätaito-opus, joka kehottaa unohtamaan elämätaito-oppaat ja mantrat, tarjoten mantrantapaisia välähdyksiä lujasti lempeästä tavasta elää ja katsoa maailmaa, itseä ja muita.

Arto Niva says

äänikirjana ihan toimiva. paikoitellen toistaa hieman itseään.

Jenni says

Olen ehkä lukenut liikaa näitä tämän tyyliä self-help-opuksia, koska tuntui, että olin kuullut tai lukenut kaikki kirjan ajatukset aiemminkin. Toki armollisuuden korostaminen ja sen opettelu on tainnut olla niin pinnalla, että se oli yksi syy tarttua tähän kirjaan. Äänikirjana tämä rauhoitti mukavasti. Ikävänä yksityiskohtana korvaan otti paikoittain kompastelevat ja kömpelöt kielikuvat.

Mira | I Read Like Phoebe Runs says

Periaatteessa pidin, mutta ehkä jossain toisessa elämäntilanteessa tai mielentilassa olisi voinut sykähdyttää

enemmänkin. Jostain syystä itseni on helpompi lukea tämänkaltaisia elämäntaitoteoksia englanniksi. Suomeksi ne tulevat jotenkin liian iholle ja alkaa helposti ärsyttää. :D Ehkä pinnan alle jäikin siis kuplimaan enemmän kuin vielä tässä vaiheessa tiedostan!

Lasse Karjalainen says

Maaret Kallion "Lujasti lempeä" on pumpulinpehmeä myötätunto- ja voimaantumiskirja ihan kaikille. Asiat olivat oikeita mutta toteutus väärä.

Itselleni kirja ei kertonut oikeastaan mitään uutta joitain käyttökelpoisia vertauksia ja harjoituksia lukuunottamatta. Ehkä siinä oltiin niin perusasioiden äärellä; näitä teemoja kun on hinkattu hyväksymis- ja omistautumisterapian kursseilla yliopistossa niin paljon, ettei kertausta enää tarvitsisi. Asiaan vihkiytymättömälle kirja antaneekin kelpo annoksen hyväksyntää ja kauniita ajatuksia.

Kirja on myyntimenestys. Yksi syy sille lieenee kirjailijan tapa kertoa asioista; Kallio pukee ajatuksensa toinen toistaan (muka)kauniimpien vertauksien muotoon. Itseäni vertaukset alkoivat kuitenkin lähinnä ärsyttää. Niitä tuntui tulevan kliseisten tsemppiajatuksien kanssa aivan liikaa. Tuloksena makeaöverit. Teksti myös toisti itseään kohtuuttoman paljon.

"Lujasti lempeän" pääviesti oli, ettei elämän tarvitse olla täydellistä ja että itseä (sekä muita) kohtaan on hyvä olla "lujasti lempeä". Tunteita tulee ja menee, leimat eivät kuvaa todellisuutta ja itsellekin saa olla armollinen. Kolmannen tähden myönnyn antamaan käsiteltävien asioiden takia, ne ovat tärkeitä ja oikeita, mutta niiden toimitus oli itsestäni liian hattarainen, hempeä ja pinnallinen.

Itselleni tämä ei ollut erikoinen lukukokemus, mutta uskon, että jotain toista kirja voi auttaa elämään hiukan miellyttävämpää elämää.

Helena says

Self-help-kirjat eivät ole minun juttuni, mutta halusin perehtyä tähän ammatillisista syistä. Tekstistä löytyi paljon hyvää ja tärkeää, mutta ärsyynnyin kirjan tyylistä - pitkistä lauseista ja moneen kertaan toistuvista 'viisauksista'. Olisin mielelläni nähnyt oleellisen tiivistettynä paljon yksinkertaisempaan ja kompaktimpaan pakettiin. Ymmärrän, että ajassamme tälle kirjalle on kysyntää niin kuin elämäntaito-oppaille muutenkin.

Ronja says

Maaret Kallion teos *Lujasti lempeä* antaa ajattelemisen aiheita lukijoille, jotka haluavat ymmärtää itseään ja muita. Kallio opastaa lempeästi havainnoimaan vuorovaikutustilanteita ja omia tunteita sekä kehittämään tarpeen mukaan joko lujuuutta tai lempeyttä. Kirja ei ole perinteinen ”*tämän opuksen lukemisen jälkeen elämäsi muuttuu menestystarinaksi*” -tyyppinen kirja. Kallio pyrkii antamaan ohjeita myös vaikeiden tilanteiden ja tunteiden käsittelyyn, koska niitä on poikkeuksetta kaikkien elämässä.

Kuuntelin teoksen äänikirjana. On hienoa, että Kallio lukee itse oman teoksensa.

Natalia says

????????????? ?????? ?? ??????? ??, ??? ??????, ?? ??? ?????????????? ? ?????????? ????????? ??????.

??? ??? ???? ????????????? ?????????? ??? ????????? ????????????? ? ????????? ?????????? ?????? ??? ?????? ????,
????????? ?????????????, ?????????????? ? ??????????, ?????? ?? ??????-?? ?????? ??? ?????? ????????????? (??? ?? ?? ??
???? - ?????????? ??????, ??????, ??????????????).

???? ??? ?????????? ??????, ?? ? ?????? ????????????? ? ???-?? ?????????????.

Jasmin says

Alku tuntui raikkaalta, mutta loppua kohden kirja alkoi toistamaan itseään ja kysymyspätkät tuntuivat loputtoman pitkiltä.

Asta says

Yksinkertaiset elämänviisaudet ovat usein parhaita. Harmi vain, että kirja tuntui paikoitellen tarpeettomasti venytetyltä blogikirjoitukselta.

Sarika says

Maaret Kallio is a psychotherapist, sexual therapist, columnist and a media person. The title of her book translates roughly to "Be firm about being gentle".

I read her blog. She is very soft, gentle and understanding and there is no avoiding her really as she is all over the media. And indeed, when times are as rough as they are now (Finland 2016 is alarmingly like 1930's Germany) there may indeed be call for a softer approach.

However.. this book, if anything, is a love child of Snooze-Fest and Groundhog day. It's too much. I find her warm fuzziness cloying and her reoccurring themes annoying. How about making the book shorter and more concise?

Antti Lahtinen says

Maaret Kallion sanomalle on kiireisessä ajassamme kysyntää. Vaativuuden sijasta lempeyttä, enemmän sijasta viisaammin.

Kirjan melko yksinkertaiset teesit ja näiden dialektiikka on helpohkosti kiteytettävissä muutama

kappaleeseen ja sellaisenaan teos on turhan pitkä sekä toistaa itseään useissa kohtaa. Maaret kirjoittaa kuvailevasti mutta samalla teksti on valitettavan raskasta. Tyyli on usein melodramaattinen, ja värikkäät, luettelomaiset lauseet venyvät todella pitkiksi. Kirja on mielestäni myös hyvin kliseinen, mikä häiritsee lukukokemusta.

Parasta antia kirjassa ovat Maaretin samannimisen blogin oivaltavat tekstit, joihin hänen mielikuvitukseksa tapa käyttää kieltä sopii sen sijaan erinomaisesti.

Sini says

Some really good insights. It was a joy and comfort to read this.
