

Medicina Mente Corpo Rilassati E Guarirai

“La vera meditazione è liberazione dalle grinfie dei sensi e della mente inferiore. [...] Chi medita raggiunge lo stato di coscienza superiore in cui è capace di identificarsi con il Sé ricolmo di beatitudine. In questo stato trascendente non c'è alcuna consapevolezza di corpo, mente o dualità, e colui che conosce diventa un'unica cosa con la conoscenza e l'oggetto della conoscenza stessa. Non c'è alcun bisogno di misteri o segretezza riguardo ai Mantra o a qualsiasi altro strumento per la meditazione. [...]. Il Mantra è un'energia mistica racchiusa in una struttura sonora. Le sue vibrazioni agiscono direttamente sui chakra, i centri energetici del corpo. Esso stabilizza la mente e conduce alla quiete della meditazione”. Così Swami Vishnudevananda nell'introduzione a questo testo che rappresenta la fonte più completa in assoluto per quanto riguarda i Mantra, la meditazione e le altre tecniche di autoanalisi. È uno studio psicologico, una guida per la pratica e una sorgente di grande apprendimento. Scritto dallo stesso autore de "Il grande libro illustrato dello Yoga", riflette la conoscenza derivante dall'esperienza diretta sull'argomento, oltre a una smalzata e profonda analisi della mente occidentale. "Mantra e Meditazione" contiene tutte le tecniche per capire e controllare la mente; tratta in dettaglio i vari percorsi dello Yoga: Raja, Hatha, Karma, Kundalini e Mantra ed espone e commentata integralmente i Raja Yoga Sutra di Patanjali, il più grande psicologo di tutti i tempi. Contiene un CD audio.

È arrivato il momento di sentirsi di nuovo bene, senza focalizzarsi eccessivamente sui sintomi e senza troppi integratori e medicine. Attraverso potenti esercizi di guarigione della mente, trattamenti olistici ben spiegati e casi reali di persone che sono guarite grazie al suo aiuto, il Dottor Ameet rende semplice il percorso verso la salute e il benessere emotivo. Capirete in modo chiaro come l'alimentazione, l'infiammazione, l'apparato digerente, il fegato, le ghiandole surrenali, le scelte di vita, i traumi passati e le credenze inconsce influenzino il vostro umore e la vostra salute e cosa potete fare per guarire tutti questi aspetti rapidamente. Imparerete anche ad usare nel modo giusto terapie molto efficaci come l'utilizzo di alimentazione, erbe medicinali, omeopatia, psicologia positiva e tecniche di rilascio delle emozioni per sentirvi di nuovo bene a livello emotivo. Cosa dicono le persone: “Dott. Ameet, con pochi semplici passi, ti aiuta a guarire da ansia, depressione, stress ed esaurimento, con risultati duraturi.” Dott.ssa Hyla Cass “Non riesco a credere quanto sia facile stare meglio, dopo aver lottato così a lungo e aver assunto tante medicine e integratori.” A.R. “Sento molta fiducia in me stessa e le mie convinzioni sono cambiate. Ora sorrido dentro. Grazie!” R.S. Il Dottor Ameet Aggarwal ND è un naturopata, omeopata e psicoterapeuta (terapia della Gestalt e costellazioni familiari). È cresciuto in Kenya, dove è tornato dopo aver studiato in Canada per aprire uno studio privato, condurre ritiri per il benessere (health.drameet.com) e aiutare le comunità povere istituendo delle cliniche mobili (fimafrica.org). Essendo guarito molto velocemente da traumi, ansia e depressione per mezzo della medicina olistica e della psicoterapia ha iniziato a insegnare a studenti e professionisti, in tutto il mondo, come trattare la causa alla radice dei problemi riguardanti la salute mentale. Si dice che le sue sedute di coaching siano tra le più profonde che si possano ricevere. Ciò che è spiegato nel suo libro è considerato uno degli approcci più completi per trattare ansia, stress e depressione. Il suo programma online “5 passi verso una salute eccellente” (health.drameet.com) è stato riconosciuto, da alcune autorevoli associazioni, come un valido corso di sviluppo professionale per naturopati, nutrizionisti e dietologi. Util uso delle battiture in medicina. Opera fisico-medica di Luigi Visone ...

5.2

Marauigliosi secreti di medicina e chirurgia, dell'eccellente medico il S. Gio. Battista Zapata nuouamente ritrouati. Con l'aggiunta d'altri secreti, raccolti dalli suoi discepoli

I segreti della longevità

ANG-BE. 3

M.A.M.M.A. Maternità e attesa. Manuale di medicina integrata

La cosa più preziosa che ho acquisito nella mia vita è svegliarmi la mattina senza un pensiero nella testa ed essere capace di ritornare in questo stato durante la giornata in tante occasioni e momenti diversi. Se rilassarsi, centrarsi e svuotarsi si pongono alla base di ogni azione sono sempre nel giusto, perché sono presente a me stessa e alle mie attività, cioè connessa alla mia sorgente. L'esperienza della sensazione di agire, decidere, pianificare, ovvero di vivere in piena consapevolezza, porta verso uno stile di vita caratterizzato da una maggiore responsabilità e capace di riservarci, di conseguenza, un livello superiore di libertà. In tale modo non lasciamo spazio alla confusione e allo stress, che ci portano lontano da noi, ma agiamo dal nostro centro. A questo possiamo arrivare con un rilassamento introdotto nella quotidianità, al quale riconoscere un contenuto basilare e altamente qualificante della nostra vita. Io credo che la qualità della vita non sia un fattore legato all'esteriorità, ma dipenda da uno stato interiore. Indipendentemente dalle mie condizioni di vita posso recarmi nel mio spazio più profondo dove trovo la forza e la capacità di accettare e trasformare gli eventi della vita, promuovendo la mia libertà. Mi chiedo se anche per te il benessere costituisca la chiave risolutiva in un mondo frenetico, pieno di impegni e preoccupazioni. Quante volte al giorno ti concedi una pausa, ti rilassi e prendi le tue decisioni in contatto con il tuo spazio interiore? Questo spazio, una volta conosciuto, è sempre presente in te. Lo puoi raggiungere, con un po' di abitudine e disciplina, in un qualsiasi momento e sentire la tua pace interiore. Ti definisci una persona motivata a dedicare tutti i giorni, con regolarità, un po' di tempo a se

stessa? Non hai da spendere, solo da guadagnare! Sei padrone di te stesso! Senza spendere soldi, a casa tua, secondo le modalità ed i ritmi che ti appartengono! Non è fantastico? Che libertà! Sei pronto ad essere responsabile? L' 80% delle nostre scelte sbagliate si basa su una decisione presa in assenza di centratura. Guardando indietro nella mia vita, vedo oggi con molta chiarezza. Quando ho preso decisioni inappropriate o sconvenienti non ero in uno stato di centratura, ma mi trovavo accanto o fuori di me, estranea al nucleo da cui si espandeva la mia vita. Ero preda di mille influenze e non sapevo, non potevo sapere, cos'era giusto per me, perché ero lontana da un vero contatto con me stessa. Così decidevo per quella che mi sembrava la soluzione migliore, salvo poi verificare che era stata frutto di un convincimento sbagliato. In tedesco esiste il detto "sei spostato", che viene usato per dire: sei matto? Prova a riflettere su quante volte ti senti spostato rispetto alla piena presenza nel momento e rispetto a quello che fai e senti. Mentre ti dedichi ad una cosa in realtà pensi ad un'altra e non sei nel tuo sentire. Se arriva una telefonata importante come puoi rispondere in modo adeguato se non sei focalizzato positivamente su di te? Sei in grado di centrarti all'istante o conosci metodi di addestramento in questo senso? La vita è nel flusso e in continua trasformazione e noi non siamo perfetti. Anche praticando una disciplina olistica per rilassarci, mille eventi possono trascinarci fuori dall'equilibrio. Se possediamo la capacità di ritrovare il bilanciamento questo nostro sapere ci salva. Tante Persone sopportano una condizione di disagio che può portare ad un divorzio, un incidente, un esaurimento o ad una malattia fisica o psichica. Talvolta ho sentito affermazioni di questo tipo: "ho avuto un incidente con la macchina, ma so perché, qualcosa doveva fermarmi nella mia vita." Dobbiamo arrivare sulla soglia di tale pericolosa gravità per prenderci cura di noi stessi e cambiare la qualità della nostra esistenza? Quante volte mi sono trovata in uno stato di sovraccarico emotivo e mentale, anche in riguardo delle mie figlie. Come potevo prendere le decisioni giuste se ero distante dal mio sentire. Oggi so che per sentirmi, devo fermarmi ed ascoltarmi in uno stato di rilassamento. Da questa zona di pace posso agire dal mio centro, essendo io il centro della mia vita. Facendo da anni, regolarmente, pratica di rilassamento, sono diventata più calma e più sensibile. Peraltro, anche se posso evitare lo stress e possiedo i mezzi per rilassarci, sento che nella mia aura non è ancora definitivamente sciolto l'accumulo gravoso di affaticamento e di iperattività sedimentato per anni. E questo mi preoccupa, perché mi fa capire che non sono sufficienti gli effetti temporanei legati all'interruzione di uno stile insano di vita, ma è necessario impegnarsi per risanare tutti i livelli del nostro corpo e della nostra esistenza. È come la fatica del fumatore che, nonostante abbia smesso con la sua nociva abitudine, persegue a lungo, negli anni, la definitiva disintossicazione. In questo senso ti consiglio di cominciare subito nel tentativo di migliorare la qualità della tua vita. Spostiamoci nel nostro centro verso una vita equilibrata e sana. La maggior parte dei disagi, delle malattie fisiche e psichiche hanno le radici in una vita stressante, in un' assenza di connessione tra mente, psiche e corpo. E questa è la quotidianità per tanta gente. Quando si vive un disagio, quando ci sembra di non poter scappare da una situazione che urge e la vita si stringe come una morsa intorno a noi, dove possiamo trovare nuove sfere? In tali condizioni la coscienza si apre solo allo spazio che è dentro di noi. Si comincia con il valorizzare lo spazio interiore. È accaduto che anche io, in un dato momento della mia vita, abbia sentito l'urgenza di ritrovare la mia calma e centratura per andare avanti. Tutto quello che descrivo in questo e-book è frutto della mia esperienza personale. Dapprima ho usato la danza come attività per sciogliere tensione, rabbia, disperazione e dolore. Mi prendevo un'ora, nel corso della mattinata, per sfogarmi danzando e per assorbire la calma che riuscivo a raggiungere dopo, tramite il rilassamento. In questo modo prendevo atto del mio corpo, della mia energia ed entravo in contatto con il mio respiro. Osservando quotidianamente il respiro, la mattina o la sera nel letto o durante la pausa pranzo, per un periodo di un mese, anche tu, sicuramente, puoi raggiungere dei primi risultati. Arrivare a scoprire il tuo spazio interiore e sacro, dove nessuno può entrare e di cui solo tu hai la chiave. Per me è diventata più di una abitudine, è una necessità quotidiana che mi dà gioia e stabilità. È come se avessi già fatto la cosa più importante della giornata nella prima ora della mattina. Svuotando la testa e facendo emergere l'intuizione spesso mi si svelano soluzioni insperate. Concediti di sperimentare la tua chiave di benessere. Praticando regolarmente il rilassamento ti prendi cura di te. Poiché sei tu la persona più preziosa della tua esistenza, questo è un investimento di tempo e di energia fondamentale per il fluire della tua vita ed è mille volte remunerativo. Ti invito a leggere tutto l'e-book prima di scegliere e praticare il tuo rilassamento. In questo ebook impari: Introduzione 1. Perché è importante per me rilassarci? Interessarsi 2. Cosa sono i benefici del rilassamento? Informarsi 3. Come arrivare al rilassamento? Centrarsi 4. Trova il momento, il posto, il rito e il ritmo adatto a te, posizionarsi 4.1. Il momento 4.2. Il posto 4.3. Il rito 4.4. Il ritmo 5. La disciplina e la memoria cellulare, disciplinarsi 6. Preparati al rilassamento tramite un'attività, prepararsi 6.1. La natura, la danza, lo sport,... attivarsi 6.2. Vivi i tuoi talenti: la danza, l'arte, il disegno, la musica esprimersi 6.3. Dopo l'attività c'è il silenzio, quietarsi 7. Le Tecniche di Rilassamento 7.1. Il respiro, percepisci 7.1.1. Rilassamento: Osserva il tuo respiro 7.1.2. Rilassamento: Respirare nelle varie parti del corpo 7.1.3. Rilassamento: Respirare nella colonna vertebrale 7.2. Il corpo, sentirsi 7.2.1. Rilassamento: Concentrati sul tuo corpo 7.2.2. Rilassamento: Contrarre e rilassare i muscoli 7.2.3. Rilassamento: Il viaggio all'interno del

corpo 7.3. Lo spazio del cuore, espandersi 7.3.1. Rilassamento: Entra nel tuo spazio del cuore 7.4. Il suono, il canto, la musica, equilibrarsi 7.4.1. Rilassamento: Cantare l'OM 7.4.2. Rilassamento: Il suono mmm (emmmare) 7.4.3. Rilassamento: Il suono dei sette chakra 7.4.4. Rilassamento: Suona il tuo strumento 7.4.5. Rilassamento: L'ascolto consapevole 7.5. L'acqua, abbandonarsi 7.5.1. Rilassamento: Rispiro nell'acqua 7.5.2. Rilassamento: Sotto la cascata 7.5.3. Rilassamento: Le onde del mare 7.6. Visualizzazione guidata, guidarsi 7.6.1. Rilassamento: Il raggio di luce 7.6.2. Rilassamento: I colori dei chakra 7.6.3. Rilassamento: La vista dall'alto 7.6.4. Rilassamento: Apriti al tuo spazio del cuore 8. Il beneficio del rilassamento e della visualizzazione in gravidanza 8.1. Rilassamento: Entra in profondo contatto con il tuo bambino 9. I frutti del rilassamento 9.1. Benessere su tutti i livelli della vita 9.2. L'intuizione, la tua voce interiore. Ascoltarsi 9.3. Alimentare il tuo campo energetico. Alimentarsi 9.4. Come cambiare la memoria cellulare e rimuovere i condizionamenti, trasformarsi L'autrice Ringraziamenti Epilogo

Capire come la dieta, i processi infiammatori, il sistema digerente, il fegato, le ghiandole surrenali, lo stile di vita, i traumi passati e convinzioni inconsce influenzano il tuo umore e la tua salute, inoltre, ciò che puoi fare per guarire rapidamente. Imparerai anche a usare terapie efficaci come la nutrizione, l'uso delle piante, l'omeopatia, la psicologia positiva e le tecniche di rilascio emotivo nel migliore dei modi, così da poterti sentire di nuovo bene. La salute è il dono più prezioso che hai. Leggere questo intenso libro di medicina olistica migliorerà rapidamente la tua salute, il tuo benessere, la tua autostima e la tua felicità. Ti aiuterà a trattare le cause profonde delle malattie della mente e nel corpo. Leggi questo libro per poterti sentire subito e incredibilmente bene con precise istruzioni su potenti terapie olistiche spiegate da un naturopata - psicoterapeuta e insegnante di fama mondiale. Conoscere: Quali sono i migliori alimenti a basso contenuto infiammatorio, i probiotici e gli integratori per problemi digestivi, sindrome dell'intestino irritabile (IBS) e infiammazione Come disintossicare il fegato e perché la tiroide, gli ormoni, l'umore e il cervello guariscono quando ti disintossichi Quali erbe, aminoacidi, rimedi omeopatici e integratori usare per stress, affaticamento, ansia e depressione. I migliori nutrienti per la salute e in quali alimenti si trovano. Potenti esercizi per liberarsi dai traumi, cambiare le convinzioni negative e sentirsi al sicuro. Tecniche altamente efficaci di meditazione, respirazione, gratitudine e atteggiamento mentale positivo. Terapia energetica-medica per aumentare la felicità, la chiarezza e la forza emotiva. Punti di agopuntura per diverse forme di ansia e depressione. Rimedi floreali, terapie e abitudini sane consigliate dai terapeuti naturali di maggior successo. E molto altro ... Medici, terapeuti e infermieri di tutto il mondo usano questo libro per aiutare le persone con difficoltà croniche di salute e instabilità emotiva a riprendersi rapidamente. RECENSIONI EDITORIALI Da leggere! Il Dr. Ameet fornisce semplici passaggi per aiutare a uscire da situazioni di ansia, depressione, stress e affaticamento, con risultati duraturi - Dr. Hyla Cass MD Libro assolutamente meraviglioso. È stata una grande risorsa da condividere con i miei pazienti - anche i loro commenti sono stati molto positivi. Ben scritto, facile da seguire e pieno di informazioni utili. Ciò che amo davvero è l'integrazione delle modalità naturopatiche, come erbe e rimedi omeopatici, con tecniche di rilascio emotivo. Va comprato! - Dott. Deborah Gibson ND Facile da seguire - Eccellenti soluzioni naturopatiche per malattie e armonia Di facile lettura, aiuta a semplificare la diagnosi di disturbi quali affaticamento, depressione, ecc. e ti offre molteplici soluzioni per guarire usando sostanze nutritive, erbe medicinali, omeopatia e pensiero positivo. Una lettura per chiunque ritenga che la propria salute e le proprie emozioni non siano in equilibrio o per tutti coloro che cercano di attuare dei cambiamenti nella vita - DP Dr. Ameet è stato scelto come uno dei top 43 terapeuti del mondo ed è stato per 5 volte l'autore più venduto. È naturopata e psicoterapeuta con oltre 15 anni di esperienza nell'insegnamento e nel trattamento con successo di pazienti in tutto il mondo.

Mente, corpo e cervello nell'elaborazione delle memorie traumatiche

Ipnosi

*Storia della medicina in aggiunta, e continuazione a quella di Curzio Sprengel

dalla A alla Z

5: Medicina pratica

Le tecniche corporee nella medicina tradizionale cinese

Questo libro racconta una storia vera, i pensieri, i sogni, le emozioni di una ragazza che allo sbocciare della giovinezza scopre che la vita dopo un periodo tragico, ha in serbo per lei delle sorprese. Mentre affronta il dolore della perdita di una persona tanto amata, trova la chiave per aprire tante porte: la fiducia in se stessa. Viaggiando seguendo il cuore, riesce ad arrivare dove ha sempre desiderato essere. Dal più profondo dell'anima, spera che questa storia, scritta come un diario di viaggio tra passato e presente, sia un'ispirazione per chiunque lo legga.

Pianeta Scrittura, Speciale "Medicina, Arte e Benessere": un Volume aggiornato e dal rilevante taglio scientifico che raccoglie gli scritti dell'Autrice Angela Ganci, psicologo psicoterapeuta, giornalista e scrittrice di Palermo, prodotti nell'arco temporale 2008-2022. Scritti che affrontano tematiche variegata ricadenti nell'ambito della prevenzione e psicoterapia cognitivo-comportamentale del disagio psichico, come i disturbi del neurosviluppo (dall'autismo ai DSA, dai segni distintivi alle terapie all'avanguardia), i disturbi del

comportamento alimentare, lo stress, l'omosessualità, ma altresì approfondiscono lo spaccato dell'Arte come terapia del disagio psichico in un'ottica evolutiva. Insieme al Volume è possibile ricevere il CD interamente autoprodotta dall'Autrice, dal titolo "L'amore, la dipendenza, la violenza", che contiene dieci cover di brani della musica italiana e internazionale, con riferimento tematico alla violenza, alla dipendenza affettiva e ai problemi di coppia. Il CD può essere richiesto al link <https://www.angelaganci.com/>; per maggiori informazioni, è possibile utilizzare la mail angela.ganci@gmail.com.

Dizionario universale di medicina di chirurgia di chimica di botanica di notomia di farmacia d'istoria naturale &c. Del signor James a cui precede un Discorso istorico intorno all'origine e progressi della medicina tradotto d

Corpo Sano Mente Sana

Tecniche di Rilassamento

Storia, Medicina, Psicologia, Sport e Vita quotidiana

The Science and Genetics of Mind Body Healing

Corpo, mente e spirito

Da dove nasce l'esigenza di scrivere un nuovo testo sull'argomento del rilassamento? Forse, prima di tutto, dalla presunzione dell'autore, condizione necessaria per chiunque si accinga a scrivere un libro. Infatti, si deve evidentemente supporre che ci sia ancora da dire qual- cosa sull'argomento. L'autore deve, perciò, presumere che scriverà qualcosa di nuovo o almeno di più comprensibile, chiaro e interessante rispetto a tutti coloro che hanno affrontato l'argomento prima di lui e che, nel caso del rilassamento, sono stati davvero innumerevoli. Cosa vi può essere quindi di nuovo in questo libro sul rilassamento? Probabilmente una particolare attenzione alla spiegazione di alcune basi biologiche del comportamento e degli aspetti scientifici, e quindi verificabili, riguardo agli effetti che questo tipo di attività, siano essi esercizi, modi di pensare o di essere o veri e propri stili di vita, è in grado di produrre sull'intero organismo umano. Tutto questo senza tralasciare alcuni riferimenti storici ed aspetti aneddotici ritenuti significativi per una migliore comprensione di alcuni concetti. Riguardo poi a particolari esercizi e metodiche di rilassamento, si cercherà di spiegare perché e come tendono a favorire ed incrementare il livello di distensione sia muscolare che psichico. Le tecniche proposte, naturali, progressive e da attuare con moderazione ed attenzione ai particolari, pos- sono risultare così efficaci nelle loro varie applicazioni, dal campo medico a quello psicologico a quello sportivo così come nella vita di tutti i giorni. L'intenzione dell'autore, è quella di mettere a disposizione un testo semplice ma non banale che possa andare bene un po' per tutti e che possa quindi essere utile a colui che non ne sa niente dell'argomento e anche al professionista della salute o dello sport che si affaccia forse per la prima volta all'argomento ma che ha anche una preparazione e una conoscenza di base su alcuni dei concetti trattati nel testo. È stato predisposto, a questo scopo, un doppio binario per il lettore: per ogni argomento vi saranno nel testo dei riquadri contraddistinti dalla dicitura "approfondimento" e che forniscono specifiche sia su argomenti scientifici che storici o semplicemente aneddotici che sono stati ritenuti interessanti per il lettore. La lettura del testo può in ogni caso proseguire anche saltando questi riquadri che, nel caso, potranno essere consultati in un altro momento per ulteriore conoscenza dell'argomento o per semplice curiosità.

Qui condensati anni e anni di assidua ricerca, ricca sia di bibliografia, sia di spunti originali e poco conosciuti. Alla luce di questi nuovi elementi vitali e modelli di comportamento che rendono il perfetto equilibrio psicofisico per una radiosa salute, quello dei 120 anni di vita rappresenta oggi un obiettivo facilmente raggiungibile. Biografia dell'autore. Nato a Savona nel 1970, reincarnazione di Merlino, fin dalla prima età scolare ha manifestato la Maestria dei pieni poteri della Luce grazie ad una rapida evoluzione nella Luce, e grazie agli incontri e lezioni ricevute in sonno cosciente dai suoi Maestri asceti, quali Carlos Castaneda, Thot, e Yahwèe, arrivando a vibrare in X dimensione. Diverse sono le azioni da lui compiute in gioventù, in Europa e nel mondo, alcune delle quali ancor oggi coperte da segreto militare, a sostegno: del bene di alcuni popoli (Italia, 1977 contributo per la liberazione del magistrato Sossi e impegno risolutivo contro le B.R., liberazione dal sequestro di Fabrizio de Andrè, 1987, intervento per la fine della guerra civile in Spagna, 1975), dello sviluppo delle tecnologie (l'istruzione di raccogliere un foglio dalla spazzatura dato per contatto mentale a Bill Gates), poi ancora l'accordo con Khol per la costituzione dell'U.E. (1987), l'accordo con Papa Giovanni Paolo II di convocare i due Presidenti U.S.A. e U.R.S.S. perchè fosse evitata la III guerra mondiale, e infine azioni anche a sostegno dell'ascensione planetaria, sia da solo, sia in accordo con Maestri come Kryon.

Salute e guarigione nella medicina tibetana. Segreti e fondamenti esposti da un medico occidentale

DIARIO DI UNA RAGAZZA CHE VIAGGIA

Dizionario classico di medicina interna ed esterna

Iniziazione al tan-tien. Fonte interiore di gioia e vitalità

Storia prammatica della medicina ... tradotta dal tedesco in Italiano dal D. R. Arrigoni. 2. ed. ... e continuata fino a questi ultimi anni per cura del Francesco Freschi

La grande medicina cinese. Le terapeutiche fondamentali della medicina preventiva cinese

Discusses the most recent scientific developments that prove the author's theory that simple relaxation techniques have a tremendous effect on the body's physical health.

Questo libro svela i segreti ed il metodo di un grande maestro dell'ipnosi, per avere successo in ogni attività della propria vita. L'autore rivela in questo manuale tutti i suoi segreti. Nemico di ogni troppo rigida formalizzazione teorica, nell'ipnosi nel marketing, ci insegna come suggestionare gli altri nel mondo del lavoro con tecniche ipnotiche mascherate allo stato di veglia (ipnosi ad occhi aperti), che permettono di far carriera, farsi benvolere dalla gente e concludere qualsiasi affare. Questo manuale, fondato sulla concretezza della pratica immediata, è un cocktail di tecniche ipnotiche di vendita, un'insieme di oratoria e di psicologia applicata, un vero sistema didattico unico e particolare che attraverso "duri esercizi preparatori" porterà ognuno di voi alla meta desiderata. L'autore si dimostra un abile artigiano che aiuta il venditore a scoprire e utilizzare le sue potenzialità latenti, offrendogli un metodo semplice per iniziare in maniera autonoma il

cambiamento che lo porterà al successo.

Dizionario universale di medicina di chirurgia di chimica di botanica di notomia di farmacia d'istoria naturale &c. Del signor James a cui precede un Discorso storico intorno all'origine e progressi della medicina tradotto dall'originale inglese dai signori Diderot, Eidous, e Toussaint. Riveduto, corretto, ed accresciuto dal signor Giuliano Busson ... Versione italiana tomo primo [-undecimo]

CAR-CRO

Mantra e Meditazione

Relaxation Revolution

Annali universali di medicina

Medicina mente corpo. Rilassati e guarirai Medicina universale e il settimo senso Edizioni Mediterranee Pianeta Scrittura. Antologia di scritti

2008-2022 Volume IV Speciale "Medicina, Arte e Benessere" - Parte II Youcanprint

Spendiamo gran parte della nostra esistenza alle prese con sofferenza interiore e dolore fisico. L'ipnosi, l'autoipnosi e la meditazione hanno mostrato di poter fare moltissimo per le persone che soffrono e per favorire un maggior benessere. Numerose testimonianze dimostrano come l'uso regolare dell'autoipnosi possa diminuire o risolvere il dolore fisico ed emozionale, permettendo di ritrovare l'energia per vivere pienamente. Questo libro si rivolge a chiunque desideri imparare a coinvolgere l'inconscio per migliorare la propria capacità di stare bene, per espandere rilassamento e consapevolezza. L'opera è allo stesso tempo manuale di autoipnosi e di meditazione e compendio di tutti gli approcci ipnotici che hanno mostrato di essere più efficaci per una migliore gestione del malessere. Il libro si articola in nove capitoli che inquadrano il fenomeno ipnotico e insegnano concretamente a utilizzarlo. La terminologia e il linguaggio sono stati semplificati per essere comprensibili anche a chi si accosta per la prima volta a questi temi; molto materiale è predisposto per un utilizzo creativo da parte del lettore.

Istituzioni di medicina pratica dettate da Giovanni Battista Borsieri de Kanilfeld

Invito al benessere. Ipnosi, autoipnosi e meditazione per la gestione del dolore

Messaggeri della salute. Medicina olistica, pensiero positivo, massaggio antistress

Util uso delle battiture in medicina

Corpo accusa il colpo

Medicina mente corpo. Rilassati e guarirai

Scopri come trovare l'armonia con le energie che ti circondano Questo breve viaggio alla scoperta delle Terapie Orientali e in particolare di quelle Energetiche ti introdurrà a quei nuovi punti di incontro tra Medicina Orientale e Occidentale che si stanno sviluppando da alcuni anni: infatti i metodi e gli strumenti della Medicina Orientale e della Medicina Occidentale si stanno piano piano avvicinando e fondendo per raggiungere nuove metodologie di benessere. In questo ebook ti sarà fornito un percorso all'interno delle secolari medicine cinese e indiana fino alle pratiche terapeutiche più strettamente legate alla spiritualità e alla gestione delle emozioni. Sarà, come in un perfetto e armonioso cerchio, un percorso che, da Oriente a Occidente, tocca le tre sfere di cui si compone l'essere umano: corpo, mente e spirito. Perché leggere questo ebook . Per capire come nostra mente può condizionare il nostro corpo . Per scoprire le caratteristiche peculiari delle terapie orientali . Per imparare a trovare il giusto equilibrio, maggiore serenità e consapevolezza di sé . Per capire e gestire le emozioni e comprendere il loro rapporto con corpo e mente . Per ritrovare non solo il benessere fisico, ma anche spirituale, per una salute totale del corpo e della mente A chi si rivolge l'ebook . A chi vuole una guida introduttiva semplice ma completa alle Medicine Orientali . A chi vuole ritrovare benessere ed energia sia del corpo sia dello spirito . A chi vuole utilizzare le Medicine Orientali come strumento di prevenzione e benessere . A chi sente l'esigenza di una maggiore attenzione all'equilibrio di corpo, mente e spirito . A chi vuole fare viaggio alla scoperta di conoscenze millenarie per il benessere, come la medicina cinese e indiana Indice completo dell'ebook . Introduzione . L'equilibrio energetico tra Medicina Orientale e Occidentale . Introduzione alla Medicina Cinese: la teoria dei cinque elementi e il Qi Gong . Introduzione alla Medicina Indiana: Ayurveda e Terapia di Ama . Le terapie dello spirito: pranoterapia, respirazione ologica, antroposofia

Van der Kolk amplia radicalmente lo spettro delle cause e delle conseguenze del trauma, dando speranza e fornendo spiegazioni chiare a chiunque ne sia colpito. Sulla base di trent'anni di esperienza e pratica clinica, evidenzia che il terrore e l'isolamento, aspetti centrali del trauma, rimodellano radicalmente sia il corpo sia il cervello. Le nuove conoscenze sull'istinto di sopravvivenza spiegano perché le persone traumatizzate sperimentino un'ansia e una rabbia intollerabili, e permettono di capire l'impatto del trauma sulla capacità di concentrazione e di memorizzazione, e sulla possibilità di instaurare relazioni basate sulla fiducia, sentendosi "a casa" nel proprio corpo.

Integrando i recenti progressi delle neuroscienze e degli studi sull'attaccamento, l'autore indica nuovi percorsi di ricerca, che consentono di ricablare il funzionamento cerebrale, contrastando il senso di impotenza e invisibilità associato al trauma e facendo sì che adulti e bambini possano recuperare la padronanza del proprio corpo e della propria vita.

Pianeta Scrittura. Antologia di scritti 2008-2022 Volume IV Speciale "Medicina, Arte e Benessere" - Parte II

Invito al benessere

Il benessere comincia dalla mente. Dagli effetti dello stress ai benefici del relax: tecniche mentali, terapie naturali, alimentazione. Con test di autovalutazione

Manuale pratico per rilassarti a casa tua in comodità

Medicina pratica

Guarire il Corpo, Liberare la Mente