

Lenergia Tra Le Tue Mani Manuale Di Usui Reiki Laltra Medicina Vol 1

I rimedi naturali possono essere dei validi aiuti per il mantenimento di un buono stato di salute, hanno il pregio di non dare effetti collaterali e possono anche essere utili per sostenere una terapia farmacologica stressante per l'organismo. Con questo libro l'autrice mostra come alcuni dei farmaci comunemente presenti nelle nostre case possono essere sostituiti da alimenti, rimedi naturali o semplicemente dal cambiamento di quelle abitudini che innescano o peggiorano un disturbo. Un prontuario semplice da consultare e ricco di consigli per imparare a curarsi utilizzando i doni della Natura. Contenuti dell'ebook . Medicine dall'orto: il limone . Il miele per la tosse . Un'alternativa agli antiacidi: verbena e camomilla . Migliorare la qualità del sonno con Fiori di Bach, olii essenziali e alimenti giusti . Depurazione del fegato . Antinfiammatori naturali . Rimedi per la salute del cavo orale . Rimedi per i problemi del ciclo mestruale . Rimedi per la nausea da farmaco

L'energia tra le tue mani Manuale di Usui Reiki. Guida pratica per I, Il livello e Master Area51 Publishing

Scopri e segui le leggi del karma per cambiare il tuo presente e costruire il tuo futuro Questo testo ti introduce al concetto di karma e ti guida alla scoperta delle leggi universali che lo governano. Il karma è un concetto orientale, ben noto anche in occidente ed espresso nel motto cristiano "fa' agli altri quello che vorresti fosse fatto a te". Il termine "karma" letteralmente significa "azione": noi agiamo in un certo modo e questo influenza tutto il nostro universo, presente e futuro. Le nostre azioni hanno rilevanza anche nella nostra vita futura, così come le azioni del nostro passato hanno rilevanza nella vita che viviamo in questo momento. Questa è la legge del karma. In questo testo conoscerai le leggi del karma e scoprirai come funzionano. Disporrai così di tutti gli strumenti per mettere in pratica le leggi del karma, per cambiare il tuo presente e costruire il tuo futuro. Attraverso il rispetto delle leggi del karma entri in armonia con l'equilibrio totale dell'universo e vivi un'esistenza perfetta, manifestando la perfetta espressione di sé a livello fisico, mentale e spirituale.

Asanas, Mudra, Mantra, Pranayama, Ayurveda Lo yoga totale per la cura della mente, del corpo e dello spirito a cura di Marco Mandrino "Hari Yoga" propone una visione ampia e diversificata sul mondo dello yoga e su tutti gli aspetti a esso correlati. Il testo è ricco di suggerimenti e indicazioni terapeutiche, energetiche, anatomiche per approdare a una pratica davvero integrale. Nel testo possiamo trovare illustrazioni e descrizioni dettagliate degli allineamenti per ogni asana, ma anche informazioni e nozioni sui loro effetti dal punto di vista fisico, energetico, emotivo, spirituale. Un libro da "mettere in pratica", adatto sia a un approfondimento degli appassionati dello yoga, sia ai neofiti che desiderano intraprendere con una buona guida il percorso di conoscenza e di benessere psicofisico che appartengono al mondo dello yoga, all'ascolto di sé, al qui e ora. I testi contenuti nel libro provengono da diversi insegnanti del corpo docenti della Scuola di Hari-Yoga, e mantengono inalterate le loro differenti modalità di approccio alla spiritualità e allo yoga, in linea con il pensiero della Scuola Hari-Om, per cui ogni diversità rappresenta una vera ricchezza e riconduce, comunque, a un'unica totalità. "Il testo è principalmente pratico, non teorico. Il nostro scopo finale consiste nel dimostrare che la spiritualità non è frutto di una raccolta d'informazioni o esperienze ma è "pratica", svolta qui e ora. Per questo crediamo possa essere apprezzato da persone mosse dalla curiosità e desiderose di ampliare la conoscenza dello yoga. Non è dedicato ai principianti o agli esperti (anche perché crediamo siano solo sovrastrutture mentali), è per tutti coloro che cercano di ampliare il proprio livello di conoscenza." (Dalla prefazione di Marco Madrino) Con oltre 200 fotografie che illustrano con dovizia di particolari le posizioni yoga, i mudra e le tecniche pranayama Le opinioni dei lettori "Didatticamente molto valido per apprendere i fondamentali e migliorare la propria tecnica di esecuzione" (Maurizio, Macrolibrarsi) "Molto bello, approfondito ma non prolisso nelle descrizioni delle posture" (Roberta, Il Giardino dei Libri) "Questo è un bel libro perché è tutto da mettere in pratica sia per esperti che per chi si sta avvicinando al mondo dello yoga." (Auroraluce, Macrolibrarsi)

La guida pratica ed essenziale per il benessere del corpo e della mente con i rimedi della Natura Il mal di testa costituisce uno dei fastidi più comuni e la maggior parte delle persone si limita a fare uso di farmaci per placarlo. A volte basta provare qualche rimedio naturale o il cambiamento di abitudini sbagliate per trovare benefici duraturi. In questo ebook, l'autrice, naturopata ed esperta di terapie olistiche di ampia esperienza, ti offre soluzioni alternative alla cefalea, andando alle varie cause che la provocano, in un approccio naturopatico e olistico. Un prontuario semplice da consultare e ricco di consigli per imparare a ritrovare il benessere cambiando solo qualche abitudine, utilizzando i doni che la Natura ci offre, cambiando alimentazione e imparando a ripristinare l'armonia tra corpo e mente e l'equilibrio emotivo. Perché leggere questo ebook . Per scoprire le infinite risorse della Natura delle quali possiamo godere per il nostro benessere . Per capire il funzionamento del nostro corpo e della nostra mente . Per comprendere le varie e diverse cause del mal di testa e superarle A chi si rivolge l'ebook . A chi vuole una guida semplice e pratica per il proprio benessere . A chi vuole ritrovare salute ed energia e favorire il benessere sia del corpo sia dello spirito . A chi vuole utilizzare le medicine naturali come strumento di prevenzione . A chi sente l'esigenza di una maggiore attenzione al benessere e all'equilibrio di corpo, mente e spirito . A chi vuole avere uno strumento pratico per utilizzare in maniera consapevole le medicine naturali Indice completo dell'ebook . Introduzione . Come assumere fitoterapici, floriterapici e oli essenziali . Mal di testa da sinusite . Mal di testa da digestione difficile . Mal di testa da calo di zuccheri . Mal di testa nella sindrome premestruale . Mal di testa da bisogno di riposo . Mal di testa tensivo . Riflessologia plantare e auricoloterapia . Caffaina e mal di testa . Un rimedio a "largo spettro": l'olio essenziale di lavanda . Bibliografia

Il programma completo per accedere e utilizzare le risorse e le facoltà più profonde della tua mente p.p1 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; text-align: justify; font: 14.0px 'Gill Sans Light'} p.p2 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; text-align: justify; font: 14.0px 'Gill Sans Light'; min-height: 16.0px} p.p3 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; font: 14.0px 'Gill Sans Light'} p.p4 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; font: 14.0px 'Gill Sans Light'; min-height: 16.0px} span.s1 {letter-spacing:

0.0px} span.s2 {font: 14.0px 'Times New Roman'; letter-spacing: 0.0px} Oltre al testo, l'ebook contiene i link per scaricare . Gli audio completi del programma (durata complessiva: oltre due ore e trenta minuti) . Audio streaming: puoi ascoltare gli audio delle tecniche guidate direttamente dal tuo tablet o smartphone . Audio download: puoi scaricare gli audio delle tecniche sul tuo computer Questo programma ti porterà oltre i confini della tua mente. Con questo programma imparerai infatti a utilizzare la tua mente in un modo che finora, probabilmente, non hai mai fatto: per metterti in connessione con “energie” profonde e reali che ti permetteranno di ottenere informazioni, suggerimenti e risposte alle tue domande in un modo che mai prima avresti pensato di fare. I “consiglieri Theta” sono energie psichiche e spirituali specifiche, che non sono “tue”, che non appartengono alla tua identità individuale, ma che sono realmente presenti nel campo psichico-cosmico del Tutto in cui siamo immersi e a cui siamo interconnessi. Con questo programma entrerai in diretto contatto con le figure che più ti ispirano, per ricevere da loro reali consigli, idee e risposte. Accederai a un luogo “assolutamente altro” e “assolutamente oltre” quello ordinario, un luogo totalmente tuo, dove sei completamente cosciente ma dove puoi processare informazioni, elaborare idee, ricevere ispirazioni in un modo completamente sconosciuto alla realtà ordinaria, più veloce, più efficace, più sorprendente. Le tre tecniche del programma sono: 1. Acquisizione del carattere dei consiglieri. Con questa tecnica apprenderai come assorbire la specifica energia-carattere del consigliere a cui ti rivolgi, connettendoti a livello profondo con la sua dimensione psichica e spirituale. 2. Identificazione con l'immagine dei consiglieri. Con questa tecnica entrerai in connessione diretta con un consigliere che scegli e potrai ricevere risposte dirette alle tue domande. 3. Il consiglio Theta. Con questa tecnica completa entrerai in connessione con i consiglieri Theta per ricevere informazioni ed elaborare strategie, idee, soluzioni o risolvere problemi con risultati di cui sarai tu in prima persona a sperimentare la straordinarietà. Il Metodo Silva prende il nome dal suo originatore, il texano José Silva (1914-1999), che a partire dai suoi studi di elettrotecnica e spinto da una sete di conoscenza straordinaria, per tutta la sua vita ha dedicato la sua ricerca ai sistemi più veloci ed efficaci per utilizzare al massimo grado le potenzialità della nostra mente. Perché leggere e ascoltare questo ebook . Per imparare a controllare la tua mente . Per conoscere le tue potenzialità . Per entrare in connessione profonda con te stesso . Per imparare a costruire pensieri e idee positivi giorno dopo giorno, grazie a un metodo pratico ed efficace A chi si rivolge l'ebook . A chi vuole seguire un metodo pratico per ampliare la conoscenza di sé . A chi desidera raggiungere la piena consapevolezza della propria mente . A chi vuole mettere in pratica una tecnica fondamentale per la propria crescita personale . A chi desidera esprimere al massimo le proprie potenzialità

Un libro per mettere in pratica ogni giorno i principi fondamentali dello spirito hawaiano di gioia e saggezza Steven Bailey, autore best seller esperto di Ho'oponopono e Huna, ti guida in un programma pratico e progressivo di guarigione spirituale composto di 21 tecniche specifiche di Ho'oponopono. Questo programma avanzato si basa sul lavoro di Mornah Simeona, la grande sciamana kahuna che ha divulgato il sistema spirituale Ho'oponopono e l'ha reso praticabile da noi occidentali e in forma individuale adatta a tutti. Quello che trovi in questo programma non è una introduzione al sistema spirituale hawaiano Ho'oponopono ma una sua immediata applicazione pratica nella tua vita quotidiana con un obiettivo specifico: realizzare la guarigione spirituale in sé, negli altri, e nel mondo. Questo programma è progettato per essere eseguito in cicli di 7 giorni, un ciclo al mese. Ogni giorno è dedicato a una specifica “Azione di guarigione” ed è costituito da 3 tecniche. Puoi usare questo programma come vuoi, al di là della programmazione proposta. Ogni tecnica può essere utilizzata liberamente, singolarmente, e puoi costruire autonomamente i tuoi programmi di guarigione spirituale utilizzando una o più tecniche combinate a tua scelta. Da questa prospettiva, hai a disposizione 21 tecniche di guarigione spirituale e puoi sbizzarrirti quanto vuoi e sperimentare i tuoi programmi e le tue idee. Di tutte le tecniche hai la versione audio, che ti propone l'esecuzione guidata passo passo. Questo, oltre a facilitare l'esecuzione (e l'apprendimento, in modo da diventare progressivamente completamente autonomo), rafforza l'efficacia delle tecniche grazie a musiche speciali di Brainwave Entrainment, progettate per favorire il migliore stato subconscio e spirituale. Contenuti principali dell'ebook: . Introduzione al programma . Conoscenza essenziale di Ho'oponopono . Esecuzione del programma pratico . Programma pratico articolato in 7 giorni ciascuno con 3 tecniche guidate Perché leggere l'ebook . Per conoscere, approfondire e usare la potenza di Ho'oponopono . Per capire come funziona la tecnologia mentale e spirituale di Ho'oponopono . Per mettere in pratica per sé e gli altri la millenaria sapienza degli sciamani hawaiani . Per realizzare salute, felicità, pace con le tecniche di Ho'oponopono A chi si rivolge l'ebook . A chi vuole conoscere Ho'oponopono e usarlo per il miglioramento fisico, mentale, emozionale, relazionale, sociale, planetario, spirituale . A chi desidera avere un programma pratico sulla sapienza degli sciamani hawaiani . A chi vuole approfondire le tecniche di guarigione spirituale di Ho'oponopono . A chi vuole scoprire come ricevere benessere e felicità in ogni ambito della propria vita

Edizione inedita: ebook illustrato + audiolibro Con download della versione audio completa, per ascoltare l'audiolibro separatamente e autonomamente dall'ebook. In questo libro, il più completo scritto da Edward Bach sul significato e il senso del suo lavoro e diventato un punto di riferimento per generazioni, Bach illustra le ragioni e le motivazioni profonde, spirituali, del suo sistema di guarigione. Ogni malattia, dice Bach, nasce da un conflitto tra l'anima e lo Spirito. Il processo di guarigione, perciò, può essere completo solo se la cura sradica questo conflitto e riequilibra la mente, l'anima e il destino di ogni individuo. La rivoluzione che Bach attua sul concetto di malattia e di cura della malattia, ha effetti profondi di trasformazione che investono non solo il sistema medico ma il sistema sociale ed educativo nella sua interezza. Con questo libro beneficiamo di una guida straordinaria che ci fa comprendere la profondità del nostro essere individui unici in questo mondo unico, il privilegio di essere genitori, figli, allievi e insegnanti, e i divini valori dell'altruismo e dell'empatia.

“Gautama il Buddha ha sollevato l'interrogativo principale, la domanda chiave cui si trovano di fronte tutti coloro che hanno la capacità di indagare nel Vero, nella vita, nell'esistenza. Tra tutte le domande, la più importante è: in cosa consiste la vera felicità? Ed esiste una

possibilità di realizzarla? La vera felicità è veramente possibile, oppure ogni cosa è soltanto momentanea? La vita è solo un sogno, oppure in essa esiste anche qualcosa di sostanziale? L'esistenza inizia con la nascita e termina con la morte, oppure esiste qualcosa che trascende sia la nascita sia la morte? Infatti, senza l'eterno, la vera felicità non può affatto esistere. Con ciò che è momentaneo la felicità resta qualcosa di evanescente: esiste per un attimo, quello successivo è svanita, e tu vieni lasciato in una profonda disperazione, nell'oscurità più totale. Nella vita comune accade, le cose stanno così nella vita di chi non è risvegliato: ci sono momenti di beatitudine e momenti di infelicità; ogni cosa è confusa in un amalgama senza contorni precisi. Non puoi trattenere gli istanti di felicità che ti accadono: sopraggiungono inaspettati e inaspettatamente scompaiono, tu non li governi minimamente. Né puoi evitare i momenti di infelicità: anch'essi hanno un'esistenza propria, sopraggiungono inaspettatamente e inaspettatamente se ne vanno; tu sei semplicemente una vittima del loro andirivieni. E vivi lacerato tra queste due realtà: felicità e infelicità ti dominano senza lasciarti un attimo di quiete. Vivi lacerato da ogni sorta di dualismi..." Osho

Come migliorare la comunic-azione con i propri figli usando gli strumenti della Programmazione Neuro Linguistica. Con questo libro dal taglio pratico e divertente, l'autore intende fornire una diversa prospettiva all'approccio della comunicazione quotidiana tra genitori e figli. Le tecniche estremamente efficaci della PNL, la Programmazione Neuro Linguistica, vengono "tradotte" con dimostrazioni concrete e scene di vita colorate e aneddoti tratti direttamente dall'esperienza di questo tre-volte-papà che è, contemporaneamente, anche uno dei massimi esperti di PNL in Italia. Si parte dall'assunto che i nostri figli assorbono come spugne il ben-essere o il mal-essere che li circonda, pertanto dobbiamo essere noi genitori a cambiare per primi. Su questa convinzione di base si possono utilizzare tutti gli strumenti offerti dalla PNL per costruire autonomie e solide personalità, strumenti quali: . Il Ricalco per creare velocemente Sintonia . Le parole magiche e gli schemi di linguaggio ipnotico, da utilizzare a livello conversazionale . La programmazione mentale vincente nel sonno . Il generatore di nuovo comportamento . La cura veloce delle fobie . La gestione dello stato emotivo . La Time Line e gli Ancoraggi . Il braccio che sogna .

L'esercizio per la coerenza cardiaca e la felicità

In questo manuale trovi tutte le informazioni relative a tutti e tre i Livelli di Reiki (I, II livello e Master), con l'integrazione delle tecniche giapponesi originarie. Scoprirai la storia del Reiki e del suo fondatore Mikao Usui, aggiornata fino ai più recenti studi. L'autore ti accompagnerà alla scoperta e alla pratica di questa affascinante disciplina, passando dalla teoria degli 88.000 chakra ai rituali di apertura e chiusura, dalla decodifica delle sensazioni diverse delle mani alla spiegazione dettagliata dei Simboli e dei cerimoniali per le Sintonizzazioni fino a tutte, ma proprio tutte, le tipologie di Trattamento Reiki: . Autotrattamento . Trattamento Veloce . Trattamento Completo (in due versioni) . Trattamento a piante, animali, oggetti, alimenti, medicinali. . Trattamento di gruppo e di pronto soccorso . Trattamento energizzante alla caviglia e al polso . Trattamento di riequilibrio dei Chakra . Trattamento Mentale . Trattamento Sei Heki Chiryō per il cambiamento delle abitudini . Trattamento Emozionale sugli organi . Trattamento a Distanza . Pulizia energetica degli ambienti . Invio di energia attraverso il soffio (Kōki) e lo sguardo (Gyōshi) Con 32 Video Didattici curati dall'autore per illustrare in modo pratico ed efficace le tecniche esaminate. L'ebook è realizzato in partnership da L'Altra Medicina Magazine.

In questo manuale troverete tutte le informazioni necessarie dal primo livello al secondo e in fine per diventare un Master Reiki. Inoltre sono incluse le cerimonie dal primo al terzo livello. Non è possibile praticare o insegnare Reiki senza essere stati prima iniziati da un Master Reiki. La tradizione esoterica esplora da sempre le dimensioni invisibili, che non sono percepibili dai sensi ordinari. Recentemente anche la scienza, con le incredibili scoperte della Fisica Quantistica, ha iniziato a postularne l'esistenza. In questi mondi sottili si trovano gli ancestrali Luoghi di Potere, dove è possibile attingere a possenti energie cosmiche, e persino raggiungere i piani divini. I loro ingressi sono i Portali Quantici, situati nel Campo Quantico e nei luoghi sacri, custoditi da immortali Maestri di Luce. In questo viaggio straordinario, riceverai l'Iniziazione per accedere a otto Portali, grazie ai quali potrai ottenere: forza e conoscenza, guarigione energetica, amore e relazioni, perdono, prosperità economica, potenziamento del terzo occhio e del tuo potere magico personale. L'ultima tappa sarà il misterioso Portale Numero Zero, ossia l'accesso diretto alla Sorgente di Amore Universale. Solo i grandi mistici vi sono giunti. Tu cosa ci troverai?

"Per millenni, giorno dopo giorno, la debole luce della Luna veniva oscurata dal Sole. Finché un giorno, poco prima dell'alba, la Luna invasa dalla tristezza per aver passato anni all'oscurità dell'astro, pianse, ma accadde una cosa che la Luna non aveva previsto. Una lacrima cadde sulla terra e si trasformò in cristallo, una gemma che aveva l'energia e l'anima della Luna". Questa è la storia che viene raccontata a Kris, un giovane ragazzo di ventidue anni molto curioso e intraprendente, il giorno in cui riceve l'eredità di famiglia. La lacrima caduta sulla terra, il Cristallo della Luna, passato da madre in figlia e da padre in figlio fino a lui. Generazioni trascorse nell'attesa dell'Erede designato, nell'attesa del figlio in grado di legarsi al Cristallo e attingere al potere della Luna. Kris scoprirà la meraviglia per una nuova sconvolgente realtà piena di potere e magia. Si intreccerà con persone che lo aiuteranno a crescere e ad affrontare la perdita, la frustrazione e la vergogna. Riuscirà Kris a maneggiare forze a lui sconosciute? Ed essere un degno Erede della Luna?

0 false 14 18 pt 18 pt 0 0 false false false /* Style Definitions */ table.MsoNormalTable {mso-style-name:"Tabella normale"; mso-tstyle-rowband-size:0; mso-tstyle-colband-size:0; mso-style-noshow:yes; mso-style-parent:""; mso-padding-alt:0cm 5.4pt 0cm 5.4pt; mso-para-margin:0cm; mso-para-margin-bottom:.0001pt; mso-pagination:widow-orphan; font-size:12.0pt; font-family:"Times New Roman"; mso-ascii-font-family:Cambria; mso-ascii-theme-font:minor-latin; mso-fareast-font-family:"Times New Roman"; mso-fareast-theme-font:minor-fareast; mso-hansi-font-family:Cambria; mso-hansi-theme-font:minor-latin; mso-bidi-font-family:"Times New Roman"; mso-bidi-theme-font:minor-bidi;}

Armati di cesto, scarpe da passeggio, voglia di scoprire e acquolina in bocca, siete pronti per iniziare il viaggio alla scoperta delle erbe commestibili. Prati e boschi ci attendono per offrirvi squisite leccornie da stufare, lessare o gustare crude, per dare vita a un tripudio di sapori benefici anche per il nostro organismo. Questo libro racconta il viaggio nel mondo delle erbe commestibili: la loro storia in giro per l'Italia, come riconoscerle, conservarle, cucinarle ed entrare in contatto con le loro energie più sottili. Un patrimonio culturale e mangereccio da riconquistare andando a spasso, tra i fiori giallo oro del tarassaco, le foglie lanceolate della piantaggine e quelle grasse della portulaca, fino ad arrivare in cima a una robinia per afferrare (e poi mangiare) le profumatissime ciocche bianche di questo bistrattatissimo albero. Contenuti dell'ebook: . 31 piante commestibili della flora italiana descritte.

0 false 14 18 pt 18 pt 0 0 false false false /* Style Definitions */ table.MsoNormalTable {mso-style-name:"Tabella normale"; mso-tstyle-rowband-size:0; mso-tstyle-colband-size:0; mso-style-noshow:yes; mso-style-parent:""; mso-padding-alt:0cm 5.4pt 0cm 5.4pt; mso-para-margin:0cm; mso-para-margin-bottom:.0001pt; mso-pagination:widow-orphan; font-size:12.0pt; font-family:"Times New Roman"; mso-ascii-font-family:Cambria; mso-ascii-theme-font:minor-latin; mso-fareast-font-family:"Times New Roman"; mso-fareast-theme-font:minor-fareast; mso-hansi-font-family:Cambria; mso-hansi-theme-font:minor-latin; mso-bidi-font-family:"Times New Roman"; mso-bidi-theme-font:minor-bidi;} . 34 ricette dall'antipasto agli sciroppi a base di erbe e fiori.

Scopri in quanti modi la Natura ti aiuta nella tua ricerca del benessere Le medicine naturali rappresentano un patrimonio vastissimo di cultura per il benessere che si è sviluppato nel corso dei secoli, in diverse aree del mondo. Si tratta di un insieme di conoscenze volte all'armonia dell'uomo con gli elementi e le energie che lo circondano come via per il benessere. In questo ebook, chiaro, schematico e alla portata di tutti, potrai trovare un'introduzione a quelle terapie che utilizzano gli strumenti che ci offre la Natura, scoprendo che abbiamo un intero mondo a disposizione, creato apposta per noi per farci star bene, se impariamo a conoscerlo e ad affidarci a esso. Perché leggere questo ebook . Per scoprire le infinite risorse della Natura delle quali possiamo godere per il nostro benessere . Per capire il funzionamento del nostro corpo e della nostra mente . Per capire cosa si intende per Terapie Olistiche e Omeopatia e su quali basi filosofiche si fondano . Per capire in quali casi le Medicine Naturali hanno una comprovata dignità scientifica e sono considerate benefiche da tutta la comunità medica A chi si rivolge l'ebook . A chi vuole una guida introduttiva semplice ma completa alle Medicine Naturali . A chi vuole ritrovare salute ed energia

e favorire il benessere sia del corpo sia dello spirito . A chi vuole utilizzare le Medicine Naturali come strumento di prevenzione . A chi sente l'esigenza di una maggiore attenzione al benessere e all'equilibrio di corpo, mente e spirito . A chi vuole avere uno strumento pratico per utilizzare in maniera consapevole le Medicine Naturali Indice completo dell'ebook . Introduzione . Che cos'è la Medicina Olistica . Tra Natura e Scienza . I principi dell'Omeopatia . Un aiuto dalla Natura: floriterapia, gemmoterapia, aromaterapia, idroterapia, talassoterapia Dopo il successo di Io sono il Verbo, Paul Selig torna sulla scena letteraria del panorama spirituale con la sua seconda opera: Il libro dell'Amore e della Creazione. In questo testo, canalizzato in un modo ancor più incisivo, viene offerta al lettore l'opportunità di calarsi dentro la propria capacità di riconnettersi con l'intuizione, il sentire e la consapevolezza interiore, creando un ponte tra la "chiamata" spirituale e l'esigenza di interfacciarsi con la realtà della vita di tutti i giorni. I maestri invisibili permettono, sia a veterani che a neofiti sulla strada della conoscenza dell'anima, di avvicinarsi passo dopo passo al vero significato dell'Amore che produce nuovi impulsi per nuove creazioni in grado di stupire chiunque per la naturalezza e la semplicità con le quali si possono manifestare. Meditazioni, esercizi e introspezioni psicologiche e affermazioni sono il mezzo di cui è ricco il libro per approdare a quel cambiamento positivo che ogni persona cerca per la propria vita. Il libro dell'Amore e della Creazione arricchisce con un contributo altamente prezioso il corpo di insegnamenti canalizzati che si stanno diffondendo in tutto il mondo come strumento del risveglio delle coscienze.

Un metodo per migliorare la tua vita, in armonia con i tuoi pensieri, le tue emozioni e le tue relazioni p.p1 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; text-align: justify; font: 14.0px 'Gill Sans Light'} p.p2 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; text-align: justify; font: 14.0px 'Gill Sans Light'; min-height: 16.0px} span.s1 {letter-spacing: 0.0px} Questo libro inizia con una domanda tanto semplice quanto complessa da risolvere: "cosa vuol dire benessere?". L'autrice, psicologa e ideatrice del progetto di crescita personale MindWellness, risponde a questa domanda e mostra che lo stato di benessere è un processo, è una continua evoluzione, una continua ricerca. Per vivere la propria esistenza in uno stato di benessere totale, in armonia di corpo e mente, in sincronia con se stessi e gli altri, in un cammino di continue sfide e di nuovi equilibri, l'autrice propone un percorso articolato in tre fasi, il percorso MindWellness. La prima fase, denominata Mind Relaxing, ha lo scopo di farti scoprire e valorizzare la connessione tra mente e corpo. La seconda fase, Emotional Training, ti fa focalizzare sulle tue emozioni per conoscerle, gestirle e utilizzare per il benessere. La terza fase, chiamata Social Training, ha l'obiettivo di farti acquisire consapevolezza delle tue dinamiche relazionali e vivere il rapporto con gli altri in modo costruttivo. Le tre tappe sono uno stimolo a intraprendere una nuova strada di sfide a te stesso, obiettivi più focalizzati e maggiore consapevolezza del tuo potenziale. "Questo libro stimola a riflettere su noi stessi, sulla nostra vita, sul nostro passato e su come attingere da esso, dai successi e dai fallimenti che lo hanno contraddistinto, per agire al meglio nel presente e costruire un piacevole futuro." (dalla Prefazione di Giuseppe Vercelli, psicoterapeuta e psicologo dello sport) Contenuti principali . Prefazione a cura di Giuseppe Vercelli . Cosa si intende per benessere . Uscire dalla zona di comfort . Sincronia mente e corpo . Le emozioni sono il motore delle nostre azioni . Come sviluppare l'empatia . Vivere relazioni autentiche e felici . Indicazioni pratiche ed esercizi Perché leggere questo ebook . Per avere strumenti pratici per il miglioramento di sé e l'equilibrio a livello fisico, mentale, emozionale e relazionale . Per acquisire una maggiore consapevolezza delle proprie emozioni e dei propri processi mentali . Per ottenere una maggiore qualità della vita, dal lavoro, alla salute fino ai rapporti personali . Per costruire la vita che realmente si desidera e viverla con soddisfazione . Per vivere ogni momento con gioia, vitalità e gratitudine A chi si rivolge l'ebook . A chi vuole una guida semplice e pratica per il proprio benessere . A chi vuole ritrovare e favorire l'equilibrio tra pensieri, emozioni, azioni e relazioni . A chi vuole conoscere e utilizzare un metodo semplice e adatto a tutti . A chi vuole scoprire e utilizzare in maniera consapevole il proprio potenziale

Edizione inedita: ebook illustrato + audiolibro. Con download della versione audio completa, per ascoltare l'audiolibro separatamente e autonomamente dall'ebook. Le vere cause della malattia e le erbe dei campi per la vera guarigione. Questo è uno dei capolavori del grande Edward Bach, il creatore del sistema di cura con le erbe dei campi che prende il suo nome, i Fiori di Bach. In questo meraviglioso testo potrai comprendere, con parole semplici e perfette, come le vere cause di ogni malattia non siano nel corpo ma nel conflitto tra anima e spirito e come le straordinarie erbe dei campi che Bach ha selezionato in 12 semplici e perfetti rimedi, potrai guarire ogni persona, a cominciare da te stesso.

Contiene tutti e tre gli episodi di "Il fato dell'alfa"! Qualcosa di malvagio è diretto a Tarker's Hollow... Ainsley Connor deve affrontare ancora la sua sfida più difficile. Partito il suo compagno, è rimasta sola a difendere il suo territorio dai lupi rivali, dalla magia oscura e, peggio che mai, dalla minaccia di poter perdere il branco se non farà una buona impressione sui suoi superiori. Erik Jensen non è chi dice di essere. Quando arriva alla città dei mutaforma di Copper Creek per dare una mano dopo un incidente in miniera, scopre che sta succedendo molto di più di quanto si veda a prima vista. Ora deve scoprire il segreto della assonnata cittadina, prima che i lupi scoprano il suo. Grace Kwan-Cortez sa quanto sia difficile essere un poliziotto in una città piena di mutaforma, magia e chissà cos'altro. Quello a cui non è preparata sono i sentimenti che non riesce a scuotere via da quando ha incontrato Julian. E non riesce a decidere quale sia la possibilità che teme di più, che lui l'abbia catturata in un qualche tipo di incantesimo o che quei sentimenti possano essere reali. Julian Magie ha in suo possesso alcune informazioni che possono cambiare Tarker's Hollow e il mondo, per sempre. Combattuto tra il dovere per il quale ha giurato e la lealtà nei confronti dei suoi amici, Julian deve decidere di chi fidarsi e a chi essere veramente fedele. La storia completa... "Il fato dell'alfa: il pacchetto completo" contiene tutti e tre gli episodi della serie "Il fato dell'alfa" in un solo volume, una storia completa di oltre 400 pagine, senza dover aspettare la puntata successiva, e SENZA FINALI SOSPESI!

Contiene l'audio completo della tecnica, in stream e download Strumenti per la tua crescita personale e il tuo miglioramento quotidiano. Strumenti per esprimere al massimo il tuo potenziale e migliorare la qualità della tua vita. Strumenti semplici, pratici, diretti, a un prezzo straordinariamente conveniente. è questo lo spirito con cui abbiamo progettato la serie sulla visualizzazione. In questo esercizio visualizzerai un organo del tuo corpo, e attiverai le tue risorse mentali per "trasformarlo" in senso positivo. Con la visualizzazione di un organo del corpo perciò creerai il tuo organo con l'occhio della mente e utilizzerai quella che è la funzione principale della visualizzazione, la sua essenza creativa: costruirai, attraverso la tua conoscenza e la tua immaginazione e attivando tutte le tue risorse psichiche, razionali e creative, un'immagine reale del tuo organo che non sarà solo una rappresentazione ma la vera realtà di cui farai esperienza. Esegui questa tecnica ogni volta che vuoi riconnetterti con gli organi del tuo corpo e come meravigliosa esperienza di salute e di prevenzione "mentale".

Una guida dolce alla consapevolezza di sé e all'interazione diretta con la propria energia vitale. Una raccolta di esercizi/meditazioni collaudati grazie a cui imparare a: -Accendere l'energia nelle mani, percepire l'energia vitale e lasciare scorrere i flussi energetici nel corpo -Visualizzare il campo energetico, interagire con i centri principali di energia e i canali

energetici -Equilibrare l'energia degli ambienti, aprire uno spazio sacro e restare centrati in ambienti difficili -Radicarsi e connettersi alla Terra e alla Luce -Espandere energeticamente mente e cuore, essere presenti e abitare il corpo -Proteggere la propria integrità energetica e i propri confini. -Relazionarsi energeticamente agli altri, trovare dentro di sé la propria fonte di energia e mantenere intatto il proprio campo di energia vitale -Osservarsi e ascoltarsi su più piani, trasformare i dialoghi mentali e comunicare con la voce interiore -Benedire, perdonare e pregare come possibilità per portare pace nel nostro passato, nel femminile e nel maschile dentro di noi e nell'albero genealogico -Lasciare andare i pesi, le responsabilità, la tendenza all'identificazione e al controllo Info www.guidaalsottile.it

Cambia la tua realtà e ottieni per te ciò che veramente meriti! Oltre al testo, l'ebook contiene . Gli audio della tecnica (durata complessiva: oltre 50 minuti) . Audio streaming: puoi ascoltare gli audio direttamente dal tuo tablet o smartphone . Audio download: puoi scaricare gli audio sul tuo computer . Le immagini che ti mostrano la posizione esatta dei punti energetici . 12 mandala (da scaricare anche in PDF), che utilizzerai durante l'esecuzione della tecnica L'intenzione è energia psichica in grado di influenzare la realtà e il mondo materiale. La forza della nostra mente, come insegnano il Transurfing e altre discipline olistiche e quantistiche all'avanguardia, può davvero cambiare la realtà e il mondo materiale. Con questa tecnica sperimenterai direttamente e imparerai a utilizzare consapevolmente la tua energia dell'intenzione: attiverai il tuo potenziale energetico (il reclutamento dell'energia psichica) e lo indirizzerai verso i tuoi obiettivi, concentrando la tua intenzione. "L'energia entra nel corpo di una persona formata dai pensieri e in uscita acquista i parametri corrispondenti a questi pensieri. L'energia modulata dai pensieri si dispone nel settore corrispondente dello spazio della variante e ciò permette la realizzazione materiale della variante." (Vadim Zeland, "Avanti nel passato") Con questa tecnica guidata . Prenderai confidenza con la percezione fisica della tua energia . Attiverai poi questa energia consapevolmente, e la dirigerai intenzionalmente in tutte le parti del tuo corpo. . Concentrerai e indirizzerai la tua energia dell'intenzione su un'immagine simbolica molto potente, il mandala. Oltre all'esecuzione della tecnica questo ebook contiene . Un'introduzione al concetto di Energia psichica . Come l'energia psichica agisce anche sulla realtà esterna . Un'introduzione al concetto di intenzione . Un'introduzione alla simbologia dei mandala, che utilizzerai nel corso di questa tecnica

La natura, con gli oli essenziali, ci offre uno strumento validissimo e molto versatile per raggiungere e mantenere il nostro benessere psicofisico. Gli oli essenziali sono infatti in grado di agire sull'organismo contemporaneamente sia a livello fisico che mentale e spirituale, raggiungendo così una completezza che pochi altri rimedi naturali riescono ad avere. Se usati nel modo corretto è possibile utilizzarli in tutta sicurezza godendo a pieno degli effetti benefici con pochi e semplici accorgimenti. Un olio essenziale infatti può essere annusato, respirato profondamente grazie ai diffusori, può essere aggiunto all'acqua del bagno o per pediluvi, alla crema corpo o all'olio da massaggio. Con il terzo ebook della serie "Oli essenziali per le stagioni" l'autrice ci offre un pratico prontuario per iniziare e vivere al meglio la primavera aiutandoci ad alleviare i tipici "malesseri" di questa stagione con gli oli essenziali. Oli essenziali per: . Combattere le allergie . Attenuare lo stress . Lenire le punture di insetto . Affievolire il gonfiore alle gambe e i cali di pressione ...e molto altro

p.p1 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; text-align: justify; font: 14.0px 'Gill Sans Light'; color: #000000; -webkit-text-stroke: #000000} p.p2 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; text-align: justify; font: 14.0px 'Gill Sans Light'; color: #000000; -webkit-text-stroke: #000000; min-height: 16.0px} p.p3 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; text-align: justify; font: 14.0px 'Gill Sans Light'; color: #000000; -webkit-text-stroke: #000000; background-color: #ffffff} span.s1 {font-kerning: none} Accedi al tuo potere creativo per guarire e trasformare la tua vita La Matrix Energetics nasce in risposta all'esigenza del dottor Richard Bartlett, suo ufficiale ideatore, di costituire un metodo di guarigione oltre i confini della medicina tradizionale. Sia da un punto di vista teorico sia da un punto di vista operativo, il sistema della Matrix Energetics è una tecnologia quantica. Il suo obiettivo è insegnare a chiunque come accedere al proprio potere per guarire e trasformare la propria vita e costruire e modificare la realtà. In questo libro potrai fare esperienza della Matrix Energetics più profondamente di come faresti con il solo livello teorico. Il libro infatti è suddiviso in quattro parti che costituiscono un programma di conoscenza e pratica: . Nella prima parte del libro affronterai le tematiche che stanno alla base della Matrix Energetics, vale a dire i principi della fisica quantistica, la disciplina che ha cambiato radicalmente il modo di vedere la realtà e di interpretare le leggi della natura. . Nella seconda parte scenderai più nei dettagli e conoscerai la Matrix Energetics. Avrai a tua disposizione già otto semplici esercizi con cui fare pratica con le energie dell'Universo e della tua mente. . Nella terza parte scoprirai nel dettaglio i principi e le tecniche fondamentali della Matrix Energetics: la tecnica dei Due Punti, la tecnica degli Archetipi, il viaggio nel tempo e il viaggio nello spazio. . Nella quarta parte conoscerai le ventuno frequenze universali; suoni, luci e colori per portare benessere a ogni livello del tuo essere. Di ogni frequenza potrai scoprire le parole chiave, i colori associati e i suoi effetti su corpo, mente e spirito. Contenuti principali dell'ebook . Dalla fisica classica alla fisica quantistica . Il potere della prospettiva . Cos'è e come funziona la Matrix Energetics . Tecniche guidate in pratica . Le ventuno frequenze universali Perché leggere questo ebook . Per avere un'introduzione alla teoria e ai testi di Richard Bartlett . Per comprendere i fondamenti della Matrix Energetics . Per conoscere come possiamo trascendere i limiti del nostro corpo . Per avere uno strumento introduttivo alle nuove frontiere della guarigione energetica A chi si rivolge l'ebook . A tutti coloro che sono interessati a comprendere il funzionamento dei processi mentali e come influenzano il nostro corpo . A coloro che vogliono approfondire le teorie della guarigione quantistica . Ai professionisti del benessere che vogliono avere un'introduzione al pensiero di Richard Bartlett

Questo primo volume ti accompagnerà nella ritualistica necessaria per iniziare e proseguire correttamente sul Sentiero. Dalle basi alla pratica più inoltrata, con "Il Compendio della Strega" capirai come percepire le energie, manipolarle e dirigerle: una cosa che è importantissima nell'esoterismo. Apprenderai i rituali di purificazione, di protezione, per attirare la fortuna, l'amore o il denaro; riti di guarigione e per influenzare il meteo. Non manca il prezioso e precluso ai più "Sigillum Oculi", creato con l'aiuto degli Spiriti e le Entità stesse. Ma molto, molto altro in queste pagine ti sta aspettando. Dèvera Blackmind, in seguito ai numerosi anni di studio nel campo Esoterico e confronti di vario genere, ha potuto realizzare testi dove non si deve appartenere a una o un'altra Via spirituale per praticare l'Arte.

p.p1 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; text-align: justify; font: 14.0px 'Gill Sans Light'} p.p2 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px

0.0px; text-align: justify; font: 14.0px 'Gill Sans Light'; min-height: 16.0px} span.s1 {letter-spacing: 0.0px} La saggezza dei grandi maestri guerrieri orientali per conquistare una vita felice Questo libro racchiude dieci strategie desunte dai testi e dagli insegnamenti dei più grandi maestri guerrieri orientali. Qui trovi dieci leggi mentali che ti permettono di prendere in mano la tua vita e di guidarla verso la direzione in cui veramente vuoi andare. Queste dieci strategie ti permettono di addestrare la tua mente per farla diventare la tua guida per attraversare le prove della vita, mantenere forte la tua resistenza e salda la tua determinazione di conquistare una vita felice. Le dieci strategie raccolte nel libro: Accetta tutto come è Liberati dall'attaccamento Percepisci quello che non puoi vedere con gli occhi Non invidiare nessuno Non sopravvalutarti mai Non sottovalutarti mai Adattati a ogni situazione Migliora sempre Tu sei l'artefice del tuo destino Crea i tuoi migliori pensieri "Il bambù che si piega è più forte della quercia che si spezza." Contenuti principali .

L'atteggiamento di accettazione . Il non attaccamento . Uscire dalla zona di comfort . Andare oltre la superficie . Portare l'attenzione dentro se stessi . Adattarsi al cambiamento . Migliorare sempre . Cambiare i pensieri per cambiare vita Perché leggere questo ebook . Per avere strategie e indicazioni per il miglioramento di sé e l'avanzamento spirituale . Per acquisire una maggiore consapevolezza del proprio potere personale . Per conoscere e acquisire l'atteggiamento migliore per affrontare le sfide della vita . Per realizzarsi e vivere la verità che ognuno si merita con soddisfazione . Per affrontare gli eventi della vita con fermezza, determinazione e consapevolezza A chi si rivolge l'ebook . A chi vuole conoscere la filosofia dietro i pensieri e le azioni dei grandi maestri orientali e dei guerrieri che hanno fatto la storia . A chi vuole avanzare e migliorare continuamente . A chi vuole conoscere e utilizzare dieci comprovate strategie per una vita felice . A chi vuole scoprire e utilizzare in maniera consapevole il proprio potenziale

Kryon è l'Entità Angelica più vicina a Dio che sia possibile contattare, poiché sta eseguendo un lavoro di trasformazione energetica del Pianeta per portarlo ad un livello vibrazionale ed evolutivo superiore a quello che fino ad ora è esistito. Il buon pane, oltre che essere il titolo della prima canalizzazione, è anche la sintesi del lavoro di Kryon racchiuso in questo libro. Difatti come si fa con il pane, vi sono racchiusi diversi ingredienti, che sono il modo di porsi di Kryon in queste canalizzazioni. Il cambiamento vibrazionale di questo Pianeta pone gli esseri umani di fronte alla scelta di compiere o meno un percorso evolutivo. Questo non tanto per ragioni mistiche o religiose, ma per ragioni energetiche ben precise. Con l'innalzarsi delle vibrazione terrestre, l'aspetto fisico, psicologico e mentale delle persone si deve adeguare a questa nuova situazione. Il termine per compiere questo balzo energetico ed evolutivo è fissato tra il 2011 ed il 2013. La parte più importante e rilevante di questo cambiamento è il ritorno al perfetto funzionamento della coscienza etica, sia collettiva sia individuale, e quindi della Compassione. Nei prossimi 2000 anni potrai ricordare le tue memorie evolutive senza problemi, perché queste non impediranno più alla tua coscienza, alla tua consapevolezza di procedere nella tua evoluzione.

Oltre al testo questo ebook contiene . Gli audio della tecnica guidata (durata complessiva: circa 38 minuti) . Audio streaming: puoi ascoltare gli audio direttamente dal tuo tablet o smartphone . Audio download: puoi scaricare gli audio sul tuo computer Ho'oponopono è un processo di risoluzione dei problemi che coinvolge prima di tutto te, attraverso la cancellazione delle tue memorie e credenze subconscie che si riflettono in ogni situazione e condizione che vivi.

L'Amore è lo strumento più potente che esista al mondo. Ma per affidarti all'Amore universale attraverso il processo di ripulitura devi prima di tutto amare te stesso/te stessa. Quello di cui sarai protagonista è uno splendido processo di liberazione emozionale e di integrazione divina con te stesso/te stessa. Questa tecnica ti guida nel processo dell'amare se stessi di Ho'oponopono. Eseguendo questa tecnica: . Utilizzerai l'energia delle tue mani (attraverso il processo di pranizzazione) per portare la tua energia nel tuo corpo . Ritroverai il pieno contatto con il tuo corpo posizionando le mani in specifiche zone emozionali (chakra) . Utilizzerai la ripetizione del mantra "ti amo" associata a questa azione per attivare il processo di Ho'oponopono su ogni specifica zona emozionale che corrisponde a uno specifico significato dell'amare se stessi . Utilizzerai i suoni binaurali, uno per ogni zona energetica, per favorire l'attivazione delle onde theta, le onde cerebrali attivate dagli stati meditativi e autoipnotici, che potenziano perciò l'azione di ripulitura delle memorie subconscie Oltre alla tecnica apprenderai: . Cosa significa amare stessi secondo Ho'oponopono . Come funziona il mantra di Ho'oponopono "ti amo" . A pranizzare le tue mani e a pranizzare specifiche zone energetiche . La funzione emozionale delle zone energetiche del tuo corpo (chakra) . L'uso e la funzione dei suoni binaurali

Vivi la vita che desideri attraverso i rituali di cristalloterapia per la casa, la carriera, la ricchezza e l'amore. I rituali con i cristalli canalizzano i desideri interiori al fine di mettere in atto un cambiamento esteriore. In questo libro imparerai ad applicare in modo pratico i principi della cristalloterapia e a vivere la vita che desideri a casa, sul lavoro e in amore. Dalla guarigione di un cuore infranto alla rimozione degli ostacoli di carriera o, ancora, alla stimolazione della creatività tra le mura domestiche, i rituali di cristalloterapia diverranno parte della tua quotidianità. Attraverso l'illustrazione di 100 profili di cristalli e delle loro proprietà curative, assieme a un vademecum introduttivo sull'armonizzazione delle energie cristalline, Il Significato dei Cristalli rappresenta una guida completa e pragmatica alla guarigione attraverso l'utilizzo di queste pietre. Cristalloterapia spiega come richiamare l'energia dei cristalli e come manifestare con determinazione le intenzioni. 60 rituali per la guarigione da ostacoli reali in amore, nelle relazioni, nella carriera e nella vita di casa. 100 profili di cristalli di quelli più comuni, con informazioni pratiche su come utilizzarli per raggiungere i tuoi obiettivi di vita. I rituali con i cristalli comprendono apertura all'amor proprio, ripristino delle relazioni, crescita dell'autostima, della motivazione e della produttività, purificazione e molto altro ancora!

Sviluppa e usa l'energia Reiki per il tuo benessere e di chi ti circonda p.p1 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; text-align: justify; font: 14.0px 'Gill Sans Light'} p.p2 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; text-align: justify; font: 14.0px 'Gill Sans Light'; min-height: 16.0px} p.p3 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; text-align: justify; font: 14.0px 'Gill Sans Light'; background-color: #07f900; min-height: 16.0px} p.p4 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; font: 14.0px 'Gill Sans Light'} span.s1 {letter-spacing: 0.0px} span.s2 {font: 14.0px 'Times New Roman'; letter-spacing: 0.0px} span.s3 {font: 14.0px

Garamond; letter-spacing: 0.0px} Oltre al testo, l'ebook contiene i link per scaricare . Gli audio completi della tecnica (durata complessiva: due ore) . Audio streaming: puoi ascoltare gli audio delle tecniche guidate direttamente dal tuo tablet o smartphone . Audio download: puoi scaricare gli audio delle tecniche sul tuo computer Questa serie ti propone diverse tecniche guidate e programmi pratici per insegnarti a usare il Reiki come forza vitale, come azione spirituale e come capacità di cura naturale. Il Reiki è un sistema di guarigione naturale che ci è dato dall'Universo. Ci permette di entrare in connessione diretta con l'energia di guarigione, applicabile alla dimensione fisica, a quella mentale e a quella spirituale. Questo programma, articolato in cinque passi, ti fornisce gli strumenti più semplici ed efficaci per permetterti di sviluppare al meglio la tua capacità di sentire e usare l'energia Reiki. I cinque passi del programma: . Primo passo. Sentire l'energia Imparerai per prima cosa a respirare correttamente poi apprenderai una tecnica che ti permette di sensibilizzare le mani per sentire fisicamente l'energia Reiki. . Secondo passo. Assorbire l'energia Questo passo ti insegna ad assorbire l'energia universale, mettendoti in contatto con essa, e a rilasciarla dalle mani, in un ciclo vitalizzante che ti permette di usare l'energia Reiki in modo corretto – cioè come riserva infinita di vita. . Terzo passo. Ripulire l'energia Apprenderai una potente tecnica – che abbina energizzazione, meditazione e visualizzazione – che ti permette di ripulire l'energia Reiki prima dell'inizio del trattamento. . Quarto passo. Dirigere l'energia Imparerai a dirigere intenzionalmente l'energia Reiki, a guidarla e a sentire il flusso di energia da te diretto. . Quinto passo. Ripulire un ambiente Imparerai ad applicare l'energia sperimentando un primo trattamento “avanzato”: la ripulitura energetica di un ambiente. Perché leggere e ascoltare questo ebook . Per imparare a conoscere e usare l'energia Reiki e utilizzare le mani come canale per applicarne l'energia guaritrice . Per scoprire quali sono i “veleni” del corpo e della mente che inibiscono il flusso dell'energia Reiki . Per avere un programma strutturato da seguire ogni giorno per sentire, assorbire, ripulire e dirigere l'energia Reiki in se stessi e nell'ambiente A chi si rivolge l'ebook . A chi vuole conoscere, sviluppare e controllare l'energia Reiki . A chi desidera raggiungere uno stato di benessere duraturo per se stesso e gli altri . A chi vuole imparare un metodo fondamentale ed efficace per il proprio benessere totale . A chi desidera esprimere al massimo le proprie potenzialità usando l'energia che ognuno che circonda ognuno di noi

In questo ebook Massimiliano Varrese, attore, regista, scrittore, artista marziale e operatore olistico, ti introdurrà al suo metodo innovativo rivolto a tutti coloro che desiderano affrontare qualsiasi tipo di performance con calma, concentrazione e positività, liberi da ansia e stress. In questo ebook troverai un vero e proprio allenamento scandito in una sequenza di pratici esercizi. Grazie a esso svilupperai la giusta attitudine per vivere con energia e creatività la tua vita. Il Training Olistico Totale® è un metodo che integra tecniche derivanti da diverse discipline: utilizza gli strumenti delle arti marziali, la visualizzazione, la meditazione, la respirazione e quelle tecniche che possono aiutarti a gestire l'ansia da prestazione prima di una performance. Inoltre avrai a disposizione strumenti utili per capire e chiarire i tuoi obiettivi personali aiutandoti così ad avere una visione chiara su come poterli raggiungere. Le tecniche e gli strumenti operativi sono utili per affrontare momenti di fatica fisica e mantenere una concentrazione di livello superiore durante una performance – sportiva, attoriale, manageriale, scolastica.

Edizione inedita: ebook illustrato + audiolibro Con download della versione audio completa, per ascoltare l'audiolibro separatamente e autonomamente dall'ebook. Questo è il libro che contiene la descrizione completa dei 38 originali fiori di Bach e che costituiscono, come dice l'autore, il sistema di guarigione più perfetto che a memoria d'uomo sia stato donato all'umanità. Ha il potere di guarire la malattia e, nella sua semplicità, può essere usato da chiunque, in ogni casa. Con la lettura e l'ascolto dei 38 rimedi qui illustrati comprenderai come sia la semplicità del metodo di Bach, unita ai suoi benèfici effetti, a essere così meravigliosa, e come “questo sistema di guarigione, che ci è stato rivelato in modo Divino, ci mostra che sono le nostre paure, le nostre preoccupazioni, le nostre ansie e le nostre altre profonde emozioni le cause che spalancano le porte all'invasione della malattia. Trattando perciò le nostre paure, le nostre preoccupazioni, le nostre ansie, inquietudini, eccetera, non solo rendiamo noi stessi liberi dalla malattia, ma le Erbe donateci dalla Grazia del Creatore di tutto ci libereranno anche dalle paure e dalle preoccupazioni, e ci renderanno più felici e migliori”.

"Reiki, luce per la vita" è un viaggio, è un cammino attraverso il quale si conduce il lettore verso la conoscenza del Reiki, un'esperienza che è stata in grado di cambiare la vita dell'autore e il suo approccio alla realtà. Infatti con questa sua prima opera Orgelis Fonseca racconta parte della sua storia personale per dimostrare come la pratica del Reiki non sia qualcosa di lontano dalla quotidianità, ma un insieme del Tutto. Il suo percorso, cominciato a Cuba più di quindici anni fa, lo ha spinto a sperimentare con sempre più fervore l'incanto di questa tecnica fino a portarla in Italia. Nel libro lo scrittore espone non solo le basi e i principi del Reiki ma descrive, attraverso il racconto di sé e della propria esperienza di vita, metodi pratici ed esercizi per tendere verso il benessere e arricchire il proprio cammino spirituale, aiutando il lettore ad aprire cuore e mente alla gioia, alla bellezza dell'esistenza e all'illimitato potere dell'essere umano. È un testo dedicato a chi si vuole avvicinare al Reiki, a coloro che già lo praticano e vogliono scoprirne altre sfumature, e a chi è alla ricerca di sé. Incoraggia al cambiamento e alla presa di coscienza del proprio mondo interiore.

La natura, con gli oli essenziali, ci offre uno strumento validissimo e molto versatile per raggiungere e mantenere il nostro benessere psicofisico. Gli oli essenziali sono infatti in grado di agire sull'organismo contemporaneamente sia a livello fisico che mentale e spirituale, raggiungendo così una completezza che pochi altri rimedi naturali riescono ad avere. Se usati nel modo corretto è possibile utilizzarli in tutta sicurezza godendo a pieno degli effetti benefici con pochi e semplici accorgimenti. Un olio essenziale infatti può essere annusato, respirato profondamente grazie ai diffusori, può essere aggiunto all'acqua del bagno o per pediluvi, alla crema corpo o all'olio da massaggio. Con il quarto e ultimo ebook della serie “Oli essenziali per le stagioni” l'autrice ci offre un pratico prontuario per aiutarci a vivere al meglio l'estate, consigliandoci gli oli essenziali più adatti per difenderci dalla spossatezza da calura, dalle scottature del sole, dalle punture insetti e da tutti quei fastidi che rovinerebbero la stagione comunemente associata al relax e alle vacanze. Oli essenziali per: . Combattere la cellulite . Attenuare la sudorazione eccessiva . Proteggere i capelli . Affievolire il senso di nausea da viaggio ...e molto altro

Questo libro offre moltissimi articoli inediti di Yogananda sulla guarigione. Potrai trovare numerose indicazioni per seguire una dieta spirituale, la spiegazione della legge del karma, del magnetismo, della guarigione attraverso le vibrazioni, l'importanza delle

affermazioni per l'autoguarigione e molto altro.

Una nuova serie dell'autrice di "La maledizione dell'alfa"! Qualcosa di malvagio è diretto a Tarker's Hollow... Ainsley Connor si sta abituando alla vita del branco a Tarker's Hollow. Con il compagno al suo fianco, si sente invincibile, ma dei segnali di magia nera e di un lupo rivale chiariscono che Ainsley avrà bisogno di tutto l'aiuto che riuscirà a trovare. Julian Magie è lo stregone che ha tradito Ainsley e le ha spezzato il cuore, ma si ritrova a essere anche l'unico uomo con le conoscenze che a lei servono per poter gestire la magia dentro di sé... se riuscirà di nuovo a fidarsi di lui. ??? La storia continua... Pieno di mistero e magia, "Il fato dell'alfa" comincia sei settimane dopo gli eventi narrati in "La maledizione dell'alfa." Si tratta di una saga a sé, raccontata in tre parti. Negli episodi 1 e 2 ci saranno dei FINALI IN SOSPESO, quindi se non è il vostro tipo di libro, vi ho avvisati! Potete anche acquistare l'intera storia in un solo volume con "Il fato dell'alfa, il pacchetto completo", che contiene gli episodi 1, 2 e 3.

[Copyright: d3ad1cf559abd76de758beabec559202](#)