

Puoi Guarire La Tua Vita Pensa In Positivo Per Ritrovare Il Benessere Fisico E La Serenit Interiore

365 affirmations and reflections drawn from the inspirational work of Louise Hay. Queen of the New Age . . . A founder of the self-help movement . . . The closest thing to a living saint . . . Louise Hay was called all this and more, and her work inspired millions worldwide, but she never set herself up as a guru with all the answers. She urged every attendee at her workshops and conferences, every reader of her dozens of books, to remember that it is you who has the power to heal your life. She was just here to guide you on the path of remembering the truth of who you are: powerful, loving, and lovable. In honor of Louise's life, you now hold in your hands this compilation of her most inspiring teachings from her greatest works. Our hope is that the 366 entries within this book allow you to carry the wisdom of Louise with you each and every day, and inspire you to trust the process of Life. As Louise said: "Very simply, I believe that what we give out, we get back; we all contribute to, and are responsible for, the events that take place in our lives--both the good and the so-called bad. We create our experiences based on the words we say and the thoughts we think. When we create peace and harmony in our minds and think positive thoughts, we will attract positive experiences and like-minded people to us. In essence, what I'm saying is that what we believe about ourselves and about Life becomes true for us."

Take a moment to think hard about your relationships. The first one to come to mind may be with your partner or parents but there are many others in your life: relationships with your colleagues at work, your body, your past and future, your finances, even with the clutter still left in your closets. Many problems are relationship-related, and the good news is that you can heal all your relationship issues! With his best-selling title "Ho'oponopono", Ulrich Emil Duprée revealed a healing method for solving problems and conflicts by using the Hawaiian reconciliation ritual to forgive both ourselves and others. This is given even greater power when combined with the method of systemic family constellations. A constellation allows underlying conflicts to be aired and resolved. It helps us to experience love and inner peace through the feeling, deep in our hearts, that we are all interconnected.

Leggere questo libro è come farsi un regalo prezioso: il permesso di essere felici. Le pagine di questo libro hanno trasformato la vita di migliaia di altre persone.

Ti sei mai ripetuto succedono tutte a me almeno una volta nella vita? Quando le cose non vanno per il verso giusto, a volte ti puoi sentire vittima degli eventi: ti convinci di essere sfortunato e di non avere speranza di felicità futura. Con il libro Succedono tutte a te, hai finalmente la soluzione per uscire in maniera rapida dal circolo vizioso della negatività. Stefania Ippoliti parte dal presupposto che tu sei il solo artefice della tua vita e hai la possibilità di trasformarla in meglio per sempre, cambiando convinzioni, pensieri, linguaggio e atteggiamenti. L'autrice, grazie al suo metodo Vivi Facile Sfiga Zero, ti accompagnerà con un linguaggio semplice in un viaggio di trasformazione. Nel libro apprenderai le tecniche per ottimizzare al massimo la tua mente, la risorsa più potente che hai a disposizione e per costruire un approccio positivo e vincente, un metodo efficace per realizzare i tuoi obiettivi di vita personale e professionale, frutto degli studi e delle esperienze dell'autrice ed esercizi pratici utili per gestire mente, corpo ed emozioni in ogni momento della tua vita. COME TRASFORMARE PENSIERI E PAROLE In che modo le affermazioni possono diventare un'arma molto potente per noi. Perché abbiamo sempre la possibilità di scegliere la vita che vogliamo. Come riprogrammare la mente attraverso la ripetizione. COME DIPINGERE IL TUO FUTURO Come predisporci a ricevere

e ad assumere uno stato d'animo di accoglienza. Come allineare pensieri, parole ed emozioni. Perché attrai ed espandi ciò su cui ti concentri. **COME CREDERE NELL'IMPOSSIBILE** Come spegnere la parte razionale del cervello che ti ostacola. Come usare in maniera efficace e produttiva l'autosuggestione. Perché ciascuno di noi ha con sé tutte le risorse per raggiungere il proprio obiettivo. **COME IMPARARE L'ARTE DELLA VISUALIZZAZIONE** Come accedere all'immenso potenziale della mente subconscia. Perché la mente conscia e subconscia devono essere allineate per raggiungere un fine comune. In che modo entriamo in relazione col subconscio. **COME ENTRARE IN FREQUENZE EMOTIVE GIUSTE** L'importanza di avere una centratura emozionale, serenità e mente calma. Perché stimolando i punti dei meridiani sei in grado di lasciar andare emozioni tossiche e di ristabilire il flusso della nostra energia vitale. Come fare chiarezza sui tuoi obiettivi con il rilassamento profondo. **COME ABBRACCIARE LA VITA FACILE** In che modo, imparando a perdonare e a rilasciare la tua rabbia, arrivi a sentirti meglio. Qual è il segreto della vita facile. L'importanza di scegliere con chi vuoi condividere la tua vita. L'unico vero obiettivo dell'essere umano è quello di vivere costantemente nella gioia e nella felicità, e per raggiungere questo stato dell'Essere bisogna vivere in pace con tutto e tutti, in questo momento e in ogni attimo della propria vita. Cosa s'intende per Amore incondizionato? Si può essere totalmente liberi? Cosa si prova ad essere veramente felici? Queste ed altre importanti domande troveranno risposta in questo prezioso "manuale d'amor proprio". L'autore ti aiuterà a scoprire chi sei veramente e perché ora stai vivendo una vita che non ti appartiene pienamente. Potrai capire tutte quelle dinamiche inconsce che ti spingono a fare sempre gli stessi errori, potrai scoprire cosa ti limita e come liberartene, cosa cerchi e come trovarlo, dove vuoi andare e come arrivarci, e soprattutto capirai come poter vivere finalmente la vita che meriti! Quindi, Amare comunque noi stessi così come siamo e allo stesso modo tutto ciò che ci circonda, rappresenta il primo passo fondamentale verso la nostra libertà perché il Paradiso esiste veramente e possiamo viverlo "qui e ora"... dipende solo da noi! Ritrovare la forza dopo un momento difficile, vivere esperienze che portano alla comprensione: quando si scopre il significato della vita, si diventa una persona nuova e dal cambiamento non si torna più indietro. Il 2014 rappresenta l'anno del mio cambiamento, della comprensione, della rinascita, l'anno che ha segnato per sempre la mia vita e le mie convinzioni. Dopo un periodo complicato, le cui circostanze mi hanno obbligata a prendere decisioni drastiche, che in altre situazioni non avrei mai preso, ho iniziato la mia ricerca spirituale. Una serie di segnali e coincidenze mi hanno condotta ad un nuovo mondo fatto di speranze e prospettive future, ad un inaspettato, esaltante, inizio. È in quel momento che ho varcato la soglia delle possibilità infinite. Ogni esperienza, anche la più negativa, arriva per farci crescere, per diventare migliori, per capire il vero senso della vita. Ho imparato molto leggendo le esperienze delle altre persone; allo stesso modo spero anch'io di essere utile portando il mio vissuto. A chi è rivolto questo libro? A chi, come me, ha attraversato momenti difficili e cerca il loro significato A chi si è rialzato più volte ma continua a ricadere A chi non vuole darsi per vinto e sa che c'è sempre una via d'uscita A chi ha ancora la capacità di sognare e crede nella riuscita A chi vuole riscoprire se stesso confrontandosi con altre esperienze A chi è in cerca di un nuovo punto di vista sulle verità della vita A chi, semplicemente, ha bisogno di incoraggiamento per dare la svolta decisiva A chi crede che l'impossibile può diventare possibile ----- Credici, lo avrai è una serie di 3 libri, il cui scopo è quello mostrare il potenziale che è dentro ognuno di noi, imparare ad usarlo per attingere alle infinite possibilità della vita, ritrovare serenità e pace interiore. Nel primo libro, "Il segreto per essere felici", vengono esposte le tematiche più importanti per iniziare il proprio percorso di crescita personale e spirituale. Riassumendo i concetti essenziali dei più grandi maestri del settore, in maniera semplice e scorrevole, offre una panoramica interessante, attraverso l'interpretazione dell'autrice. Nel secondo libro, "L'anno del cambiamento", l'autrice svela com'è avvenuto il suo cambiamento, il suo risveglio interiore, raccontando gli avvenimenti che l'hanno portata a

scoprire il mondo delle possibilità infinite, tra dubbi e difficoltà. Con il desiderio di condividere quelle esperienze personali che hanno dato il via al suo magnifico viaggio interiore. Nel terzo libro, “L'evoluzione consapevole”, viene spiegato come mettere in pratica le nozioni del primo libro, attraverso il racconto in prima persona dell'autrice, durante la svolta più importante della sua vita. Un grande esempio di determinazione e di connessione con la saggezza Universale.

Una raccolta di frasi sulla Gratitude e il Donare dagli autori bestseller della crescita personale che hanno venduto milioni di copie nel mondo! Oltre al testo l'ebook contiene . Galleria di immagini: una ricca selezione fotografica accompagna le frasi raccolte . Audio delle frasi: per leggere e ascoltare le più belle parole sul Dare e il Ricevere . Box di approfondimento: con una breve biografia e link a video degli autori citati . 10 wallpapers: da scaricare e usare come sfondo per computer, con le frasi e le immagini più significative della raccolta . 2 poster con le più belle frasi dell'ebook: per avere un oggetto da tenere nella zona che preferisci della tua casa o al lavoro, che ti ricordi il valore della Gratitude e del Donare. Ogni poster misura 70x100 cm ed è nel formato adatto per la stampa di alta qualità . Piano del Dare e del Ricevere: un elegante foglio da stampare e compilare ogni mese, inserendo ciò che hai intenzione di dare e ciò che speri di ricevere nel periodo da te scelto . Piano del Dare e del Ricevere da regalare: un elegante foglio da stampare e regalare a un'altra persona per comunicarle ciò che le darai e cosa speri di ricevere da lei nel periodo da te scelto Elena Ionita, NLP coach e spiritual trainer, raccoglie le frasi più significative sulla Gratitude e il Donare dei maestri della Legge di Attrazione del pensiero e degli autori bestseller di crescita personale. Il segreto di queste frasi – il tuo segreto – è attivare e mantenere vivo il pensiero che porta abbondanza e ricchezza a te e a chi ti sta intorno. Qualunque sia la tua condizione attuale, raggiungerai una vita di ricchezza e abbondanza. Quello che ora semini, raccoglierai; la vita che vivrai è quella per cui ora già stai ringraziando e, così facendo, stai creando. Perché leggere questo ebook . Per imparare a costruire un atteggiamento positivo, costruttivo e di autentico amore incondizionato . Per capire il valore profondo della Gratitude e del Donare e portarlo nella tua vita . Per avere a portata di mano parole che attivano la Legge di Attrazione del pensiero e conducono verso l'abbondanza, la ricchezza e l'amore . Per portare queste frasi e il loro significato a chi ti sta accanto e dare messaggi propositivi di abbondanza e amore . Per conoscere gli autori più importanti per la tua crescita personale, autori bestseller di tutti i tempi A chi si rivolge l'ebook . A chi vuole crearsi un progetto di vita che rispecchi i suoi obiettivi . A chi desidera raggiungere abbondanza, benessere e ricchezza . A chi vuole conoscere il segreto del successo di uomini comuni, diventati uomini e donne di successo come Rhonda Byrne e Anthony Robbins . A chi vuole avvicinarsi alle opere dei più noti autori di crescita personale che hanno venduto milioni di copie nel mondo Alla parola “risata”, molti probabilmente associano una sensazione di benessere, altri di leggerezza. Di fatto nel mondo del teatro si tratta di un'apparente leggerezza poiché la risata è stata usata o come chiave di lettura non convenzionale

per rappresentare con originalità le contraddizioni dei costumi sociali del tempo (teatro goldoniano), o come strumento per mettere in luce, in modo tristemente ironico, l'individuo e le sue nevrosi (positivismo di Pirandello). Ai giorni nostri il riso e la positività sono diventati uno strumento terapeutico che si avvale di diverse tecniche e metodi: Yoga della Risata, Clown-Terapia, Pensiero Positivo fino alla nascita della Psicologia Positiva. Questo libro è anche la testimonianza, attraverso la narrazione della storia personale dell'Autrice, di quanto affascinante, seppur faticoso, sia il lavoro su di sé al fine di raggiungere il meritato benessere con momenti di autentica felicità.

This New York Times bestseller has sold over 50 million copies worldwide, including over 200,000 copies in Australia. Louise's key message in this powerful work is- if we are willing to do the mental work, almost anything can be healed. Louise explains how limiting beliefs and ideas are often the cause of illness, and how you can change your thinking and improve the quality of your life! Packed with powerful information - you'll love this gem of a book! This special edition, released to mark Hay House's 30th anniversary, contains 16 pages of photographs.

CHE COSA SIGNIFICA VIAGGIARE CON IL VENTO IN POPPA? In questo libro ti propongo un viaggio. Un viaggio all'interno della tua quotidianità per riuscire ad apprezzare al meglio quello che hai senza bisogno di scappare ma cogliendo la direzione giusta del vento e viaggiare a gonfie vele. Attraverso una analisi introspettiva delle tue emozioni e delle tue potenzialità potrai scoprire quello che ti serve per vivere felicemente, provare benessere e sentirti appagato. Tutto quello che ti serve lo hai già dentro di te. Attraverso questo smart-book, definito tale per il modo di approcciarsi ai moderni smartphone, avrai la possibilità di far ruotare la direzione della tua barca di quel tanto che basta per prendere il vento a poppa. Dorian Diamantini è un coach professionista. Ha esperienza ventennale nel mondo delle aziende avendo ricoperto vari ruoli di responsabilità. Dopo aver approfondito studi sulla teologia, si è avvicinato al mondo della formazione ed al coaching. Le sue esperienze lo hanno portato ad avere una visione a 360 gradi sulle relazioni e sul modo di approcciarsi alla vita quotidiana.

Al giorno d'oggi sembra quasi impossibile essere felici: ti chiedono di reggere il mondo, ma il peso è insostenibile. Sei stressato e sotto pressione, tanto da rientrare a casa la sera stanco morto e incavolato nero. Già, eppure scommetto che ti piacerebbe gestire i rapporti con colleghi, familiari e amici all'insegna del reciproco rispetto, trovare la forza di motivarti quando sei giù e trasmettere calma e padronanza anzitutto a te stesso e a chi ti circonda. Come fare...? Parti dal presupposto che ogni risorsa necessaria per raggiungere tali risultati è già dentro di te. Questo libro, scritto con stile appassionato e diretto, ti suggerisce tecniche di auto miglioramento di immediata applicazione e ti guida verso il tuo personalissimo percorso di cambiamento. Domandati: perché lo stesso evento affossa le ambizioni di Tizio, mentre rappresenta un'occasione di crescita per Caio? Cosa differenzia l'uno dall'altro? Tutto sta nell'attitudine mentale con

cui i due hanno scelto di viverlo: il primo si è incagliato nelle secche del lamento, il secondo invece l'ha usato come catapulta. *Vivi Presente* – con l'esclusiva prefazione di Livio Sgarbi – vuole dunque essere un supporto pratico da consultare nelle più svariate occasioni della quotidianità per darti una carica di energia. Una sorta di manuale pronto per l'uso, da scarabocchiare, sottolineare, applicare. Che si rivolge a tutti coloro che, esattamente come te, desiderano migliorare la qualità della vita.

Dedicato ai miei genitori che mi hanno dato la vita. Grazie papà, per avermi spronata e sostenuta a prendere il mio diploma. Grazie mamma, per essermi stata accanto nei momenti più critici della mia vita, e per avermi trasmesso la tua gioia la tua allegria e la tua gaiezza di vivere. A mia sorella Maria Pia che si è sempre presa cura di me, prendendomi per mano..... lei con la sua "razionalità" mentre io con la mia stravaganza, imprudenza, temerarietà, incoscienza e determinazione. Abbiamo e stiamo camminando insieme in questa vita, ma in maniera un po' diversa, sempre unite anima e corpo. È sempre stata al mio fianco, vigile e attenta. E all'inizio dei miei percorsi di "crescita", pur non condividendo le mie esperienze, l'ho sempre sentita al mio fianco, specialmente alla morte di papà. Nadia Argenzano Gli Esseni sono da sempre riconosciuti quali terapeuti dell'anima e del corpo. Eredi di una tradizione millenaria, portano avanti tutt'oggi la loro opera di guarigione dell'umanità e della terra. Le terapie essene vedono nell'uomo l'essere globale abitato dal Divino e mirano al ristabilirsi dell'armonia totale della persona. Olivier Manitarà, Maestro esseno, ci offre in questo testo indicazioni preziose per ottenere la guarigione globale dell'essere, iniziando dal risveglio della coscienza e dall'armonia del pensiero, e ci fornisce numerosi esercizi terapeutici di guarigione attraverso la concentrazione, la meditazione e le preghiere agli Angeli.

In questa pubblicazione illustriamo sinteticamente alcuni aspetti della medicina olistica e alternativa riconducendola a specifiche sintomatologie e possibili rimedi per ridurre gli stati sintomatici di alcune patologie e disturbi particolari. In pratica, presentiamo 101 utili suggerimenti davvero alternativi, che possono aiutare a stare bene ed in armonia con se stessi. Purtroppo, anche se sappiamo che alcune pratiche e abitudini potrebbero giovare alla nostra salute, spesso per molte ragioni, non li applichiamo con costanza riducendo così le possibilità di risoluzione dei nostri problemi di salute sia fisica che psicologica. Dovremmo abituarci a praticare questa filosofia di vita in tutti gli ambiti della nostra esistenza, così come hanno fatto moltissime persone prima di noi, che, stando alla loro testimonianza, hanno trovato grande giovamento dall'applicazione di tali pratiche. Per approfondimenti sugli argomenti trattati, alla fine di questo breve saggio, alcune segnalazioni bibliografiche utili per coloro che desiderano capirne di più dell'approccio di tipo olistico.

Si tratta di una rilettura delle principali opere dei filosofi stoici Seneca, Marco Aurelio ed Epitteto, inserite in un modernissimo percorso teorico e pratico di coaching, dedicato ad appassionati di crescita personale e self help, amanti

della letteratura e della filosofia antica e, in particolar modo, dello stoicismo, filosofia per tempi duri. Il libro è diviso in due sezioni che lasciano il lettore libero di scegliere come procedere nella lettura. La prima parte è composta da una serie di domande e risposte sulla filosofia stoica e su come la si possa applicare ancora oggi per vivere una vita migliore. Chi legge potrà scegliere da quale domanda partire, quale saltare, su quale tornare in caso di bisogno. La seconda parte è un percorso di crescita personale, realizzato raccogliendo i suggerimenti dei grandi stoici del passato e intrecciandoli, in maniera più o meno velata, con le tecniche del coaching e della Programmazione Neurolinguistica (PNL). In entrambe le sezioni, il testo è intervallato da domande aperte rivolte a chi legge in modo tale da consentire di fermarsi a riflettere e svolgere anche specifiche attività su quel particolare argomento trattato e acquisire la giusta consapevolezza, primo passo verso il cambiamento interiore.

Questo più che un libro è un manuale da consultare ogni volta che “emerge” un problema psico-emotivo che non si riesce a risolvere con i soliti metodi. Ho lavorato come terapeuta con migliaia di persone e ho scoperto che il blocco più grande per una vita appagante e serena è quasi sempre da ricercare nell’infanzia, a livello delle cinque ferite emozionali (vedi il libro di Lize Bourbeau). La correlazione con i fiori australiani nasce da una mia intuizione, infatti per ogni ferita non riconosciuta e non guarita nasce un’emozione disfunzionale, che guida la nostra esistenza verso situazioni e relazioni non consone alla nostra crescita spirituale. Tutte le ferite emozionali “alterano” il rapporto con noi stessi e, di conseguenza, quello con gli altri. Dietro ogni ferita c’è un talento che possiamo scoprire attraverso la lettura del libro. La guarigione arriva con il cambiamento del nostro panorama interiore. Ogni ferita, per la legge di risonanza, attira nella nostra vita circostanze relazionali affini alla ferita stessa, in modo che essa possa perpetuarsi e nutrire l’ego ferito. Accorgersi di questo schema è il primo passo verso l’autoguarigione, infatti la vera “malattia” nasce e si sviluppa attraverso la negazione e l’inconsapevolezza. Durante la lettura fai un viaggio dentro te stesso: è il viaggio più affascinante della tua esistenza. Le essenze australiane ti serviranno come strumenti per illuminare le zone più recondite del tuo inconscio, quelle che non vuoi vedere e riconoscere, perché la vita è un percorso e ogni volta che incontri un ostacolo non è fuori, ma dentro di te.

Puoi guarire la tua vita. Pensa in positivo per ritrovare il benessere fisico e la serenità interiore. Come puoi guarire la tua vita. Il manuale Puoi guarire la tua vita. My Life University. Corso completo. 4 DVD. Con libro Puoi guarire la tua vita. 3 DVD. Con libro Puoi guarire la tua vita. Meditazioni per guarire la tua vita. Credici, lo avrai - IL SEGRETO PER ESSERE FELICE. Tutto è possibile se lo vuoi. Intuitivamente Books

Oggi giorno siamo tutti troppo orientati alla ricerca del denaro pensando ad esso come qualcosa che arriva magicamente dall'esterno quando invece è strettamente legato al rapporto che abbiamo con noi stessi. In questo libro ti parlerò della

mente, di come funziona, di quanto profonda sia la sua influenza sulla tua vita e sulla tua capacità di riuscita, sul raggiungimento dei tuoi obiettivi. Blocchi, paure, autostima, dolore, rapporto con te stesso e con gli altri, tutto ci servirà ad analizzare a fondo te stesso, scoprire chi sei davvero ed eliminare le maschere che ti sei creato per essere finalmente consapevole di chi sei e di quanto vali e iniziare a percorrere la strada che vuoi, per raggiungere i tuoi sogni. E' un libro per tutti coloro che vogliono migliorare il proprio rapporto con il denaro, per i trader che hanno a che fare con il denaro tutti i giorni e per tutti coloro che fanno fatica a crescere finanziariamente, a migliorare la propria situazione economica, che si tratti di liberi professionisti o dipendenti. Gestire al meglio il tuo rapporto con il denaro ti aiuterà ad essere un te stesso migliore e ti permetterà di creare la vita che più ti piace.

La simmetria nascosta della tua data di nascita attinge ai principi della visione cinese dell'universo, in particolare al Ki delle nove stelle, per svelare il complesso disegno che si cela dietro il tuo cammino di vita e che risponde a una precisa simmetria nella quale è racchiusa la tua vera essenza. Spingendosi ben oltre l'astrologia e la numerologia, Jean Haner esamina gli schemi assunti dallo scorrere del tempo e il modo in cui questi si ripercuotono su ciascuno di noi in positivo o in negativo. La conoscenza di questi meccanismi ti permetterà di capire i perché di determinate esperienze di vita, sfruttare i tuoi punti di forza, ritrovare l'equilibrio e godere appieno della tua esistenza. La simmetria nascosta della tua data di nascita ti insegna a seguire il flusso della vita, anziché nuotare controcorrente, e a capire il passato per vivere al meglio il futuro. Riconoscere chi sei davvero e toccare con mano la tua vera natura, liberandoti da schemi comportamentali restrittivi, ti aiuterà a portare gioia, vitalità e amore nella tua vita! “La saggezza contenuta in La simmetria nascosta della tua data di nascita si è dimostrata preziosa per me. Consiglio caldamente questo libro, perché insegna ad amare e ad accettare se stessi, come pure la nostra vita. Sono molto felice di poter contribuire alle affermazioni di questo libro per sostenervi nel vostro viaggio!”. – Louise Hay

Eleonora si lascia vivere, incapace di reagire alle situazioni e alle frequentazioni che la bloccano e la svuotano da qualsiasi stimolo. Ha un fidanzato violento, dei genitori distratti, e una psicologa come unica guida tra le difficoltà che deve affrontare. La sua sofferenza è grande, si sente inadatta alla vita e non vede soluzioni percorribili. L'incontro con Emanuele, simpatico e brillante, le dà la possibilità di prendere una pausa dalla negatività che la circonda ma non sarà facile per lei continuare ad affrontare le sofferenze con cui deve fare i conti in continuazione. Francesca Baccharini, nel suo terzo libro, ci offre il racconto di una realtà difficile, condita da qualche squarcio di serenità, e lo fa con un tono intimo che cattura il lettore fin dalla prima pagina. Francesca Baccharini ha 24 anni ed è nata a Faenza, dove vive tuttora insieme alla sua famiglia. La scrittura e la lettura rappresentano una parte essenziale della sua persona. Crede che le storie, sia che vengano scritte sia che siano lette, abbiano il potere di cambiarci e di forgiare il nostro essere grazie alle lezioni che

impartiscono e alle esperienze vissute attraverso di esse. Dopo i primi romanzi *Le scelte che non hai* e *Il tempo di sbocciare*, si ripresenta con un nuovo romanzo intitolato *Scriverò ad un'altra te*.

La Mela del Peccato è un'autobiografia di Leslye Pario che vuole essere uno strumento di aiuto per tutte quelle persone che ritengono di avere un disturbo "cronico", che credono che il cambiamento sia difficile e impossibile, che non vedono una via di uscita dai problemi. Leslye attraverso la sua storia di guarigione e il suo esempio vuole dare una speranza a tutti coloro che stanno soffrendo e che credono di non farcela. Tutti ce la possono fare, basta volerlo... Introduzione a cura di Lucia Giovannini, life coach, insegnante spirituale, autrice di fama internazionale autrice tra gli altri del famoso Best Seller "*Tutta un'altra vita*".

¿Te acaban de dejar? ¿Sientes que estás a punto de estarlo? ¿Siempre has vivido con el miedo de ser abandonado y esto ha arruinado tus relaciones amorosas? ¿Tu relación acaba de terminar? ¿Sigues pensando en el final de una relación que es importante para ti y quieres terminar con el pasado y seguir adelante? ¿Quieres acortar el tiempo de tu sufrimiento para retomar una vida mejor lo antes posible? ¿Estás cansado de esperar a que cambie algo y quieres participar en la construcción de tu nueva vida? ¿No sabes lo que es estar en medio de la confusión de este período posterior a la separación? Si la respuesta a una o más de estas preguntas es Sí, entonces este es el libro para ti.

Tendrás un mapa de viaje que describe las situaciones en las que más fácilmente puedes encontrarte tanto psicológicamente como externamente, las formas más eficaces de afrontar, las técnicas para acoger y superar el dolor, los trucos para encontrar una pareja mejor para el futuro a la luz de los errores pasados. El libro pretende ser un manual práctico de autoayuda y presenta numerosos ejemplos y técnicas que permiten, paso a paso, procesar los sufrimientos del período que estás atravesando y recuperar tu equilibrio, para curar el luto de una separación y no se convierta en una trampa en la que los años y las ocasiones puedan perderse. Este contenido proviene de mi experiencia personal y profesional como psicólogo y psicoterapeuta, y busco llamar su atención sobre algunas herramientas que podrían serle muy útiles, como: a) La meditación, que te permite hacer espacio dentro de ti para empezar a poner orden en el enredo confuso del alma b) La respiración consciente, para lograr calmarte y dejar ir las emociones que a nivel somático crean dolores adicionales e inútiles c) La visualización, para orientar eficazmente tu mente hacia la felicidad d) El eneagrama, que describe nuestro carácter y el

Sei molto più di quello che credi, tu hai la capacità di fare grandi cose. Rompi gli schemi, cambia visione e impara a vivere felice. Ogni situazione che stai vivendo è la conseguenza del tuo modo di sentire e pensare. Quando comprenderai che per cambiare "fuori" dovrai cambiare "dentro", senza aspettare o pretendere nulla dagli altri ma solo da te stesso, potrai finalmente esprimere il tuo potenziale illimitato ed ottenere qualunque cosa tu voglia. Impara a

conoscerti, educa la tua mente, cambia le tue credenze, guarda la realtà da nuovi punti di vista: presto vedrai che la felicità diventerà la tua nuova abitudine. Spesso viviamo affannandoci inutilmente, senza renderci conto di quanto semplice sia la vita. Ci ostiniamo ad andare nella direzione sbagliata e ci buttiamo giù davanti ad ogni ostacolo, ignorando l'infinita fonte di saggezza che possediamo, capace di trovare la soluzione ad ogni problema. Tu puoi essere felice, scopri quanto è semplice. Attraverso questo libro ti aiuterò a capire come arrivare al cambiamento, come realizzare i tuoi sogni costruendoti da solo la realtà che desideri. Lo scopo principale di queste pagine è quello di incoraggiare alla positività, all'autostima, ad uno stile di vita sano, al perdono e all'amore incondizionato, alla generosità e alla gratitudine: solo così potrai entrare in contatto con il tuo io e raggiungere finalmente il luogo delle possibilità infinite. La felicità è alla portata di tutti, devi solo volerlo e crederci fortemente, tutto è possibile se lo vuoi! A chi è rivolto questo libro? A te che ti senti triste, incompreso, abbandonato e non sai come uscirne; A te che l'ansia e la paura ti impediscono di affrontare le sfide quotidiane; A te che ti senti vittima o prigioniero della società moderna; A te che ti chiedi sempre quale sia lo scopo della tua esistenza; A te che nonostante tu dia sempre del tuo meglio, non riesci mai ad ottenere quello che vorresti; A te che vivi una vita perfetta ma senti che ti manca qualcosa di importante; A te che nonostante ti vada tutto bene sei convinto che si possa sempre migliorare; A te che vorresti dalla vita solo un po' di serenità in più. Perché acquistare questo libro? Perché scritto con un linguaggio semplice e scorrevole, leggero ed essenziale, adatto a tutti; Perché le tematiche trattate sono reinterpretate dell'autrice, quindi espone in maniera originale e fresca; Perché ti darà l'opportunità di scoprire te stesso e vedere il mondo da un nuovo punto di vista; Perché costa solo € 0,99 un prezzo incredibilmente basso ed alla portata di tutti.

Con il potere delle parole puoi cambiare la tua vita

Non sarebbe bello guardarsi allo specchio la mattina e vedere davanti una persona fiera di sé stessa, gioiosa e piena di vitalità? La vita è un viaggio meraviglioso: uno di quelli talmente belli da programmare nel dettaglio e vivere intensamente. Il problema è che noi esseri umani tendiamo quotidianamente a consumare le nostre energie a giudicarci e a trasformare le nostre responsabilità in colpe, quando invece sarebbe così facile vivere la vita così com'è, amandoci per quello che realmente siamo. In questo libro, ti spiegherò passo passo come trasformare il dolore di un'infanzia infelice o di una relazione sentimentale mortificante in gioia e fiducia in te stesso per realizzare i tuoi desideri. **COME LIBERARTI DALLE GRINFIE DEL PASSATO** Quali sono gli strumenti per capire chi eri da bambino. L'importanza di volerti bene. Qual è il vero ruolo di chi è importante nella tua vita. **COME CREDERE IN TE STESSO** L'unico vero motivo per cui soffri le esperienze negative. Come gestire la responsabilità verso te stesso. La domanda da farti quando ti senti particolarmente giù di morale. **STRUMENTI E RISORSE PER CAMBIARE LA TUA VITA** Cosa sono i programmi auto-sabotanti. Quali sono i 5 strumenti per rigenerarti in maniera efficace. Come capire davvero il

nostro inconscio. COME PERDONARTI E LIBERARTI DAL GIUDICE INTERIORE Qual è il vero significato della critica. Come creare un sano rapporto con il tuo giudice interiore. L'importanza di conoscere davvero i tuoi punti di forza. IL MALE E IL BENE Come i messaggi non verbali limitano la tua vita sociale. Il metodo pratico per salvaguardare la tua serenità mentale e fisica. La domanda che devi farti per risolvere qualsiasi tipo di problema.

"Torna a splendere!" è la frase che mi è uscita dal cuore quando ho lasciato andare. Di fronte a difficoltà, cadute, dolore o lutto, possiamo scegliere se abatterci o reagire! In questo libro, dove ti racconto la mia esperienza personale, voglio aiutarti a capire come in ogni evento negativo possiamo trasformare il dolore in coraggio e come, ciò che oggi ci ha fatto cadere, può diventare la forza che ci farà stare in piedi domani. "Torna a splendere!" è un inno alla vita! La vita è adesso! Non hai altri momenti per decidere di stare meglio se non ora! Puoi iniziare da subito a vivere la vita meravigliosa che desideri e meriti. Dipende solo da te. Essere felici non è frutto del caso ed è un percorso di crescita personale che ognuno può intraprendere. Il benessere e la felicità si conquistano con un sano amore verso se stessi e scoprendo il potere creativo dei nostri pensieri, che sono all'origine della nostra realtà. Imparando a gestire il proprio mondo interiore, pensieri e stati d'animo, prendiamo consapevolezza che tutto ciò che viviamo è una conseguenza di ciò che siamo dentro di noi e scopriamo il potere naturale in noi di creare la vita che desideriamo. È solo una questione di coscienza di ciò che siamo: finché non siamo consapevoli del nostro potere, ci sentiamo anche vittime degli altri, del "destino", della vita o persino della volontà di Dio, mentre un percorso spirituale di crescita personale e uno stile di vita salutare sono gli elementi indispensabili per costruire la propria felicità. Scoprendo il potere creativo della nostra mente e della nostra anima abbandoniamo naturalmente il vittimismo e diveniamo artefici della versione migliore di noi stessi. Questo libro aiuta a scoprire il potere creativo dentro di noi e che tutto ciò che viviamo è frutto della nostra coscienza.

Un libro che motiva. Questo utilissimo libro ti aiuterà a superare le tue paure, a raggiungere i tuoi sogni, a ritrovare la felicità.

[Copyright: 762c173630594ccb8bc92cd06da1baa7](https://www.amazon.com/dp/B000APR004)