

Feng Shui E Armonia Della Mente Tecniche E Strategie Per Migliorare L Equilibrio Mentale Ed Energetico Nella Casa Ebook Italiano Anteprema Gratis Mentale Ed Energetico Nella Casa

"Le più grandi sofferenze del genere umano sono causate dalla mancanza di consapevolezza e conoscenza di se stessi. È fondamentale allora dare alle persone gli strumenti per comprendere ciò che conta nella vita e come raggiungerlo." Lou Marinoff

L'opera è un testo di supporto agli studenti, ma anche una pubblicazione che offre al professionista un panorama organizzato dell'architettura d'interni per residenze private (alle varie scale d'ideazione e d'intervento: dal progetto delle aree esterne di pertinenza dell'edificio, allo studio degli ambienti interni, fino al progetto e alla costruzione di singoli elementi di arredo e di dettaglio). Il progetto dell'abitazione coniuga cultura architettonica, creare e saper fare: rappresenta, infatti, un settore di lavoro professionale interessante, che vede l'architetto impegnato sia nelle nuove costruzioni, che nelle ristrutturazioni e nel restauro, e soprattutto nella progettazione di spazi interni, spesso lasciati indefiniti dal progetto a scala di edificio. La terza edizione di "Architettura degli interni e progetto dell'abitazione" presenta i capitoli sette e otto rivisti e aggiornati, oltre a una sezione finale con due progetti significativi, per il particolare riferimento all'accostamento di materiali diversi in ambienti interni residenziali e all'uso scenografico della luce. STRUTTURA Spazi di relazione interni/esterni Componenti dell'architettura interna Regole compositive Evoluzione degli interni dell'architettura moderna L'utente e le sue esigenze Ergonomia e progetto di interni Qualità degli spazi interni Nuove tendenze dell'abitare Riferimenti normativi (Standard edilizi / Barriere Architettoniche / Procedure edilizie) Progetti realizzati dal concept al dettaglio Tecniche e Strategie per Migliorare l'Equilibrio Mentale ed Energetico nella Casa

Enciclopedia Feng Shui 01

Feng shui

Feng shui. La via della Terra e del Cielo

Feng shui dell'amore. L'armonia dell'oriente nel rapporto di coppia

cinema, design, editoria, internet, moda, musica, pubblicità, radio, teatro, telefonia, televisione

Fra i molteplici obiettivi della serie di monografie dedicata alla soluzione economica di moltissimi piccoli e grandi problemi pratici che possono rendere più vivibile e confortevole un appartamento, il tema che viene sviscerato in profondità sotto tutti gli aspetti nelle quasi 1200 pagine di testo in quadricromia parte da un preciso interrogativo: con quali caratteristiche si può tentare di realizzare o ristrutturare un'abitazione in modo che sia comodamente fruibile per tutte le età, su tutto l'arco della vita, da quando si è appena nati fino alla vecchiaia più avanzata?

Il Feng Shui è l'antica arte cinese di una vita significativa e piena di significato, che vive in armonia con se stessi e con il mondo che ci circonda. Allo stesso tempo, stiamo parlando di armonia nel senso più ampio del termine, non solo del nostro ambiente di vita, sia esso un appartamento di città, un ufficio, una casa di campagna o un orto, ma anche di tutti i tipi di aspetti del nostro rapporto con le altre persone. Se una persona è come l'universo in miniatura, allora per vivere in armonia con il mondo che lo circonda, deve prima trovarlo in se stesso. Con l'aiuto di questo libro, padroneggerai le pratiche del Feng Shui e diventerai uno specialista. Avrai infinite opportunità per trovare armonia, amore e benessere finanziario. Imparerai come gestire lo spazio della tua casa, oltre a essere in grado di lavorare come maestro di feng shui e di essere pagato per i tuoi servizi. Alla fine di questo meraviglioso libro, troverai un Master Feng Shui in modo da poter praticare legalmente. Puoi richiedere un Master in Feng Shui tramite e-mail astro.alexmagic@gmail.com Questo fantastico libro è stato scritto dal grande maestro di feng shui e astrologo del nostro tempo. L'autore è un professore di psicologia, dottore in astrologia e parapsicologia presso la London School of Astrology, un accademico onorario della School of Traditional Medicine e un praticante di feng shui cinese. Un astrologo di successo dei nostri tempi, autore di libri di testo e fondatore della scuola di astrologia e feng shui Alex Magic, dove insegna secondo il suo metodo, che da tempo si è affermato come il più forte e incredibilmente efficace.

Vivere meglio con il feng shui. Abitare e lavorare in armonia

Feng Shui - Star bene

Inverti la Rotta. 7 Percorsi Interiori per Cambiare la tua Vita. (Ebook Italiano - Anteprema Gratis)

OrgasMind

Feng Shui

Prendila con filosofia

Programma di Inverti la Rotta 7 Percorsi Interiori per Cambiare la tua Vita COME SCOPRIRE IL TUO VERO POTENZIALE Come concederti la possibilità di diventare grande. Imparare a focalizzarti senza ignorare il resto. Come ottenere in misura maggiore ciò che c'è di positivo nella tua vita. Imparare a vivere stati mentali positivi in tutte le situazioni della vita. Porsi le domande giuste per arrivare alla soluzione del problema. COME SCOPRIRE LA TUA VERA IDENTITA' Le convinzioni: cosa sono, come si formano e come influenzano la tua vita. Come l'immagine di te che hai nel profondo influenza la tua vita. Come riconoscere la tua vera identità e farla emergere. Lo strumento più efficace per parlare all'inconscio e modificare la tua identità. Conoscere il segreto per lavorare sulle tue convinzioni con efficacia. COME MIGLIORARE DAVVERO I TUOI RAPPORTI Come capire gli altri e scoprire le loro emozioni sviluppando una sorta di "sesto senso". Il modo per trasmettere un'immagine di te autentica e veritiera. Come utilizzare la tua voce per trasmettere emozioni negli altri. Trasmettere un'immagine di te attraverso il look e la scelta dei colori. Imparare a influenzare il tuo stato emotivo e quello degli altri. COME DIVENTARE UN'ECCELLENZA La tecnica per imparare a replicare le attività eccezionali di un'altra persona. Il giusto atteggiamento per crescere e migliorare ogni giorno. Il vero segreto utilizzato dai migliori per scoprire ciò che non funziona. Come creare abitudini per una vita eccezionale utilizzando le leve motivazionali. COME TRASFORMARE I TUOI PROBLEMI IN VALIDI ALLEATI Come affrontare i problemi e cambiare il tuo rapporto con essi. Come sfruttare entrambe le tipologie di pensiero: pensiero logico e creativo. Come gestire i tuoi problemi perché diventino validi alleati. Gli errori da evitare nella risoluzione di un problema. COME REALIZZARE I TUOI SOGNI Come cercare nel tuo profondo, fare chiarezza e dare uno scopo alla tua vita. Come smettere di limitarsi a sopravvivere e vivere la vita che hai sempre desiderato. Cosa manca ai tuoi sogni perché diventino reali. L'importanza delle convinzioni per il raggiungimento di un obiettivo. Conoscere le quattro fasi che trasformano gli obiettivi in realtà. COME SCOPRIRE IL SEGRETO DELLA FELICITA' Perché la tua felicità dipende da te stesso. Come semplificarci la vita ed essere più sereno e soddisfatto. L'importanza di sostituire

le tue abitudini negative con abitudini più proficue. La tecnica per gustare ogni attimo della tua vita. Perché associare un'informazione a un'emozione positiva.

Impara ad allontanare le energie negative e favorisci la tua armonia interiore con la filosofia cinese Feng Shui! Ti piacerebbe scoprire come arredare in armonia la tua casa? Vorresti migliorare il tuo benessere tramite l'arte cinese del Feng Shui? Vuoi acquistare un manuale per applicare con efficacia le regole del Feng Shui? Il Feng Shui è una disciplina orientale che ha iniziato a diffondersi in Italia negli ultimi anni. Parlare di arte da apprendere per arredare l'ambiente domestico in modo armonioso è riduttivo. Grazie alle regole e ai principi di questa filosofia, saper disporre l'arredamento nel posto in cui si vive consente di allontanare gli influssi negativi, di sbloccare le forze energetiche positive, e di ritrovare il proprio benessere interiore. Con l'armonia della casa, ottenuta seguendo le disposizioni di quest'arte, realizziamo noi stessi e i nostri obiettivi di vita. Grazie a questo libro apprenderai che cos'è il Feng Shui e perché è così importante conoscere e abbracciare questa corrente filosofica nella tua vita. Scoprirai, capitolo per capitolo, come arredare la tua abitazione applicando le regole del Feng Shui, e osserverai quali colori utilizzare, come disporre le luci, e dove collocare le stanze della casa, non solo per creare un'atmosfera armonica, ma anche per facilitare la percezione di determinati stati emotivi e la realizzazione dei tuoi scopi esistenziali. Il libro è scritto in modo semplice e può attrarre una vasta gamma di lettori. Ecco che cosa otterrai da questo libro: Che cos'è il Feng Shui. Le origini della disciplina. Perché è importante questa pratica di arredamento orientale. Feng Shui: come migliorare la reputazione, la fama e la vita sociale. Come arricchire con successo la propria vita amorosa. Come sviluppare la creatività e il divertimento. L'area delle persone utili e dei viaggi. L'interconnessione tra salute, ricchezza, relazioni e carriera. Quali sono i colori, le immagini e i simboli da utilizzare. Come accogliere l'energia della conoscenza, dell'educazione e dello studio. E molto di più! Il posto in cui trascorri la tua quotidianità o in cui lavori influenza la tua personalità e il tuo modo di affrontare le situazioni. Applicare le tecniche del Feng Shui potrebbe consentirti di vivere bene, di essere spensierato, e di avere la forza di affrontare con resilienza le sfide che la vita ti pone. Vuoi saperne di più? Scopri subito come fare! Scorri verso l'alto e fai clic su "Acquista ora"!

Opera completa composta da 10 volumi

Riscopri il tuo benessere interiore e ritrova la felicità grazie ai metodi giapponese per purificare gli ambienti e creare un'armonia ricca di energia positiva.

Tradizione e innovazione nella civiltà cinese

Armonizza ogni angolo di casa

Pregnenolone. L'ormone naturale del benessere

Energia Y Armonia

Nelle nostre case si accumula spesso una marea di oggetti inutili, ricordi di un passato non sempre piacevole, frammenti di una vita che un tempo ci apparteneva ma che oggi ci appare lontana. Inoltre il disordine materiale intrappola molta energia con effetti di ampia portata sul piano fisico e psicologico, emotivo e spirituale. Attraverso il Feng Shui, l'antica arte cinese che insegna ad accordare l'ambiente con il nostro spazio interiore, e lo space clearing, la tecnica specifica che l'autrice ha sviluppato, possiamo imparare un metodo per affrancarci da tutto ciò che è diventato inutile. Un'attenta strategia ci insegnerà a individuare gli oggetti superflui, a liberarcene una volta per tutte e a fare ordine anche nella nostra mente, lasciando spazio a ciò che si desidera veramente.

Programma di Feng Shui e Armonia della Mente Tecniche e Strategie per Migliorare l'Equilibrio Mentale ed Energetico nella Casa COME INFLUISCE IL CORPO FISICO ED EMOZIONALE NELLA CASA Come rintracciare le energie che ti influenzano attraverso la conoscenza del tuo corpo fisico. Come ti aiuta il pensiero positivo a migliorare il corpo e la mente canalizzando l'energia. In che modo l'inconscio ti aiuta a migliorare le potenzialità della tua mente. Come rilassare efficacemente corpo e mente attraverso l'autorilassamento. Come trovare la soluzione ai problemi attivando il corpo fisico e la mente. COME GESTIRE LO STRESS E VIVERE PIU' TRANQUILLI Come può influire lo stress negativo sulla tua psiche e provocare disturbi fisici. In che modo la respirazione diaframmatica aiuta a calmare il tuo stato emozionale. Come assorbire energia e forza vitale attraverso le fasi respiratorie. Come riuscire a gestire le tue emozioni attraverso la respirazione. IN CHE MODO POSSIAMO MIGLIORARE LO STATO MENTALE Come fare per scoprire qual è la chiave del tuo successo. Come trovare il coraggio di cambiare per trovare la via del successo. Come scegliere bene le parole che utilizzi per plasmare positivamente il destino. Come utilizzare la metafora in quanto elemento che rappresenta le potenzialità umane. Come eliminare o trasformare una convinzione negativa. COME VIVERE IN ARMONIA CON IL FENG SHUI Scoprire cosa rappresenta l'arte del Feng Shui e quali vantaggi se ne possono trarre. In che modo l'energia del Ch'i si manifesta e come si trasforma negli elementi presenti in natura. Come l'energia del Ch'i aiuta ad armonizzare la casa garantendo vita, benessere e salute. Cosa rappresenta il Ba Gua nel Feng Shui e perché è così importante. Come trovare le disarmonie in casa e cosa fare per eliminarle. COME INFLUISCONO I MATERIALI DA COSTRUZIONE In che modo le costruzioni dell'uomo possono contribuire a modificare l'equilibrio ambientale energetico. Perché la pietra è il materiale da costruzione più usato e come si manifesta a livello energetico. Cosa rappresenta il cemento nelle costruzioni ed energeticamente. Come si presenta il ferro nella relazione con l'uomo e con la sua energia. Che tipo di materiale da costruzione è il vetro e come si estrae in natura. In che modo la terracotta rappresenta un elemento armonioso per la casa. COME SCOPRIRE LE ENERGIE SOTTILI PRESENTI NELLA CASA Quali sono le energie sottili e come si riconoscono. Come individuare i campi magnetici che possono alterare il corpo bio-plasmatico. Come i Chakra possono diventare centraline di raccolta delle energie sottili. Come si influenzano i campi elettromagnetici attraverso le energie sottili. Come riuscire a bloccare o ridurre le energie dannose che si insediano nella tua casa. COME USARE I CRISTALLI PER PULIRE GLI AMBIENTI Che cos'è il cristallo e in che maniera può esserti utile contro le energie dannose. In che misura

il cristallo attiva i chakra pulendoli ed energizzandoli. Conoscere i diversi metodi per pulire i cristalli nella tua casa. Come capire e interpretare le diverse caratteristiche dei cristalli. L'importanza dell'elemento acqua nella vita e nella storia dell'uomo.

Corso pratico. Il tuo diploma di Master Feng Shui si trova alla fine del libro.

FENG SHUI

Feng shui detective

L'arte di fare spazio nella casa e nella vita

Architettura degli Interni e progetto dell'abitazione. Nuove tendenze dell'abitare

Un libro questo ebook che potrebbe interessare le persone amanti dei minerali e delle gemme preziose presenti in tutto il mondo. Un'opera libraria, questa, fatta con la massima cura. Potrebbe interessare chiunque. ...anche chi lavora direttamente con le pietre preziose (gioiellieri ed altro), per creare qualcosa da vendere in negozio. Buona lettura
Feng Shui, the art of Wind and Water, emerged 3,000 years ago in China and gradually evolved over time as new theories and new models were introduced. While its development was driven by the primary needs of survival and defence, it would later be enhanced with concepts relating to culture, philosophy, the climate and the territory. Thanks to the work of Pierfrancesco Ros' Accademia Italiana di Architettura Feng Shui, Feng Shui has been further expanded with ancient and modern knowledge relating to environmental well-being. Feng Shui Architecture offers the reader project guidelines for use in town planning, architecture, interior design and ecodesign. The first volume examines the key issues of the earth way and the sky way. The second and final volume, produced with the contribution of the Accademia di Psico Architettura, looks at the man way, establishing a global approach to various types of environmental analysis and design for a complete understanding of Holistic Architecture.

PRINCIPI DI PROGETTAZIONE UNIVERSALE - Abitazioni accessibili

Feng Shui e Armonia della Mente. Tecniche e Strategie per Migliorare l'Equilibrio Mentale ed Energetico nella Casa.

(Ebook Italiano - Anteprema Gratis)

7 Percorsi Interiori per Cambiare la tua Vita

Il libro completo del giardinaggio

La qualità nelle RSA

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

Il Feng Shui non è soltanto l'arte di disporre l'ambiente in modo idoneo al proprio benessere energetico; è una felice sintesi dei più antichi insegnamenti della filosofia e della cultura cinesi. In questo ebook verrete a conoscenza dei principi del Feng Shui e dei più antichi insegnamenti cinesi sull'armonia, la spiritualità e il benessere. Come l'I-Ching, che ci insegna che tutto in Natura è in continuo mutamento; o come il Tao, che ci invita a riconoscere gli equilibri delle energie femminili e maschili di yin e yang e a comprendere come tutto sia uno e come il microcosmo si rispecchi nel macrocosmo. Così il Feng Shui si integra alla complessità del mondo vivente e ci aiuta a trasformare la nostra vita e a guidarla verso i tre grandi principi del benessere, dell'equilibrio e dell'armonia. Contenuti dell'ebook . L'essenza del Feng Shui . L'energia è informazione . L'energia del Chi . I nove principi del Feng Shui . L'armonia del Tao . Yin e Yang . I-Ching: il Libro dei Mutamenti . I Cinque Elementi . I Dodici Meridiani . Il Feng Shui e la casa . Il Feng Shui e la vita moderna ...e tanti altri "Il Feng Shui è un continuo flusso di energia, cioè un continuo scambio di informazioni. Dunque, innanzitutto, è una saggezza complessa fondata sulla circolazione dinamica dell'energia nell'universo." (L'autore)

Carrie ha le Manolo, Becky la sciarpa verde, Audrey il tubino nero: e tu? Nel mondo della moda, dove la bellezza conta ma quello che si indossa ancora di più, è indispensabile riuscire a orientarsi in un caos fatto di tacchi 12, soles rosse scintillanti e foulard di Hermès. Questo libro è un prezioso strumento di sopravvivenza per imparare a riconoscere ogni modello di calzature, affinare il proprio gusto, usare un vocabolario adeguato, organizzare un impeccabile tè con le amiche, scegliere la borsa perfetta per ogni occasione o destreggiarsi nel mondo dei blog sull'universo glamour... Una guida per le donne che desiderano essere sempre fashion e rifuggono gli abbinamenti da catalogo, che amano fare shopping ma che non vogliono diventare schiave delle tendenze del momento. Aprite l'armadio e sedetevi di fronte al vostro guardaroba. Non sarà necessario fare un falò degli abiti che avete per poi spendere un capitale e ricominciare da zero: Come vivere alla moda vi aiuterà a selezionare i capi giusti e a fare spazio ad accessori che, insieme ai tanti consigli e suggerimenti di stile che troverete in queste pagine, vi permetteranno di essere uniche e inimitabili. Teoria dello shopping: metodo, principi e criteri Do you speak shopping? Jeans: in denim we trust L'arte del regalo perfetto Cinque capi basic da possedere a tutti i costi A ogni donna il suo profumo Consigli e suggerimenti, abiti e accessori per essere glamour in ogni occasione, le icone fashion, gli abbinamenti perfetti: essere alla moda è una questione di stile! Sonia Tiffany Grispo Classe 1986, è blogger dal 2007. Ha creato il blog Trendandthecity ed è co-fondatrice di una free press e di una società di pubblicità e comunicazione. Ha firmato due manuali sugli accessori preferiti dalle donne, cura i contenuti di moda e bellezza per riviste e testate online, lavora come grafica e collabora come content writer con aziende e brand.

Il senso del feng shui

atti

Feng shui. Vivere in una «Casa positiva»

Medicina naturale dalla A alla Z

Come vivere alla moda

Progetto Giardino

Un susseguirsi di capitoli, pratici e profondi, scritti in un linguaggio accessibile a tutti, accompagna il lettore in un cammino che trasforma via via la salute, il sonno, le capacità mentali... fino ad aprire le porte a quella che l'Oriente chiama "la mente luminosa". Gestii pratici legati alla cura di sé costruiscono un percorso che attraversando anche la "notte oscura" e il momento del travaglio, ci fa giungere a quello stato di chiarezza e gioia che porta luce nella nostra esistenza. Un viaggio tra insegnamenti del buddhismo theravada, che curano il corpo e la mente, fino a farci comprendere il significato del nostro cammino su questa terra. Un manuale pratico di benessere che si rivelerà, via via, un manuale di trasformazione profonda. Elena Greggia è esperta nel campo dello sviluppo delle capacità mentali e del benessere psicofisico. Dopo studi classici, laurea e master in economia, si specializza in ingegneria delle capacità mentali e avvia un percorso professionale che la porta ai massimi

livelli in aziende multinazionali. Non soddisfatta delle risposte che questo solo sapere contiene, prosegue studi in medicina e nelle filosofie orientali per comprendere più a fondo i legami tra corpo e mente. Decisivo l'incontro con la meditazione Vipassana e con i monaci e maestri della foresta thailandese. È docente all'Università della terza età in materie legate al benessere psicofisico, tiene corsi in tutta Italia e accompagna coloro che vogliono realizzare un migliore benessere. Ha partecipato a numerose trasmissioni radiofoniche e televisive. È membro del Consiglio direttivo di AISM (Associazione Italiana Scientifica di Metapsichica) dove svolge attività di ricerca. Autrice di numerose pubblicazioni, ha scritto per la Sperling & Kupfer Tutto a posto (2008), Il potere dell'essenziale (2016), Potenza la tua mente (eBook 2016).

Un'introduzione al misterioso mondo del Feng Shui, una disciplina che insegna a vivere in equilibrio e armonia con la natura e con il proprio ambiente: una millenaria combinazione tra arte, scienza, tradizione e intuizione, che coinvolge ogni aspetto dell'esistenza. Il Feng Shui mira a riequilibrare il rapporto tra le persone e i luoghi (casa, ufficio) tramite il corretto utilizzo delle energie presenti (il Ki), cercando di ottenere il miglior ambiente possibile in cui vivere e lavorare. Questa "filosofia del vivere" aiuta a dominare l'ansia e lo stress che caratterizzano la nostra società, facendo ricorso alle forze amiche della natura, per ristabilire un rapporto armonico con l'Universo, ormai quasi completamente perduto.

Manuale pratico di insegnamenti orientali

Perché e come vivere in modo omeo-biologico. Guida pratica per mamma e bambino

I luoghi di forza. Guida alle località che emanano energia, pace e armonia

Feng shui in cucina. Filosofia del cibo, ricette e armonia dell'ambiente

L'acqua pura e semplice

Feng Shui per tutti i giorni

A disciplina chinesa do Feng Shui difundiu-se no Ocidente a partir do fim do milênio anterior. Os seus seguidores são convencidos de que o lugar em que se vive e o modo em que se posicionam os vários ambientes da casa podem influenciar de maneira significativa a harmonia da vida humana.

OrgasMind raccoglie una selezione di 30 discipline Olistiche e DBN (Discipline Bio Naturali) complete, efficaci e di facile applicazione utili alla propria crescita personale. Questo testo è dedicato a coloro che stanno scoprendo la loro interiorità o che vorrebbero farlo ma non sanno come raggiungerla, a quelle persone che hanno voglia di apprendere il concetto di "responsabilità", a tutti coloro che non sanno più capire cos'è giusto perché nella loro mente c'è solo nebbia e confusione. Quando il Ben-Essere che è attorno a te, entrerà a far parte di te, ti accorgerai che nulla è come sembra e che tutto può diventare come tu desideri. Ma tu sai cosa desideri? Prova a darti una risposta sincera e... "Stai attento a come pensi, corri il rischio di essere felice!". Il cambiamento è dentro di te, solo tu puoi cambiare il tuo modo di vivere. Siine consapevole, inizia a prendere in mano le redini della tua vita perché tu sei quello che pensi e nel bene e nel male "I pensieri diventano cose". Sempre!

Atlante della comunicazione

Iniziazione al feng shui. L'armonia della casa che genera fortuna e prosperità

Feng Shui. Armonia dei luoghi per l'architettura del benessere

Cristallogia (La Filosofia e la Magia dei Cristalli)

Una mente luminosa

Armonia, prosperità, benessere

Feng Shui e Armonia della Mente. Tecniche e Strategie per Migliorare l'Equilibrio Mentale ed Energetico nella Casa. (Ebook

Italiano - Anteprima Gratis) Tecniche e Strategie per Migliorare l'Equilibrio Mentale ed Energetico nella Casa Bruno Editore

Star bene è una collana di eBook dedicati al benessere psicofisico della persona, fortemente mirata alla pratica ma senza

dimenticare l'approccio storico-culturale. Curato da esperti, ogni eBook propone informazioni teoriche e pratiche, corredate da

immagini dettagliate, disegni e schede, che facilitano la comprensione di suggerimenti e tecniche. Dalle discipline orientali come

Yoga, l'Ayurveda, il Feng Shui, lo Shiatsu, alla medicina complementare come i fiori di Bach, la fitoterapia e l'aromaterapia, Star

bene offre consigli semplici e alla portata di tutti per un percorso completo all'insegna dell'armonia corpo-mente. Prenderci cu

di noi stessi, oltre a rilassare e migliorare la nostra condizione psico-fisica, consente di ridurre i livelli di cortisolo e degli altri

ormoni legati allo stress (che, indirettamente, tendono a deprimere le difese dell'organismo), potenziando nel contempo l'attiv

dei linfociti e il funzionamento del sistema immunitario: insonnia, cefalea, tensioni muscolari, palpitazioni, problemi gastrointes

sono solo alcuni dei disturbi che possono essere trattati con tecniche spesso millenarie, facendo leva sul riequilibrio dell'ener

Gli ultimi draghi. Viaggi ai confini della scienza

Feng shui e space clearing

Il segreto cinese del benessere e dell'armonia