

La Biologia Delle Credenze Come Il Pensiero Influenza Il Dna E Ogni Cellula

Cos'è, cosa dice la scienza oggi, cosa dice la scienza di domani L'uso del placebo in ambito medico-farmacologico si è limitato per molto tempo a costituire un'alternativa al farmaco vero e proprio, più per testarne la validità che per cercare una via alternativa di guarigione. Tuttavia, quando ci si trova di fronte a guarigioni scientificamente inspiegabili, o a miglioramenti o peggioramenti nel corso di una terapia non riconducibili al trattamento farmacologico, si deve considerare il potere che la mente ha sui meccanismi biologici e neurobiologici. Grazie a un nuovo approccio scientifico, che parte dalle teorie di Bruce H. Lipton sul "segnale" ambientale che influenza le nostre cellule, si può cogliere l'essenza profonda dell'effetto placebo. L'intenzione di guarigione, la preghiera, le emozioni e le credenze sono preziosi poteri che l'uomo reca in sé e grazie ai quali può influenzare se stesso e l'universo, incidere sulla salute sua, degli altri e del mondo. CONTENUTI DEL LIBRO . L'effetto placebo tra medicina e scienza oggi . I meccanismi dell'effetto placebo . Effetto nocebo . Nuove visioni scientifiche dell'effetto placebo . La Biologia delle Credenze . Nuove prospettive: l'effetto placebo diventa scienza . Noi siamo ciò che crediamo . La preghiera delle emozioni . Una mente mondiale per evolvere Le caratteristiche del libro . Informazione rigorosa e documentata. . Link ai termini scientifici per una più agevole consultazione. . Stile documentaristico. Splendere è sempre la scelta giusta In questo libro scopriremo perché ci ammaliamo, indagheremo il senso della malattia e il suo messaggio. Cercheremo di capire come non subire gli eventi in modo traumatico, come trasformare i momenti di crisi in opportunità per la nostra vita. Capiremo come funzionano la mente, le emozioni e il loro legame con il corpo. Scopriremo la nostra responsabilità nel produrre ciò che ci accade. Affronteremo il tema della morte. Impareremo che la pretesa allontana l'oggetto del desiderio, mentre la gratitudine lo attira. Apprenderemo quanto il modo di alimentarci influenza il nostro livello di energia e salute, la volontà e lo stato d'animo. Cominceremo a osservare la qualità del nostro dialogo interiore e delle nostre azioni, il loro potere e il nostro senso di

autostima. Osserveremo la nostra capacità di relazionarci con gli altri. Infine, esploreremo il nostro rapporto con il sacro, con il grande Fuoco di cui siamo le scintille. Tutto questo per poter finalmente SCEGLIERE DI SPLENDERE. "Fatevi un bel regalo come da titolo, scegliete di splendere e fermatevi a riflettere su tutto quello che ti succede intorno. Da leggere." (Recensione) L'AUTRICE: Catia Trevisani è fondatrice e direttrice della Scuola SIMO di Milano. Medico Naturopata. Laureata con lode in Medicina e Chirurgia presso l'Università degli Studi di Milano nel 1988. Master in Fitoterapia presso l'Università di Siena, Diploma di Agopuntura presso la Scuola Matteo Ricci di Bologna, Master in Psicologia Olistica a Bologna, Formazione in PNL con Antony Robbins negli USA, aggiornamenti continui in Medicina Cinese Classica. Per tre anni Responsabile del Programma Nutrizionale e del Programma Naturopatico per gli Istituti Doman di Filadelfia (USA) per il recupero dei bambini cerebrolesi. 24 libri e numerosi articoli sulla Nutrizione e la Medicina Naturale. Giornalista Scientifico iscritta all'Ordine giornalisti della Toscana.

Lo stress si collega ai meccanismi di attacco, fuga, difesa e può essere funzionale o disfunzionale. Positivo e motivante il primo, negativo e demotivante il secondo. Quest'ultimo implica anche somatizzazioni e malattie e può distruggere la vita! La mente, continuo risultato esperienziale e di natura, è un'entità sostanzialmente metafisica, che si nutre, modificandosi, di pensieri, scelte, comportamenti, esperienze e stati emotivi. È il luogo dove si forma l'idea di sé e del mondo ed è condizionata dalla comunicazione con se stessi, dalle relazioni e dagli eventi. La comunicazione ha potenziali implicazioni coi meccanismi di stress e può orientare la persona verso soluzioni positive o distruttive. Come gestire lo stress, sia in termini di prevenzione che di intervento, è un tema che riguarda l'imprenditore per avere un'azienda più efficiente, chi lavora per avere una maggiore qualità della vita e l'uomo della strada per avere una migliore idea di sé. La relazione d'aiuto può supportare il manager nelle scelte di leadership, le funzioni gestionali in quelle organizzative e può facilitare in ognuno l'accesso allo stress positivo. L'elaborato, pur dedicato al lavoro, è utile a tutti.

239.212

Anticorpi anarchici

Il sentiero evolutivo delle mente

Unleashing the Power of Consciousness, Matter & Miracles

Effetto placebo

Un viaggio negli elementi costitutivi di corpo, mente e spirito, accompagnato dall'energia degli oli essenziali

Coaching: come trasformare individui e organizzazioni

La biologia delle credenze. Come il pensiero influenza il DNA e ogni cellula

Conoscere la Biologia delle credenze Come la mente influenza il

benessere del nostro corpo Area51 Publishing

Rivolgendo lo sguardo al passato per cercare di comprendere in che punto si trovi oggi l'umanità, con la consapevolezza del presente, emergono tre grandi macro fasi che si mescolano l'una con l'altra ma che al tempo stesso delineano chiaramente l'evoluzione del modo con cui gli esseri umani stanno affrontando l'esperienza su questo pianeta. La prima fase è quella in cui l'uomo si impegna nel progetto di controllo e dominio della Natura. La seconda fase si sviluppa invece a partire della rivoluzione industriale in cui l'uomo si cimenta in modo più articolato nel controllo e nel dominio dell'uomo sull'uomo. La terza fase, quella nella quale ci troviamo, è guidata invece dalla evoluzione tecnologica rapidissima che ci vede delegare alla macchina, in modo sempre più massiccio, le nostre stesse funzioni umane. La caratteristica di questa fase è fondamentalmente il tentativo del controllo e dominio della natura stessa dell'uomo.

Dall'ascolto del corpo con l'alimentazione fisiologica alcalina, alla conoscenza e il rispetto del proprio sé attraverso il lavoro emozionale, passando dalle informazioni che la fisica quantistica ci offre per una visione più profonda della nostra appartenenza. Questo libro si colloca nella direzione di riprendere la comunicazione interrotta o claudicante, con la nostra natura umana, con la verità che abita in noi stessi, recuperando la conoscenza di leggi che governano la nostra esistenza ma a cui in genere non portiamo un'attenzione consapevole.

Carmela Lo Presti - "NEL PAESE DELL'ARCOBALENO – NIDI Manuale per lo sviluppo dell'intelligenza emotiva e della comunicazione attraverso la globalità dei linguaggi e la P N L per Educatori e Genitori Il Manuale (pagg. 328 su carta patinata lucida di cui 50 a colori) offre un ampio spazio agli aspetti teorici ed è ricco di citazioni e rimandi a testi fondamentali. Nel Manuale vengono descritti 48 giochi specifici per i bambini dai 18 mesi ai 3 anni, indicati sia gli obiettivi generali che quelli specifici, illustrati tutti i passi anche con foto e sono disponibili tutti gli strumenti educativi per l'alfabetizzazione emotiva. Il Manuale propone esperienze educative di simbolizzazione come il gioco, la narrazione, la costruzione di storie fantastiche, il disegno che consentono al bambino di proiettare le proprie

emozioni e di rielaborarle in forma positiva e ne documenta molte, utilizzando l'approccio della globalità dei linguaggi e la prospettiva della Programmazione Neuro Linguistica. Ogni percorso didattico proposto è ampiamente documentato così da farne cogliere il senso all'interno di una progettazione che mette al centro il bambino e i suoi bisogni. Il Volume è anche la documentazione di diciassette anni di attività appassionata per e nei Nidi.

Partendo dal problema della dignità umana e della sua libertà come fondamento del pensiero popperiano, questo saggio approfondisce, attraverso un confronto aperto con alcune significative linee di pensiero, il valore rilevante che la lezione antropoetica di Karl Popper, finalizzata a porre in luce il "carattere speciale" della mente umana, assume nella realtà contemporanea.

Come Riconoscere e Gestire le Emozioni

Manuale di Sopravvivenza - Il Segreto del Nutrimento Perfetto di Corpo e Anima attraverso pratiche sane, esercizi utili e "ricette"

Popper a confronto

Il ruolo della relazione d'aiuto per gestire le situazioni di stress in ambito lavorativo

Nel paese dell'Arcobaleno - Nidi

Nella sua natura più intima la materia, che dà forma alle cose si manifesta come energia in perenne vibrazione e le caratteristiche della vibrazione diventano informazione. L'essere umano non è soltanto un insieme di composti chimici, ma è un'entità vivente che riceve e trasmette l'informazione necessaria ai bio-sistemi, attraverso vibrazioni. Sono le tantissime molecole d'acqua del nostro corpo, quando vibrano sincronicamente, le migliori messaggere d'informazioni per tutte le cellule. Ogni vibrazioni che giunge dall'ambiente si imprime "magicamente" nell'acqua e ne possiamo vedere al microscopio l'armonia o disarmonia prodotta nelle forme cristallizzate. Corpi celesti, oggetti, organismi viventi, particelle subatomiche, ogni più piccola parte del nostro corpo, ma anche pensieri ed emozioni emettono una precisa vibrazione dominante. Queste vibrazioni influenzano tutto ciò che le circonda e ne sono esse stesse influenzate, "nutrono" i nostri corpi sottili, e quando non sono in armonia con noi, ci ammaliamo. L'energia sottile della musica, interagendo con la complessa rete di suoni che ognuno di noi emette, diventa un insospettato strumento terapeutico. I suoni agiscono come campi energetici che turbano o leniscono, calmano o dinamizzano, strutturano o disgregano, squilibrano o armonizzano. Ma è il suono della voce umana che ha una particolare potenza. Le vibrazioni delle nostre parole e dei nostri pensieri, se guidati da un intento d'amore, possono produrre cambiamenti chimico-fisici nel DNA, nelle strutture biologiche, psicologiche ed energetiche, possono guarire! Allora, tutti uniti, come gli organi di un immenso corpo, possiamo produrre la più meravigliosa delle sinfonie, quella della Vita!

113.11

Un saggio narrativo nato dall'esperienza autobiografica di una giornalista che descrive le fasi della relazione con un narcisista patologico e fornisce le indicazioni

per uscire salvi da un rapporto distruttivo. La teoria si mescola con la narrazione in prima persona, mettendo a fuoco cosa accade durante il rapporto traumatico. La sopravvissuta alla fine della battaglia si trasforma in farfalla. Il dolore, la malattia, il trauma fisico ed emotivo (che culminano in un disturbo post traumatico complesso), infatti, sono strumenti che, se usati bene, permettono un importante salto evolutivo grazie al quale nulla sarà più come prima. Alla perdita dell'innocenza si sostituisce una consapevolezza profonda, uno sguardo diverso su sé stessi e sul mondo. Il libro racconta tutti i meccanismi patologici del rapporto con un narcisista, ma si sofferma in particolar modo sulle tecniche di guarigione attraverso l'esperienza e le conoscenze. Fisica quantistica, percorsi psicologici e olistici, scienze sacre, yoga, spiritualità, mindfulness e il riferimento alle antiche tradizioni iniziatiche aprono una finestra inedita, interdisciplinare, che definisce un cammino luminoso dove ogni pezzo del puzzle trova ragione e compimento. La medicina del futuro, oltre ogni immaginazione · La biologia dei sistemi: il tutto non corrisponde alla somma delle parti · Il DNA non è tutto: anche i gemelli identici non sono identici · Il feto e il neonato sono padri dell'uomo · Trasmissioni epigenetiche transgenerazionali · Le modalità dell'invecchiamento dipendono dalla vita fetale · Nutrizione precoce e destino dell'individuo · Il primo pasto è come il primo respiro (inno al latte materno) · Le cellule staminali multipotenti del latte materno · I nuovi abitanti del pianeta Terra: gli adulti nati con bassissimo peso · Fattori epigenetici che influenzano lo sviluppo del cervello: alcol, alluminio, prematurità · Il meraviglioso e attivo mondo del feto · Siamo un ecosistema: nel nostro corpo solo una cellula su dieci è umana · Cervello contro intestino: una guerra continua dal Pleistocene a oggi · Il cervello è una giungla e non un computer · I disturbi dello spettro autistico e la microbiomica · Siamo una cosa sola con quello che mangiamo · Batteri amanti della cioccolata e ... vincitori di premi Nobel · Gli animali e la scienza della guarigione · Medicina di genere e medicina rigenerativa

Cap. III - Crescita e percezione individuale

Le basi della biologia delle credenze. DVD con libro

Harness the Healing Energy of Forest Bathing and Natural Landscapes

La scelta di essere. Strumenti per ritrovare il cammino verso noi stessi

Biologia della Nuova Era e le sue insidie

Metabolomica e microbiomica. La medicina personalizzata dal feto all'adulto

Il nostro pensiero è la più potente forza creatrice a nostra disposizione. È il pensiero che può darci quella pace e quiete che tanto cerchiamo. È il pensiero che può permetterci di attirare a noi ciò che desideriamo. Se è indubbio che costruiamo la nostra vita attraverso le scelte che compiamo, è altrettanto vero che tutte le nostre scelte sono determinate dalle nostre convinzioni, da ciò che riteniamo vero o falso, giusto o sbagliato. Allora è proprio vero che siamo ciò che pensiamo. Essere in grado di orientare i nostri pensieri significa essere in grado di modificare tutta la nostra esistenza. Obiettivo di questo libro è quello di presentare la PNL, Programmazione Neuro-Linguistica, una disciplina che si occupa di comunicazione, crescita personale e cambiamento, in un'ottica olistica, sistemica, che superi le posizioni dell'“io” e del “tu” e abbracci la visione del “noi”, del Tutto di cui facciamo parte. Solo con

questa consapevolezza possiamo produrre un cambiamento profondo e duraturo nella nostra vita e in quella delle persone che desideriamo aiutare. "Un libro bello e interessante, una visione molto scientifica di ciò che pensiamo." (Recensione)

Il Neuro-Tuning è un metodo che consente di eseguire una positiva ed efficace risintonizzazione del cervello. Erich Keller spiega come ridurre l'agitazione della mente, sviluppando un senso di pace, tranquillità e rilassamento, sfruttando fino in fondo tutte le potenzialità nascoste del cervello. Ansia, rimuginio, preoccupazioni costanti, scarsa concentrazione e attacchi di panico sono condizioni che portano a situazioni di stress e contribuiscono all'insorgere di problemi fisici, emotivi e relazionali. Il Neuro-Tuning attiva un fenomeno simile a quello che si crea durante la meditazione, dove la frequenza delle onde cerebrali scende a 5-8 Hz. Questa frequenza, chiamata onde theta, è uno stato naturale nella prima infanzia, ma tende a passare in secondo piano in età adulta, soprattutto in un cervello tormentato da conflitti di natura fisica o psicologica. La tecnica del Neuro-Tuning attinge a collaudati approcci quali EFT, studi scientifici sul cervello, ricerca genetica e autori del calibro di Bruce H. Lipton per offrirti uno strumento in grado di stimolare le capacità cognitive e far funzionare in modo più efficiente, concentrato e calmo il tuo cervello.

La creatività è un aspetto molto importante della vita dell'individuo e, nonostante non ve ne sia una definizione univoca e universale, è di sicuro una caratteristica indispensabile e determinante per l'evoluzione di ognuno. Nel libro sono state riportate le molteplici dimensioni in cui la ritroviamo: per affrontare la vita di tutti i giorni, per risolvere problemi, per produrre arte, musica, letteratura, per creare un oggetto, per apportare migliorie al proprio lavoro o in azienda, per esprimere i propri disagi, ecc. Dato che ciò influisce sulla propria autostima e sullo sviluppo di una vita migliore, è importante cercare di conoscere quanto più possibile vada a incidere e influire su tali attitudini e comprendere il perché esistano individui molto creativi, o anche troppo creativi, e individui con bassissima creatività. Scopri come la nostra vita non è una realtà già scritta nel DNA ma da noi stessi, i veri artefici del nostro futuro! In questo chiaro e semplice ebook, l'autore ti accompagna nella scoperta dei fondamenti della nuova biologia dello scienziato e biologo molecolare Bruce Lipton, autore del celebre libro "La biologia delle credenze" e capirai che, secondo questa nuova visione, sono le credenze o convinzioni a definire ciò che siamo e che hanno un ruolo primario anche nel determinare la nostra salute. Capirai come il pensiero, le emozioni e le convinzioni radicate in noi influenzano il comportamento delle

nostre cellule e la nostra stessa attività genetica. Il nostro destino, a livello cellulare, non dipende perciò dai nostri geni “buoni” o “cattivi”, bensì dalla nostra mente e dal modo in cui percepiamo e interpretiamo il mondo. Contenuti principali dell'ebook . I sistemi di credenze . La fisica quantistica e le cellule . La storia evolutiva dell'uomo secondo Bruce Lipton . Gli effetti dello stress sull'organismo . Come Le credenze governano la nostra biologia . Siamo quello che crediamo Perché leggere questo ebook . Per avere un'introduzione alla teoria e ai testi di Bruce Lipton . Per comprendere i fondamenti della nuova biologia di Bruce Lipton . Per comprendere cosa realmente sono i “sistemi di credenze” e come agiscono . Per conoscere come funziona il nostro sistema cellulare . Per avere uno strumento introduttivo alle nuove frontiere della biologia e dell'epigenetica 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 nuove scoperte della biologia . Ai professionisti del benessere che vogliono avere un'introduzione al pensiero di Bruce Lipton

The Science of Creating Heaven on Earth

Spontaneous Evolution

PRODIGI DEI SUONI - Il potere di In-Formare e di Guarire delle Vibrazioni

Viaggio ai confini della guarigione

Fisica quantistica, fisica della vita. Viaggio alla scoperta della struttura della materia, della biologia e della Psicologia Quantistica Per camminare leggeri nella società pesante

Il testo è il risultato di anni di studio di fisica (presso la facoltà di Ingegneria Elettronica, dell'Università La Sapienza di Roma), di biologia, neuroscienze e degli studi del corso di laurea in Psicologia. Obiettivo del libro: dimostrare che, visto che siamo composti di atomi e questi hanno un comportamento quantistico e anche la nostra biologia si basa su fenomeni quantistici, è naturale conseguenza che anche a livello macroscopico i nostri comportamenti siano soggetti a leggi quantistiche. Per questo motivo anche la psicologia, dovrebbe confrontarsi con tali leggi e fenomeni, come descritto nel terzo capitolo. Per quanto a me noto, nessuno finora ha mai integrato fisica, biologia, neuroscienze e psicologia riuscendo a dimostrare che anche la psicologia si basa su leggi quantistiche. Il lavoro svolto è davvero pionieristico e stupisce chi lo legge per la sua grande idea innovativa: dare vita e scientificità al concetto di “psicologia quantistica”

Le imprese contemporanee sono sempre di più un luogo di malessere. La severità dei “numeri”, dei “KPI”, delle performance, legittima una cultura normativa in cui la demotivazione, la lamentela, l'assenza di senso caratterizzano l'esperienza quotidiana. Ma generare una controscienza è possibile. Lo dimostra questo libro, che attraverso una ricca testimonianza di esperti del settore ci mostra come il coaching può servire proprio a questo

cambiamento « rivoluzionario ». Qui il coaching è inteso con una logica allargata. Non è solo una relazione di supporto alla persona. È piuttosto un processo per la trasformazione, per l'apprendimento personale ed organizzativo e per la promozione di un nuovo modello di Leadership. Il percorso che gli autori tracciano è suddiviso in due: una parte teorica ed una pratica, entrambe composte da contributi interdisciplinari. La prima parte (« Prospettive teoriche ») tratta degli aspetti più generali: - definizioni del coaching, - problemi del cambiamento individuale e organizzativo - differenza tra coaching e counseling - valore dell'ascolto e del racconto da parte del coachee - funzionamento del cervello e sua valorizzazione. La seconda parte (« Esperienze organizzative ») è un'ampia riflessione su undici casi reali effettivamente vissuti dagli esperti. Le chiavi di lettura di queste esperienze si possono così sintetizzare: - la logica del profitto, del potere e del prestigio sociale, è da mettere in discussione ai fini della openness. Le persone apprezzano imprese e capi trasparenti, sinceri, onesti - cosa dà motivazione alle persone? Quali sono gli elementi che ingaggiano i collaboratori, li rendono attivi e responsabili? La passione diviene un driver inaspettato di cambiamento - tollerare che un errore possa indicare le nostre mancanze, mettersi in discussione. Per l'Open Leadership l'errore non è una trappola per colleghi o un pretesto per cercare il colpevole - accettare l'indipendenza del collaboratore, rivoluzionare la concezione stessa della funzione HR, in particolare della formazione, rispetto all'azienda. L'Innovazione è un'attitudine più che un risultato finale - leader o manager? Sogno o azione? Un visionario che ha una responsabilità manageriale aumenta la responsabilità, perché verifica i limiti del suo sogno. Costruire e narrare un sogno dà un senso al progetto professionale dei collaboratori - superare la gerarchia a beneficio del codice dei fratelli: un codice che promuove l'aiuto e lo scambio tra pari, al di là dei ristretti confini del « familismo amorale ». Tali significative riflessioni trovano una sintesi nel capitolo conclusivo in cui gli autori presentano un modello possibile per favorire questi cambiamenti in azienda. Nell'alveo dell'importante scuola italiana dello Sviluppo Organizzativo, vengono proposte nuove ipotesi per progettare e realizzare organizzazioni aperte.

Looks at the processes in which cells receive information, arguing that DNA is controlled by signals from outside the cell that emanate from one's positive and negative thoughts.

We've all heard stories of people who've experienced seemingly miraculous recoveries from illness, but can the same thing happen for our world? According to pioneering biologist Bruce H. Lipton, it's not only possible, it's already occurring. In *Spontaneous Evolution*, this world-renowned expert in the emerging science of epigenetics reveals how our changing understanding of biology will help us navigate this turbulent period in our planet's history and how each of us can participate in this global shift. In collaboration with political philosopher Steve Bhaerman, Dr. Lipton invites readers to reconsider:

- the "unquestionable" pillars of biology, including random evolution, survival of the fittest, and the role of DNA;
- the relationship between mind and matter;
- how our beliefs about nature and human nature shape our politics, culture, and individual lives; and
- how each of us can become planetary "stem cells" supporting the health and growth of our world.

By questioning the old beliefs that got us to where we are today and keep us stuck in the status quo, we can trigger the spontaneous evolution of our species that will usher in a brighter future. .

La Quarta Filosofia - Volume 0

Biologia quantica

Un percorso di autoguarigione

EPIGENETICA E CREATIVITÀ. CONOSCERE PER COMPRENDERE

Emozionalmente: le emozioni e la mente

Mente in forma con il neuro-tuning

Cosa alimenta e preserva davvero il nostro "Essere"? L'autrice ci svela i segreti del nostro organismo e della biologia moderna, raccontando curiosità, inganni alimentari (e non), ma anche tante soluzioni pratiche a disposizione: un percorso di crescita alimentare e fisico-spirituale, tra i pericoli di questo mondo "deviato", per giungere alla Ricetta di salute e felicità che tutti cerchiamo da sempre. "Vi rivelerò i risultati della mia personale ricerca di come ottenere una vita lunga, sana e felice, iniziata oltre trenta anni fa: grazie alla formazione scientifica, all'esperienza maturata negli anni con il lavoro in ambito alimentare e dietetico, le relazioni umane con centinaia di persone (sane e malate) e lo studio incessante e appassionato della VITA, ho raccolto gli elementi indispensabili per raggiungere questo obiettivo, che con amore desidero condividere con voi".

Un libro utile a chiunque voglia diventare più libero e consapevole di sé. L'autore ci accompagna in un viaggio alla scoperta delle emozioni, che presenta nella prima parte del libro, raccontandoci quante e quali sono, proponendoci esercizi per conoscerci meglio e distinguendo tra emozioni primarie e secondarie (tra cui due ben note: l'ansia e il senso di colpa). La seconda parte è invece più tecnica: si parla di cervello, di chakra, di ormoni, ma soprattutto di salute. Sotto la guida della ricerca neuro scientifica, vengono fornite preziose indicazioni su come ritrovare il nostro equilibrio psico-fisico ed emozionale. Un libro chiaro ed esaustivo, in cui troverai anche un protocollo per individuare, elaborare e comprendere le tue emozioni; ma ricorda: ti sarà tanto più d'aiuto quanto più tu deciderai di investire nella conoscenza di te stesso e di applicare ogni giorno su di te le nuove consapevolezze che acquisirai con questa lettura. Forse anche tu, come molte persone nel mondo, sei alla ricerca di un modo per gestire le tue emozioni. Ma la domanda è: puoi veramente gestire qualcosa che non conosci? "Il principio che si cela dietro la gestione è la conoscenza e la comprensione", scrive Antonio Pipio, che in questo libro riesce a semplificare l'enormità di informazioni che esiste sulle emozioni. Queste pagine ti conducono alla scoperta delle tue emozioni, della tua libertà personale, del tuo "Autentico Io". Non ti resta che cominciare a leggere: buon viaggio! Biografia dell'Autore. ANTONIO PIPIO è Professore a Contratto in Comunicazione e PNL presso

L'Università degli studi D'annunzio Chieti Pescara, Sociologo, Criminologo ed esperto in neuroscienze. Si è formato negli Stati Uniti presso la NLP Society conseguendo il titolo di Trainer NLP Coach certificato da Richard Bandler. Svolge la propria attività in studio come Health Coach e Counselor Mindfulness iscritto alla S.I.Co. È esperto di ipnosi regressiva alle vite precedenti con un Master presso la Past Life Regression School e Neuro-Hypnotic Repatterning of Richard Bandler. Ha lavorato come coach presso il Ministero della Salute del Senegal per la creazione del Sistema d'Emergenza 1515, per l'Harvard Business School di Firenze, per uno dei principali gruppi italiani di cliniche private nell'ambito della cardiocirurgia«GVM Group» e per numerosi reparti delle Forze Armate Italiane come il 187° Folgore oltre a Ferretti Yatch Spa e Ikea Spa. Co-Fondatore della Health Coaching Academy, la prima Accademia di Health Coaching accreditato al Ministero della Salute. Fondatore di Fipes Group, uno dei primi Provider nazionali accreditato per la formazione ECM. Co-Fondatore del I Master «MasterCap» in Health Coaching accreditato al Ministero della Salute e Docente MasterCap. Da oltre vent'otto anni si occupa di formazione in Comunicazione, Life e TeamCoaching in Sanità e 118. RAFFAELLA IANNACCONE Redattrice del manuale e scrittrice a 360 gradi. Difatti, oltre ad aver scritto 5 libri a suo nome, ne ha anche collezionato decine da Ghostwriter... e non solo: aiuta le persone nella creazione e progettazione di un libro, sia come struttura sia come editing, nonché la pubblicazione su Amazon (e nelle altre piattaforme online) e per concludere anche la promozione degli stessi.

In The Secret Therapy of Trees, Marco Mencagli and Marco Nieri explore the relationship between plants and organisms, and illustrate how to benefit from nature's positive impact on our psychological and physical well-being. Our connection to nature is deeply rooted in the history of our evolution. And yet, we have less contact with green space now than ever, and our stress and anxiety levels are at an all-time high. The Secret Therapy of Trees helps us rediscover the restorative value of our natural environment and presents the science behind green therapies like forest bathing and bioenergetic landscapes, explaining which are the most effective and how to put them into practice to achieve the best possible results. Studies have shown that increased exposure to green space can result in a regulated heartbeat, lowered blood pressure, reduced aggressiveness, improved memory skills and cognitive function, and a healthier immune system. Just one visit to a forest can bring positive effects (hint: monoterpenes, the natural essential oils in plants, have numerous positive effects on health), and even a mindful walk through a semi natural park can alleviate physical and psychological

stress. With multiple studies backing its findings and thorough explanations for each technique, The Secret Therapy of Trees is a treasure trove of tips on how to harness the regenerative power of plants and reconnect with our planet's natural spaces, bringing us health and happiness. You'll also discover: * Which plants purify the environment at home and in the office * The benefits of negative ions and where to find them * How to recharge through contact with trees

In "Crescita e percezione individuale", ho indagato le modalità con cui si sviluppa la nostra mente. Sono partito dai meccanismi percettivi che si attivano nella mente vergine del neonato per costruirne il proprio "programma mentale" in grado di indirizzarne il carattere, il comportamento e gli atteggiamenti che lo qualificeranno per tutta la vita. Un programma che si differenzia da individuo a individuo e che è responsabile, in massima parte, della personalissima "mappa mentale" che ognuno si crea del mondo e da cui scaturiscono le gioie e i dolori di tutta un'esistenza. Mi sono infine chiesto se esistono metodi idonei a correggere eventuali lati del carattere in grado di influire negativamente nelle relazioni con gli altri e, di conseguenza, su noi stessi. Se esiste, in sostanza, un modo di riprogrammare la nostra mente per rendere meno problematica e più felice la nostra esistenza. Anche in presenza di una metodologia di questo tipo, tuttavia, occorre migliorare la propria consapevolezza su problematiche che si verificano in background. Ciò che bisognerebbe conoscere più approfonditamente sono i meccanismi della comunicazione e relazione tra individui e le pulsioni, spesso inconsce ma potentissime, dei bisogni e delle motivazioni che influenzano il comportamento umano.

Scegli di splendere

PEAC Psicologia dell'evoluzione armonica della coscienza

Nuove chiavi di lettura della malattia

The Honeymoon Effect

Un approccio evolutivo per la crescita familiare

La guarigione spontanea delle credenze. Come spezzare il paradigma delle false credenze

L'uomo è una macchina complessa nella quale cooperano molteplici sotto-sistemi di natura biologica, fisica, neurologica, psicologica e fisiologica. Aspetti mentali, emotivi e psicologici sono intimamente connessi ad aspetti strutturali dell'Essere: una cooperazione che ha fatto dell'omeostasi una strategia evolutiva. Il counseling non può non prevedere un formazione ed un approccio metodologico che non sia multidisciplinare e, oggi, multiculturale. Un approccio che affronti tutte le dimensioni del nostro Sé e il modo con cui

esso interagisce con l'ambiente nel quale è inserito.

Il ruggito della tigre è il diario di un'esperienza, una storia raccontata in prima persona, per riportare l'immediatezza del vissuto, oscillante tra la razionalità della ricerca sulle evidenze scientifiche e le percezioni, l'ascolto dei messaggi del corpo, la continua verifica della sperimentazione, l'intuizione. Passando attraverso timori, dubbi, stanchezza, scoraggiamento, momenti di debolezza, paura. Con perseveranza, continue risalite, una combattuta fiducia. Fino a trasformare il ruggito della tigre nel battito d'ali di una farfalla. Il libro racchiude numerose informazioni relative alle possibili cause ed effetti del reflusso, all'influenza dello stile di vita comprensivo di alimentazione, stress e aspetti psicologici. e una breve descrizione di alcuni rimedi naturali. Le informazioni provengono: -dagli studi degli ultimi anni, frutto di ricerche su testi qualificati e sul web, soprattutto in lingua francese e anglosassone; -dall'esperienza di alcuni medici e professionisti nella cura della salute; -dalle indicazioni relative agli specifici rimedi; -da una sperimentazione personale. Il libro contiene numerosi allegati su alcune possibili alternative nella cura del reflusso, approfondimenti dell'aspetto psicologico e alcune pratiche yoga sviluppate e sperimentate da insegnanti diplomati. Una ricca bibliografia permette di accedere a collegamenti e testi sull'argomento.

Fallo e basta! Ho'Oponopono, ovvero come cambiare la tua vita con amore e gratitudine: Cos'è l'Ho'Oponopono? Come si fa a rimettere le cose al loro posto? Si può ottenere un cambiamento reale lavorando solo su noi stessi? Ma, soprattutto, si può essere felici? La storia di Angelo ci insegna a guardare il mondo dalla giusta prospettiva, a raccogliere le energie e sprigionarle con forza positiva nel mondo, vivere in amore e gratitudine, imparare a dire "Mi dispiace, Ti prego, Perdonami, Ti amo e Grazie".

Le scoperte degli ultimi decenni della fisica quantistica stanno cambiando, seppur lentamente, il modo di vedere la realtà, facendo vacillare la tradizionale visione meccanicistica e materialistica che dal Seicento a oggi ha dominato in ogni ambito del sapere. In campo biologico e medico-scientifico questo ha favorito l'idea che l'essere umano sia governato da un corredo di geni e proteine sul quale non può esercitare alcun potere. Si tratta di una visione incompleta e limitata poiché non considera né l'impatto che lo stile di vita può avere sull'espressione del DNA e sul benessere psico-fisico, né la componente energetica che probabilmente sottende e regola le reazioni che avvengono a livello molecolare. La biologia dovrà integrare le nuove conoscenze della fisica quantistica e la

medicina del futuro dovrà cambiare radicalmente l'approccio alla salute, alla malattia e alla guarigione, tenendo in considerazione non solo il piano materiale ma anche quello energetico.

Il canto della farfalla

Le basi della biologia delle credenze. DVD

Narrazioni di malattia autoimmune

Mente essenziale

Come la mente influenza il benessere del nostro corpo

In viaggio con il pellegrino. Per camminare leggeri nella società pesante

Siamo entrati in un periodo storico "interessante". L'umanità è giunta a porsi il seguente dilemma: estinguersi o cambiare. È arrivata l'ora di scegliere e non abbiamo molto tempo. Il presente Volume Zero, intitolato "La Via all'Età dell'Oro", è la summa dell'intera collana, "La Quarta Filosofia". L'opera (8 volumi), frutto di anni di lavoro, dimostra "sperimentalmente" che la fisica fondamentale (microcosmo e macrocosmo) ha a che fare con la narrativa, piuttosto che con la scienza. La stessa "santa" Fisica Quantistica, oggi ritenuta la punta di diamante della nostra conoscenza, grazie a quel suo misticismo "indeterminato" (Principio di indeterminazione di Heisenberg) ma poi, quando tratta di cose reali come la free energy, diventa la Fisica del Vorrei Ma Non Posso, per non parlare del fatto che, laddove necessario, non si tira indietro a raccapriccianti trucchi matematici, tutto questo basandosi su fondamentali postulati posticci e alcuni di essi totalmente arbitrari. Siamo stanchi di vedere banchieri, in effetti, al governo, parlarci loro di limiti nelle vesti di chi non è mai stato votato per parlare al popolo. I limiti non esistono. Siamo così convinti di questo che siamo pronti ad adottare un Nuovo Modello Economico totalmente basato sull'individuo neanche sullo Stato e supportato dalla Fisica dell'Etere, perché si ritornerà all'oro. La Banca Centrale di colpo non avrà più alcun ruolo. Fine della dominazione economica. La Rivoluzione Scientifica è la Fisica dell'Etere scienza per la quale la free energy è l'essenza del suo credo. L'infrastruttura o sistema che per l'estrazione dell'energia, la distribuzione e la trasmissione sarà il Tesla World System (TWS), gioiello tecnologico che creerà anche un'Internet parallela totalmente inviolabile, "segreta come il pensiero", come ebbe a dire il grande Nikola Tesla. Il mondo dell'Età dell'Oro che abbia inizio... Noi tutti siamo stati vittime di un inganno di gigantesche proporzioni. Nulla è quello che sappiamo essere. Il Volume Zero dopo aver presentato la "sintesi" di questo scellerato inganno, passa a proporre "reali" soluzioni (TWS e non solo) per sottrarci alla Fine dei Tempi ormai prossimi. La presente opera porta alla luce scienze e tecnologie "sperimentali" (quindi dimostrabili) eretiche, chiamate da chi le teme pseudo scienze. Il volume zero, attingendo dai libri di dettaglio (Vol. 1 – Vol. 7), descrive, tra i diversi temi, la "Fisica dell'Etere", scienza e tecnologia di Nikola Tesla. Grazie alla Fisica dell'Etere siamo pronti a supportare l'uomo a una nuova ed epocale Rivoluzione Scientifica che lo condurrà all'Età dell'Oro. La filosofia o linea politica da adottare non dovrà essere scritta ma è stata già studiata e praticata ben oltre 2000 anni fa,

nientemeno che dal Gesù “storico” e da “Lui” denominata “La Quarta Filosofia”. Tale “regale” programma potrà essere attuato sfruttando la potenza della Fisica dell’Etere, già oggi in grado d’oltrepassare l’immaginazione. Se lo vogliamo, l’Età dell’Oro è pronta a sbocciare. Il vero titolo della presente collana è in realtà “La Quarta Filosofia nel Mondo di Nikola Tesla”

Discover the secret to manifesting and maintaining the Honeymoon Effect—a state of bliss, passion, energy, and health in the early stages of a great love—throughout your entire life Think back on the most spectacular love affair of your life—the Big One that toppled you head over heels. For most, it was a time of heartfelt bliss, robust health, and abundant energy. Life was so beautiful that you couldn’t wait to bound out of bed in the morning to experience more Heaven on Earth. It was the Honeymoon Effect that was to last forever. Unfortunately for most, the Honeymoon Effect is frequently short lived. Imagine what your planetary experience would be like if you could maintain the Honeymoon Effect throughout your whole life. Bruce H. Lipton, Ph.D., best-selling author of *The Biology of Belief*, describes how the Honeymoon Effect was not a chance event or a coincidence, but a personal creation. This book reveals how we manifest the Honeymoon Effect and the reasons why we lose it. This knowledge empowers readers to create the honeymoon experience again, this time in a way that ensures a happily-ever-after relationship that even a Hollywood producer would love. With authority, eloquence, and an easy-to-read style, Lipton covers the influence of quantum physics (good vibrations), biochemistry (love potions), and psychology (the conscious and subconscious minds) in creating and sustaining juicy loving relationships. He also asserts that if we use the fifty trillion cells that live harmoniously in every healthy human body as a model, we can create not just honeymoon relationships for couples but also a “super organism” called humanity that can heal our planet.

La Psicologia dell’Evoluzione Armonica della Coscienza (PEAC) cerca di realizzare la creazione di un nuovo concetto di Psicologia, connesso al suo significato originario di “discorso sull’Anima”. Il lavoro costante e quotidiano con singoli, coppie, famiglie e gruppi ha consentito alla PEAC di validarsi sul campo con l’evidente efficacia nella risoluzione rapida e permanente di alcune psicopatologie. Le difficoltà di personalità risultano meno gravi e più accettabili, se osservate dal piano della Coscienza, che può essere costantemente stimolata nelle persone, come una Meditazione quotidiana.

Richard Flook va alla ricerca del motivo per cui ci ammaliamo, esamina la causa principale e individua il trauma originario per ripulirne l’energia e trovare la risposta che può eliminare il problema alla radice. Per individuare una soluzione e avviarci verso una duratura guarigione, Perché mi ammalò? ci fa analizzare ciò che è radicato in profondità e che a prima vista non è evidente. Molto spesso, infatti, la vera causa della malattia risiede in esperienze stressanti che non siamo in grado di controllare e che causano instabilità nel sano funzionamento del nostro organismo. Inoltre, il metodo Advanced Clearing Energetics (tecnica che integra PNL, ipnoterapia, EFT e altri approcci, ideata da Richard Flook), ci mette a disposizione un sistema semplice e dinamico che consente di individuare lo shock alla base della malattia e risolverlo rapidamente, per riprendere il controllo

della nostra salute. Le cause della malattia e di altri problemi di salute Come influenzano la salute gli elementi fisici, biologici, psicologici, emotivi, sociali e ambientali La causa principale di una condizione cronica e come risolverla Le vere ragioni del cancro La vera genesi delle numerose allergie False convinzioni su virus e batteri

La Via all'Età dell'Oro

Non sono più a tua disposizione. Come liberarsi dalle sensazioni opprimenti e vivere al meglio le proprie relazioni

Il ruggito della tigre. Reflusso gastroesofageo. Storia di una esperienza

Una lezione di umana civiltà

Energy! I segreti di due grandi coach per una vita piena di benessere e vitalità

Our Positive Future and a Way to Get There From Here

Avere chiari alcuni concetti basilari di noi stessi è necessario per modificarci, perdere le paure e tendere all'autorealizzazione. Sapere come siamo fatti e cosa promuove in noi un progresso reale e stabile ci può cambiare la vita. Le chiavi di accesso ai nostri meccanismi interni sono racchiuse in questo libro e potremo modificarli in funzione del nostro benessere. Il frutto di anni di esperienza personale e professionale è stato sintetizzato e reso fruibile per promuovere la consapevolezza dei nostri processi e l'autenticità del nostro essere. Dalla cura del corpo alla conoscenza della mente, estesa in tutto il soma, fino a quella della propria essenza più profonda e universale. Conoscere se stessi è l'unica via per tornare ad essere se stessi.

Una tecnica innovativa per ottimizzare le funzioni cerebrali e sfruttarne al meglio le potenzialità

Siamo ciò che pensiamo

Cos'è, cosa dice la scienza oggi, cosa dice la scienza di domani

The Secret Therapy of Trees

Perché mi ammalo?

The Biology of Belief