

## Trovare La Pace Interiore Come Vivere Una Vita Tranquilla Ed Equilibrata

Il SuperCoaching è una consulenza attiva di accompagnamento svolta da un Training Coach ‘un partner allenatore', che assiste un soggetto o un gruppo per armonizzare l'essere nella vita privata e per ottimizzare il rendimento nel fare professionale. Integra i principi del Counseling breve e del Mentoring e, come MentalCoaching, sviluppa il talento e la passione creativa rimotivando l'individuo durante l'intero arco di vita.

Un filosofo, uno psichiatra e un monaco buddhista - tre voci diverse, tre uomini che di solito si avventurano su strade che all'apparenza non coincidono affatto - si sono riuniti per tentare di rispondere alle domande che ogni essere umano si pone sulla propria condotta di vita, sulla propria maniera di dare un senso all'esistenza. Quali sono le nostre aspirazioni più profonde? Come fare in modo che il nostro mal di vivere non si accresca oltre misura? Come vivere con gli altri? Come sviluppare la nostra attitudine al bene e all'altruismo? Come diventare più liberi? Su ognuno di questi argomenti, e su molti altri ancora, i tre hanno discusso delle loro esperienze, dei loro sforzi e delle lezioni apprese lungo la loro ricerca e il loro cammino. Il risultato è questo straordinario trattato di saggezza a tre voci, un libro limpido e luminoso, fatto di punti di vista differenti che convergono sul compito essenziale dell'esistenza. Un libro per apprendere il mestiere di vivere. «La vita è troppo breve per essere sprecata». Christophe André «Pagine illuminanti che fanno davvero bene». Version féminina «Un'opera fondamentale per uomini e donne di oggi». Le Parisien
Ti piacerebbe riuscire a eliminare dolori e malesseri, ridurre l'ansia, dormire meglio con la mente sgombra da pensieri e allontanare la depressione? Da moltissimo tempo, le tecniche yoga vengono usate per curare una serie di disturbi, permettendoti di vivere una vita più sana e felice! Lo yoga può essere d'aiuto anche in caso di malattie croniche o infiammazioni, per rafforzare il sistema immunitario, per migliorare il livello di energia, la concentrazione e la serenità generale e molto altro! Vivi con più emozioni positive e meno depressione. Questo libro ti fornirà un'introduzione sui segreti usati dai professionisti dello yoga, così da sentirti più in salute che mai! Esplorando strategie ormai provate da decenni, questo eBook ti mostrerà il modo più efficace per usare lo yoga come un alleato prezioso per il tuo benessere! Questa guida ti insegnerà tecniche efficaci, senza dover ricorrere a corsi o supporti onerosi. Il libro include risorse per: - Principianti. - Restare in forma. - Perdere peso. - Diventare più flessibile. - Sconfiggere la depressione. - Combattere lo stress. - Ridurre ed eliminare l'ansia. - Avere più energia. - Dormire meglio. - Mindfulness. - Superare i malanni. + MOLTO ALTRO! Se vuoi migliorare la tua salute, curare i malanni, aumentare la concentrazione e il benessere, allora questa guida fa al caso tuo.

La pace interiore
Come attirare abbondanza, felicità e pace interiore nella tua vita
Il mediatore dell'anima. La battaglia di una vita per trovare la pace interiore

Guida Passo Passo Al Bilanciamento e Potenziamnto Dei Nostri Chakra con Consigli e Tecniche Specifiche per Stimolare l'Autoguarigione Anche Attraverso l'Energia Dei Cristalli

Iniziazione al benessere interiore. Come trovare la strada per il settimo cielo

Un manuale completo di tecniche per la tua crescita professionale e personale

**Di questi tempi non sentirsi soggiogati o, anche solo in minima parte, influenzati da pensieri negativi può sembrare impossibile... Ma non lo è! Forse hai già sentito parlare dei Chakra, ma forse non sai che riportare l'equilibrio ai propri Chakra significa ritrovare il benessere psicofisico e vivere ogni giorno della tua vita all'insegna di salute, energia e vitalità. I 7 Chakra sono dei veri e propri centri energetici situati lungo l'asse centrale del corpo umano, nella parte che va dalla base della spina dorsale fino la sommità del capo. Il perfetto funzionamento del tuo sistema energetico, quindi dei Chakra aperti che permettono all'energia di fluire liberamente, è sinonimo di buona salute fisica, mentale e spirituale, e il loro equilibrio consente di vivere la vita al massimo delle proprie potenzialità. E' proprio per questo che dovresti imparare al più presto a ricercare la tua pace interiore con una guida come: "Chakra per principianti: Guida Passo Passo al Bilanciamento e Potenziamnto dei Nostri Chakra con Consigli e Tecniche Specifiche per Stimolare l'Autoguarigione anche Attraverso l'Energia dei Cristalli"**
**Ecco che cosa imparari leggendo questo libro:**
\* **Allineamento, assorbimento ed emissione dell'energia chakra**
\* **Guarigione con i Sette Chakra principali**
\* **Come la compromissione dei Chakra può influenzare la vita e perché hai bisogno di bilanciarli**
\* **Come i Chakra influenzano le nostre menti psichiche**
\* **Ragioni per cui non puoi pulire i tuoi Chakra**
\* **Come i cristalli influenzano il potere guaritore dei Chakra**
\* **Come sfruttare al meglio la meditazione ...e molto altro ancora!**
**La cosa migliore è che non devi preoccuparti se non hai mai sentito parlare di questi argomenti, la guida ha l'obiettivo di bilanciare la tua energia interiore partendo da zero. Inizia ora il tuo percorso verso il raggiungimento della pace interiore grazie alla stimolazione dei tuoi Chakra!**
**Scorri verso l'alto e aggiungi al carrello "Chakra per principianti"!**

**Riporta la pace e la tranquillità nelle tue giornate grazie a tanti mandala tutti da colorare!**
**Vuoi ritrovare la tranquillità e il relax alla fine di una lunga giornata? Vuoi eliminare lo stress che ti assilla? Hai bisogno di aiuto per affrontare giornate pesanti? Come moltissime altre persone stai attraversando un periodo particolarmente pesante? Ci sono molti modi per riportare la serenità nella tua vita, ma pochi sanno offrire la semplicità e l'intimità dei mandala. Non sai di cosa si tratta? All'apparenza sembrano dei semplici disegni da colorare, tuttavia, hanno una storia e un significato dietro e dedicare loro del tempo ti farà ritrovare tranquillità e pace. Non serve essere degli artisti per portare a termine questi disegni, ma siamo certi che il risultato finale sarà estremamente bello da vedere. Abbiamo scelto per te ben 65 mandala da colorare, pensando a vari soggetti e livelli di dettaglio. Scopri cosa ti aspetta in questo mondo di mandala tutto da colorare e con il quale trovare di nuovo tranquillità e pace interiore. In questo libro troverai...
❑ Cosa sono i mandala.
❑ Una breve introduzione sulla loro storia.
❑ Dei consigli per realizzarli al meglio.
❑ Come creare i tuoi mandala in modo semplice.
❑ 65 mandala tutti diversi.
❑ ...tanta tranquillità e divertimento!
**Acquista subito questo libro e ti renderai conto dei cambiamenti positivi. Portalo a casa tua a un prezzo speciale!**
**Scorri verso l'alto e fai clic sul pulsante "Compra ora con 1-Click" per dare una svolta alle tue giornate!**
**Come trovare calma ed equilibrio nella tua vita. Impara a trovare la tua pace interiore e a mantenerla grazie a numerosi consigli e spiegazioni!**
**Vuoi sintonizzare la tua vita su piú ordine e successo e identificare i pensieri tipici che te lo impediscono?Non hai il coraggio di cambiare o migliorare solo perché credi di dover essere perfetto, accuraturo o avere qualità particolari per farcela?Vuoi finalmente avere il controllo della tua vita e imparare le tecniche giuste per riuscirci?Cosa aspetti? Con questo manuale hai trovato la soluzione ideale per vivere finalmente in pace ed equilibrio! Scopri come superare le tue incertezze e trovare la pace interiore. Oltre a raggiungere i tuoi obiettivi, potrai anche scoprire nuovi talenti che non sapevi di avere!Grazie alle tecniche e agli strumenti giusti, puoi trasformare delle convinzioni negative in positive e ottenere cosú successi piú rapidi. Troverai la tua pace interiore in tutta calma ed equilibrio.Impara a riconoscere i pensieri-nemici, i falsi difetti e l'effetto "tossico" del confronto costante. Che tu voglia chiudere con il passato, ridurre le fonti di stress o cambiare prospettiva di vita, l'equilibrio e la calma funzionano sempre quando l'erba del vicino sembra piú verde.Scoprirai 7 efficaci tecniche di rilassamento che ti aiuteranno a raggiungere la pace interiore con calma ed equilibrio. Passo dopo passo, musica, ballo, Tai Chi e varie forme di meditazione ti renderanno piú forte e resistente sia fisicamente che psicologicamente. Impara con il nostro utile manuale...
... cosa puoi fare esattamente per raggiungere la calma e la pace interiore...
... quali sono le tecniche di rilassamento piú efficaci per calmarsi...
... quali sono le frasi-nemiche che limitano e influenzano ognuno di noi...
... cosa devi fare per lasciarti andare e diventare piú sicuro di te stesso...
... gli step per vivere le tue emozioni fino in fondo...
... perché devi smettere di dire "io devo" e come le parole che usi sono legate alla tua pace interiore...
... e molto altro ancora!
**Non perdere altro tempo e inizia oggi a condurre una vita pacifica ed equilibrata. Compra adesso questo manuale a un prezzo speciale!******

**365 modi per essere felici**

**Benessere quotidiano. Manuale di Tai Chi**

**Vita nello yoga. Trasformazione, saggezza, libertà**

**La Civiltà cattolica**

Il Silenzio per un Poeta è una condizione miracolosa ed inestimabile. Non solo perché vissuto come attimo di vero raccoglimento, ma anche perché nel Silenzio nascono le parole, e sono quelle dell’Anima. Ecco dunque una Silloge poetica dal titolo struggente ed emozionante: “Le Parole del Silenzio”, quelle parole ricercate, volute, agognate e desiderate che, proprio dentro un Silenzio ammantato di ricchezza, catturano la nostra attenzione, ci permettono di entrare in punta di piedi in una Raccolta di Poesie preziosa, come pure di entrare nel cuore dell’Autrice. Perché Carla Staffieri, da poetessa sensibile e delicata qual e, compie questo miracolo meraviglioso, ci permette di entrare nel suo intimo, nel suo mondo poetico personalissimo dove troviamo tematiche di ampio respiro, dall'amore per la natura, all'amore stesso come passione e sentimento, ad ideali di fervido servizio che ella dirige soavemente ma tuttavia anche con energia pulsante. (Dalla prefazione della poetessa Maria Daniela Dagnino)

Esistono ormai prove tangibili del fatto che il business e filantropia costituiscano una potente combinazione capace di generare cambiamenti positivi. Shari Arison ha dimostrato tutto ciò in trent’anni da leader nel campo della filantropia e in quindici anni di gestione della propria attività internazionale, l’Arison Group. Sa bene che quando i leader credono in qualcosa di più grande di loro, raggiungono il massimo del potenziale. Shari sostiene che, a tutti i livelli, i leader abbiano il potere di produrre cambiamenti positivi dando alle persone e al pianeta un valore pari a quello del profitto. Questo libro è una guida per riuscire a infondere alla propria attività professionale il potere legato al ‘fare del bene’. Costituisce inoltre un invito ad agire rivolto a imprenditori, leader e dipendenti di qualunque settore al mondo, perché diventino parti attive di un cambiamento. Il modello professionale sostenibile di Shari, fondato sui valori, può essere facilmente applicato a qualunque tipo di organizzazione. È ora di rivitalizzare l’economia moderna per il bene dell’umanità. Fare del bene (anche nel business) vi aprirà gli occhi e diventerete catalizzatori di grandi trasformazioni aziendali.

Questo manoscritto nasce con l'idea di raccogliere riflessioni, consigli nonché aforismi e frasi celebri di noti scrittori, poeti e di gente comune che come me scrive sul social network più clicato al mondo, facebook.
“il libro di facebook” contiene anche storie divertenti e con una morale, offrendo al lettore una visione più ampia e ricca di quello che riguarda la quotidianità, dando la possibilità di aprire gli occhi di fronte a certe situazioni e renderci consapevoli del significato della nostra vita e delle sue sfaccettature. Non ci farà diventare “grandi” o sapienti, ma tra le righe forse troveremo interessanti e proficue le esperienze di tanti che hanno gioito, amato, sofferto e spesso anche sbagliato, ma che proprio per questo consigliano: “leggi e rifletti”. Non smetterò mai di ripeterlo e condividerlo: “il punto non è quanto sei grande... ma quanto vuoi crescere.”

Mini-corso in miracoli. Corso in 18 giorni per trovare la pace interiore e la soluzione ai problemi nei rapporti interpersonali

PURPUREA

L'arte di essere

Nel silenzio dell'eremo. Sette giorni per trovare la pace interiore

Consigli per una vita felice

Il libro di facebook

**Nei tanti momenti difficili che la vita ci riserva può capitare di essere sopraffatti da ansia, paure, pensieri e stati d'animo negativi. Come custodire, in queste situazioni, la pace del cuore, la passione, l'entusiasmo? Diversi anni fa Chiara Amirante ha elaborato un percorso interiore per i ragazzi accolti nella sua Comunità, giovani segnati da ferite in apparenza insanabili che sono stati aiutati a riconciliarsi con le loro storie e a riconoscere dentro di sé il bisogno fondamentale di amare e di essere amati. Sono nati così i corsi di Spiritraperay, incontri di conoscenza di sé sulla guarigione del cuore e l'arte di amare, che hanno permesso a migliaia di persone di scoprire le potenzialità immense racchiuse nello spirito e di sviluppare per costruire relazioni autentiche e appaganti e vivere in pace. Questo libro è il primo di una serie che seguirà tutte le tappe dell'itine-rario per rafforzarsi interiormente. Vi si possono trovare molti suggerimenti, riflessioni ed esercizi per agire concretamente sulle proprie ferite interiori e migliorare in tutti gli ambiti più significativi della vita: la consapevolezza, l'affettività, la gestione delle emozioni, le scelte, il dialogo con gli altri. Un compagno di strada per chi vuole intraprendere un cammino di spiritualità, una guida amichevole che invita a impegnarsi per portare alla luce la meraviglia stupenda che siamo, la scintilla divina impressa nel nostro spirito che aspetta solo di essere liberata per risplendere in tutta la sua bellezza.**

**-----**
**Ti piacerebbe essere in grado di eliminare il malessere, avere meno ansia, dormire meglio con la mente più lucida, e combattere la depressione? Per moltissimo tempo, le tecniche di consapevolezza acquisita tramite la meditazione sono state usate per trattare un gran numero di malanni, permettendo alle persone di vivere una vita più felice e sana! Usare le tecniche di guarigione meditative ti aiuterà anche con le malattie croniche, con le infiammazioni, aiuterà a migliorare il tuo sistema immunitario, i tuoi livelli di energia, la concentrazione, la felicità generale, e molto altro! Sperimenta emozioni più positive e meno depressione. Introduci nella tua vita i segreti della guarigione naturale che i professionisti usano per sentirsi più sani che mai! Con decenni di strategie testate, questo ebook ti mostrerà il modo più veloce ed efficace per utilizzare la meditazione per migliorare il tuo benessere! Questo manuale ti insegnerà tecniche comprovate senza l'utilizzo di supplementi o corsi costosi. Ciò include: - Combattere la depressione. - Rimedi. - Combattere lo stress. - Ridurre & eliminare l'ansia. - Avere più energie. - Dormire meglio. - Consapevolezza. - Superare i malanni. - Nutrizione. - Cosa dovresti sapere. + MOLTO ALTRO! Se vuoi essere più sano, curare i malanni, o migliorare la concentrazione & il benessere, allora questo manuale fa per te. -> Vai in cima alla pagina e clicca su aggiungi al carrello per acquistare immediatamente Disclaimer: This author and or rights owner(s) make no claims, promises, or guarantees in regards to the accuracy, completeness, or adequacy of the contents of this book, and expressly disclaims liability for errors and omissions in the contents within. This product is for reference use only. Please consult a professional before taking action on any of the contents found within.**

**Città di Luce**

**L'adolescenza vista dall'adolescente (non è tutto come sembra essere)**

**Ideali comunitari per il mondo di oggi**

**Tre amici in cerca di saggezza**

**77 buone ragioni per praticare le arti marziali**

**Chakra per Principianti**

Se leggerai questo libro ti mostrerò l'universo che hai dentro te: sei in grado di volarvi dentro? Grazie alla conoscenza di emotional medicine saremo in grado di restituirti la capacità di cambiare le cose, potenzialità che molti forse troppi hanno smarrito nel tempo a causa delle vicissitudini e delle circostanze avverse. Quasi sempre chi vuole cambiare è armato di buona volontà, ma raramente possiede le capacità di cambiare, emotional medicine è in grado di colmare questo gap negativo intervenendo a livello vibrazionale sulle persone, grazie a questo chiunque potrà invertire la polarità delle vibrazioni fino a quel momento inviate verso l'esterno che fino a oggi hanno condizionato la tua vita e le tue relazioni.

In un mondo come quello attuale, predà dell'incertezza, della competitività e della paura, dove gli interessi privati prevalgono spesso su quelli comuni e l'io sembra averla sempre vinta sul noi, la rinuncia all'egoismo, l'amore per gli altri e la conquista della pace interiore possono apparire vuoti nobili ma utopistici, irrealizzabili, se non addirittura ingenui. Con parole semplici ma inequivocabili, Sua Santità il Dalai Lama dimostra invece come si tratti di obiettivi alla portata di tutti, che possono determinare cambiamenti decisivi non solo per la vita di ciascuno di noi, ma per quella dell'intera umanità. Partendo dalla considerazione che ogni essere umano vuole la felicità e non la sofferenza, il Dalai Lama illustra gli errori più comuni che compiamo quando lasciamo che siano emozioni distruttive quali la bramosia, la rabbia, l'odio e l'invidia a guidare i nostri comportamenti, con l'unico desolante risultato di precipitare nell'angoscia e nella solitudine. La strada che porta alla pace interiore - e, quindi, alla felicità - è invece quella che va nella direzione opposta, cioè verso la compassione, un atteggiamento generato dalla consapevolezza che tutti gli uomini sono uniti da un indissolubile legame: la loro condizione di esseri umani. In questa comunità universale, il gesto compassionevole ed empatico di ogni individuo nei confronti del prossimo non può non riverberarsi, in cerchi sempre più ampi, su coloro che gli stanno attorno. Se riusciremo a diventare esseri umani più compassionevoli, anche i nostri amici, i familiari, i vicini, le persone che amiamo - e persino i nemici - verranno coinvolti in una sorta di circolo virtuoso che li porterà a tramutarsi, a loro volta, in agenti di trasformazioni positive. Per questo è importante «imparare» la compassione, esercitando ogni giorno, con tenacia il proprio cuore e la propria mente a praticarla: la posta in gioco - una felicità duratura per tutti gli esseri viventi - è troppo alta per assumersi la responsabilità di non tentare.
Le arti marziali insegnano efficaci tecniche di autodifesa. Grazie all'arduo addestramento, rinforzerai il tuo corpo, la tua mente e il tu spirito. La forza delle prese, i lanci, i pugni, i calci, le tecniche di spinta e caduta migliorano la tua forma fisica ma, da artista marziale, apprenderai molto di più durante il tuo addestramento: aikido, judo, karate, taekwondo, wing tsun, come altre arti marziali, rappresentano una filosofia di vita. Tale filosofia ti aiuterà nelle sfide che la vita ti lancerà.

Come Vivere una Vita Tranquilla Ed Equilibrata

Emotional medicine

Tutto ciò che riguarda la gravidanza, la nascita e sonno del bambino!

65 Mandala per Trovare Pace e Benessere

Le parole del silenzio

Raja Yoga

Per preservare la giovinezza per molti anni, è necessario prima di tutto prendersi cura del buon umore e dell'elevata efficienza dell'attività mentale.Puoi influenzare in modo significativo le tue capacità mentali apportando modifiche minime al tuo stile di vita.E rendendo una regola per allenare regolarmente il tuo cervello con semplici esercizi.

La felicità è dentro di te. In questo libro troverai 365 attività molto semplici, per rendere la tua vita più serena e appagante. Meditazioni, visualizzazioni e citazioni stimolanti che ti aiuteranno a calmare la mente, a liberarti dal peso delle esperienze negative e ad assaporare le gioie del momento. Scoprirai che la felicità è già dentro di te e impararai a prendertene cura.

"Diventa il tuo Migliore Amico e Trova la Pace Interiore" è un libro eccezionale che ti insegnerà ad amarti incondizionatamente e a scoprire chi sei veramente. Come risultato, la tua mente diventera presto pacifica e la tua gioia naturale trovera il suo sbocco spontaneo. Riceverai una descrizione chiara di quali sono le diverse parti del tuo essere e come distinguere cosa viene dalla tua vera essenza e cosa no; questo ti porterà dritto alla tua integrita e a vivere pienamente. Il libro e pieno di processi e di esercizi speciali affincn tu possa trovare lo strumento adatto in una vasta gamma di situazioni di vita reale e che tu lo possa applicare alla tua situazione particolare per diventare piu consapevole e piu presente, facendoti guidare dall'amore. Imparerai come:
- Seguire la tua guida interiore e agire seguendo l'ispirazione
- Gestire le emozioni negative e come scioglierle all'istante
- Aumentare la tua consapevolezza
- Invitare e seguire l'ispirazione
- Eliminare sentimenti di dipendenza
- Essere sempre dalla tua parte
- Collegarti al tu se interiore
- Usare l'amore per sciogliere tutte le storie che il tuo ego genera
- ... e molto di piu!
Tutta la tua vita verra trasformata dalle fresche prospettive offerte in "Diventa il tuo Migliore Amico e Trova la Pace Interiore"; sarai finalmente capace di vivere la tua vita e le tue relazioni a partire dal tuo potere interiore, essendo così in grado di offrire il tuo meglio con amore in ogni tua relazione."

-----

Trovare la pace interiore. Come riuscire ad ottenere una vita tranquilla ed equilibrata con la gioia nel proprio animo

Diventa Il Tuo Migliore Amico E Trova La Pace Interiore

primi passi per trovare la pace interiore, ridurre lo stress e vivere più felici

Trova la tua stella. Un messaggio eterno per trovare la pace interiore

L'arte della pace interiore

Trovare la pace interiore. Come riuscire ad ottenere una vita tranquilla ed equilibrata con la gioia nel proprio animoYoucanprint

L'arte di essere è un processo di liberazione della mente, che ci offre la possibilità di trasformare la nostra vita e di intraprendere senza problemi il viaggio verso la nostra scoperta interiore. Tutto questo, per raggiungere un luogo dove smettere di cercare e cominciare ad essere. In tutto il libro, possiamo attraverso i diversi livelli di coscienza, fino ad arrivare allo stato di coscienza essenziale, in cui ci conetteremo con la nostra vera essenza, e in cui risiede il potere dell'ispirazione. In questo stato di coscienza essenziale, i miracoli accadono in un modo del tutto inaspettato, e il potere creativo si scatena permettendoci di iniziare a creare la nostra realtà. Impareremo ad attirare l'abbondanza nella nostra vita, a diluire i problemi invece di cercare di risolverli, e tutto questo liberando la paura e donandoci all'amore. Questo processo di scoperta ci aiuterà a dare un senso alla nostra vita, a scoprire il nostro proposito di vita e ad agire; un'azione consapevole e proficua che ci permetterà di rinascere e di evolverci come esseri umani.

Trova la tua serenità interiore. Stupisci te stesso Sei curioso di sapere se la vita può donarti di più? Ottieni la pace interiore cambia tutto quello che ti va storto! Pensi che un certo tipo di stabilità sia possibile solo alle persone perfette? Vuoi identificare i pensieri positive allontanare quelli negativi? Impara le tecniche giuste e otterrai tutti i benefici Scopri come la pace interiore può cambiarti la vita non immagini quante potenzialità scoprirai dentro te stesso. Sei un pozzo d'idee e progetti. Elimina la fonte di stress e ottieni il meglio per te
Ti sei mai fermato a riflettere su quanto forza e potere ha ognuno di noi al suo interno? Se ognuno di noi usasse tutte le potenzialità che risiedono nel proprio io interiore, avremmo la forza di un esercito intero. La chiave di tutto è la serenità interiore e la consapevolezza di propri mezzi. Nulla è impossibile se studiato nei minimi particolari e questo libro è qui per spiegarti tutto. In questo utile manuale imparerai...
❑ come rilassarsi e quali sono le tecniche migliori.
❑ come diventare più sicuro di te e attirare il meglio.
❑ come raggiungere la pace interiore.
❑ come le tecniche di rilassamento tirano fuori il meglio di te.
❑ come la pace interiore influenza l'esterno.
❑ come trovare tutte le tue potenzialità.
❑ e molto, molto altro ancora!
**Non perdere tempo e segui i consigli di questo manuale, ti renderai conto dei cambiamenti positivi. Acquista ora questo libro ad un prezzo speciale!**
**Scorri verso l'alto e fai clic sul pulsante "Compra ora con 1-Click" per dare una svolta alla tua quotidianità! Garanzia**

"soddisfatti o rimborsati" del 100%

Il Combattente della Pace Interiore

SuperCoaching

La pace attraverso la meditazione

Una guida alla ricchezza e alla felicità

Coltivare la Consapevolezza per Combattere la Depressione & l’Ansia per Trovare la Pace Interiore

Il sorriso segreto dell'essere

Conoscere sé stessi e valorizzare le proprie risorse per vivere meglio e in modo consapevole la propria vita quotidiana. A questo conduce il Tai Chi, antica arte marziale taoista proposta come percorso di crescita personale. Il presente manuale è dedicato sia a chi si avvicina per la prima volta al Tai Chi, sia a chi già pratica e desidera accrescere la propria esperienza tramite spunti filosofici ed esercizi pratici orientati al benessere quotidiano. Il testo si basa sul metodo della scuola “Energia e Forma”, elaborato dal maestro di Tai Chi Francesco Curci insieme a un team di psicologi. L’ascolto, la gestione delle emozioni e il cambiamento sono le tre tappe fondamentali di un percorso psicorporeo che mira a migliorare la qualità della vita quotidiana in ogni ambito della propria esistenza. Questo libro è un'occasione per esplorare secondo una prospettiva radicalmente non dualista e non confessionale, il misterioso «guardo» con cui la coscienza apre l’orizzonte di ciò che chiamiamo «realtà», il problema dell’identità personale e quell’“Oltre” che resta inaccessibile al pensiero.

Arricchito di nuovi capitoli e aggiornamenti, torna uno dei libri più apprezzati sulla Programmazione Neuro-Linguistica, il manuale pratico che ha fortemente contribuito alla sua diffusione: PNL al Lavoro. Il best-seller di Sue Knight, oggi arrivato alla sua terza edizione e ormai tradotto in 14 lingue, mostra come mettere la PNL letteralmente al lavoro nei suoi principali campi di applicazione. Leggendo e rileggendo i suoi capitoli, ne trarrete quella particolare attitudine che contraddistingue chi ha già scoperto la PNL: un senso di meraviglia misto a curiosità di fronte ai meccanismi della mente, una predisposizione alla ricerca dell'eccellenza e delle soluzioni efficaci, una tendenza a fare della propria vita personale e professionale un luogo meraviglioso dove scegliere ogni giorno di vivere.

PNL al lavoro

Iniziare con lo Yoga:

Come diventare un leader illuminato e trasformare l'azienda

tra Counseling e Mentoring

Trovare La Pace Interiore

Mondo Mandala

Immaginate di possedere dentro di voi il vostro rifugio privato, un santuario in cui potete ritirare ogni qual volta lo stress della vita moderna diventa troppo intenso. Immaginate di poter entrare, ogni volta che lo desiderate, in uno stato di sereno appagamento, in cui non vi è posto per la paura. Fare questo significa immaginare quella pace del corpo, della mente e dell'anima che solo la meditazione può consentire di raggiungere. Questo eccellente corso di meditazione è stato scritto da uno dei più grandi insegnanti spirituali viventi. La sua profonda comprensione ed i suoi suggerimenti empatici, insieme ai semplici esercizi da lui creati, hanno contribuito alla crescita spirituale di migliaia di individui nel mondo. Ora egli potrà guidare anche voi lungo il sentiero che porta alla pace ed all'amore divini. Independentemente dal fatto che siete già esperti o che state cominciando a meditare solo ora, che siete giovani o avanti negli anni, questo semplice e chiaro manuale di Rajinder Singh vi aiuterà nel vostro processo di trasformazione personale. Grazie alla pace che sarà nata dentro di voi, potrete poi dare il vostro contributo alla diffusione della pace nel mondo ed all'espansione della coscienza globale del pianeta. Possano i lettori di questo libro trovare la pace dentro di sé e così diffondere un senso di maggior pace in tutto il mondo.

Tutto ciò che riguarda la gravidanza, la nascita e sonno del bambino!

Questo libro racconta come costruire una “ Città di Luce ” ovunque tu viva e qualunque sia il tuo stile di vita. L'autore è il fondatore delle comunità Ananda, dove le persone vivono in armonia secondo il principio di una “ vita semplice con alti ideali ”. 240 pagine, con foto in bianco e nero.

Sette volte cadì, otto rialzati

Come raggiungere la pace interiore

Meditazione per Principianti

L'almanacco di Naval Ravikant

Mamma & Bambino

Modi per trovare la pace della mente e la calma interiore

Il manuale completo di Yoga e Meditazione Basato sulla filosofia di Paramhansa Yogananda, autore di Autobiografia di una yogi, questo manuale contiene tutto ciò che serve per ispirare il ricercatore spirituale con entusiasmo e determinazione. Il corso, con spiegazioni dettagliate sull'essenza del Raja Yoga (lo “yoga regale”), è articolato in 14 lezioni che contengono istruzioni preziose su: Filosofia, Posizioni, Respiro, Sequenze, Dieta, Meditazione e tanto altro, con pratiche ed esercizi adatti specificamente per il livello dello studente. L'autore Swami Kriyananda insegna lo yoga da oltre 60 anni ed è una guida pur excellence nello svelare l'essenza di questi insegnamenti. Diventare ricchi non è solo una questione di fortuna e la felicità non è un tratto della personalità che si possiede dalla nascita. A volte può sembrare che questi traguardi siano fuori dalla nostra portata, ma la ricchezza e la felicità sono semplicemente delle capacità che possiamo acquisire e allenare. Ma quali sono le abilità che ci possono aiutare a raggiungere lo scopo e come possiamo acquisirle? Quali sono i principi che dovrebbero guidare i nostri sforzi? Come possiamo renderci conto dei reali progressi che facciamo lungo questo cammino? Naval Ravikant è un imprenditore e investitore. È il fondatore di AngelList, Epinions e Vast.com e come Angel investor è stato uno dei primi a scommettere su società come Twitter, Uber, Yammer e centinaia di altre. Si è guadagnato una straordinaria visibilità e un ampio seguito grazie alle sue idee su startup, investimenti, criptovalute, benessere e ricerca della felicità, tanto da essere definito da alcuni come un filosofo. L'almanacco di Naval Ravikant è la somma della saggezza e delle esperienze di Naval negli ultimi dieci anni, sotto forma di una raccolta delle sue più illuminanti interviste e delle sue riflessioni più significative. Non si tratta di un manuale pratico o di una guida step-by-step, ma, attraverso le parole di Naval, potrete imparare come intraprendere il vostro peculiare cammino verso una vita più felice e più agiata.

Millemo meditazioni. Come trovare la pace interiore

Fare del bene (anche nel business)