

# I Chakra L Universo In Noi

When somebody should go to the books stores, search opening by shop, shelf by shelf, it is in fact problematic. This is why we give the ebook compilations in this website. It will entirely ease you to look guide **I Chakra L Universo In Noi** as you such as.

By searching the title, publisher, or authors of guide you really want, you can discover them rapidly. In the house, workplace, or perhaps in your method can be every best area within net connections. If you ambition to download and install the I Chakra L Universo In Noi , it is categorically simple then, since currently we extend the associate to buy and create bargains to download and install I Chakra L Universo In Noi for that reason simple!

[Chakra e la legge del Karma](#) - Daniele Abate 2017-10-02

Il Dott. Mag. Daniele Abate in questo saggio esplora sinteticamente la natura e il funzionamento dei chakra in relazione agli esseri umani, al loro vissuto, all'universo: inoltre spiega perché i chakra sono un riflesso del proprio karma e illustra come sia possibile trasformare sia la condizione dei propri chakra che come trasformare il proprio karma negativo in positivo migliorando la propria vita nell'immediato presente.

*Il libro segreto dei mandala* - Astrid Morganne 2022-10-14

Sette passi per cambiare vita e favorire il proprio benessere. Chiunque abbia trascorso qualche minuto nella contemplazione dei mandala si è certamente accorto che le loro geometrie, l'ordine armonioso dei cerchi che li compongono e i colori con cui sono decorati non sono casuali, ma hanno un preciso significato. Questi diagrammi concentrici, composti al loro interno da figure circolari, triangolari e quadrangolari, sono ancora oggi oggetto di studio per la capacità di sintetizzare un'armonia che non è solo spirituale, ma che sembra riuscire a racchiudere in sé il cosmo e le forme archetipiche che risuonano nel nostro inconscio (come teorizzato da Jung). Utilizzati da millenni in varie culture religiose per scopi rituali, i mandala sono "un recinto sicuro", uno spazio simbolico che rappresenta un invito all'introspezione e sono spesso utilizzati in discipline come l'arteterapia, che parte dall'esperienza estetica per raggiungere il

benessere psicologico. Conoscere i mandala, le differenze tra i simboli e le più famose tecniche di composizione è un viaggio affascinante per imparare a "leggere" il significato segreto di queste antiche e misteriose forme. Qual è il vero significato dei mandala? Perché basta guardarli per sentirsi in armonia con il mondo? Un viaggio alla scoperta dei segreti di un'arte antica, grazie alla quale è possibile riconnettersi alla propria interiorità e coltivare il proprio spirito creativo. Dalla simbologia dei colori e delle geometrie alla liturgia buddista, il racconto della nascita e dello sviluppo di una pratica spirituale che ha fatto la storia, e che affascina ancora oggi milioni di appassionati. Astrid Morganne È un'Arteterapeuta certificata, illustratrice e scrittrice. Svolge corsi, conferenze, consulenze private e training rivolti a gruppi e aziende nell'ambito della formazione professionale e della crescita personale e ha partecipato come relatrice al TEDxBologna con uno speech sulla metodologia delle mappe mentali e sull'apprendimento. Rafael Wild È uno scrittore e un divulgatore. Studioso di esoterismo e appassionato del mondo sciamanico, è anche un esperto di simbolismo. Lavora come consulente per aiutare piccole e medie imprese a raggiungere i propri obiettivi. Gli autori gestiscono insieme la più grande community online sui mandala in Italia, Evolutionmandala, una piattaforma di ascolto e confronto che conta oltre 130.000 follower

### **Yoga del Sole** - Sunyogi Umasankar 2021-05-22

Yoga del Sole: manuale di pratica e teoria è un manuale dedicato a tutti gli esseri umani. Il Sunyoga è molto più che guardare verso il Sole, in effetti è il tramite attraverso il quale raggiungere la piena conoscenza vedica. Questo manuale ci indica come utilizzare tutti gli elementi di equilibrio della Creazione, preparandoci rapidamente e in sicurezza, dal fondo della nostra consapevolezza fino al più alto stadio di Illuminazione. Acquisiremo una forza sovrumana per affrontare qualsiasi difficoltà della vita e senza soffrire, acquisendo la capacità di vivere senza cibo e acqua e divenire invincibili ai nostri nemici più oscuri.

### **VANP - Vita, Arte, Natura come Poesie** - Magalie Vinotti 2022-11-13

VANP acronimo di Vita, Arte, Natura come Poesie è un libro poetico con contesti spirituali, che vuole dare al lettore la possibilità di trovare la poesia che più lo rappresenta per utilizzarla come un mantra per affrontare ogni giornata. Descrive in modo artistico e poetico la vita con i suoi difetti e pregi, cercando di dare consiglio su come possa essere stupenda nonostante tutte le difficoltà, sviluppandosi poi sull'arte che al dire il vero è il cuore del libro, tutto si concentra su l'artefice e di come il suo talento possa dare bellezza e sentimento, senza dimenticarsi della natura e del suo fascino contagioso e soprattutto dando valore alla natura che ci ha dato la vita, il tutto mescolato con un pizzico di magia per dare al lettore la speranza e farlo sognare. VANP cerca di far comprendere il valore della vita, arte e natura portando sempre rispetto per le piccole cose e piccoli gesti anche del quotidiano. Si può dire un libro semplice all'apparenza ma che riserva un'anima grande, e un cuore ancora più immenso. La passione e l'artisticità di questa opera si nota proprio dalla parte centrale del libro capendo il motivo per cui nella copertina arte risulta in avanti rispetto allo standard dell'acronimo. L'arte è appunto l'eccezione alla regola che con una scintilla può far scaturire la voglia di vivere e di ispirarsi alla natura. Le poesie al suo interno sono di vario significato e ogni capitolo collega le poesie agli altri, diventando un cerchio, un insieme che racchiude vita, arte e natura insieme proprio per far intendere che l'una necessita dell'altra per poter sopravvivere nel tempo.

*Counseling ad orientamento umanistico-esistenziale. Pluralismo teorico e operativo nella formazione integrata alla comunicazione efficace in ambito clinico, ...* - Franco Nanetti 2008

### **L'invisibile è donna** - Pietro Antonio Ferrisi 2002

### **Yoga - Star bene** - 2012-06

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 lo 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 cura 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'attività dei linfociti e il funzionamento del sistema immunitario: insonnia, cefalea, tensioni muscolari, palpitazioni, problemi gastrointestinali sono solo alcuni dei disturbi che possono essere trattati con tecniche spesso millenarie, facendo leva sul riequilibrio dell'energia.

### **Il manuale dell'errante. Una guida personale per E.T. e altri pesci fuor d'acqua** - Carla L. Rueckert 2010

"Gli Erranti sono coloro che si risvegliano alla loro vera identità di esseri spirituali. Il "sonno" è semplicemente lo stato della vita di una persona in una cultura, che vive seguendo i modelli comportamentali di una realtà generalmente accettata. Durante il sonno sembra che il mondo fisico sia tutto ciò che c'è di reale, e gli obiettivi della personalità terrena, come le ambizioni nel lavoro e nel matrimonio, ricercare la felicità, i soldi, il potere e l'autorità, e semplicemente sentirsi amati e adeguati, sono degni obiettivi a cui aspirare. Sia che ci si senta risvegliati da questa "realtà" in

un modo che ci fa sentire nuovi su questo pianeta, sia che ci si affidi a questo modello, o a quello delle religioni, dei miti o della filosofia, ciò che è semplicemente accaduto è che ci siamo risvegliati, e non saremo più in grado di ritornare a quel nido, forse più comodo, che possedevamo prima. Siamo coinvolti in un viaggio che durerà per tutta la nostra attuale incarnazione." Questo libro è una guida utile a tutti coloro che perseguono un cammino spirituale e che, riconoscendosi come anime eterne che albergano in un corpo limitato, sentono forte il desiderio di mettersi al servizio dell'umanità per sostenerla nel suo passaggio a un livello superiore di densità di coscienza. Nei due volumi de Il Manuale dell'Errante è contenuta un'accurata selezione delle informazioni ricevute dall'autrice in trent'anni di comunicazioni via channeling, divise per argomenti e corredate dei commenti della stessa autrice e dei racconti della sua esperienza personale come "Errante", insieme a quella di tanti altri "Erranti" con cui ha tenuto una corrispondenza nel corso degli anni. Se hai vissuto tutta o una parte della tua esistenza sentendoti "un pesce fuor d'acqua" o sentendo di non appartenere a questo mondo, allora questo manuale, oltre a trasmetterti una nuova visione della realtà, potrà aiutarti a ritrovare il senso della tua intera esistenza.

**Il libro dei chakra** - Anodea Judith 2015-04-20T00:00:00+02:00

Il sistema dei chakra è nato in India più di quattromila anni fa. Si parla dei chakra negli antichi testi dei Veda, nelle più tarde Upanishad, negli Yoga Sutra di Patanjali e più diffusamente nel XVI secolo da parte di uno yogi indiano in un testo divenuto poi celebre. Oggi i chakra sono un concetto diffuso. In Occidente, generalmente indicano delle entità in grado di unire il corpo e la mente, l'elemento fisico e quello psichico. I chakra, tuttavia, che alla lettera vogliono dire ruota o disco, e si riferiscono a una sfera rotante di pura energia spirituale, non sono per niente entità o oggetti fisici. Come vediamo il vento attraverso il movimento delle foglie e dei rami, così possiamo percepire la presenza dei chakra nella forma del nostro corpo fisico, negli schemi che si manifestano nella nostra vita, nei modi in cui pensiamo, sentiamo e affrontiamo le situazioni che l'esistenza presenta, ma mai direttamente. Con un linguaggio pacato e piacevole, Anodea Judith mostra in questo

libro l'insieme delle azioni che i chakra esercitano sul corpo, sul pensiero e sul comportamento umani. L'opera merita a buon diritto il titolo Il libro dei chakra poiché, con l'aiuto delle moderne teorie psicoanalitiche e delle terapie corporee, è la più esaustiva e completa guida occidentale all'uso del sistema dei chakra come percorso di analisi e guarigione. Nella sua introduzione, Anodea Judith non esita a definire il contenuto di queste pagine come "un viaggio attraverso le molte dimensioni del sé", un viaggio che, attraverso il Ponte dell'Arcobaleno, com'è definito il sistema dei chakra, conduce il lettore "verso una trasformazione della coscienza collegando spirito e materia, cielo e terra, mente e corpo". «Un libro che illumina l'antico sistema dei chakra attraverso la psicologia occidentale.»

The New York Times «Un libro unico e raro che sa mirabilmente unire psicologia, spiritualità e terapia corporea.» Publishers Weekly

Il Punto del Punto Zero - Grazia Favata 2014-01-08

Il "Punto del Punto Zero" è la dura pietra da cui iniziare il viaggio speciale della vita, epurati da condizionamenti e manipolazioni, alla scoperta di ogni meandro dell'universo che ci appartiene e che, dallo zero del nostro punto, liberi, iniziamo ad esplorare.

**Il corpo delle donne** - Lorella Zanardo 2010-10-18T00:00:00+02:00

Nel maggio del 2009 Lorella Zanardo ha messo in rete un documentario ([www.ilcorpodelledonne.com](http://www.ilcorpodelledonne.com)), realizzato con Cesare Cantù e Marco Malfi Chindemi, che si proponeva di innalzare il livello di consapevolezza sull'immagine delle donne nella tv italiana. Oggetto e titolo: Il Corpo delle Donne. È stato l'inizio di un cambiamento e di una grande spinta per far riguadagnare centralità alle donne e misurare la loro incidenza sul tessuto sociale e culturale del nostro paese. L'autrice racconta qui la genesi del documentario, le reazioni che ha suscitato, l'interesse inaspettato da parte delle giovani generazioni, la necessità di uscire dagli stereotipi per giungere a una nuova definizione del femminile. Inoltre, mette a fuoco nuovi strumenti di lettura dell'immagine televisiva e dei messaggi che questa veicola. E con il capitolo Nuovi occhi per la tv passa dalla denuncia alla proposta di strumenti che consentono di guardare la tv con consapevolezza. "Spegnere la tv oggi non serve," dice Lorella Zanardo, "il vero atto innovativo è guardarla. Insieme a chi normalmente

la guarda.”

**L’Universo, i “Ragazzi”, Dio: ed io?** - M. Vittoria Pizzamiglio

2022-04-30

Se sei alla ricerca della tua strada personale, se ti stai domandando chi sei e cosa ti circonda, questo è il libro che fa per te. Attraverso il racconto di accadimenti di vita vissuta, a tratti come una benevola amica, altri come un manuale da tenere a portata di mano, l’autrice suggerisce domande, consigli, strategie e strumenti che possano aiutare il lettore nella ricerca della propria natura, senza tralasciare che nella vita c’è molto di più dell’apparenza di ciò che viviamo: l’Universo che ci circonda, “i Ragazzi” e Dio, chiamato a volte il “Boss” in tono amichevole e confidenziale.

**I Segreti della Pentasfera** - Mauro Scalampa 2019-12-23

... ritengo utile e necessario dare un giusto ordine alle cose, oltre che delle regole ben precise e un linguaggio appropriato alla disciplina in questione. Tuttavia, bisogna sottolineare che ogni buon Mastro Costruttore, dovrà mettersi in gioco, condividendo il sapere maturato dal proprio percorso evolutivo, qualunque esso sia, attingere dalle proprie esperienze personali, ma soprattutto fare tesoro della saggezza di coloro che prima di lui hanno operato e divulgato il loro sapere. Un Mastro Costruttore che opera nel dare vita a queste strutture energetiche, e nel portarle su questo piano d’esistenza fenomenico, non perfetto, non può non avere la padronanza di tale scienza. I Mastri Costruttori hanno abbracciato uno studio esoterico e lo custodiscono nel proprio bagaglio culturale, operano tramite la padronanza delle strutture archetipiche di geometria Sacra, e possiedono la conoscenza delle proporzioni auree e delle Forze Universali.

**I Rospì Bitorzoluti** - Enrica Elena Pierini 2022-04-30

Enrica Elena Pierini (formatrice, animatrice digitale e docente) e Vincenza Prota (psicologa e psicoterapeuta) strutturano un’opera letteraria che si pone “al servizio” degli adulti e soprattutto dei più piccoli. Traendo ispirazione dalle loro esperienze sul campo, con entusiasmo e fantasia portano avanti la missione di spiegare l’importanza delle energie all’interno del corpo e l’essenza dei chakra in maniera

accattivante, facilmente comprensibile. Le storie che coinvolgono Cettina e gli altri protagonisti dei racconti e i percorsi di meditazione guidata si prefiggono l’obiettivo di aiutare bambini, educatori e terapeuti a porre l’attenzione sulle emozioni gradevoli o bloccanti che si percepiscono durante la crescita, per prenderne consapevolezza e accoglierle senza giudizio, riconoscendo loro il diritto di esistenza e, attraverso il racconto di sé, imparare a gestirle al meglio. Cettina le identifica come rospì bitorzoluti che rappresentano l’invidia, la gelosia o altre emozioni spiacevoli ma che la narrazione trasforma in opportunità di riscoperta degli altri e di sé stessi. La lettura è un chiaro invito a costruire relazioni di condivisione tra adulti e bambini, non soltanto quelli “reali”, ma anche con il bambino che continua ad albergare nel cuore dei più grandi.

Enrica Elena Pierini. Dapprima animatrice culturale e teatrale in seguito docente di scuola primaria, è stata per anni formatrice e animatrice digitale. Appassionata ricercatrice del mondo spirituale ed energetico ha conseguito diversi attestati tra cui quello di Master Reiki secondo il sistema Usui e di Mindfulness per bambini. Ha compiuto diversi viaggi in India approfondendo gli insegnamenti di alcuni maestri spirituali. Ha pubblicato Tesori in Vasi di Terra (Ali&No Editrice, 2001) e Lungo il Fiume Madre (Sovera Editrice, 2006). Dott.ssa Vincenza Prota. Psicologa, Psicoterapeuta, Master Reiki. La sua attività si è estesa dall’ambito clinico al mondo del lavoro, dalla bioenergetica allo stress l-c, dall’ambito educativo/formativo scolastico, al sostegno delle famiglie. L’incontro con la Meditazione, il Reiki, i Mandala e soprattutto con la spiritualità orientale ha arricchito la sua esperienza professionale e personale. Ha pubblicato “Alla ricerca del senso” Giornale dell’Ordine degli Psicologi, 2013; “Valutazione di rischio stress lavoro-correlato: un buon esempio” il M C Journal 2015.

**Spirito universale** - Pier Giorgio Radaelli 2014-06-24

Dio ha creato l’Universo attraverso i tre aspetti Padre, Figlio, Madre. Tre aspetti che, nelle varie parti del mondo e nelle diverse epoche, hanno preso connotati differenti e nomi diversi, ma la sostanza è rimasta la stessa. La Luce, la Trinità, il Sette, sono gli elementi fondanti. Spirito-Materia, Yin-Yang, Positivo-Negativo sono i poli che si alternano

nell'Universo. Come si pone l'uomo nei confronti di Dio? Quanti e quali sono i sentieri che portano l'uomo verso la sua parte spirituale e quindi verso Dio? Tutto ciò che esiste è pervaso dall'Essenza dello Spirito Universale; l'autore indica i sentieri che, attraverso diversi percorsi, seguono il cammino spirituale per giungere alla Verità, contenuta in parte in ognuno di essi. Attraverso gli assunti delle principali religioni professate nel mondo, l'autore giunge al messaggio della Verità Unica. I Chakra nell'era dell'acquario. Il percorso verso la vitalità - Roy Martina 2003

*Acqua d'amore. Terapeutica fonte di vita* - Enza Ciccolo 2007

**Il Manuale di Armonizzazione Interiore** - Falco Tarassaco 2017-03-23  
Un manuale completo e illustrato, che presenta una tecnica meditativa di raffinamento delle percezioni di sé e del mondo, attraverso la quale il corpo diviene strumento di contatto con la proprie energie e quelle dell'universo a cui partecipa. L'esperienza semplice e immediata del suono e del movimento porta alla consapevolezza intima dell'armonia esistente tra la dimensione fisica e l'interiorità più profonda, tracciando la strada che conduce verso la completa espressione dell'essere umano, disegno magico tridimensionale capace di creare la propria vita con consapevolezza e gioia.

Il fuoco della rabbia - Monica Morganti 2004

I Chakra - Centri Energetici - Andrea Pietro Cattaneo 2022-09-16  
Chakra— centri energetici, si pone l'obiettivo di far conoscere i corpi sottili, la medicina energetica e in particolare i centri energetici (chakra), in modo semplice, attraverso una cornice di lettura olistica e psicologica. Nel testo trovate delle pratiche schede (carte d'identità) sul sistema degli undici chakra, utili per un "colpo d'occhio", per conoscerne gli aspetti psicobiologici e simbolici, le pietre, e cristalli, le essenze floreali, gli oli essenziali e gli incensi riequilibranti. Un punto forza dell'opera è la correlazione dei chakra con gli aspetti della personalità. L'opera si pone come stimolo per un percorso di autoconoscenza, autoconsapevolezza e

di trasformazione interiore. Andrea Pietro Cattaneo è laureato con lode in Discipline Psicosociali, laureato con lode in Psicologia clinica. Consulente grafologo: qualificato in ambito dell'analisi di personalità, aziendale e della selezione del personale, dell'età evolutiva (con particolare riguardo all'educazione del gesto grafico, alla prevenzione delle disgrafie), nell'interpretazione di scarabocchi e disegni di bambini adolescenti e adulti. Consulente tecnico giudiziario (grafologia in ambito peritale e criminologico). E' insegnante di canto lirico e moderno. L'interesse innato per la medicina olistica ed energetica lo porta ad una costante formazione, conseguendo i titoli di Master Reiki (specializzato nei metodi Usui, Karuna, Komyo), Cromoterapeuta, Cristalloterapeuta, Pranic Healing. Esperto in tecniche di respiro e rilassamento. E' articolista e scrittore, autore di numerose opere (in ambito grafologico, musicale

**Guida Alla Cristalloterapia** - Blu Star 2008-08-21

*I chakra. L'universo in noi* - Marilia Albanese 1996

Crystal Energy - Fabio Bettiol

La filosofia ebraica - Alessandro Nangeroni 2000

**Anatomia Energetica** - Giovanni Amerighi 2014-12-14

Un Manuale di facile lettura per affrontare l'argomento "energia", imparare il campo energetico umano, le strutture che lo compongono e la loro funzione sia a livello fisico che psicologico. Questo libro offre un insieme di conoscenze che si sintetizzano in un unico obiettivo: stimolare nelle persone la ricerca interiore che conduca a una vita più consapevole e ci dia le basi per capire e migliorare le proprie potenzialità. Prendere coscienza del proprio campo energetico e capirne i meccanismi di base viv aiuterà a comprendere le vostre incertezze, i vostri limiti indicandovi la strada su cui indagare.

**Angkor** - Marilia Albanese 2002



**Naturopatia vibrazionale. Il campo energetico umano, i Chakra, e i rimedi per il riequilibrio** - Gianmichele Ferrero 2010

**Diario di psicosomatica** - Susanna Garavaglia 2007

**Le acque per i chakra. I rimedi di fonti italiane Fons Animi** - Giovanna Tolio 2010

**Al di là delle cure. Interventi complementari e di supporto in oncologia** - Piero Pantaleo 2011-05-31T00:00:00+02:00  
1370.40

*Iniziazione alla cristalloterapia. Tecniche energetiche con pietre e cristalli* - Fabio Nocentini 2002

**Storie e yoga** - Mariella Belotti 2015-04-11T00:00:00+02:00

Questo libro si inserisce a pieno titolo nella letteratura per l'infanzia e l'adolescenza, in modo didatticamente nuovo e particolare. La raccolta di questi racconti rappresenta un Progetto formativo, sotteso da una filosofia di vita, che intreccia culture diverse e tende a mettere in comunicazione l'animo umano in sintonia con le forze primordiali della natura: acqua, aria, terra e fuoco. Esso tende a sviluppare non solo la fantasia ma anche l'armonia di tutte le parti del corpo, in continuo dialogo di coordinamento e di rappresentazione scenica. Il dialogo costante con gli elementi della vita vegetale sollecita in modo positivo la mente infantile, destando attenzione e meraviglia.

*Il tempo dello yoga. Passato e futuro di una filosofia del corpo* - Gianni Lodi 1998

Il labirinto della nuova spiritualità. Le radici dei nuovi movimenti spirituali - Nevill Drury 2006

*Il Suono come messaggio armonico dell'Universo* - Giorgio Grungo 2013-05-28

Questo libro intende accompagnare il lettore in un cammino che lo

avvicina passo passo verso i misteri e i benefici del Suono e delle vibrazioni. Al di là della musica, il Suono può essere sperimentato ed osservato come una struttura a sé, capace di manifestare al suo interno un codice ed un messaggio armonico. La vibrazione sonora, con i suoi segreti, mette in risonanza nel corpo, nella mente e nello spirito, un modello energetico coerente, entro il quale ritrovare un codice armonico presente nella Creazione. Scopo del libro è investigare i nessi di collegamento tra sonoro e sonico, tra micro e macrocosmo a partire da una analisi del Suono, in cui è possibile intravedere l'azione della Natura attraverso i suoi archetipi. In questo momento storico, a fronte di una realtà caratterizzata dalla complessità e dalla frammentarietà, si avverte la necessità di favorire approcci alla salute ed alla prevenzione delle malattie, a partire dall'ascolto di sé e del proprio mondo interiore in relazione ad una rete informativa energetica presente nell'Universo. Il passaggio e il tramite nella quotidianità e nella pratica di promozione del benessere, è offerto da un oggetto di origine orientale ma presente e familiare anche nella nostra cultura occidentale da sempre: la Campana. Ma perché sempre più persone rimangono colpite dal Suono e dalla forma di una Campana Tibetana? La risposta a mio avviso è data dal profondo desiderio, più che mai attuale, di andare oltre ciò che appare, oltre la materialità. In questo ambito verranno approfondite tecniche, pratiche e conoscenze in relazione alle Campane Tibetane e di come queste possono rappresentare uno strumento di guarigione spirituale e personale. Il Suono e la vibrazione prodotta da questo semplice strumento metallico circolare, diventano un riflesso dentro il quale si cela la bellezza e la meraviglia nascosti nella materia. Suoni avvolti da un alone di magia che sollecitano e sostengono la continua ricerca e tensione dell'uomo verso quel lato unitario, intuitivo e sacro, il Sé, capace di ricomporre la globalità dell'essere. "Il Suono è uno specchio nel quale la Luce e l'Ombra della nostra Anima, vengono riflessi."

*Non oggi* - Marzia Pongelli 2021-09-30

"Non oggi!" gridano internamente i protagonisti delle sette storie raccontate in questo romanzo corale. Non oggi alle insicurezze, alle paure, al dolore, alla bestia rinchiusa dentro di noi che non ci permette

di guardare alla vita positivamente. Ognuno dei sette protagonisti di questo romanzo porta dentro di sé una propria storia, chi un passato difficile che ancora lo segna, chi un'infanzia caratterizzata da genitori completamente assenti, chi una malattia, chi un lutto, chi un forte senso di ambizione che gli ha fatto sacrificare tutto il resto. È alla propria storia che pensano Ettore, Rachele, Riccardo, Agata, Ginevra, Diego e Margherita, mentre si ritrovano tutti insieme immersi nella loro lezione di yoga. A ognuno di loro è associato un chakra, un centro di energia presente nel corpo umano che coinvolge diversi organi vitali, il cui funzionamento corretto o sbagliato condiziona anche le emozioni. Tutti hanno trovato in questa disciplina non solo uno stile di vita, ma anche la terapia per affrontare le innumerevoli avversità a cui la vita li ha sottoposti attraverso un percorso lento e graduale raggiungendo la purezza dell'anima così come simboleggia il fiore di loto, da cui prende il nome il centro yoga, che nonostante le sue radici affondino nel fango e la sua fioritura avvenga in acque stagnanti, mantiene una forma perfetta e immacolata della corolla. L'autrice, tratteggiando accuratamente i profili psicologici dei protagonisti, ci permette di entrare nelle loro vite, conoscerne le prove che hanno dovuto superare e quelle contro cui ancora stanno lottando, tutti ricolmi di una nuova consapevolezza di vita: il cambiamento come parte fondamentale della vita può avvenire soltanto in noi. Marzia Pongelli è nata a Roma il 30 gennaio 1981. Dopo la laurea in Giurisprudenza alla Sapienza di Roma, intraprende la professione forense, che abbandonerà - senza rimorso né rancore - dopo la nascita dei suoi due figli. Nel tempo si avvicina sempre di più al mondo dello yoga quale maestro delle modificazioni mentali, la cui filosofia è alla base del suo romanzo d'esordio Non oggi.

**Nutri la tua unicità** - Veronica Pacella 2017-11-30

Ognuno di noi è unico e prezioso. Grazie alla sua storia e ai suoi talenti è chiamato a esprimere la propria unicità nel mondo e a fare la differenza. L'unicità viene presa in esame attraverso varie tappe con l'obiettivo di nutrirla, allenarla e manifestarla. La vera auto-realizzazione, infatti, si concretizza quando il proprio mondo esteriore è allineato al proprio mondo interiore. Questo manuale aiuta a prendere consapevolezza della

propria unicità, da quella psicofisica fino ad arrivare, gradualmente, a quella spirituale. È un viaggio alla scoperta di se stessi, per vivere una vita ricca di scopo e significato e per rendersi protagonisti di un cambiamento positivo. A ogni tappa teorica corrisponde una parte pratica, per concretizzare i concetti appresi e manifestarli nella quotidianità, sperimentando come la realtà cambia quando si sceglie di liberare le proprie risorse interiori, utilizzare i propri "super-poteri" e affidarsi al flusso di energia amorevole dell'Universo.

**Le vie dell'anima** - Lucia Giovannini 2022-05-25T00:00:00+02:00

Nei momenti difficili è facile farsi prendere dal senso di impotenza, dalla rabbia, dalla frustrazione, dal puntare il dito gli uni contro gli altri e finire così per rovinare le proprie relazioni e la propria vita. Sviluppare le trenta qualità dell'anima, potenziate dai sette centri energetici, è un salvavita che permette di affrontare meglio e con più forza le sfide quotidiane, senza lasciarsi travolgere. Le vie dell'anima, in questa nuova edizione completamente ripensata e ampliata, illustra le trenta qualità e gli esercizi più adatti per svilupparle. Le qualità sono divise in base al centro energetico a cui sono legate: se questi centri energetici sono bloccati, infatti, la nostra forza vitale viene rallentata e noi ci sentiamo fuori equilibrio, in ansia, sempre stanchi. Unendo la filosofia orientale e la psicologia transpersonale, questo percorso ti porterà a sperimentare più creatività, energia, motivazione, focus, determinazione, fiducia, entusiasmo e molto altro.

**Arricchisciti camminando verso il Mondo dell'Età Dorata (con commentari alla meditazione)** - Brahma Kumari Pari 2020-06-05

Questo libro spiega come si può diventare ricchi, finanziariamente e/o spiritualmente, e ottenere tutto ciò che si desidera mentre si entra nell'Età Dorata. Verranno illustrate alcune pratiche da seguire per entrare e/o per arricchirsi e attraverso la padronanza e l'applicazione dei contenuti di questo libro, è possibile acquisire ricchezza, felicità, beatitudine e ottenere tutto ciò che si desidera. Oltre a fornire i chiarimenti necessari sulle varie dimensioni sottili che vengono utilizzate lungo il percorso verso il Mondo dell'Età Dorata, l'autrice ha spiegato: 1. le abilità magiche (siddhi) e le capacità che si sviluppano mentre si

accede 2. perché/come funziona la Legge di Attrazione per portare ricchezza, felicità, povertà o miseria 3. perché e come le visualizzazioni possono materializzarsi 4. perché essere vicino alla dimensione superiore, dove si trovano i Registri Akashici, vi aiuterà a realizzare facilmente i vostri sogni 5. come si può facilmente svolgere il ruolo del creatore (Brahma) dal Brahmaloaka 6. in che modo, quando ci si trova nel mondo di Brahma, l'Etere ricopre il ruolo di Brahma e crea ciò che si vuole 7. come utilizzando le energie dell'anima, si diventa sé divino o Brahma e quindi si è in grado di soddisfare i propri desideri e bisogni 8. come le cose si materializzano attraverso frequenze e risonanza 9. il ruolo della Dinastia del Sole e della Luna nei tempi antichi ed ora 10. come riacquistare ricchezza, prosperità e abilità magiche attraverso l'aldilà 11. come le energie quantiche, il dramma mondiale, la natura, ecc servono coloro che stanno accedendo al mondo dell'Età Dorata e che sono dell'Età Dorata 12. come vengono creati i nuovi corpi perfetti per coloro che accedono 13. come la terra ed il mondo vengono innalzati nell'Universo Superiore 14. come e perché è più facile ottenere ci

**La paura della paura** - Rossella Panigatti 2013-04-18T00:00:00+02:00

Preoccupazione, timore, sgomento, panico, terrore, angoscia - la paura ha tanti nomi e tante facce, ma è anzitutto un'emozione potente, potenzialmente vitale e sana, che ci aiuta nei momenti di pericolo. Oggi però, sempre più spesso, la paura può diventare un sentimento che ci frena, ci blocca, che ostacola il nostro naturale sviluppo, soprattutto in un'epoca di crisi e in una società in cui viene visto come una vergogna da nascondere a qualsiasi costo: non si deve mostrare la paura, bisogna apparire sempre sicuri, coraggiosi, forti. In questo modo, invece di far emergere e risolvere i disequilibri che l'hanno generata, la paura fa sì che si solidifichino, diventando insuperabili, e noi, che l'abbiamo negata, ci ammaliamo, nel corpo o nello spirito. Rossella Panigatti passa in rassegna le più comuni forme di paura dal punto di vista energetico-spirituale (paura di non avere abbastanza, di non essere noi stessi, di non essere meritevoli d'amore, di essere soli), le analizza, ci spiega come si generano e ci insegna come possiamo superarle, trasformando la paura in un potente alleato. Senza soffrirne, recuperando un pieno equilibrio nella nostra vita e andando incontro al mondo con serenità e consapevolezza. E con più gioia.