

La Pratica Della Consapevolezza In Parole Semplici

La Rassegna nazionale
Quiete e visione profonda
Respiro per respiro. La pratica liberatoria della consapevolezza
Insegnanti felici cambiano il mondo. Una guida per coltivare la consapevolezza nell'educazione
Iniziazione alla psicosintesi. «Conosci, possiedi, trasforma te stesso»
Meditazioni. Dalla mindfulness una via pratica per la salute del corpo e della mente
No Man's Land
Rassegna italiana di linguistica applicata
Adl
La via gentile della meditazione buddhista
Soldi, Successo, Salute. Lo Sviluppo della Consapevolezza per Realizzare un Avvenire Felice. (Ebook Italiano - Anteprima Gratis)
Parlare d'amore. Psicologia e psicoterapia cognitiva delle relazioni intime
Dance, Human Rights, and Social Justice
Idea
Le quattro verità dell'esistenza
La via del maestro. Filosofia e fisiologia della pratica yoga
La terapia cognitiva basata sulla mindfulness. Caratteristiche distintive
Feng shui
Oltre la consapevolezza in parole semplici
La terapia focalizzata sulla compassione. Caratteristiche distintive
La pratica della libertà. Appunti sulla meditazione di consapevolezza
Oltre la mente. Teoria e pratica della psicologia transpersonale
La pratica della consapevolezza. In parole semplici
Guida completa alla digitopressione
Jin Shin Do. Un ponte tra Oriente e Occidente
La vita politica e la pratica del regime parlamentare
IL CRISTALLO BLU DI ATLANTIDE / MADRE TERRA E LE SUE CELLULE NEURONALI
Invito al benessere
Un'arte di Vivere (Italian Version)
"Scientia,"
Vivere la Speranza
Mindfulness
La meditazione della salute
La pratica della consapevolezza: sati nel Canone buddhista pali
Administrative Documents in the Aegean and Their Near Eastern Counterparts
Ginnastica dolce. Percezione e consapevolezza del corpo
Di chi tiene la penna: immagini di scrittori e scrittura nel romanzo italiano dal 1911 al 1942 [Italian-language Edition]
Aufstieg und Niedergang der römischen Welt
La pratica della meditazione camminata. Consapevolezza in movimento: la pace in ogni passo. Con CD Audio e DVD(VC)
Foglie del Fondo 04/14
Italian Cultural Studies
L'arte zen della direzione aziendale. La pratica del mind management per l'eccellenza delle risorse umane

La Rassegna nazionale

Rivista di promozione e divulgazione dell'attività del Fondo Edo Tempia Onlus per la lotta contro i tumori.

Quiete e visione profonda

Respiro per respiro. La pratica liberatoria della consapevolezza

Questo libro non è molto più di una spiegazione della meditazione di consapevolezza, ma è una spiegazione incredibilmente chiara e diretta. Scritto per chi sente l'esigenza interiore di meditare e specialmente per chi vuole cominciare, ora, è

un'opera di gran valore per coloro che, volendo avvicinarsi alla pratica, hanno difficoltà a trovare un maestro. Un maestro è sempre necessario, nessuno vuole negarlo; ma nel frattempo, comunque, ecco le regole basilari con cui iniziare. Sicuramente uno dei migliori manuali di meditazione in circolazione.

Insegnanti felici cambiano il mondo. Una guida per coltivare la consapevolezza nell'educazione

Iniziazione alla psicosintesi. «Conosci, possiedi, trasforma te stesso»

The Italian translation of The Art of Living. This is the classic introduction to Vipassana meditation as taught by S.N. Goenka. Prepared under his guidance and with his approval, this full-length study includes stories by Goenkaji as well as answers to students' questions that convey a vivid sense of his teaching.

Meditazioni. Dalla mindfulness una via pratica per la salute del corpo e della mente

" Cominciai a seguire l'insegnamento del Buddha dal momento in cui capii che il vero e proprio non è una religione - una fede in una Divinità e in una relazione con Essa, comunque articolata -, ma un umanesimo e, più concretamente, un sistema etico-psicologico che propone metodi pratici per raggiungere, qui e ora, la piena realizzazione delle proprie potenzialità benefiche. In Occidente, l'insegnamento del Buddha è stato più volte 'interpretato' in senso più o meno teistico: il Buddha come Dio o come sua rappresentazione/manifestazione. Ma quando mi resi conto che il Buddha (il Risvegliato) non pretendeva essere un Dio o un profeta, bensì esempio supremo di ciò che l'essere umano può diventare, mi dissi: "Questo sì che ha un senso: il Risvegliato insegna agli altri, come risvegliarsi". Questo testo vuole contribuire alla comprensione della natura pratica e concreta dell'insegnamento del Buddha, il cui cuore è l'esercizio meditativo. Vi sono delineate le sue caratteristiche essenziali, per offrire al lettore non specializzato un'introduzione generale, che possa incoraggiare a farne esperienza. "Nel 1972 in Sri Lanka () ebbi la fortuna di leggere le parole del Buddha: la spiegazione di quello che lui stesso aveva sperimentato, e di come anche altri possano arrivare alla stessa esperienza. E così scoprii la straordinaria semplicità e la profonda concretezza del sentiero di quiete e visione profonda, da lui indicato. Mi dedicai, quindi, allo studio dell'antica lingua pali e dei testi. Nel 1974 feci un corso di meditazione Vipassana con il maestro indo-birmano S.N. Goenka; questa pratica dell'insegnamento del Buddha mi convinse ad accettare la sua validità , come guida di vita, e ad impegnarmi da allora al continuativo esercizio meditativo di Vipassana. Ben sapendo che è una strada lunga, a ogni passo mi appare giusta e benefica."

No Man's Land

Simona Bianconi explores the creative process of writing, its communicative aspects and the traces of the writer himself in his creations, as well as the effect writing has on the personality of the author. Through the analysis of texts by six outstanding protagonists of the Italian novel in the first half of the 20th century, Bianconi gives answers to fascinating questions that arise about its creators and encourages the reader to experience and understand writing as a revelation of creativity and life. L'invenzione letteraria può dare vita a un secondo scrittore, a sua volta all'opera. A sua volta colui che comunica al di là della parola, che si assume l'importante responsabilità della creazione, che intende lasciare traccia di sé. Da lui nasce il libro, sua sfida, sostegno, tormento; prova unica o reiterata. Come prende forma nel romanzo di primo grado la figura centrale dell'autore? Come si mostra l'immagine ammaliante del suo lavoro nelle storie di lotta e rinuncia, successo e mediocrità presentate? E qual è l'effetto della scrittura sul personaggio - anche nella sua interazione sociale - che, pure tra gravi ostacoli, la elegge tra le vie da percorrere e ne fa il proprio destino? Attraverso la lettura di testi di sei straordinari protagonisti del romanzo italiano nella prima metà del Novecento, ideatori di altrettanti artisti, donne e uomini, si è tentato di dare una risposta ad interrogativi seducenti che il lettore si pone. In tal modo, penetrando il motivo dell'esperienza della letteratura, si giunge a toccare la scrittura come rivelazione e sigillo di vita.

Rassegna italiana di linguistica applicata

AdI

La via gentile della meditazione buddhista

Spendiamo gran parte della nostra esistenza alle prese con sofferenza interiore e dolore fisico. L'ipnosi, l'autoipnosi e la meditazione hanno mostrato di poter fare moltissimo per le persone che soffrono e per favorire un maggior benessere. Numerose testimonianze dimostrano come l'uso regolare dell'autoipnosi possa diminuire o risolvere il dolore fisico ed emozionale, permettendo di ritrovare l'energia per vivere pienamente. Questo libro si rivolge a chiunque desideri imparare a coinvolgere l'inconscio per migliorare la propria capacità di stare bene, per espandere rilassamento e consapevolezza. L'opera è allo stesso tempo manuale di autoipnosi e di meditazione e compendio di tutti gli approcci ipnotici che hanno mostrato di essere più efficaci per una migliore gestione del malessere. Il libro si articola in nove capitoli che inquadrano il fenomeno ipnotico e insegnano concretamente a utilizzarlo. La terminologia e il linguaggio sono stati semplificati per essere comprensibili anche a chi si accosta per la prima volta a questi temi; molto materiale è predisposto per un utilizzo creativo

da parte del lettore.

Soldi, Successo, Salute. Lo Sviluppo della Consapevolezza per Realizzare un Avvenire Felice. (Ebook Italiano - Anteprima Gratis)

Parlare d'amore. Psicologia e psicoterapia cognitiva delle relazioni intime

Dance, Human Rights, and Social Justice

Idea

Le quattro verità dell'esistenza

La via del maestro. Filosofia e fisiologia della pratica yoga

La terapia cognitiva basata sulla mindfulness. Caratteristiche distintive

Feng shui

Oltre la consapevolezza in parole semplici

La terapia focalizzata sulla compassione. Caratteristiche distintive

La pratica della libertà. Appunti sulla meditazione di consapevolezza

La società contemporanea viene da molti descritta come una realtà sottoposta a un progressivo quanto inesorabile processo di "disincanto del mondo", sottomessa agli imperativi della razionalità finalizzata a uno scopo. All'interno di questa rappresentazione, quale ruolo gioca la sensibilità religiosa? Dinanzi a chi ritiene che l'unica chance sia quella di una difesa a oltranza delle tradizioni religiose (con il conseguente rischio fondamentalista latente, fin troppo latente), il volume in questione afferma che la ricerca di un senso ulteriore - comunemente chiamato "religioso" coincide, di fatto, con la comparsa dell'uomo sulla Terra: l'homo religiosus viene prima di qualsiasi religione. Pertanto da sempre esiste una religione prima delle religioni, e tale istanza assume oggi una sconcertante forza da cogliere e apprezzare in tutti i suoi aspetti. I capitoli che compongono il libro provano a sondare le forme possibili che il religioso contemporaneo può assumere, una volta alleggerito sia dai lacci e laccioli costituiti dall'ingombrante presenza delle istituzioni religiose, sia dai tratti immaturi e mercificati dell'odierna spiritualità "fai-da-te".

Oltre la mente. Teoria e pratica della psicologia transpersonale

La pratica della consapevolezza. In parole semplici

Guida completa alla digitopressione Jin Shin Do. Un ponte tra Oriente e Occidente

La vita politica e la pratica del regime parlamentare

IL CRISTALLO BLU DI ATLANTIDE / MADRE TERRA E LE SUE CELLULE NEURONALI

Programma di Soldi, Successo, Salute Lo Sviluppo della Consapevolezza per Realizzare un Avvenire Felice COME CONQUISTARE LA RICCHEZZA CON L'AIUTO DELLE TRE S Come realizzare benefici dalle tre "S": Soldi, Successo, Salute. Come pensare ed agire diversamente dalla massa per ottenere risultati. Come mantenere in equilibrio ricchezza interiore ed esteriore. Come riuscire ad arrivare alla meta, una volta gettate le basi. COME RAGGIUNGERE I PROFITTI SOCIALI E GESTIRE AL MEGLIO IL BENE Imparare a gestire il Bene nei confronti tuoi e degli altri. Come sprigionare energia positiva sotto forma di vibrazione "alta". Come imparare a diventare ottimisti per influenzare l'energia positiva. Benefici che

comporta il pensiero positivo e l'essere ottimista. **COME UTILIZZARE L'ENERGIA MENTALE SVILUPPANDO GLI EMISFERI DEL CERVELLO** Come sviluppare entrambi gli emisferi del cervello per l'equilibrio tra corpo e mente. Come ritrovare la libertà e l'indipendenza attraverso l'intelligenza. Come riuscire a controllare gli istinti, ottenendo pace ed armonia. Come giungere alla conoscenza degli altri attraverso la conoscenza di te stesso. **COME CONQUISTARE IL SUCCESSO CONTROLLANDO L'ENERGIA NEGATIVA** Come sintonizzarsi sulla frequenza in cui viaggiano fortuna e positività. Come porre sempre la felicità come obiettivo quotidiano, non come una meta. Come riuscire a controllare l'energia negativa, trasformandola in positiva. Come ottenere il successo tramite il tuo distacco dalle cose materiali. **COME POTENZIARE LE TUE CAPACITA' INTELLETTIVE PER OTTENERE CIO' CHE VUOI** Come ottenere qualcosa imitando ciò che vuoi conquistare. Imparare a conoscere il meccanismo delle vibrazioni. Come avviene la manifestazione di eventi ed esperienze piene di simboli archetipici. Come la tua energia alta può farti raggiungere velocemente i tuoi obiettivi. **COME UTILIZZARE L'ENERGIA SESSUALE PER MIGLIORARE LA TUA ENERGIA** Come acquisire l'energia esterna attraverso la respirazione. Come i sette Chakra e la respirazione conferiscono consapevolezza. Come trovare armonia attraverso l'esercizio e la meditazione. Come ricercare eventi positivi nei Chakra alti. **COME CONQUISTARE LA SALUTE, L'ARMONIA E LA BELLEZZA CON L'EVOLUZIONE INTERIORE** Come evolverti per emanare all'esterno armonia e bellezza. Come, attraverso i Chakra assorbi energia dall'esterno. Come l'utilizzo di questi punti energetici aumenta la tua percezione. Come eliminare incomprensioni e negatività eliminando la paura. **COME RAGGIUNGERE LA CONSAPEVOLEZZA DEL CORPO E DELLA MENTE** Conoscere e applicare il pensiero positivo di un essere evoluto. Quando la tua anima si espande e in quali condizioni. L'importanza degli esercizi per fissare in te la genialità. Imparare ad unire la logica con la creatività. **COME UTILIZZARE L'ENERGIA ALIMENTARE COLLEGATA AD UNA BUONA ATTIVITA' FISICA** Come Soldi, Successo e Salute sono il frutto di un buon equilibrio. Come il giudizio e la critica negativa abbassano l'energia positiva. Quanto sono importanti una buona alimentazione e l'attività fisica. Come plasmare il tuo essere sulla base della tua energia. **IL SEGRETO DELLA QUARTA "S": LA SAPIENZA DEL BENE E LA PIRAMIDE DELLA REALIZZAZIONE** La piramide della realizzazione. Esaltare sempre non l'importanza, ma il bisogno di cultura. Come riuscire ad elevarsi spiritualmente.

Invito al benessere

Un'arte di Vivere (Italian Version)

"Scientia,"

Vivere la Speranza

Mindfulness La meditazione della salute

Un'utile guida che raccoglie gli insegnamenti di Thich Nhat Hanh e della comunità di Plum Village su come praticare la mindfulness a scuola, a tutti i livelli di istruzione, e nel processo educativo in generale. Il libro non presenta connotazioni religiose o confessionali, ma adotta un punto di vista molto concreto e propone pratiche di consapevolezza, rivolte a educatori e studenti, per ridurre le tensioni e sviluppare fiducia, concentrazione e gioia, entrando in maggior sintonia con se stessi e con gli altri.

La pratica della consapevolezza: sati nel Canone buddhista pali

This contributed volume is a collection of international writings on dance, human rights, and social justice in the 20th and 21st centuries. The book illuminates and analyzes dance in contexts of oppression and its subversion, as well as in situations promoting access to dance, and those encouraging healing from human rights abuses through movement.

Administrative Documents in the Aegean and Their Near Eastern Counterparts

Ginnastica dolce. Percezione e consapevolezza del corpo

Di chi tiene la penna: immagini di scrittori e scrittura nel romanzo italiano dal 1911 al 1942 [Italian-language Edition]

IL MAESTRO DELLA MINDFULNESS «Thich Nhat Hanh ci mostra il legame tra la pace del mondo e la serenità interiore di ciascuno di noi.» Dalai Lama In questo nuovo libro Thich Nhat Hanh si rivolge ai cittadini di ogni tradizione, cultura e religione per porre le basi di una rinnovata etica capace di traghettare l'umanità verso un mondo di pace e di condivisione della ricchezza, in grado di superare le divisioni per vivere in totale armonia. Attraverso pratici esercizi di mindfulness ed esempi tratti dalla vita del Buddha, il monaco vietnamita indica un percorso interamente basato sulle Quattro nobili verità del buddismo: attraverso la consapevolezza dell'esistenza del dolore e la ricerca delle radici del male, si procede alla

comprensione delle sue cause per poter finalmente intraprendere un sentiero verso la felicità e fondare un'etica globale basata sul rispetto reciproco.

Aufstieg und Niedergang der römischen Welt

La pratica della meditazione camminata. Consapevolezza in movimento: la pace in ogni passo. Con CD Audio e DVD

(VC) Foglie del Fondo 04/14

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

Italian Cultural Studies

L'arte zen della direzione aziendale. La pratica del mind management per l'eccellenza delle risorse umane

[ROMANCE](#) [ACTION & ADVENTURE](#) [MYSTERY & THRILLER](#) [BIOGRAPHIES & HISTORY](#) [CHILDREN'S](#) [YOUNG ADULT](#) [FANTASY](#)
[HISTORICAL FICTION](#) [HORROR](#) [LITERARY FICTION](#) [NON-FICTION](#) [SCIENCE FICTION](#)