

La dieta ayurvedica PDF

Annamaria Valenti



Questo è solo un estratto dal libro di La dieta ayurvedica. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Annamaria Valenti
ISBN-10: 9788865088449
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 4638 KB

DESCRIZIONE

Più che una dieta, una filosofia di vita, basata sull'antica scienza medica indiana. Adatta a chi pensa che l'equilibrio tra corpo e anima abbia inizio a tavola. La dieta corta o lunga e le sue origini, i consigli per mantenere la forma fisica, il diario per gli appunti del mese, i benefici a lungo termine e la bilancia di ogni settimana.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

L'Ayurvedica è la medicina tradizionale utilizzata in India. La parola Ayurveda è composta da ayu che significa vita e veda che significa conoscenza, traducibile ...

Il cibo: la più antica medicina dell'uomo. " Swasthasya Swasthya Rakshanam Aaturasya Rogaprashamanam Cha" Per condu

Scopri la cucina ayurvedica! Leggi come usare le spezie in cucina, le ricette ayurvediche più gustose, le regole dell' Ayurveda su alimentazione e dieta ayurvedica.

LA DIETA AYURVEDICA

[Leggi di più ...](#)