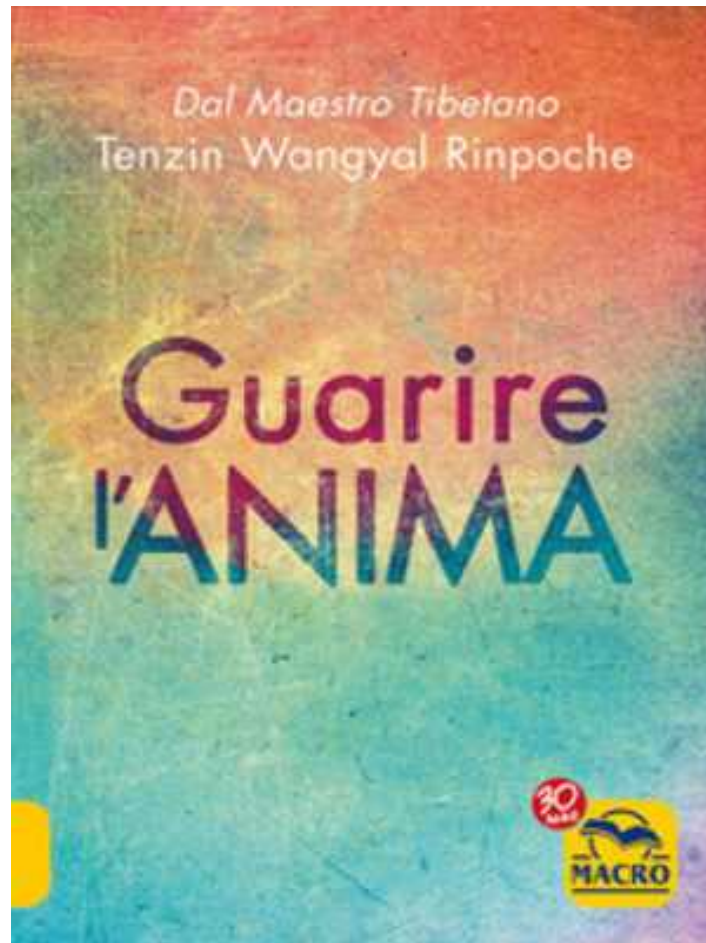


## Guarire l'anima PDF

Tenzin Wangyal



*Questo è solo un estratto dal libro di Guarire l'anima. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



Autore: Tenzin Wangyal  
ISBN-10: 9788893193054  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 3323 KB

## DESCRIZIONE

Pensa a un momento della tua vita in cui ti sei sentito completo, soddisfatto, pienamente vivo e "a casa" in te stesso. Immagina di poterti sentire così non solo di tanto in tanto, ma per la maggior parte del tempo. In questo libro, l'insegnante di meditazione Tenzin Wangyal illustra potenti pratiche che ti aiuteranno a connetterti profondamente con la tua natura autentica e a guarire la tua anima, affinché tu possa condurre una vita più gioiosa e appagata. Secondo gli insegnamenti buddisti, infatti, se l'anima è danneggiata, la propria forza fisica e la vitalità diminuiscono, si diventa malati e si può anche morire. Per risolvere questo problema, l'autore propone diverse pratiche per ritrovarla (il silenzio, lo spazio e l'immobilità nella natura) che conducono dentro di sé dove è possibile analizzare, senza giudizio, le proprie esperienze dolorose. Partendo dagli insegnamenti tradizionali di recupero dell'anima del buddismo Bon tibetano, Tenzin Wangyal offre una guida pratica per superare ogni sensazione di disconnessione e insoddisfazione, e risvegliare la creatività, l'allegria e il senso di tranquillità che sono innati in te. Le tecniche presentate dall'autore, se praticate quotidianamente, possono aiutarti a: superare le difficoltà che la vita ti pone; far svanire le emozioni negative e coltivare qualità positive; rivitalizzare le relazioni personali e professionali; sentirsi più coinvolti e produttivi nel lavoro; sperimentare la guarigione su tutti i livelli, fisico, emotivo ed energetico; portare felicità e benessere agli altri. Avvalendoti delle meditazioni e delle pratiche informali proposte nel volume, puoi imparare ad attingere alla forza guaritrice della natura così come alla tua capacità di autoguarigione.

**COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?**

I Fiori di Bach sono i fiori dell'anima: quando questa è malata, anche l'organismo sta male. Qui intervengono i rimedi floreali del dottor Bach, che nel 1

Guarire l'anima significa risvegliare la creatività, l'allegria e il senso di tranquillità che sono innati in te e in ogni persona

Il libro d'esordio di Gabriel Tallent è già un successo: un'adolescente cerca nella cura dell'orto una strada per sopravvivere all'orrore che l'ha ...

## **GUARIRE L'ANIMA**

[Leggi di più ...](#)