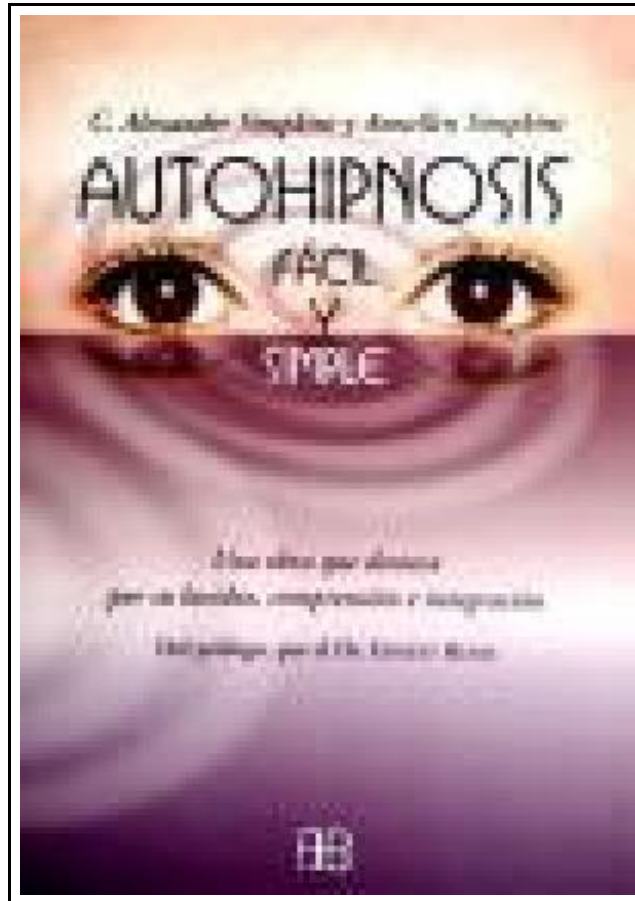


AUTOHIPNOSIS



Filesize: 5.44 MB

Reviews

This is actually the best ebook we have read till now. Indeed, it can be enjoy, nevertheless an interesting and amazing literature. You will not feel monotony at whenever you want of the time (that's what catalogs are for regarding should you question me).

(Jamar Stracke)

AUTOHIPNOSIS

[DOWNLOAD](#)

Ediciones Arkano Books, 2003. soft. Book Condition: New. ¿Te gustaría dejar de fumar? ¿Necesitas perder peso? ¿Deseas aprender a evitar el estrés? ¿Esperas encontrar una manera de vivir sin sufrir dolor? Autohipnosis fácil y simple es una guía que te ayudará a conseguir estos objetivos y que te enseñará a cambiar tu vida. La autohipnosis es un arte de comunicación interior que puede ser utilizada con diversos propósitos, pero que sobre todo facilita las respuestas constructivas y mejora el potencial y los recursos propios. Los reconocidos psicólogos C. Alexander y Annellen Simpkins no sólo ofrecen en esta obra una completa historia de la hipnosis, sino que te proponen ejercicios de relajación para ayudar a tu mente y exponen los métodos «trance auditivo», «trance visual» y «trance sensorial» que te permitirán incrementar tu capacidad perceptiva. Según consigas ver, oír y sentir tu entorno con mayor precisión, podrás alterar tus percepciones recuperando un recuerdo de forma sorprendentemente detallada, conseguirás introducirte en tus sueños para experimentar una sensación lúcida y harás que el tiempo pase más deprisa o que los breves destellos de un momento maravilloso se «prolonguen» un poco más. El libro está organizado en tres secciones cuidadosamente desarrolladas: la teoría, que fundamenta la obra; los ejercicios, que hacen realidad la teoría, y un conjunto de instrucciones para diversas aplicaciones clínicas específicas; y está diseñado tanto para profesionales como para quienes, sin conocimientos previos, deseen desarrollar aptitudes en el campo de la autohipnosis y mejorar sus capacidades y objetivos. Bertrand Piccard y Brian Jones, que realizaron el primer viaje en globo alrededor de la Tierra, utilizaron la autohipnosis para mantenerse concentrados durante los diecinueve días que duró su misión, y gracias a ello fueron capaces de soportar bajísimas temperaturas y un cansancio extremo mientras superaban un complejo y peligroso desafío físico. La...

[Read AUTOHIPNOSIS Online](#)[Download PDF AUTOHIPNOSIS](#)

Other Kindle Books



Estrellas Peregrinas Cuentos de Magia y Poder Spanish Edition

Pinata Books. Paperback. Book Condition: New. Paperback. 178 pages. Dimensions: 8.3in. x 5.4in. x 0.6in. First ever Spanish-language edition of the critically acclaimed collection of short stories for young adults by a master of Latino literature...

[Download ePub »](#)



Help! I'm a Baby Boomer (Battling for Christian Values Inside America's Largest Generation

Victor Books, 1989. Trade Paperback. Book Condition: New. Second Printing. 8vo - over 7¾" - 9¾" Tall. Buy with confidence from "Your neighborhood book store, online (tm) - Since 1997 delivering quality books to our...

[Download ePub »](#)



The Battle of Eastleigh, England U.S.N.A.F., 1918

RareBooksClub. Paperback. Book Condition: New. This item is printed on demand. Paperback. 36 pages. Dimensions: 9.6in. x 7.3in. x 0.2in. This historic book may have numerous typos and missing text. Purchasers can download a free scanned...

[Download ePub »](#)



The Dog Who Loved Tortillas: La Perrita Que Le Encantaban Las Tortillas

Cinco Puntos Press, U.S. Paperback. Book Condition: new. BRAND NEW, The Dog Who Loved Tortillas: La Perrita Que Le Encantaban Las Tortillas, Benjamin Alire Saenz, Geronimo Garcia, Diego and his sister Gabriela argue over their new...

[Download ePub »](#)



Talking Digital: A Parent s Guide for Teaching Kids to Share Smart and Stay Safe Online

Createspace, United States, 2014. Paperback. Book Condition: New. 229 x 152 mm. Language: English . Brand New Book. It is time for the digital talk. Today, kids are growing up in a wired world. Their...

[Download ePub »](#)