

Keywords: Guarisci te stesso. Lezioni di mindfulness libro pdf download, Guarisci te stesso. Lezioni di mindfulness scaricare gratis, Guarisci te stesso. Lezioni di mindfulness epub italiano, Guarisci te stesso. Lezioni di mindfulness torrent, Guarisci te stesso. Lezioni di mindfulness leggere online gratis PDF

Guarisci te stesso. Lezioni di mindfulness PDF

Saki Santorelli



Questo è solo un estratto dal libro di Guarisci te stesso. Lezioni di mindfulness. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Saki Santorelli
ISBN-10: 9788860307477
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2263 KB

DESCRIZIONE

Saki Santarelli, uno dei padri della mindfulness, esplora qui le radici dell'arte di curare e mostra come introdurre nella relazione di guarigione la consapevolezza che nasce dal prestare attenzione al momento presente, intenzionalmente e senza giudicare, dall'ascoltare se stessi e aprirsi agli altri, dalla pratica della meditazione. Si tratta in particolare di favorire la possibilità di riconoscere, sia da parte dei pazienti sia da parte di chi cura, che si è tutti feriti ma anche tutti integri, che dentro ogni guaritore c'è un ferito ma dentro ogni ferito c'è un guaritore, rivoluzionando le dinamiche della relazione paziente-terapeuta. Quest'alleanza indispensabile funziona come un vero e proprio farmaco per alleviare i disagi e le sofferenze che appesantiscono la vita di tutti noi.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

... emotiva è essenziale per vivere bene con te stesso e con ... introspettive come la Mindfulness. ...
Guarisci te stesso. Lezioni di mindfulness, ...

Saki Santarelli, uno dei padri della mindfulness, esplora qui le radici dell'arte di curare e mostra come introdurre nella relazione di guarigione la consapevolezza ...

Guarisci te stesso. Lezioni di mindfulness è un libro di Santorelli Saki , pubblicato da Cortina Raffaello nella collana Temi e nella sezione ad un prezzo ...

GUARISCI TE STESSO. LEZIONI DI MINDFULNESS

[Leggi di più ...](#)