

Il Massaggio Ayurvedico

Thank you for reading **Il Massaggio Ayurvedico**. As you may know, people have search hundreds times for their favorite books like this Il Massaggio Ayurvedico, but end up in infectious downloads. Rather than reading a good book with a cup of coffee in the afternoon, instead they are facing with some infectious bugs inside their computer.

Il Massaggio Ayurvedico is available in our book collection an online access to it is set as public so you can download it instantly.

Our books collection hosts in multiple locations, allowing you to get the most less latency time to download any of our books like this one.

Kindly say, the Il Massaggio Ayurvedico is universally compatible with any devices to read

<i>Il Massaggio Ayurvedico</i>	<i>2021-10-24</i>
MAXIMILIAN ANDREWS	

Ayurveda - Star bene Edimedia

L'Ayurveda è un grande dono dell'India al mondo. È una scienza che ha cinquemila anni ed è stata trovata nei Veda, la più antica letteratura esistente al mondo.Il termine "AYURVEDA" deriva da "Ayu" = "Vita" e da "Veda" = "Conoscenza"; significa quindi "Conoscenza della vita".La scienza dell'Ayurveda, come la scienza dello yoga, fu ispirata e sviluppata dai grandi maestri e veggenti dell'antica India e vuole insegnare come ottenere la salute e la vitalità, indirizzandoci alla guarigione, alla prevenzione e al mantenimento della vitalità.Tale scienza vede la dieta, il massaggio e il mantenimento dell'umore come unica e indissolubile medicina. Per l'Ayurveda ogni persona è unica. Per questo ogni individuo ha necessità ed esigenze diverse, e ha bisogno di una dieta, di un massaggio personalizzato secondo la sua costituzione fisica e temperamento psico emotivo. Questo testo offre al lettore una preziosa e semplice guida alle differenti costituzioni vata, pitta e kapha, le loro diete e le tecniche di massaggio personalizzate. L'obbiettivo di queste conoscenze è portare equilibrio e ottenere benessere a tutti i livelli: mantenere il corpo giovane, incrementare la forza, la flessibilità delle articolazioni e la loro lubrificazione, il buon funzionamento degli organi interni, aumentare la resistenza del sistema immunitario, rigenerare i tessuti, i muscoli, eliminare le tossine dannose al corpo. Oltre ai benefici fisici, la medicina Ayurvedica riesce a migliorare l'umore, ottimizzare le risorse individuali, favorire il sonno, la concentrazione, la fiducia in se stessi e promuovere la longevità.

Massaggio Ayurveda per i Disturbi femminili Le Mezzelane Casa Editrice

L'ayurveda è probabilmente la dottrina medica più antica al mondo e medicina ufficiale nel sub-continente indiano. L'Ayurveda è medicina di grande esperienza, con le sue preparazioni naturali che spaziano nella ricerca terapeutica di tutto ciò che sta nel Creato, i suoi famosissimi trattamenti corpo quali massaggi, trattamenti di fomentazione e colate di oli cosiddetti medicati apprezzati in tutto il mondo. Inoltre, dato il particolare e sensibile approccio al paziente dalla prevenzione alla diagnosi, dall'iter curativo al rafforzamento del sistema immunitario, l'Ayurveda si conquista un posto di primaria grandezza nel panorama delle cosiddette medicine complementari. La branca che si occupa dei trattamenti è la stessa che assicura, si dice, longevità e serenità, parliamo del Rasayana, che raccoglie tutte le pratiche corpo conosciute ed utilizzate a scopo estetico, terapeutico, purificante e rilassante. Questo libro, che è il teciale della Scuola per Operatori Ayurvedici Sarasvatiananda, vuole trattare l'abhyangam, ovvero le tecniche di massaggio per le 3 costituzioni Vata, Pitta e Kapha aiutando il lettore con delle illustrazioni.

Terapia del massaggio nell'Ayurveda Edizioni Mediterranee

Massaggio ayurveda per l'insonnia

Il Massaggio Ayurvedico maestro Swami joythimayanan

Massaggio ayurveda per il mal di schiena

Il Maestro Che E' In Te Bruno Editore

Un volume che raccoglie tutte le informazioni sui più comuni disturbi femminili (irregolarità, dolori mestruali, squilibri ormonali, menopausa, ecc.) con consigli utili e pratici per affrontarli. Il libro è suddiviso in sezioni: la prima affronta queste problematiche da un punto di vista descrittivo generale, e secondo un approccio “occidentale”, con tutti i rimedi naturali, i consigli alimentari e gli accorgimenti nello stile di vita che aiutano ad arginarli e combatterli. La seconda sezione affronta questi disturbi alla luce della medicina ayurvedica, dei suoi rimedi e della sua dietetica, e fornisce al lettore una panoramica sui molteplici metodi di prevenzione e cura proposti da questa antica “scienza della vita”. La parte pratica del volume si incentra sul Massaggio ayurvedico, con video che illustrano le manovre step-by-step, fruibili direttamente nella pagina. Utilissime mappe

dei Punti energetici Marma guidano il lettore alla loro esecuzione, e un pratico Piano di riequilibrio lo indirizza a una routine mensile da proporre al ricevente che soffre di disturbi di Stress. VIDEOMASSAGGI L’impaginato a layout fisso permette al lettore di accedere direttamente ai video incorporati (tutti corredati da una rilassante melodia), direttamente dalla pagina, con un semplice clic sul tasto “Play”. Un utile sommario permette di accedere alla pagina che interessa in modo immediato, sempre con un semplice clic. PIZZICANDO L’AREA DEL VIDEO È INOLTRE POSSIBILE INGRANDIRLO A PIENA PAGINA, PER APPREZZARLO IN TUTTI I PARTICOLARI

Il massaggio ayurvedico Aletti Editore

Questo testo descrive tutto ciò che è utile a comprendere i possibili motivi della nascita e delle recidive del cancro. Con visione naturopatica indica quali fattori alimentari, chimici, farmacologici, fisiologici, e psicosomatici influiscono e in che modo, sulla deviazione genetica cellulare che porta alla nascita del cancro. Spiega i ruoli strategici ed i piani di azione dei rimedi naturali (alimenti, probiotici, vitamine, minerali, oligoelementi, integratori fitoterapici, oli essenziali, fiori di Bach, massaggi), e delle singole componenti dei più importanti protocolli naturali anticancro (Di Bella, Gerson, Clark, Hamer, Simoncini, Pantellini, Kousmine, Nacci, ecc...), e per quali tipologie di neoplasia sono risultati efficaci. Descrive nel dettaglio un protocollo di azioni strategiche antineoplastiche, ed una depurazione organica, messi a punto dall’autore, per drenare l’organismo dalle tossine, e ripristinare lo stato di salute, considerando anche lo specifico ambiente di lavoro frequentato. Insegna a riconoscere gli ingredienti cancerogeni nelle etichette dei prodotti, e quelli alternativi sani.

Abyangam. Massaggio ayurvedico Tecniche Nuove

Un viaggio alla scoperta del piacere di lasciarsi massaggiare e, perché no, di massaggiare, della possibilità di comunicare sensazioni e pensieri non solo con le parole, ma anche per mezzo linguaggio del corpo, un linguaggio che passa attraverso le mani. Il termine indiano abyangam significa massaggio o, per essere più precisi, “massaggio con unguenti sull’intero corpo”, ed è quello che noi occidentali chiamiamo massaggio ayurvedico, da sempre praticato in India. Questa piccola guida illustra gli ingredienti segreti che lo rendono voluttuoso, quasi magico, come l’olio caldo, una mano morbida e avvolgente e i suoi movimenti sinuosi e ondulatori, che lo rendono un’arte più che un insieme di tecniche. La mano che massaggia risveglia i nostri sensi, in particolare il tatto, e con esso la percezione del nostro corpo: cosa c’è di più voluttuoso che il percepire noi stessi? Con il piacere che deriva dal percepire il nostro corpo la mente si rilassa, si riposa, le preoccupazioni si allontanano e i pensieri si rarefanno: questo è l’inizio del benessere, sia del corpo sia della mente. Per questo il massaggio ayurvedico è considerato il massaggio della giovinezza o longevità.

Massaggio - Salute naturale Bruno Editore

Star bene è una collana di eBook dedicati al benessere psicofisico della persona, fortemente mirata alla pratica ma senza dimenticare l’approccio storico-culturale. Curato da esperti, ogni eBook propone informazioni teoriche e pratiche, corredate da immagini dettagliate, disegni e schede, che facilitano la comprensione di suggerimenti e tecniche. Dalle discipline orientali come lo Yoga, l’Ayurveda, il Feng Shui, lo Shiatsu, alla medicina complementare come i fiori di Bach, la fitoterapia e l’aromaterapia, Star bene offre consigli semplici e alla portata di tutti per un percorso completo all’insegna dell’armonia corpo-mente. Prenderci cura di noi stessi, oltre a rilassare e migliorare la nostra condizione psico-fisica, consente di ridurre i livelli di cortisolo e degli altri ormoni legati allo stress (che, indirettamente, tendono a deprimere le difese dell’organismo), potenziando nel contempo l’attività dei linfociti e il funzionamento del sistema immunitario: insonnia, cefalea, tensioni muscolari, palpitazioni, problemi gastrointestinali sono solo alcuni dei disturbi che possono essere trattati con tecniche spesso millenarie, facendo leva sul riequilibrio dell’energia.

Il massaggio che trasforma. Principi e pratica della «tecnica metamorfica» Edimedia

Il massaggio come aiuto a vivere in armonia, l’energia del corpo e delle mani, le manovre fondamentali, la sequenza base per il massaggio, le principali tecniche occidentali e orientali, le precauzioni, l’automassaggio, le diverse tecniche di massaggio e le loro indicazioni terapeutiche e tanto altro ancora in un eBook di 96 pagine semplice e completo. Salute Naturale è la collana di manuali pratici di medicina olistica: conoscenza, tecniche e rimedi naturali per capire e curare il corpo e lo spirito. Manuali fatti con rigore, per comprendere che la miglior cura è prevenire, prevenire è conoscere, conoscere è cambiare. La miglior cura è amarsi seguendo uno stile di vita sano, senza dogmi, vivendo la vita. La miglior cura è mangiare bene nella giusta quantità e varietà, consapevoli di quello che mettiamo in bocca. La miglior cura è usare bene il corpo che ci accompagna: camminare, nuotare, respirare, emozionarsi. La miglior cura è libertà di amare, per muovere l’energia incontenibile che sussurra dentro di noi.

Il massaggio ayurvedico. I benefici fisici, psicologici ed estetici Booksprint

Storia e pratica del massaggio ON SITE MASSAGE, o Massaggio d'Ufficio, con riferimenti ai 12 Meridiani Energetici e Meridiani Straordinari, i 7 Chakra Principali, e i Corpi Sottili dell'Aura e loro Sincroniche Correlazioni Energetiche.

Ayurveda Curarsi con L'ayurveda Youcanprint

Un volume che raccoglie tutte le informazioni sul mal di testa, con consigli utilii e pratici per affrontarlo. Il libro è suddiviso in sezioni, la prima affronta il problema da un punto di vista descrittivo generale, e secondo un approccio “occidentale” con tutti i rimedi naturali, i consigli sullo stile di vita e gli alimenti da evitare. La seconda affronta il mal di testa alla luce della medicina ayurvedica, dei suoi rimedi e della sua dietetica, e fornisce al lettore una panoramica sui molteplici tipi di cefalea esistenti secondo questa antica “scienza della vita”. La parte pratica del volume si incentra sull’automassaggio ayurvedico, con video direttamente fruibili nella pagina che illustrano gli esercizi step-by-step. Utilissime mappe dei Punti energetici Marma guidano il lettore all’esecuzione delle manovre e un pratico Piano di riequilibrio lo indirizza a una routine mensile di esercizi, personalizzata in base alla specifica tipologia di cefalea di cui soffre. TECNOLOGIA La tecnologia a layout fisso, di ultimissima generazione, permette al lettore di accedere direttamente ai video incorporati (tutti corredati da una rilassante melodia), direttamente dalla pagina, con un semplice clic sul tasto “Play”. Un utile sommario permette di accedere alla pagina che interessa in modo immediato, sempre con un semplice clic. PIZZICANDO L’AREA DEL VIDEO È INOLTRE POSSIBILE INGRANDIRLO A PIENA PAGINA, PER APPREZZARLO IN TUTTI I PARTICOLARI.

Massaggio ayurvedico. Il potere nascosto nelle mani Edizioni Mediterranee

Selon la tradition ayurvédique. Une tradition millénaire en Inde permet une communication entre l'enfant et ses parents, et contribue au bien-être général. Pas à pas, les nombreuses photographies et explications aident à procurer au bébé un sommeil excellent, en soulageant les tensions, en donnant de la vitalité, afin d'apaiser, de soulager, de rassurer. Ce guide montrera aux parents comment se préparer au massage et comment masser chaque partie du corps de l'enfant.

Ayurveda Blu Editore

Sono sempre più numerose le persone che si interessano al massaggio. Negli ultimi 10 anni, la richiesta di massaggiatori qualificati è aumentata a livelli esponenziali. Fare un massaggio non è più una prerogativa di centri benessere di lusso o SPA esclusive. Oggi come oggi, il massaggio è considerato come parte di un sistema medico integrato di trattamento. Il massaggio costituisce una parte integrante (seppur ridotta ma significativa) in molti diversi tipi di strutture sanitarie. Ospizi, cliniche e vari tipi di strutture mediche e terapeutiche includono una qualche forma di massaggio come una tecnica riconosciuta di trattamento. Il massaggio è considerato importante anche in ambito sportivo e costituisce una parte integrante della preparazione atletica a tutti i livelli dello sport. Ma cos’è effettivamente il massaggio? Ebbene, non esiste un’unica singola definizione. Si tratta certamente di una tecnica molto antica, praticata già nell’antica Grecia, di cui

una tra le migliori definizioni potrebbe essere la seguente, tratta dal dottor Axel V. Grafstrom che dichiarò nel suo testo: "A Text-book of Mechano-Therapy" (1904): "Per massaggio si intende una serie di movimenti passivi sul corpo del paziente, eseguiti dall'operatore allo scopo di aiutare il naturale ripristino della salute. Questi movimenti passivi sono attrito, impastamento, percussioni, stiramento, pressione, vibrazione e carezze". Un dizionario standard (1970) definisce il massaggio come una "manipolazione manuale di parti del corpo come sfregamento, impastamento, sollecitazioni o simili, utilizzata per promuovere la circolazione e rilassare i muscoli." Più in generale, il massaggio si definisce come "un trattamento che prevede lo sfregamento o l'impastamento* dei muscoli, per scopi medici o terapeutici o semplicemente come aiuto al rilassamento." *L'impastamento è proprio considerato come una delle principali manovre che costituiscono il massaggio. Ci sono poi altre caratteristiche che definiscono il massaggio come ad esempio il luogo di origine (ayurvedico tradizionale dell'India; il massaggio asiatico o thailandese; il massaggio giapponese o cinese ecc.) oppure può essere definito in base al metodo usato e allo scopo terapeutico per cui viene praticato. Si possono fornire alcuni parametri di base e, di conseguenza, fornire una definizione di base. Utilizzando tecniche manuali basate su sistemi di trattamento antichi e moderni, il praticante impasta, strofina, carezza e comprime o manipola in altro modo il corpo della persona. Nella sua forma più comune, il massaggio induce il rilassamento e la distensione. Come forma di trattamento curativo e terapeutico o preventivo, una terapia di massaggi può agire a sé o diventare parte di un sistema di trattamento più ampio in cui un insieme di terapie tradizionali e alternative interagisce per raggiungere l'effetto desiderato. In tal modo, il massaggio diventa parte di un approccio noto anche come medicina complementare e alternativa. Nelle pagine che seguono, avrai l'opportunità di esplorare tutto ciò che riguarda il massaggio terapeutico. Potrai conoscerne i diversi scopi per cui viene comunemente praticato, i vantaggi, le diverse tipologie di massaggio e la relativa terminologia. Inoltre, verranno presi in considerazione alcuni diversi approcci e tecniche, oltre ad un breve accenno al massaggio combinato all'aromaterapia e molti altri aspetti legati a questo vastissimo argomento. In questo ebook trovi Introduzione. Capitolo 1. Il massaggio: brevi cenni sulle origini Capitolo 2. Il massaggio: benefici e utilizzi Capitolo 3. Massaggio terapeutico: istruzione e formazione. Capitolo 4. Massaggio terapeutico: tradizione orientale e occidentale. Il massaggio dei punti trigger. Il massaggio del tessuto connettivo. Il massaggio medico e sportivo. Shiatsu. Capitolo 5. Altre tipologie di massaggio orientale. Digito-pressione. Capitolo 6. Altre tipologie di massaggio occidentale. Rolwing. Il massaggio medico. Il Metodo Kurashova. Riflessologia plantare. Capitolo 7. Glossario. Conclusione. RITIRA IL TUO OMAGGIO!

[Ayurveda Maharishi. Una visione scientifica del più antico sistema di medicina naturale](#) Marabout Programma di Massaggio Ayurvedico I Segreti degli Antichi Rimedi Indiani per Mettere in Equilibrio Corpo e Spirito AYURVEDA: LA "SCIENZA DELLA VITA" Quando e con quale scopo nacque l'Ayurveda. I cinque elementi che compongono la materia dell'universo. Lo Sthana: cos'è e perché è così importante. COME SIAMO FATTI E COME FUNZIONIAMO Come definire le caratteristiche psico-fisiche di ogni persona. Le costituzioni spirituali e il loro livello di sviluppo. Come nasce la malattia: cause e rimedi. La legge di similarità e dissimilarità. Come si differenzia l'Ayurveda dalla medicina occidentale. COME VEDONO LA SALUTE IN ORIENTE Come ristabilire l'equilibrio dell'organismo. Come mantenere uno stato di salute ottimale tramite la connessione mente-corpo. Un nemico invisibile: lo stress. COME SPERIMENTARE LA MAGIA DEL TOCCO Gli effetti del massaggio Ayurvedico: dove e come agisce. Come instaurare la comunicazione energetica tramite

il massaggio. Come comportarsi durante un trattamento: il bon ton del massaggio. Come scegliere il tipo di olio più indicato. Gli ingredienti del massaggio perfetto. COME PRATICARE IL MASSAGGIO AYURVEDICO Le manovre di efflorage, petissage e tapotement. Impara a massaggiare efficacemente ogni singola parte del corpo.

Massaggio Terapia for all Vinod Verma (Dr)

Un volume che raccoglie tutte le informazioni sull'insonnia, con consigli utili e pratici per affrontarla. Il libro è suddiviso in sezioni: la prima tratta il disturbo da un punto di vista descrittivo generale, e secondo un approccio "occidentale" con tutti i rimedi naturali e i consigli sullo stile di vita più efficaci. La seconda sezione affronta il problema dell'insonnia alla luce della medicina ayurvedica, dei suoi rimedi e della sua dietetica, e fornisce al lettore una panoramica sulla prevenzione e la cura secondo questa antica "arte della vita". La parte pratica si incentra sull'automassaggio ayurvedico, con video fruibili direttamente nelle pagine che illustrano gli esercizi step-by-step. Utilissime mappe dei Punti energetici Marma guidano il lettore all'esecuzione delle manovre, e un pratico Piano di riequilibrio lo indirizza a una routine mensile di esercizi, personalizzata in base alla specifica tipologia di insonnia di cui soffre. VIDEOMASSAGGI L'impaginazione a layout fisso permette al lettore di accedere direttamente ai video incorporati (tutti corredati da una rilassante melodia), direttamente dalla pagina, con un semplice clic sul tasto "Play". Un utile sommario permette di accedere alla pagina che interessa in modo immediato, sempre con un semplice clic. PIZZICANDO L'AREA DEL VIDEO È INOLTRE POSSIBILE INGRANDIRLO A PIENA PAGINA, PER APPREZZARLO IN TUTTI I PARTICOLARI.

[Il massaggio ayurvedico. Manuale di terapia e prevenzione](#) Script edizioni

Il massaggio è una forma naturale di cura e di autocura; massaggiare se stessi, o altri, favorisce il rilassamento e la quiete, spegne le tensioni fisiche e mentali, ma serve anche ad alleviare vari disturbi. Il trattamento con le mani riattiva la circolazione, riduce le infiammazioni e aiuta a espellere le tossine. In questo libro troverete le indicazioni utili per praticare le varie forme di massaggio a scopo rilassante, terapeutico o cosmetico, con i consigli sugli strumenti e sugli oli essenziali da usare per aumentarne l'efficacia.

Massaggio ayurvedico per il bambino Edimedia

Siamo in un'epoca di forte cambiamento e il bisogno di stare bene con sé stessi è di giorno in giorno sempre più sentito. L'occidente e l'oriente si incontrano ogni giorno di più e il nuovo e l'antico possiedono entrambi problemi e soluzioni. L'importanza di vivere a contatto con le leggi, coi principi universali e con la natura si fa di giorno in giorno evidente e prioritario. Quale via seguire? Che guida ascoltare? Soprattutto in un mondo dove crescono ogni giorno maestri e guide improvvisate, spesso motivate solo da interessi personali. Non c'è una via comune per tutti ma per tutti c'è la possibilità di vivere o sopravvivere. Conformarsi a una matrice o scegliere e costruirsi la propria. Possiamo cambiare il nostro modo di vivere e di essere nel mondo senza necessariamente cambiare le cose che facciamo. Possiamo partire da quello che siamo e facciamo per andare verso i nostri sogni e sviluppare i nostri talenti. Per far questo è bene comprendere chi siamo e come gli ingredienti della vita hanno creato la nostra unica e preziosa unicità. Compreso questo siamo nella condizione di dare il meglio a noi e al mondo. Questo libro è un invito a cogliere il tuo speciale modo di essere nel mondo per essere protagonista di te stesso e per dare un pizzico di "buon senso" al vivere fuori e dentro di te. IL DHARMA Come trovare il proprio dharma e realizzarlo. Perché cambiare è una rara opportunità. SIAMO FATTI DI POLVERE DI STELLE Qual è il significato profondo della legge della sinergia. Perché l'essere diverso è assolutamente normale per la forma corpo-mente. COME CAMBIARE LA TUA MATRIX Come non fare dell'opportunità il problema. Quanto

incide il tuo perché per vivere intensamente. LO STILE DI VITA E' NEI DETTAGLI Gli strumenti per creare il tuo programma. Il vero segreto per scoprire cosa ti nutre e cosa ti intossica. IL POTERE NASCOSTO DELLE TUE MANI L'importanza di prenderti cura dei tuoi organi di senso. Come liberare l'oro liquido della tua pelle. I BIO-UMORI FUORI DI NOI L'unica vera strategia per trattarti da re. Il metodo efficace per nutrirti dell'intelligenza della vita. COME DIVENTARE MAESTRO DI TE STESSO L'importanza di viaggiare con il partner per alimentare la sinergia di coppia. Perché il viaggio dentro al tuo corpo non è solo fare palestra bensì un ascolto profondo.

[Il magico mondo del massaggio ayurvedico e alcune considerazioni sulla vita](#) Edizioni Mediterranee Yoga è un manuale pratico di consigli per vivere meglio è l'autentico invito, rivolto a tutti, di intraprendere il viaggio più affascinante, interessante e impegnativo che esista: quello introspettivo, il viaggio verso noi stessi. Ricco di suggestive immagini fotografiche il testo presenta il tema dello Yoga sia in veste classica che in una nuova ottica: lo Yoga fatto in acqua. Inoltre approfondite presentazioni di argomenti come l'alpinismo, la suono terapia, il massaggio e l'alimentazione, sempre nel contesto dello yoga, completano il testo in una visione a 360°. Cristian Colli è nato in Valtellina nel 1973. Cristian è istruttore di Yoga, di Nuoto e di AcquaYoga da oltre vent'anni. Ha vissuto per più di tre anni in un Ashram, monastero tradizionale per lo Yoga. È massaggiatore sportivo, ayurvedico e della medicina tradizionale thailandese. Nel 2003 si è sottoposto a una "non stop performance" per 12 ore consecutive, monitorato scientificamente da una equipe di medici specializzati; il fatto interessò il Guinness World of Record. Ha collaborato come reporter di articoli giornalistici di viaggio con la rivista ZOOM. Fotografo, vincitore di concorsi internazionali, come quello svizzero sul tema della montagna. Cristian Colli è "Tecnico Ambientale e della Conservazione del Paesaggio", ha conseguito le qualifiche di OSA e Operatore Canyoning all'interno del "Corpo nazionale del Soccorso Alpino e Speleologico", e il livello base del corso istruttore Sci di Fondo in Svizzera. Attualmente si occupa di gestione di Centri Benessere di alto livello. Gli amici semplicemente lo chiamano "guru".

[YOGA Il Leone Verde](#)

L'Ayurveda est la médecine hindoue par excellence. Immémoriale comme les Veda il considère le corps humain dans sa relation avec l'environnement et les autres formes de vie. Ce livre est le premier à présenter le massage ayurvédique et à rendre accessible la connaissance des marmas, ces points énergétiques d'articulation, dont le mouvement peut avoir des effets incalculables sur la santé et le bien-être. Dans un langage clair, Harish Johari expose les étapes du massage ayurvédique, le rendant accessible au débutant comme au professionnel. Les formules des huiles médicinales, les déséquilibres à prévenir et à guérir, sont minutieusement exposés ; une partie importante du livre est aussi consacrée au massage de la femme enceinte et du nourrisson. Ce livre est un guide indispensable à quiconque désire bien-être et santé, pour lui et pour ses proches.

Massaggio Ayurvedico. I Segreti degli Antichi Rimedi Indiani per Mettere in Equilibrio Corpo e Spirito. (Ebook Italiano - Anteprima Gratis) Edizioni Riza

Il massaggio infantile è un'arte antica praticata in tantissime parti del mondo. Negli ultimi 40 anni, grazie a pionieri come Frédéric Leboyer ed Eva Reich, questa pratica è arrivata anche a noi e ha potuto svilupparsi entrando nelle case e nelle abitudini quotidiane di mamme e bambini. L'obiettivo principale del massaggio del bebè è quello di rafforzare il legame e la sintonia già esistenti tra genitori e bimbi e contribuire alla creazione di un legame soprattutto in quei casi in cui bambini e genitori siano stati separati fisicamente subito dopo la nascita.