

# Medicina Tradizionale Cinese Teorie Di Base Per I Primi Passi

Getting the books **Medicina Tradizionale Cinese Teorie Di Base Per I Primi Passi** now is not type of inspiring means. You could not on your own going as soon as books amassing or library or borrowing from your associates to right of entry them. This is an definitely simple means to specifically get guide by on-line. This online declaration **Medicina Tradizionale Cinese Teorie Di Base Per I Primi Passi** can be one of the options to accompany you past having extra time.

It will not waste your time. consent me, the e-book will agreed appearance you further concern to read. Just invest tiny become old to admission this on-line broadcast **Medicina Tradizionale Cinese Teorie Di Base Per I Primi Passi** as with ease as review them wherever you are now.

Compendium of Traditional Chinese Medicine - Serena Chellini  
2016-08-05

With extraordinary skill, and using a clear and direct language, the author takes us on a journey through the ancient wisdom of Traditional Chinese Medicine. By ably mastering the subject, she provides the reader with a valuable tool that allows him to safely navigate through this vast topic. This compendium is clearly laid out and is not only extremely useful to experienced therapists, but, thanks to its ease of consultation and accessibility, it is an excellent source of information for those who are approaching the study of this ancient discipline for the first time. The basic principles of Traditional Chinese Medicine are explained by the author with great simplicity. She shows us with clarity and precision the interrelation between symptoms and imbalances, the mapping of points and meridians is easily readable, and even the Extraordinary Channels, which, unfortunately, are often overlooked by other TCM texts, are dealt with clearly and in detail. The author does not use complicated language but conveys everything the reader needs to know about Traditional Chinese Medicine in an easy to read style; this compendium is full of information like an encyclopedia and at the same time it is essential and synthetic like a notebook.

*Al di là delle cure. Interventi complementari e di supporto in oncologia -*  
Piero Pantaleo 2011-05-31T00:00:00+02:00  
1370.40

*L'energia Trasparente - Maria Rosaria Omaggio 1990*

**Il grande libro delle erbe medicinali per le donne - Roberta Maresci**  
2019-11-08

Le erbe officinali sono il dono naturale per prenderci cura del nostro equilibrio psicofisico in modo sicuro. E la guida fa chiarezza nella giungla delle informazioni: quali sono le più adatte ai miei disturbi? Qual è la giusta somministrazione? Che risultati mi posso aspettare, e in quanto tempo? Combinando i consigli della saggezza tradizionale con le più recenti scoperte scientifiche, le autrici spiegano come procurarci le erbe che ci servono, quando e come utilizzarle, quali accorgimenti prendere per autocurarci. Con le schede delle 66 erbe medicinali più efficaci, tra cui: • Camomilla • Fieno greco • Geranio • Lavanda • Ortica • Peperoncino di Cayenna • Salice • Trifoglio dei prati • Zenzero. Il libro analizza e spiega come affrontare i 35 disturbi fisici e psicologici più comuni per la salute delle donne, come: • Ansia • Cervicale • Depressione • Endometriosi • Menopausa • Osteoporosi • Reumatismi • Sindrome premestruale • Stress • Vampate • Vene varicose. Ogni scheda è caratterizzata da: • Descrizione del disturbo • Sintomi e segnali di avvertimento • I rimedi officinali più efficaci per trattarlo • Le terapie della medicina tradizionale • Eventuali condizioni a cui prestare attenzione • Box di approfondimento di argomento chimico, storico, alimentare, aneddotico, botanico • Letture consigliate

**I Segnali del Corpo. Comprendere la Psicosomatica per Conoscere il Proprio Corpo. (Ebook italiano - Anteprima Gratis) - Cecilia Mariotto**  
2014-01-01

Programma di I Segnali del Corpo Comprendere la Psicosomatica per Conoscere il Proprio Corpo **COMPREDERE E CAPIRE COS'E' LA PSICOSOMATICA** Come viene considerato l'uomo dalla cultura occidentale e da quella orientale. Come riuscire a integrare in modo funzionale tutto ciò che ti è utile adattandolo al tuo modo di essere. Come puoi riuscire ad ottenere la tua realizzazione personale attraverso le tue risorse. In che modo il tuo corpo diventa il mezzo per ottenere il benessere. Come trasformare l'energia attraverso il tuo corpo e trovare gli strumenti per conoscerla. **CONOSCERE GLI ORGANI, LE FUNZIONI E LE EMOZIONI** Come percepire e interpretare i segnali che il tuo corpo ti invia quotidianamente. Come scoprire gli effetti benefici delle tre energie che sono in te: Ki, Jing e Shen. Imparare e conoscere le energie associate a ciascuno dei tuoi organi. In che modo gli elementi sono

associati alle energie dei diversi organi e come possono aiutarti. **CONOSCERE GLI ORGANI, LE FUNZIONI E LE RELAZIONI** Come fare per riuscire a distinguere in base ai segnali del tuo corpo l'energia dei diversi organi. Come capire il livello e lo stato della tua energia attraverso i segnali del tuo corpo. Come puoi migliorare la tua capacità di espressione entrando in contatto con l'energia delle emozioni. Come puoi vincere la paura e situazioni di blocco attraverso l'energia dei reni. Quale tipo di energia puoi sfruttare per iniziare ad agire e reagire alle situazioni. **QUAL E' LA VIA DA PERCORRERE PER STARE MEGLIO** In che modo si possono manifestare sul tuo corpo le difficoltà di espressione dei sentimenti. Come la tua pelle ti può indicare una difficoltà interna legata a una carenza di energie. In che modo i segnali che il tuo corpo ti invia ti devono far riflettere sul modo di porti all'esterno. Come fare sempre un uso costruttivo delle tecniche per ascoltare e capire il tuo corpo. Come associare alcuni disturbi specifici a comportamenti che potrebbero esserne la causa. **COME INFLUISCONO I MERIDIANI E IL FLUSSO DI ENERGIA** L'importanza di trovare un momento della giornata per prenderti cura di te stesso. Come riuscire ad ascoltare e capire l'energia del meridiano per stare bene. Quali esercizi fisici possono essere di grande aiuto per individuare le tensioni. Come puoi percepire lo stato della tua energia attraverso le tensioni del tuo corpo. Come puoi entrare in contatto con le tue energie e riattivarle. **GLI ELEMENTI DELLE CINQUE TRASFORMAZIONI** Come interpretare le energie legate agli elementi acqua, terra, metallo, legno e fuoco. In che modo puoi valutare la tua esperienza imparando a conoscerti. Come puoi raggiungere la tua soddisfazione e realizzazione attraverso l'analisi del tuo corpo. Come puoi raggiungere i tuoi obiettivi di benessere e serenità. **COME RAGGIUNGERE REALIZZAZIONE E SUCCESSO** Come metterti in condizione di poter scoprire il tuo percorso di crescita. Perché le tecniche Shiatsu possono aiutarti a capire le dinamiche interne del tuo corpo. L'importanza di poter condividere le tue idee con persone che abbiano i tuoi stessi interessi.

**Dalla medicina tradizionale cinese ai tempi islamici medievali -**  
John Kaisermann

La medicina tradizionale cinese è una branca della medicina tradizionale che si dice sia basata su oltre 3, 500 anni di pratica medica cinese che comprende varie forme di fitoterapia, agopuntura, terapia a coppa, gua sha, massaggio (tui na), bonesetter(die-da), esercizio (qigong) e terapia dietetica, ma recentemente influenzato anche dalla moderna medicina occidentale. La medicina islamica preservò, sistematizzò e sviluppò le conoscenze mediche dell'antichità classica, comprese le principali tradizioni di Ippocrate, Galeno e Dioscoride. Durante l'era post-classica, la medicina islamica era la più avanzata al mondo, integrando i concetti della medicina antica greca, romana e persiana e l'antica tradizione indiana dell'Ayurveda, facendo al contempo numerosi progressi e innovazioni. La medicina islamica, insieme alla conoscenza della medicina classica, fu in seguito adottata nella medicina medievale dell'Europa occidentale, dopo che i medici europei acquisirono familiarità con gli autori medici islamici durante il Rinascimento del XII secolo. Elementi di medicina tradizionale cinese - Jean Schatz 1998

**Medicina Tradizionale Cinese - Laura Vanni 2018-04-06**

Questo libro è scritto per i "non addetti ai lavori" ma può essere un volume interessante per tutti, sicuramente valido conforto e consultazione per studenti e giovani operatori di medicina cinese. E' ideale per tutti coloro che sono curiosi di avvicinarsi al mondo della medicina cinese esplorandone le teorie di base. Lo studio della medicina cinese prevede innumerevoli temi, alcuni dei quali molto suggestivi e assai noti al grande pubblico come, per esempio, quelli relativi al Qi, ai Meridiani e agli Agopunti da stimolare per migliorare il proprio benessere. Questo libro NON tratta questi temi ma è volutamente circoscritto a TRE TEORIE DI BASE senza le quali, a parere dell'autrice,

non è possibile affrontare altri discorsi più avanzati. I temi su cui si circonda l'attenzione nella pubblicazione sono tre note teorie di base della medicina cinese: 1. Teoria dello Yin e dello Yang 2. Teoria degli Zang fu 3. Teoria dei Cinque Elementi. Attraverso la conoscenza di queste tre teorie il lettore si può avvicinare con metodo alla complessità di questa disciplina, facendo propri concetti importanti ed onnipresenti come quelli di relazione ed opposizione, complementarità, relatività, continua e dinamica trasformazione. Con la teoria degli Zang fu, inoltre, il lettore pone le basi indispensabili per lo studio dei Meridiani principali ed accede ad una sorta di "mondo parallelo" tutto da esplorare in cui gli organi e i visceri assumono caratteristiche nuove ed inattese ma a volte stranamente familiari nel vivere comune e quotidiano. Nel volume sono presenti oltre 40 proposte di sintesi tra figure e tabelle per aiutare il lettore a memorizzare e a meglio comprendere le spiegazioni del testo. Le informazioni contenute nel volume non intendono suggerire in alcun modo una sostituzione alle cure mediche.

**I cinque elementi e i dodici meridiani. Per lo shiatsu, l'agopuntura e la fisioterapia** - Wilfried Rappenecker 2003

**La medicina cinese. Spiriti, cuore ed emozioni** - Elisabeth Rochat de la Vallée 2008

**La Coppettazione secondo la medicina tradizionale cinese** - Gaetano Santillo 2018-11-23

L'idea di scrivere un libro sulla coppettazione nasce dal desiderio di soddisfare due obiettivi: - colmare un vuoto, vista la quasi mancanza totale di testi in italiano che trattano l'argomento; - trattare la corretta applicazione della coppettazione, seguendo i principi della medicina tradizionale cinese, per poter interpretare gli "squilibri energetici" di un organismo e porvi rimedio. Il libro consta di una prima parte in cui vengono descritti i principi fondamentali della m.t.c. ed una seconda parte in cui viene descritta la tecnica della coppettazione secondo tali principi.

**Foglie del Fondo 04/18** - Fondo Edo Tempia

Rivista di promozione e divulgazione dell'attività del Fondo Edo Tempia Onlus per la lotta contro i tumori.

La Formazione nelle Medicine Tradizionali e Non Convenzionali in Italia. Attualità, esigenze, criticità e prospettive - AA. VV.

2015-03-05T00:00:00+01:00

1370.1.31

*Storia della medicina* - Yavor Mendel 2020-01-30

La storia della medicina mostra come le società sono cambiate nel loro approccio alla malattia dai tempi antichi ai giorni nostri. Le prime tradizioni mediche includono quelle di Babilonia, Cina, Egitto e India. Gli indiani introdussero i concetti di diagnosi medica, prognosi ed etica medica avanzata. Il giuramento di Ippocrate fu scritto nell'antica Grecia nel V secolo a.C. ed è un'ispirazione diretta per giuramenti d'ufficio che i medici giurano sull'entrata nella professione oggi. Nel Medioevo, le pratiche chirurgiche ereditate dagli antichi maestri furono migliorate e poi sistematizzate in *The Practice of Surgery* di Rogerius. Le università iniziarono la formazione sistematica dei medici intorno al 1220 CE in Italia.

Storia della scienza: Cina, India, Americhe - 2001

Breve Storia Della Cina - Pedro Ceinos Arcones 2020-10-08

Un libro per capire la storia cinese. Scopo di questo libro è fornire al lettore una breve e comprensibile storia della Cina. L'interesse dell'autore, che si percepisce scorrendo queste pagine, si rivolge soprattutto alle culture di frontiera e alle minoranze. La costruzione della Cina va dai piccoli regni sulle sponde del Fiume Giallo, che crearono i semi della civiltà cinese in un Paese di nove milioni di kmq, fino ai processi di conquista e sottomissione dei popoli che daranno vita alla Cina di oggi; questa storia può seguirsi scorrendo le pagine di questo libro.

Cina - Damian Harper 2009

**Filosofia della medicina tradizionale cinese** - Fabrizia Berera 1997

**LA SCIENZA E' UN'OPINIONE** - ANTONIO GIANGRANDE 2017-06-18

E' comodo definirsi scrittori da parte di chi non ha arte né parte. I letterati, che non siano poeti, cioè scrittori stringati, si dividono in narratori e saggisti. E' facile scrivere "C'era una volta..." e parlare di cazzate con nomi di fantasia. In questo modo il successo è assicurato e non hai rompiballe che si sentono diffamati e che ti querelano e che, spesso, sono gli stessi che ti condannano. Meno facile è essere saggisti e

scrivere "C'è adesso..." e parlare di cose reali con nomi e cognomi. Impossibile poi è essere saggisti e scrivere delle malefatte dei magistrati e del Potere in generale, che per logica ti perseguitano per farti cessare di scrivere.

Occlusione integrata - Mauro Malerba 2017-05-02

Il volume raccoglie elementi di occlusione e postura in una chiave integrata. Si definisce a cosa serve l' occlusione oltre gli schemi classici: con basi accademiche, complementari ed idee dell' autore che sottopone al giudizio del pubblico.

**The Web That Has No Weaver** - Ted J. Kaptchuk 2000-05-02

A Doody's Core Title for 2019! *The Web That Has No Weaver* is the classic, comprehensive guide to the theory and practice of Chinese alternative medicine. This accessible and invaluable resource has earned its place as the foremost authority in synthesizing Western and Eastern healing practices. This revised edition is the product of years of further reflection on ancient Chinese sources and active involvement in cutting-edge scientific research.

**Healing Ourselves** - Naboru Muramoto 1977

Manuale di agopuntura. Le basi e i principi fondamentali della medicina tradizionale cinese - Nicolò Visalli 2003

Il tao della medicina. La scienza olistica e la medicina tradizionale cinese - Teodoro Brescia 2001

*Il tao dello spirito. Bibbia, tao e scienza: sintesi di verità* - Teodoro Brescia 2000

Il libro delle terapie tradizionali e naturali contro le epatiti - Roberto Adamoli 2002

*La dietetica nella medicina tradizionale cinese* - Emilio Minelli 1998

I canali di agopuntura. Impiego clinico dei canali secondari e degli otto canali straordinari - Giovanni Maciocia 2008

Ampio trattato di agopuntura per i medici, in cui vengono focalizzati con chiarezza espositiva i canali principali e secondari che formano l'anatomia energetica del corpo umano, studio che conduce alla scelta e la combinazione dei punti nel agopuntura e all'identificazione delle sindromi nella scelta dei trattamenti.

*Sviluppare il potenziale nelle professioni, nel lavoro, nello studio, nello sport. Approcci, metodi, applicazioni* - Giuseppe Gandolfi

2009-07-23T00:00:00+02:00

1060.168

**Energia delle erbe** - Chiara Versaico 2017-01-17

Il benessere attraverso le erbe come non l'avete mai conosciuto. Un percorso di consapevolezza in cui imparare ad ascoltare la saggezza delle erbe officinali ed a percepirne l'energia per portare serenità, gioia e pienezza nella propria vita. Il tutto arricchito da piacevoli esercizi e meditazioni. Avete presente la sensazione di beatitudine che provate sdraiandovi su un bel prato? Pensate alla facilità con cui, in quel momento, la mente si sgombra e vi rilassate. Vi piacerebbe riuscire a sentirvi in questo modo ogni giorno? Purtroppo non esiste una bacchetta magica che vi tele-trasporterà all'occorrenza, tuttavia questo libro vi guiderà verso una presa di consapevolezza che vi porterà a guardare il mondo con occhi diversi. Scoprirete che anche nelle piante esiste quella scintilla che anima e caratterizza ogni elemento naturale; imparerete come vi sia una profonda interconnessione tra noi e ogni altro essere vivente e sarete pronti per sperimentare quali altri benefici le erbe officinali possono donarvi, oltre a quelli, già noti, della tradizionale erboristeria. Le piante, infatti, ci possono aiutare a conoscere meglio noi stessi, i nostri malesseri e i nostri desideri più profondi. Le pagine di questo libro conducono ad ascoltare la saggezza celata delle piante medicinali attraverso un riallineamento ai cicli naturali e a uno stile di vita ecosostenibile, nonché ad attingere all'energia delle erbe per portare benessere olistico e vitalità dentro di noi.

*Guida pratica all'esame del polso in medicina cinese* - Emma King

2015-10-01T00:00:00+02:00

Il testo è una guida clinica e si rivolge a studenti e medici descrivendo un metodo affidabile la valutazione pulsologica. L'esame del paziente nella medicina tradizionale cinese (MTC) ha una lunga tradizione di utilizzo del polso radiale come strumento diagnostico. In questo libro vengono fornite informazioni rilevanti e accessibili per supportare l'utilizzo della diagnosi pulsologica nella pratica medica.

**Salute e guarigione nella medicina tibetana. Segreti e fondamenti**

**esposti da un medico occidentale** - Luciano Zambotti 2010

*Testo-Atlante dei punti principali utilizzati nella metodica dell'EAVI (Elettroagopuntura secondo Voll Integrata)* - Sabatino Meletani 2018-03-14

In questo Testo-Atlante viene dapprima fornita la descrizione del decorso interno ed esterno dei Meridiani secondo la Medicina Tradizionale Cinese (MTC), quindi vengono descritti in dettaglio i punti utili nella diagnostica dell'EAVI (Elettroagopuntura secondo Voll Integrata). Questi comprendono: 1) Quelli tramandati dalla MTC e collegati da Reinhold Voll e dai suoi allievi a specifici organi, parti di organo o tessuto. 2) I punti nuovi trovati da R. Voll sui Meridiani classici di Agopuntura. 3) I punti dei nuovi Vasi scoperti da Voll e dai suoi allievi. 4) Ulteriori punti nuovi trovati da Douglas Leber sia sui meridiani classici che sui nuovi Vasi. 5) I punti classificati da D. Leber come Vasi Speciali (VS). La successione con cui vengono descritti i Meridiani è quella che troviamo iniziando dal dito pollice fino al mignolo della mano, quindi dall'alluce al quinto dito del piede. Infine vengono elencati i punti appartenenti ai Vasi Speciali di Douglas Leber. Il libro è stato strutturato didatticamente in modo che, iniziando dal Punto di Controllo (PdC) di ogni Meridiano, si viene guidati alla misurazione di uno o più punti in relazione con quello già misurato per trovare, con approssimazioni successive, il punto che rappresenta in modo specifico l'organo od il tessuto che presenta la patologia. Ad esempio, se il PdC del Vaso della Linfa(Li) presenta una Caduta dell'Indice(CI), vengono elencati i punti per misurare il deflusso linfatico di: tonsille, orecchio, denti, occhio e seni paranasali.

Continuando nel nostro esempio, se troviamo poi una CI sul punto Li 2 pertinente al deflusso linfatico delle mascelle e, quindi, per una sospetta patologia dentaria, si continuano a misurare i punti per le diverse sezioni mascellari e, infine, per i singoli denti, in modo da determinare quale di essi è infiammato o focalizzato. Per ogni punto viene evidenziata la correlazione energetica specifica con gli organi interni e vengono spesso fornite annotazioni che si reputano clinicamente utili alla diagnosi. Vengono infine elencate le principali patologie che possono essere diagnosticate su ciascun Meridiano e, nel sospetto di una certa patologia, su quali punti di altri Meridiani troveremo una CI. Questo Atlante è quindi estremamente utile agli agopuntori classici, agli esperti in Elettroagopuntura di Voll (Electrodermal screening) ed a tutti coloro che praticano diagnosi e terapie di Biorisonanza (ad esempio: BICOM e MORA-terapia).

Crescita Interiore dalla A alla Z - Elena Carrera 2022-08-26

CRESCITA INTERIORE dalla A alla Z è un vero e proprio dizionario olistico con definizioni, metodi, teorie, pratiche e approcci utili al cammino di ricerca ed esplorazione di sé, un vero ponte fra scienza e spiritualità per tutte quelle persone che si fanno spesso domande, si vogliono mettere in gioco e sono desiderose di crescere interiormente. I 220 lemmi (ma se contiamo anche quelli descritti all'interno dei singoli vocaboli diventano quasi 300) possono trasformarsi in altrettanti mattoncini per costruire una diversa prospettiva di analisi e interpretazione dell'evoluzione umana integrale. Rompendo vecchi schemi e scoprendo che, a volte, due più due può fare cinque.

**Ho incontrato un Maestro di qigong** - Moreno Barbi 2022-03-29

Il qigong è una pratica cinese antica, per allenare sé stessi nel corpo e nello spirito, scoperta e sperimentata dalla gente comune nella vita quotidiana. In Cina per millenni anziani, donne, uomini, bambini, di tutti i ceti sociali, dal popolo sino all'imperatore, si sono esercitati con tecniche di qigong allo scopo di mantenersi in buona salute e aumentare la loro longevità. Il qigong è parte integrante della Medicina Tradizionale Cinese insieme al massaggio e all'agopuntura. Moreno Barbi ne viene a contatto all'età di quarant'anni restandone conquistato, diventa studente dell'autorevole Maestro Li Xiaoming medico e direttore dell'Istituto di Ricerca di qigong Medico presso l'Università di Medicina e Farmacologia Cinese di Pechino, che dal 1988 viene in Italia a insegnare il qigong in diversi settori: prevenzione e recupero della salute, massaggio energetico, massaggio pediatrico, fitoterapia diagnostica, agopuntura. Insignito nel 1998 dal Presidente della Repubblica, dell'onorificenza di Commendatore della Repubblica Italiana per i suoi meriti scientifici. In questo lavoro Moreno Barbi descrive la genesi del qigong e il suo impiego pratico attraverso la sua personale esperienza di paziente e terapeuta, trasmettendo al lettore la curiosità dello studente nella continua ricerca. La narrazione si intreccia con la sua vita privata,

rievoca gli insegnamenti ricevuti nelle aule universitarie o in locali di fortuna sino ad affascinanti templi cinesi. Le letture fatte da adolescente, che gli avevano acceso l'interesse per le tecniche energetiche orientali, incontrando il Maestro Li Xiaoming, improvvisamente si concretizzano.

**La Medicina Naturale e la Riabilitazione Funzionale** - Carmine Barbarisi 2022-06-20

Il libro si pone l'obiettivo di sensibilizzare in particolar modo i professionisti che si occupano di salute, sul possibile utilizzo della medicina naturale/complementare nel campo sanitario offrendo gli strumenti operativi per poter realizzare protocolli integrati specificamente nella riabilitazione funzionale e nei soggetti che presentano problematiche muscolo-scheletriche. Nella prima parte (di ambito generale) accessibile anche ad un pubblico neofita dopo aver tracciato il profilo ideale della persona in "buona salute" secondo l'OMS, ed aver compreso i nuovi sistemi di classificazione della disabilità, si prosegue con l'inquadramento delle discipline naturali nei principi essenziali che sono alla base di tali discipline (fisica classica, biofisica e così via) per comprendere come si possa creare quel parallelismo e ricercare quei punti di contatto per instaurare un confronto nell'ottica dell'integrazione con la medicina allopatica. Mentre, nella seconda parte prettamente specialistica, si esamina e si propone l'utilizzo della medicina integrata con lo sviluppo di un protocollo integrato proponendo obiettivi e realizzando risultati considerevoli nelle problematiche muscoloscheletriche in termini di efficienza con la dimostrazione dei risultati ottenuti. Gli argomenti descritti possono risultare un punto di partenza nel panorama delle medicine naturali e quindi essere un momento di confronto sull'utilizzo di una possibile integrazione non soltanto con le discipline naturali cosiddette "medico-sanitarie" (agopuntura, antroposofica, altro) ma anche con le altre discipline (riflessologia, iridologia, tui-na, fisiognomica, altro) con lo scopo di dare certezza e riscontro vantaggioso in termini di costi-benefici.

*Il Tuina* - Giovanni Trimboli 2022-10-19

La fisiologia umana vive di fenomeni dialettici e complementari come il simpatico e il parasimpatico, il ritmo cardiaco, il respiro, la dialettica Na+ e K+. L'equilibrio acido-base, le ossidoriduzioni, contrazione e rilasciamento, veglia-sonno, peristalsi, feedback endocrino (FT3, FT4, TSH -ipofisi), nulla in natura è solo simpatico o acido o contratto per cui nulla è solo yang o solo yin. Altro aspetto da considerare è che una cellula epatica o di leydig o un neurone possono riprodursi in vitro ma non formeranno mai un fegato, un testicolo o il sistema nervoso centrale, eppure c'è CO2, ATP, H+ ma nella provetta manca il campo di coerenza (connessione in ogni sua parte senza contraddizioni) che c'è nel corpo vivente, questo campo è energetico. La dimostrazione che lo yin crea lo yang l'abbiamo ogni mattina, all'alba, il sole può irradiare luce e calore (yang) solo in ragione della sua densità e pressione (yin) della sua massa.

**Come Combattere lo Stress** - Laura Pirotta

2019-12-16T00:00:00+01:00

Finalmente un libro semplice, pratico e immediatamente applicabile su come combattere lo stress Oggi lo stress è diventato per noi tutti un fastidioso compagno di viaggio sia sul lavoro, sia nella vita privata. Imparare a gestire lo stress da lavoro e nella vita privata è diventata una necessità! Tuttavia perseveriamo nel comportarci sempre alla stessa maniera, sperando che siano gli altri o il mondo esterno a cambiare. Ciò accade probabilmente perché non abbiamo idea dell'ampiezza di risorse presenti in noi e fuori di noi. Nel libro Come combattere lo stress, l'Autrice, Laura Pirotta, ti propone, in modo semplice e pratico, alcuni rimedi utili per gestire lo stress da lavoro e nella vita privata e per affrontare e prevenire le possibili situazioni di tensione legate all'esperienza quotidiana. L'obiettivo è quello di accompagnarti in un percorso di consapevolezza attraverso il quale trovare la chiave per gestire al meglio le difficoltà che stai vivendo e superare quelle che verranno. La soluzioni che suggerisce sono frutto di un metodo basato sulle ultime scoperte neuroscientifiche ed elaborato in anni di esperienza come psicologa, Life & Business coach e docente di tecniche per la gestione dello stress. \*\*\*QUESTO LIBRO FA PARTE DELLA COLLANA BINARIO\*\*\*

**Enciclopedia medica italiana. 3. aggiornamento della seconda edizione** - 2008

**La medicina tibetana. 5000 anni di esperienza per vivere a lungo e in salute** - Nadiya Tymchyshyn 2005