

Link do produktu: <https://www.fraida.pl/autohipnoza-uzdrowi-twoj-umysl-p-3847.html>

Autohipnoza uzdrowi twój umysł

Cena	44.00 zł
Dostępność	produkt dostępny
Numer katalogowy	9788376490878
Kod EAN	9788376490878
Producent	KOS
Autor	Artur Sołtys

Opis produktu

Artur Sołtys – dyplomowany hipnoterapeuta kliniczny, absolwent Institute of Clinical Hypnosis w Londynie, energoterapeuta i nauczyciel medytacji. W swojej pracy łączy podejście naukowe z elementami medycyny niekonwencjonalnej. Od lat praktykuje i uczy się u uzdrowicieli z całego świata, głównie z Ameryki Południowej, co pozwala mu przekazywać dalej mądrość i starożytną wiedzę, pochodzącą z różnych tradycji. Człowiek funkcjonuje na poziomie fizycznym, mentalnym i emocjonalnym. Praca z umysłem, który wpływa na każdy z tych poziomów, pomaga zrozumieć siebie, zwalczyć stres, odnaleźć harmonię i poprawić stan naszego zdrowia zarówno fizycznego, jak i psychicznego. Dzięki tej książce dowiesz się, w jaki sposób samodzielnie praktykować autohipnozę. Poznasz także metody łączenia się z podświadomością, nadświadomością, formułowania sugestii, ustanawiania celów i zamiany negatywnych programów i emocji na pozytywne, a także sposoby na odkrycie swojej życiowej drogi (tzw. ścieżki serca). Wszystko to jest osiągalne dzięki praktycznym wskazówkom i ćwiczeniom. Do książki dołączona jest wyjątkowa płyta CD, zawierająca profesjonalne nagrania prowadzone przez autora, dzięki którym będziesz mógł przećwiczyć pracę ze swoim umysłem. Wykorzystaj uzdrawiającą moc Twojego umysłu!

liczba stron: **176**
format: **14.5x20.5cm**
oprawa: **miękka**