

Link do produktu: <https://www.fraida.pl/odzywianie-z-miloscia-swiadomy-wybor-p-3034.html>



Odżywianie z miłością - świadomy wybór

Cena	34.00 zł
Dostępność	produkt dostępny
Numer katalogowy	9788376490267
Kod EAN	9788376490267
Producent	KOS
Autor	Beata Dynowska

Opis produktu

Każdego dnia dostarczamy sobie pożywienia, które teoretycznie powinno wzmacniać życie. A co wybieramy, spożywając produkty przetworzone, ubogie w energię odżywczą, błonnik, minerały i pierwiastki śladowe?

Życie czy śmierć?

W poszukiwaniu skutecznych form terapii doszłam do przekonania, że kluczem do każdej z nich jest stan umysłu. To z tej płaszczyzny dokonujemy świadomych wyborów, ale tylko wtedy, gdy wcześniej zdefiniujemy własny system wartości. Oprócz różnych grup krwi, różnimy się między innymi jakością wewnętrzną, którą nazwałam „klimatem wewnętrznym”. W książce zapraszam do swoistej podróży po owym wewnętrznym świecie, mając nadzieję, że umożliwi ona dobór indywidualnej diety.

Beata Dynowska, z wykształcenia technik masażu leczniczego, od 18 lat praktykuje refleksoterapię z uwzględnieniem przepływu energii w meridianach i strefach refleksyjnych. W tym czasie uczestniczyła w wielu kursach psychoterapii w zakresie integracji ciała, umysłu i ducha. Ukończyła 4-letni Kurs Dietetyki według „Tradycyjnej Medycyny Chińskiej”. Od dziesięciu lat łączy z powodzeniem terapie manualne i oddechowe z indywidualnymi zaleceniami dietetycznymi i ziołolecznictwem. Od pięciu lat wykłada podstawy dietetyki i refleksoterapii w Policealnym Studium Psychotroniki im. Juliana Ochorowicza w Krakowie.

ISBN: **978-83-7649-026-7**

liczba stron: **168**

format: **145 x 205 mm**

oprawa: **miękka**