

# Novi knjigi



## Ozdravimo depresijo, tesnobo in stres brez zdravil in psihoanalize

Avtor: dr. David Servan-Schreiber

Prevedla: Jana Lavtižar

Založba: Ganeš

Format: 23,5 x 16 cm


Obseg: 254 strani

Vezava: broširano

Cena: 26,30 €

Informacije o prodaji: 01/549 17 92

Psihiater dr. David Servan-Schreiber, klinični profesor psihiatrije v Pittsburghu in predavatelj na medicinski fakulteti Lyon v Franciji, ki še vedno predpiše zdravilo, ko meni, da je to nujna, ponuja v svoji knjigi sedem naravnih metod, s katerimi se je mogoče brez zdravil upreti depresiji, tesnobi in stresu ter jih premagati. Njegovi napotki so plod dolgoletnega zavzetega dela, ki ga zdravniki dolgo niso jemali povsem resno. Kako naj bo dober psihiater zdravnik, ki namesto zdravil svetuje potrtemu človeku, naj si kupi psa? Šele po dolgih letih znanstvenega boja, predvsem pa na podlagi revolucionarnih raziskav, ki jih je s sodelavci opravil v bolnišnici Shadyside Pittsburske univerze, mu je uspelo prepričati, vsaj nekatere kolege, da ni vse v kemiji. Pacienti so mu prisluhnili že mnogo prej. Knjiga je napisana zelo razumljivo in je gotovo med boljšimi deli s področja psihične samopomoči. Z

mirno vestjo jo priporočamo vsem, svoje mesto bi morala najti v vsaki družinski, pa tudi šolski in še kaki knjižnici. Lahko prihrani mnogo težav. Knjiga odkriva potencial notranjega zdravljenja, ki je v vsakem človeku. Sedem metod zdravljenja temelji na zdravnih mehanizmih telesa, še posebno možganov, srca in fizioloških procesov. V knjigi opisane metode so dale odlične rezultate; izkazale so se za zelo uspešne, varne in brez stranskih učinkov. Njihovo veljavnost in učinkovitost so potrdila številna znanstvena raziskovanja. Vsaka metoda je predstavljena s konkretnimi primeri in praktičnimi napotki. Knjiga je mednarodna uspešnica in je prevedena v 29 jezikov. In še nekaj: v njej je tudi seznam ljudi v Sloveniji, ki nekatere od opisanih metod dobro obvladajo in so vam lahko, če tako občutite, v pomoč. 

## Maya Tzolkin 2012

Avtorica: Maginja Blinkita

Založba: To je to

Obseg: 286 strani

Format: 14 x 22 cm

Vezava: broširano

Cena: 55 €

Jesenski popust: 36,85 €

Informacije o prodaji: 01/549 17 92


Knjiga Maya Tzolkin 2012 ima dva poglavitna dela. Dnevni koledar za letos in prihodnje leto in dnevni horoskop. Oboje boste sami za sebe ali za prijatelje prebirali z veseljem. Večkrat. Vedno boste odgrnili kako novo tančico iluzije, razkrili večtisočletno pozabljeno skrivnost in na novo odkrili kako starodavno znanje in modrost domorodnih ljudstev Srednje in Južne Amerike; povsem mogoče je, da nam to spremeni pogled na samega sebe, na svet in resničnost, v kateri živimo. Maya horoskop nam razkrije naše Sveto ime, ki je sestavljeno iz svetega števila in znamenja; tu je zakodirano



naše poslanstvo.

To, kar je objavljeno v knjigi, je zagotovo za današnji čas najpomembnejša zapuščina Majeve, ljudstva, ki s svojo kulturo buri duhove po vsem svetu. Varuhi časa v gorah Gvatemale skozi ustno izročilo ohranjajo to, kar je opisano v knjigi, še danes. Maji, kakih sedem milijonov jih je še, so bili in so še vedno močno povezani z Naravo in spiritualnim svetom. Zavedajo se, da fizični in spiritualni svet nista ločena, zato pri svojem bivanju, delovanju in zdravljenju priključijo kozmične sile ali božanstva.

V drugih treh delih, ob koledarju in horoskopu, so v knjigi še poglavja Starodavni Maya, Spiritualni svet in To je to. Obilo zanimivega branja, predvsem predstavitev cele vrste njihovih posebnih znanj in vedenj, ki jih je mogoče, ko preberemo knjigo, s pridom upoštevati v vsakdanjem življenju.

Resnice, ki jih je zbrala Maginja Blinkita osebno, ne le iz knjig, marveč tudi iz življenja v Belizeju in Gvatemali, so bogato ilustrirane. Knjiga je natisnjena na umetniškem papirju in je za tiste, ki jih vsaj malo mika skrivnostni svet modrega ljudstva in seveda tudi splošne življenjske resnice, dobro branje. In tudi posrečeno darilo. 

Najbolj prodajane knjige v ARA založbi

1.

### Permakulturni vrt

Graham Bell

2.

### Kako se zdravimo z magnetnimi polji

dr. Christian Thuile

3.

### Tvoje ime

Dan Sovina

4.

### Vrtinec

Esther in Jerry Hicks

5.

### Kako razberemo osebnost iz pisave

Ruth Gardner

6.

### Kako se znebimo očal

Martin Brofman

7.

### Zamenjam razsvetljenje za hiter vibrator

Savina A. Ritter

8.

### Presni gurman

Nomi Shannon

9.

### Osupljiva moč čustev

Esther in Jerry Hicks

10.

### Potovanje do ekstaze

Gabrielle Roth