

Il Potenziale Umano



AUTORE
Gregg Braden
EDITORE
Mylife
PAGINE 270
PREZZO DI COPERTINA
19€

La verità nascosta della nostra essenza divina, del potere che è in noi e del nostro destino

La vera grande evoluzione non risiede nella tecnologia, ma nell'essere umano. In questo momento di svolta epocale, Gregg Braden ci pone di fronte a una decisione vitale: rimanere l'ultima generazione di esseri umani autentici o accettare la fusione e diventare una specie ibrida, potenziata (o diluita) dalla tecnologia. La sua opera ci invita a riscoprire il codice più prezioso: la nostra umanità.

"*Il Potenziale Umano*" è un viaggio cruciale tra spiritualità e scienza che affronta il rischio tangibile di sacrificare le qualità che definiscono la nostra vera essenza: l'empatia, l'intimità profonda, e la capacità di provare meraviglia e amore incondizionato. Con una scrittura incisiva e coinvolgente, Braden supera le convenzioni sui nostri limiti e le nostre origini, svelando un straordinario potenziale latente in ogni individuo e nell'umanità intera. Più che un semplice libro, è un urgente invito all'azione. Una bussola per orientarsi nella trasformazione in atto, per proteggere ciò che abbiamo di più caro e imparare a manifestare la versione più evoluta di noi stessi. Imperdibile per chiunque voglia comprendere il futuro dell'umanità e assumere un ruolo proattivo nella sua creazione.

Storie straordinarie di oggetti ordinari



AUTRICE
Emily Procop
EDITORE
APOGEO
PAGINE 214
PREZZO DI COPERTINA
22€

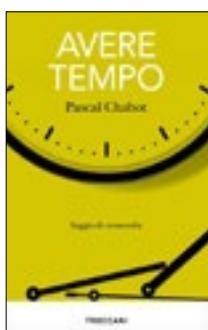
Questo libro è un viaggio affascinante e pieno di curiosità alla scoperta delle storie incredibili che si nascondono dietro gli oggetti di tutti i giorni. Dalla scienza all'arte, passando per il cibo, lo sport e la moda, ogni campo è esplorato. Spesso ignoriamo l'origine di ciò che ci circonda quotidianamente. Conosciamo le grandi battaglie della storia, ma non sappiamo nulla di come siano nati il pluriball, il bianchetto, le graffette, la T-shirt o lo spazzolino da denti.

"Storie straordinarie di oggetti ordinari" colma questa lacuna, svelando le origini sorprendenti di oggetti comuni. Scopriremo, ad esempio, come i lecca-lecca esistessero già nell'Antico Egitto, quando fu inventato lo smalto per unghie o perché nacque il carattere Comic Sans.

Pagina dopo pagina, emergono racconti inaspettati, come quello di attrezzi ginnici che derivano da strumenti di tortura o di strumenti musicali la cui invenzione è legata al mondo dello spionaggio.

Un libro divertente, con mille spunti curiosi.

Avere tempo



AUTORE
Pascal Chabot
EDITORE
Treccani
PAGINE 174
PREZZO DI COPERTINA
17€

Saggio di cronosofia

Essere equivale ad avere tempo. Eppure, la sensazione prevalente è la sua costante mancanza. Che cos'è, dunque, questo bene così sfuggente? Forse è il tempo di qualità. Ma come recuperarlo? Secondo il filosofo Pascal Chabot, la nostra civiltà è lacerata da quattro regimi temporali in conflitto: il Fato (l'ineludibile imperativo biologico dalla nascita alla morte), il Progresso (l'imperativo orientato al futuro), l'Ipertempo (la tirannia del presente e del tecnocapitalismo, dove il tempo è percepito come ubiquo e, al contempo, inafferrabile) e la Scadenza (il conto alla rovescia verso la catastrofe ecologica). Mai prima d'ora si è assistito a un antagonismo così marcato tra concezioni del tempo tanto incompatibili. Queste temporalità spesso cospirano contro di noi, eppure dobbiamo imparare a conciliarle per affrontare la vita quotidiana. Il nostro atteggiamento verso il tempo incide profondamente sulle nostre esistenze, oscillando tra la nostalgia del passato, la dipendenza dal presente e la speranza per il domani. Quale temporalità dobbiamo privilegiare? La vera sfida, conclude Chabot, è costruire una saggezza del tempo adeguata ai nostri giorni: una vera e propria cronosofia.

Yoga e teoria polivagale



AUTRICE
Arielle Schwartz
EDITORE
Raffaello Cortina Editore
PAGINE 288
PREZZO DI COPERTINA
24€

Pratiche terapeutiche per il benessere

Cosa accade quando la precisione delle neuroscienze incontra la saggezza ancestrale dello Yoga? Questo volume rappresenta un'opera pionieristica che esplora il cuore della **Teoria Polivagale**, offrendo una bussola scientifica per navigare le risposte del nostro corpo allo stress, al trauma e alle relazioni. Il testo intreccia la psicologia somatica e la teoria dell'attaccamento per spiegare come il nostro sistema nervoso autonomo modelli ogni nostra emozione e comportamento. Lo **Yoga come Terapia**: non solo movimento, ma uno strumento clinico per riequilibrare la fisiologia. Il corpo diventa così il palcoscenico principale del processo terapeutico. Attraverso pratiche di respirazione e meditazione mirate, il libro insegna a "riconfigurare" i circuiti neurali, permettendo di passare da uno stato di allerta a uno di sicurezza e connessione. "La vera salute non è l'assenza di stress, ma la capacità del nostro sistema nervoso di tornare agilmente a uno stato di calma dopo la tempesta."

Progettato sia per i professionisti che per chiunque sia interessato allo sviluppo personale, il libro trasforma concetti complessi in strategie pratiche. Imparerai a coltivare un senso di sicurezza interiore, migliorando non solo la tua capacità di affrontare le sfide con risolutezza, ma anche la rapidità con cui il tuo corpo recupera l'equilibrio dopo le tensioni quotidiane.