

Herbología sensorial

Manual para conectar con el poder medicinal de las plantas de tu entorno... y con la tierra, los elementos y las estaciones

Heckels, Fiona; Lawton, Karen

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484458470

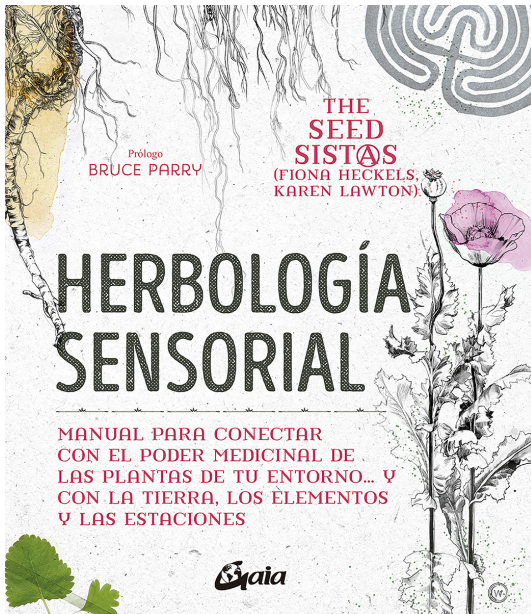
Páginas: 274

Dimensiones: 18,5 x 21,5 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 19,90 €

Colección: Salud natural



SINOPSIS

CONECTA CON LAS PLANTAS DE TU ENTORNO PARA TRAER EQUILIBRIO, SALUD Y BIENESTAR A TU VIDA

Tanto si estás iniciándote en el mundo de las hierbas como si ya ejerces de herborista, con *Herbología sensorial* podrás optimizar tu salud física y mental empleando las cinco herramientas esenciales para la percepción directa de las plantas:

- * la **observación a través de los sentidos**;
- * la **intuición**;
- * la **interpretación** de la información percibida para determinar la mejor manera de utilizar una hierba con fines curativos físicos, emocionales y espirituales;
- * la **caracterización** o creación de personajes que encarnen y representen las cualidades de cada especie,
- * y la **escritura de poemas** que recogen los sueños de las plantas.

Con ánimo de embarcarte en un viaje personal de sanación y descubrimiento, Fiona Heckels y Karen Lawton te invitan a activar **tus sentidos** para que captes el aspecto, el aroma, el tacto y la energía de las plantas que te rodean; a **desarrollar tu creatividad y percepción** para que descifres el lenguaje vegetal, y a experimentar hasta que logres detectar cuáles son las **medicinas herbales, las recetas y los rituales sanadores** que mejor te hacen sentir.

En estas páginas encontrarás:

- * Ejercicios para comprender la relación entre tu salud y bienestar y ...