

М 579424

- ДІЗ БУРБО -

# СЛУХАЙ СВОЄ ТІЛО

НАЙКРАЩОГО ДРУГА  
У ВСЬОМУ СВІТІ

КСД

# СВІТОВИЙ БЕСТСЕЛЕР

ЛІЗ БУРБО — ЗАСНОВНИЦЯ ЦЕНТРУ ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ В КВЕБЕЦІ. ЗАНЯТТЯ ЗА КОНЦЕПЦІЄЮ БУРБО ПРОВОДЯТЬСЯ У ПОНАД 20 КРАЇНАХ, А ТРЕНІНГИ Й СЕМІНАРИ ЗА ЇЇ ПРОГРАМОЮ ДОПОМОГЛИ МАЙЖЕ 40 ТИСЯЧАМ ЛЮДЕЙ. ПІДСУМКИ СВОЇХ ДОСЛІДЖЕНЬ БУРБО ВИКЛАЛА У 17 КНИЖКАХ, ЯКІ СТАЛИ СВІТОВИМИ БЕСТСЕЛЕРАМИ.

ДАВНО МРІЄТЕ ЗМІНИТИ СВОЄ ЖИТТЯ, АЛЕ ЩОСЬ СТАЄ НА ЗАВАДІ? РІЧ У ТІМ, ЩО ВИ ПРОСТО НЕ СЛУХАЄТЕ СВОЄ ТІЛО ТА НЕХТУЄТЕ ЙОГО ПОТРЕБАМИ. ДЛЯ ТОГО ЩОБ НАВЧИТИСЯ ТЛУМАЧИТИ ЗНАКИ, УНИКАТИ ЗАХВОРЮВАНЬ ТА НЕГАТИВНИХ ДУМОК, ЛІЗ БУРБО ПРОПОНУЄ НИЗКУ ПРОСТИХ ВПРАВ І МЕДИТАЦІЙ. ЗМІЦНИВШИ ЗДОРОВ'Я МЕНТАЛЬНОГО, ЕМОЦІЙНОГО Й ФІЗИЧНОГО ТІЛ, ВИ ЗМОЖЕТЕ ПЕРЕПРОГРАМУВАТИ СВІДОМІСТЬ І НАРЕШТІ СТАТИ ТИМИ, КИМ ЗАВЖДИ МРІЯЛИ БУТИ.

# Зміст

Подяки .....	6
Переднє слово .....	7
Пролог .....	9
<b>ПЕРША ЧАСТИНА. Великі закони життя .....</b>	<b>10</b>
<i>Розділ 1. Першорядна мета кожної людини .....</i>	<i>11</i>
<i>Розділ 2. Свідомість, підсвідомість і надсвідомість .....</i>	<i>22</i>
<i>Розділ 3. Зобов'язання і відповідальність .....</i>	<i>32</i>
<i>Розділ 4. Любов і володіння .....</i>	<i>42</i>
<i>Розділ 5. Великий закон причини і наслідку .....</i>	<i>55</i>
<i>Розділ 6. Розірвати ланцюги і пробачити .....</i>	<i>61</i>
<i>Розділ 7. Віра та молитва .....</i>	<i>71</i>
<i>Розділ 8. Енергія .....</i>	<i>80</i>
<b>ДРУГА ЧАСТИНА. Слухай своє ментальне тіло .....</b>	<b>90</b>
<i>Розділ 9. Его та гордоці .....</i>	<i>91</i>
<i>Розділ 10. Добро і зло .....</i>	<i>103</i>
<i>Розділ 11. Оманливі володарі .....</i>	<i>115</i>
<i>Розділ 12. Потреби ментального тіла .....</i>	<i>129</i>
<b>ТРЕТЯ ЧАСТИНА. Слухай емоційне тіло .....</b>	<b>136</b>
<i>Розділ 13. Страх і почуття провини .....</i>	<i>137</i>
<i>Розділ 14. Навчитися виражати емоції .....</i>	<i>149</i>
<i>Розділ 15. Потреби емоційного тіла .....</i>	<i>163</i>
<b>ЧЕТВЕРТА ЧАСТИНА. Слухай фізичне тіло .....</b>	<b>176</b>
<i>Розділ 16. Фізичне тіло таке, як твій спосіб життя .....</i>	<i>177</i>
<i>Розділ 17. Проблеми ваги .....</i>	<i>189</i>
<i>Розділ 18. Сексуальність .....</i>	<i>198</i>
<i>Розділ 19. Хвороби та нещасні випадки .....</i>	<i>210</i>
<i>Розділ 20. Потреби фізичного тіла .....</i>	<i>221</i>
<b>П'ЯТА ЧАСТИНА. Духовність .....</b>	<b>232</b>
<i>Розділ 21. Духовність і медитація .....</i>	<i>233</i>
<i>Розділ 22. Повне прийняття .....</i>	<i>242</i>
<b>Підсумок .....</b>	<b>253</b>