



Libri da STUDIARE

Questa lista di libri non è stata fatta tanto per riempire un foglio, tantomeno è facoltativa ma è importante non semplicemente leggere ma STUDIARE CON ATTENZIONE muniti di quaderno per prendere appunti. Limitarsi a studiarli a ben poco serve, dovete poi applicare quanto imparato nella vostra vita quotidiana.

Alcuni libri potete acquistarli sullo shop di Evolutamente.it, utilizzando il codice sconto: shantih

La lista dei libri è fatta in ordine di lettura (studiare almeno 1 libro al mese):

- **La Sindrome Psico-Intestinale (spedito gratuitamente per chi svolge il percorso completo di un anno)**
- [Colesterolo e Salute: Tra Mito e Verità](#)
- [Il Vegtarianismo spiegato](#)
- [Perché dormiamo](#)
- [Insonnia: il male del nuovo secolo](#)
- [Piccole abitudini per grandi cambiamenti](#)
- [L'arte di respirare](#)
- [La biologia delle credenze](#)
- [La forza nel freddo](#)
- [Puoi guarire la tua vita](#)
- [Vitamina D](#)
- [Cereali antichi e moderni](#)

Libro di ricette:

- [Tradizioni alimentari](#)