

ALBERTO VILLOLDO



ESTRATTO  
GRATUITO

# ONE SPIRIT MEDICINE



LA MEDICINA  
DEGLI SCIAMANI

30  
ANNI



## RECENSIONI

«*One Spirit Medicine* è il nuovo manifesto del corpo e dell'anima. Il sapere degli antichi viene riscoperto nel linguaggio della odierna biologia. Alberto Villoldo traduce i progressi della scienza che crea la salute e li integra con pratiche spirituali e di vita desunte dalle tradizioni sciamaniche: quella medicina unificata di cui tutti abbiamo bisogno per rinsanare corpo, mente e anima. Non esiste guida migliore di lui per condurci lungo il nostro viaggio alla scoperta di come vivere una vita radiosa e vibrante».

– MARK HYMAN, M.D.,

Autore del bestseller n. 1 del «New York Times», *The Blood Sugar Solution 10-Day Detox Diet* [Dieta disintossicante di 10 giorni per risolvere il problema glicemico; *N.d.T.*], e direttore del Cleveland Clinic Center for Functional Medicine

«*One Spirit Medicine* offre l'opportunità di superare la percezione erronea dei nostri limiti e di scrivere nuove storie potenzianti per la nostra vita. Con autorevolezza ed eloquenza, Alberto Villoldo presenta una sintesi rivoluzionaria di varie tradizioni di saggezza e scienza moderna, che consente al lettore di trasformarsi da vittima passiva in padrone del proprio destino.

*One Spirit Medicine* è una potente e saggia ricetta di auto-guarigione e un'opportunità di rivendicare il proprio potere sulla salute e sul destino personali».

– BRUCE H. LIPTON, Ph.D.,

Biologo cellulare, autore bestseller di *La biologia delle credenze* e co-autore di *Evoluzione spontanea*

«In *One Spirit Medicine* il dottor Villoldo coniuga con maestria la conoscenza tradizionale e la scienza nutrizionale d'avanguardia, presentando un programma che preme il pulsante di resettaggio spiando la strada alla salute».

– David Perlmutter, M.D., F.A.C.N.,

Autore del bestseller n. 1 del «New York Times»,  
*La dieta intelligente: perché grano, carboidrati e zuccheri minacciano il nostro cervello*

«Alberto Villoldo compie un'eccellente e accurata opera di chiarimento di un sapere millenario, alla luce di conoscenze scientifiche di avanguardia. *One Spirit Medicine* rappresenta la grande risposta ai nostri problemi di salute nel XXI secolo. Questo libro vi cambierà la vita».

– Joe Dispenza, D.C.,  
Autore del bestseller del «New York Times» *Placebo Effect:  
libera il potere della tua mente* e di  
*Cambia l'abitudine di essere te stesso: la fisica quantistica nella vita quotidiana*

«*One Spirit Medicine* è una potente mescolanza di filosofia spirituale e di principi scientifici intessuti nella perfezione di una formula pratica di vita quotidiana! In un'opera di facile lettura e tuttavia traboccante di saggezza senza tempo, Alberto ci conduce in un viaggio di scoperta che distrugge i luoghi comuni sull'essere umano, sul nostro rapporto col corpo fisico e con il mondo. Così facendo ci ricorda che la chiave della nostra guarigione risiede nella nostra capacità di accogliere noi stessi e il mondo in quanto esseri viventi, consapevoli e connessi. Vorrete avere questo libro sempre a portata di mano».

– GREGG BRADEN,  
Autore bestseller del «New York Times»,  
*La Matrix divina* e *La verità nascosta*



## Nota biografica sull'Autore

---

**A**lberto Villoldo, Ph.D., ha conseguito la formazione di psicologo e medico antropologo e ha studiato le pratiche di guarigione sciamaniche dell'Amazzonia e delle Ande per più di venticinque anni. Durante il suo incarico di professore aggiunto presso la San Francisco State University ha fondato il Laboratorio di autoregolazione biologica per studiare le modalità seguite dal cervello nella creazione della salute e della malattia. Nella convinzione che la mente possa generare la salute, ha lasciato il suo laboratorio per recarsi in Amazzonia al fine di collaborare con uomini e donne di medicina della foresta pluviale e di apprendere i loro metodi di guarigione e i loro miti.

Il dottor Villoldo è direttore della Four Winds Society, che lo vede impegnato negli USA e in Europa in qualità di formatore nella pratica della medicina energetica sciamanica. Ha fondato la Light Body School, con sedi a New York, in California, a Miami e in Germania. Dirige inoltre il Center for Energy Medicine in Cile, dove svolge attività di ricerca e si dedica a esplorare gli orizzonti della neuroscienza illuminata. Il dottor Villoldo è autore di numerosi bestseller, fra cui *Shaman, Healer, Sage* (Sciamano, guaritore, saggio); *Le quattro rivelazioni: saggezza, potere e spiritualità dei Custodi della Terra* (pubblicato dal Gruppo Editoriale Macro); *Courageous Dreaming* (Sogni coraggiosi); e *Ottieni il massimo dal tuo cervello: gli orizzonti della neuroscienza*.

Sito web: [www.thefourwinds.com](http://www.thefourwinds.com)



# Indice

---

Recensioni . . . . .	5
Introduzione . . . . .	7

## PARTE I

### SCOPRITE IL VOSTRO GUARITORE INTERIORE

Capitolo 1 - La medicina degli sciamani. . . . .	27
Capitolo 2 - Lo spirito e il mondo invisibile . . . . .	34
Capitolo 3 - Spodestare il re tiranno. . . . .	47

## PARTE II

### ABBANDONATE LE VECCHIE ABITUDINI

Capitolo 4 - Disintossicare l'asse intestino-cervello. . . . .	61
Capitolo 5 - Super alimenti e super integratori . . . . .	92

## PARTE III

### VINCETE LA MORTE CHE VI INSIDIA

Capitolo 6 - Resettare l'orologio della morte cellulare . . . . .	119
Capitolo 7 - Liberarsi dagli agenti stressogeni . . . . .	135

## PARTE IV

### LA CALMA INTERIORE GENERA LA RINASCITA

Capitolo 8 - Accogliere una nuova mitologia . . . . .	153
Capitolo 9 - Il viaggio del guaritore . . . . .	164
Capitolo 10 - Il viaggio verso il divino femminile . . . . .	176
Capitolo 11 - Il viaggio del saggio . . . . .	196
Capitolo 12 - Il viaggio del visionario . . . . .	208
Capitolo 13 - La ricerca della visione. . . . .	224

---

<b>Conclusione - La Medicina dello Spirito e oltre. . . . .</b>	<b>248</b>
<b>Ringraziamenti . . . . .</b>	<b>260</b>
<b>Nota biografica sull'Autore . . . . .</b>	<b>261</b>





ALBERTO VILLOLDO

# ONE SPIRIT MEDICINE

## LA MEDICINA DEGLI SCIAMANI

**Il famoso insegnante sciamanico Alberto Villoldo  
ci presenta il sentiero per guarire davvero:**

*Gli sciamani scoprono di poter sviluppare un nuovo corpo  
che permetteva loro di vivere in uno straordinario stato di salute.  
Impararono a spegnere l'«orologio della morte» dentro ogni cellula  
e ad accendere l'interruttore dell'«immortalità» del nostro DNA.*

*Cancro, demenza e cardiopatie erano malattie rare.*

*Gli sciamani del passato erano veri maestri della prevenzione.*

Attingendo a più di 25 anni di esperienza come medico antropologo, oltre che al suo viaggio di ritorno dall'orlo del baratro della morte, l'autore ha ideato il **metodo One Spirit Medicine** che ci mostra: • come disintossicare il cervello e l'intestino con i super alimenti; • come usare tecniche di gestione dei nostri campi energetici luminosi per guarire il nostro corpo; • come seguire l'antico sentiero della ruota di medicina, per rilasciare le storie personali che tolgono potere all'individuo che le porta con sé dal passato e preparare così la strada della rinascita.

Servendoci dei principi e delle pratiche presentate in questo libro possiamo sentirci meglio in pochi giorni, iniziare a schiarirci la mente e a **guarire il nostro cervello in una settimana**, ed essere pronti nel giro di **sei settimane ad avere un nuovo corpo** che guarisce rapidamente, mantiene la propria vitalità giovanile e ci fa restare connessi allo Spirito, alla terra e a un rinnovato senso del nostro scopo di vita.



**ALBERTO VILLOLDO**, è psicologo, medico antropologo e studioso di pratiche di guarigione sciamaniche dell'Amazzonia e delle Ande. È direttore della Four Winds Society, che lo vede impegnato negli U.S.A. e in Europa in qualità di formatore nella pratica della medicina energetica sciamanica. Ha fondato la Light Body School, con sedi a New York, in California, a Miami e in Germania. Dirige il Center for Energy Medicine in Cile, dove svolge ricerca e si dedica a esplorare gli orizzonti della neuroscienza illuminata.

ISBN: 978-8893193047



9 788893 193047

€ 13,50

GRUPPO MACRO

**1987-2017**

30 ANNI DI BENESSERE E CONOSCENZA

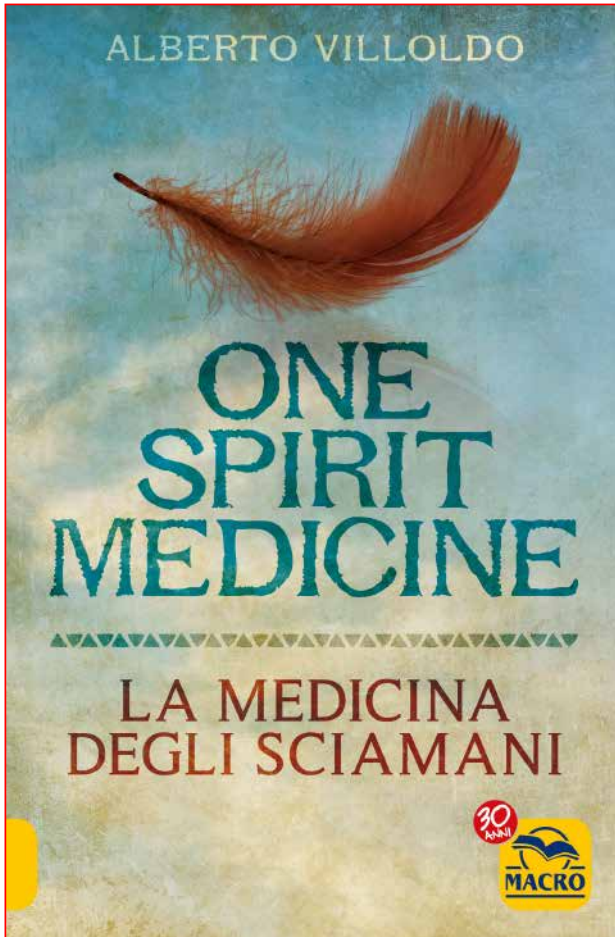
[www.gruppomacro.com](http://www.gruppomacro.com)

Tratto da:

---

ONE SPIRIT MEDICINE  
- LA MEDICINA DEGLI SCIAMANI

Autore: Alberto Villoldo



Acquista il libro completo [cliccando qui](#)