



BIOENERGETIC KIADÓ

1121 Budapest, Svájci út 13. • Telefon/fax: 394-2682 • E-mail: info@bioenergetic.hu

SOKSZÍNŰ VILÁGUNK



Akármerre nézünk Földünkön, gyönyörűbbnél gyönyörűbb színeket láthatunk. Megcsodálhatjuk a vizek kékjét, a virágok változatosságát vagy épp egy nyári naplemente egymásba mosódó színeit. Őszi, erdei sétáink során megállapíthatjuk, hogy a természet kifogyhatatlan a színkombinációkban. Nem is lennénk képesek színek nélküli világot elképzelni, de ha el is tudnánk képzelni, biztosan nem lennénk képesek benne élni.

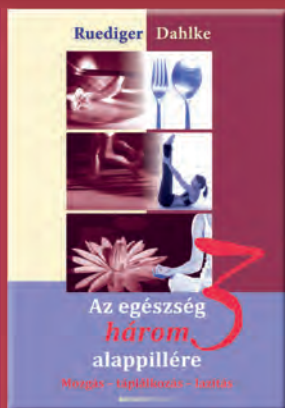
A természet szépségeiben gyönyörködve, vagy épp egy festményt csodálva sokan elgondolkozunk azon, milyen jó lenne, ha mi is képesek lennénk megörökíteni vizuális élményeinket, benyomásainkat egy egyszerű papírlapon! A rajzolás képessége mindenkinek veleszületett tulajdonsága, még akkor is, ha nem érezzük magunkat igazán tehetségesnek. Egy kis gyakorlással és odafigyeléssel könnyedén továbbfejleszhető.

Az azonban, hogy rajzolt világunkat élettel, színekkel töltsük meg, már nehezebb feladat. A tárgyak háromdimenziós voltát a fény-árnyék hatások érzékeltetésével érhetjük el. Ha ránézünk egy festményre, ritkán tudjuk megmondani, mitől látjuk a képen szereplő alakokat térbelinek, hiszen ezek az érzékelések leginkább tudatalattinkban játszódnak le. Azt látjuk, hogy egy férfi világoskék inget visel, annak azonban nem vagyunk tudatában, hogy az ingre hulló fény változásai miatt látjuk ezt az inget gyűröttnek, illetve hogy az árnyékok eloszlása alapján tudjuk, hogy az ingben levő test milyen alakú. Ezért rajz- illetve festészeti tanulmányaink ezeknek az észleléseknek a tudatosításával kell kezdenünk. Ha ez sikerül, sokkal könnyebb dolgunk lesz, mivel csak azt kell papírra vetnünk, amit szemünk előtt látunk.

Ezt mi is kipróbálhatjuk egy egyszerű gyakorlat segítségével: Tegyük az asztalra egy színes papírlapot, s hajtsuk meg egy egyszerű formára. Először csak grafit ceruzával rajzoljuk meg magát a formát, majd ezután öltöztessük fel képünket színekkel. A legfontosabb, hogy mindig figyeljünk a harmóniára! Tudatos gondolkodásunkat csak a színkeverés során kell használnunk, a többi folyamatnál nyugodtan hagyatkozzunk érzékelésünkre.

Gyakoroljunk bátran, ismerkedjünk meg a színek csodálatos világával, s meglátjuk, az eredmény nem marad el: hamarosan csendéletek, sőt tájképek festésére is képesek leszünk! Ebben segít a világhírű *Jobb agyféltekés rajzolás* című könyv szerzője legújabb, színekről szóló művével.





Ruediger Dahlke:
Az egészség három alappillére
– mozgás, táplálkozás, lazítás

Testünk állapota egyértelműen kihat mentális egészségünkre is. A testi-lelki egyensúly elérésében, a harmonikus élet alapjainak megteremtésében segít ez a könyv, megmutatva az egészséges, teljes élethez vezető utat.

Ára: 2500 Ft



Victoria Boutenko:
A nyerskonyha legjobb receptjei

Az élő, azaz nyers ételek fogyasztása hazánkban is egyre növekvő népszerűségnek örvend. A táplálkozási irányzat úttörőjeként ismert Victoria Boutenko ezúttal családja legfeltettebb kincseként őrzött receptjeit adja közre, számtalan színes fotóval illusztrálva.

Ára: 3200 Ft



Barbara Newerla: Kristályokkal az elektroszmog ellen

A sugárzás és az elektroszmog tartós stresszhatást gyakorol a szervezetre. A szerző könnyen alkalmazható ötleteket ad, melyek segítségével kivédhetjük a minket érő káros hatásokat.

Ára: 990 Ft



Ann Gadd:
Párkapcsolati játzmáink, avagy
Mi lett veled, Nagy Ó?

Amit kezdetben vonzónak találunk, az később könnyen taszítóvá válhat. Ha megértjük párkapcsolati játzmáink okát, megalapozzuk az oly régóta vágyott szeretetet és meghittsége.

Ára: 1900 Ft



Dr. Betty Edwards:
Az új jobb agyféltékés rajzolás
munkafüzet + Bioinfo magazin

Többnyire csak akkor kezdjük el igazán keresni, hogyan is tudnánk javítani az életünkön, ha úgy érezzük, mélyponton vagyunk, a helyzet ennél már nem is lehetne rosszabb. Pedig higgyük el, sokkal többre vihetjük, mint gondolnánk!

Ára: 3950 Ft



Dr. Betty Edwards:
Jobb agyféltékés rajzolás

Ez a könyv a világ legszelebb körben alkalmazott rajztankönyvének tekinthető. A gyakorlatok nem csak a rajztechnikát fejlesztik, hanem egy újfajta látásmódot is adnak.

Ára: 3500 Ft