

La Luce che Cura

Inviato da Romano Baratta

Questo libro, per molti addetti ai lavori nel campo della progettazione della luce, potrebbe sembrare poco utile o poco rilevante per la loro professione. E invece sono libri come questo, e le informazioni che dispensano, che rendono efficiente la progettazione e migliorano la qualità degli ambienti del vivere. Bisogna ricordarsi che è fondamentale conoscere i benefici che la luce per eccellenza, ovvero quella solare, possono offrire all'uomo e in generale agli essere viventi. Senza queste nozioni progettare la luce ha solo rilevanza estetica ma non benefica. Per progettare bene la luce negli ambienti bisogna partire dalla luce naturale per poi passare a quella artificiale. E per progettare bene la luce artificiale bisogna conoscere la luce naturale.

La luce del Sole è la più potente medicina che la natura ha regalato all'uomo. Lo stato emotivo, l'efficienza e la vitalità del corpo dipendono enormemente dalla qualità della Luce a cui viene esposto. Questo è un testo coraggioso che restituisce ai lettori la consapevolezza di una insospettabile ma potente e gratuita fonte di Benessere, Bellezza e Vitalità: la Luce del Sole, che un ambito scientifico particolarmente opportunistico ha voluto venisse considerata un pericolo da cui doversi proteggere. Partendo da risultati di rigorose ricerche scientifiche tenute perlopiù nascoste, l'autore dimostra che la Luce del Sole e i raggi ultravioletti sono un "nutriente" indispensabile al corpo umano, come l'aria, l'acqua e il cibo. E indica come trarne i massimi benefici grazie a un'adeguata e regolare esposizione alla luce naturale del Sole o artificiale di qualità, non solo per risolvere all'origine gran parte dei disturbi, innanzitutto emotivi, che affliggono l'uomo moderno, ma per imparare a conquistarsi, naturalmente e con facilità, un corpo più Bello, Sano, Magro, Vitale e Longevo. AUTORI: Fabio Marchesi
CASA EDITRICE: Tecniche Nuove, Milano 2002 – seconda edizione 2014 L x H: 16 x 16,5; CONFEZIONE rilegato in brossura; COPERTINA carta patinata, colori; INTERNO illustrato, colori; pp. 308
ISBN 9788848129824. € 21,90