

Autore	ANNA BISSI
Titolo	LA CURA DELLE EMOZIONI Il benessere emotivo secondo il vangelo
Anno	GENNAIO 2024
Collana	Psicologia e formazione
Pagine	112
Formato	12,5x19,5
Prezzo	€ 12,00
ISBN	978-88-98573-61-5



Questo libro guida attraverso un viaggio per comprendere e gestire le emozioni, trasformandole da fardelli stressanti in alleati per una vita più ricca e appagante, verso un sapiente equilibrio tra gioia e sfide emotive

Il Libro

Le emozioni sono un grande dono per la nostra vita. Proviamo per un istante a immaginare la realtà circostante completamente grigia: come sarebbe monotona la nostra esistenza! Un mondo senza emozioni assomiglia a una realtà monocroma, priva di colori e sfumature, di spinte e dinamismo. Ma le emozioni possono essere anche un peso, una fonte di tensione e fatica. Da qui l'importanza di "curare" il nostro vissuto emotivo imparando a conoscere e regolare il mondo degli affetti.

L'autore

Anna Bissi, psicoterapeuta, appartiene alla Fraternità della Trasfigurazione. È autrice di svariati testi su tematiche psicologiche e spirituali. Per le Edizioni Immacolata ha pubblicato *Crede in se stessi*, *Il meglio di te* e l'opera in due volumi *Guarire il cuore*.

EDIZIONI IMMACOLATA

Viale Giovanni XXIII, 19 – Borgonuovo
40037 – Sasso Marconi (Bologna)
Tel. 051 84 50 02 – 051 678 20 14
E-mail redazione@kolbemission.org
www.kolbemission.org