



## NON ESISTI

**Collana:** Salus  
**Formato:** 15 x 21 cm  
**Pagine:** 246  
**Prezzo:** € 13,00  
**ISBN:** 9791281676183  
**Genere:** saggistica spirituale  
self-help

## LINK VIDEO PROMO



BYBLOS DISTRIBUZIONE

EPIGRAPHIA

EPIGRAPHIA ASSOCIAZIONE CULTURALE E RICREATIVA  
Via Pier Paolo Pasolini, 4 - 64025 Pineto (TE)  
Cod Fiscale 90019660670 - Tel 392 742 8002  
www.epigraphia.com - info@epigraphia.com

## ALESSIO ANDREA BALZA

## NON ESISTI

Un'indagine profonda e riflessiva sulle complessità della mente umana e il suo impatto sulla realtà personale. Attraverso una serie di meditazioni, osservazioni personali e analogie filosofiche, l'autore esplora come le nostre percezioni, pensieri e consapevolezze modellano la nostra esistenza. Balza utilizza esempi dalla vita quotidiana, dalla storia e dalle scritture per dimostrare come il controllo e l'osservazione dei nostri processi mentali possano liberarci da sofferenze inutili e condurci verso una vita più autentica e appagante. Con una profonda comprensione del dolore e della compassione, il testo invita i lettori a una presa di coscienza che promette non solo un'auto-liberazione personale ma anche una comprensione più empatica delle azioni altrui. Un viaggio trascendente che apre la porta a nuove prospettive su come viviamo e interagiamo con il mondo, proponendo una visione della vita come un intricato ballo di sincronicità e realizzazione personale.

Alessio Andrea Balza, nato il 29 agosto 1979 a Genova, ha sempre avuto un profondo interesse per le questioni esistenziali. Sposato con Angela e padre di tre figli, inizialmente si è dedicato alla fotografia e alla creazione di video, mettendo da parte i suoi interrogativi spirituali. La svolta arriva quando scopre la meditazione, esperienza che lo porta a un'intensa quiete mentale e lo spinge a dedicarsi allo studio approfondito di questa pratica. Divenuto Mental Coach certificato, specializzato in tecniche di Vipassana, nel 2023 fonda a Lodi la scuola "IOsno", dedicata all'insegnamento delle tecniche mentali da lui apprese. "Non esisti" è il suo primo libro, un'opera che riflette il suo percorso di crescita interiore e la sua visione trasformativa della meditazione e della consapevolezza.