

Francesca Scarano

LA POTENZA DEL CORPO

Risveglia l'opera d'arte che è in te e fai del mondo un capolavoro

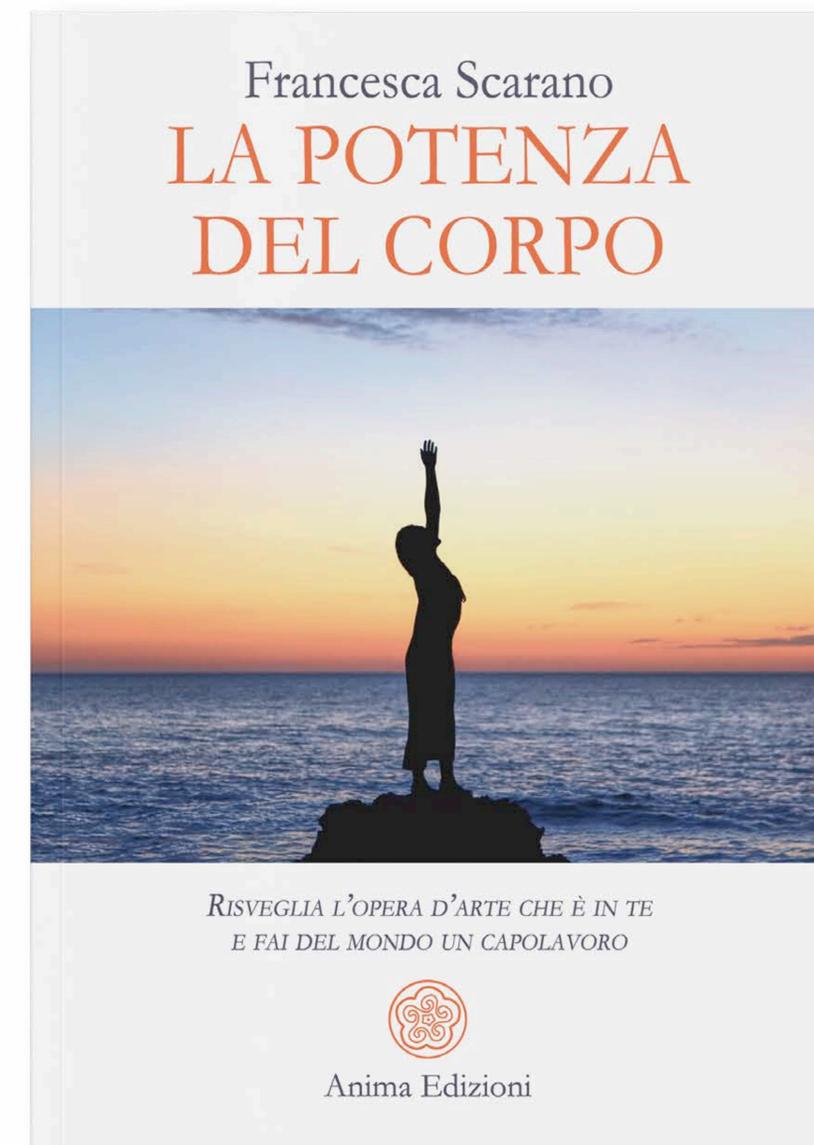
Una guida alla scoperta di sé, corredata di laboratori di pratica psico-corporea e di consapevolezza, per imparare ad ascoltare il corpo, comprendere se stessi e trasformare pensieri, emozioni e comportamenti bloccanti in un'opportunità di gioiosa evoluzione.

- ☀ Collana: Saggi per l'anima
- ☀ € 18,00
- ☀ pagine 216
- ☀ formato 15 × 21
- ☀ isbn 978-88-6365-635-0
- ☀ pubblicazione: aprile 2022

ARGOMENTO

Il lavoro sul corpo – mappa fedele della nostra storia di vita –, integrato a uno stato di piena presenza, sono gli strumenti d'elezione per **sciogliere i blocchi della nostra armatura caratteriale**, prigione invisibile dell'opera d'arte che è in noi. *La potenza del corpo* ci ricorda che siamo un **nucleo di luce e amore** custodito nella sacralità del nostro corpo e che curando le nostre ferite emotive e risanando **l'integrità della nostra personalità**, possiamo trascendere i nostri blocchi, tornare a vivere bene con noi stessi e nella relazione con gli altri e realizzare un armonico stato di coerenza energetico, emozionale, mentale e spirituale. Possiamo così **riavvicinarci alla nostra essenza naturale**, alla nostra autenticità, ricca dei nostri talenti, della nostra Bellezza, piena di noi, di chi siamo davvero.

Quest'opera vuole essere un sostegno ed uno stimolo per trascendere blocchi e ferite, **scoprire se stessi** e vivere pienamente donando tale pienezza al mondo.



Anima edizioni



www.animaedizioni.it

BIOGRAFIA

Francesca Scarano è psicologa, psicoterapeuta a orientamento bioenergetico, specializzata nella terapia di coppia e nel metodo Fast Reset, co-fondatrice e co-direttrice di **ArsCorporea**, centro di psicoterapia corporea integrata e crescita personale di Bergamo, docente dell'Istituto di Psicologia Somatorelazionale di Milano, relatrice di numerose conferenze e autrice di articoli a carattere divulgativo. È un'appassionata ricercatrice interiore e ama condividere le sue scoperte mettendole al servizio del mondo.