



CONOSCI, POSSIEDI TRASFORMA TE STESSO

**Una raccolta di strumenti pratici
per l'armonia interiore, lo sviluppo del potenziale e
la psicosintesi personale e transpersonale**
di Petra Guggisberg Nocelli (Xenia ed.)

"Utilizzando lo stile semplice che contraddistingue chi ha chiarezza mentale e visione integrale, Petra Guggisberg Nocelli ci racconta che cosa è la psicosintesi e ci guida, con mano ferma e competente, in un percorso entusiasmante e avventuroso. (...) questa nuova opera di psicosintesi, per la sua completezza ed organicità, si presta ad una lettura a livelli sempre più profondi, secondo la preparazione personale e la spinta di ciascuno a leggerlo. Un vero e proprio manuale adatto a chi non conosce ancora la psicosintesi e utile strumento di lavoro e di realizzazione pratica per chi ha fatto della psicosintesi il suo approccio alla professione" (dalla Presentazione di M.V. Randazzo).

"Un prezioso strumento di lavoro e di realizzazione pratica per chi si sente chiamato al meraviglioso viaggio dell'esistenza umana che diviene sempre più pienamente se stessa.

Un vero e proprio manuale ricco di tecniche ed esercizi utili a chiunque lavori

nell'ambito della psicoterapia, del counseling, della formazione, delle relazioni interpersonali e dell'educazione.

Lo psichiatra italiano Roberto Assagioli ha contribuito in prima persona alle tre grandi rivoluzioni che hanno segnato il volto della psicologia contemporanea: la psicoanalisi (Freud, Jung...), la corrente umanistica (Maslow, Rogers...) e quella transpersonale (Grof, Wilber...). La sua "Psicosintesi" integra creativamente i migliori apporti della psicologia europea con quella americana e quella orientale.

Quest'approccio innovativo ha anticipato molti dei temi attualmente tanto in voga: il lavoro sugli stati dell'io e le subpersonalità; le pratiche di disidentificazione e consapevolezza (mindfulness); l'esperienza della nostra essenza più profonda e autentica; lo sviluppo della volontà e del potere personale; l'utilizzo creativo delle tecniche immaginative per attuare le nostre più belle potenzialità; la visione olistica, integrata e interdisciplinare; l'interesse per lo studio scientifico degli stati non ordinari di coscienza (peak experiences); l'impiego delle tecniche meditative e la realizzazione del Sé transpersonale" (dalla Quarta di copertina).

L'Autrice

Petra Guggisberg Nocelli si è formata con i maggiori allievi di Roberto Assagioli presso l'Istituto di Psicosintesi e la Società Italiana di Psicosintesi Terapeutica. Ha già pubblicato La via della Psicosintesi (L'uomo Edizioni). Vive con il marito e i due figli presso Lugano, dove lavora come psicoterapeuta, tiene corsi e seminari. Sito web: www.psicosintesi.ch