

COMUNICATO STAMPA

L'energia spirituale del corpo per guadagnare salute

Psicoterapia quantistica e Mindfulness

di Angelo Musso

Effatà Editrice • cm 14 x 20,5 • 144 pagg. • € 15,00 • ISBN 9788869290411



Uscirà il 6 settembre 2024 nelle librerie fisiche e online il nuovo libro di Angelo Musso della collana «Vivere in pienezza», pubblicato da Effatà Editrice.

Abstract

La novità di questo libro è la **Psicobioenergetica Quantistica Mindfulness**, una metodica che cerca di rispondere con le sue tecniche al naturale e primitivo bisogno dell'uomo di liberare i disagi della mente e del corpo, riducendo lo stress psicofisico per favorire il naturale e salutare fluire dell'energia vitale.

Il libro

La «spiritualità del corpo» invita a vedere e vivere il corpo non solo come un insieme di organi e tessuti, ma come un tempio sacro che ospita l'essenza spirituale. Coltivare questa prospettiva può portare a una vita più equilibrata, consapevole e spiritualmente arricchente.

Le tecniche di stimolo al benessere psicofisico possono coinvolgere pratiche spirituali che cercano di armonizzare mente, corpo e spirito. La novità di questo libro è la **Psicobioenergetica Quantistica Mindfulness**, una metodica che cerca di rispondere con le sue tecniche al naturale e primitivo bisogno dell'uomo di liberare i disagi della mente e del corpo, riducendo lo stress psicofisico per favorire il naturale e salutare fluire dell'energia vitale.

INDICE

Introduzione

PARTE PRIMA. DALL'ORIENTE ENERGETICO ALL'OCCIDENTE SCIENTIFICO

1.1 Dall'Energia dello spirito del corpo ai concetti di Anima

- 1.2 L'energia vitale quantica
- 1.3 Lo sciamanesimo nel mondo: la più antica tradizione religiosa
- 1.4 Fisiologia spirituale ed energia vitale
- 1.5 L'induismo, il prana bioenergetico e il buddismo
- 1.6 La Cina e il Ci
- 1.7 Il Tibet, lo srog-lung e tulpa
- 1.8 La meditazione cristiana
- 1.9 Gli USA verso l'energia vitale scientifica: la meditazione Mindfulness
- 1.10 La Psiconeuroendocrinoimmunologia: E se fosse la mente quantica a curare il cervello?
- 1.11 Dalla psicoterapia corporea bioenergetica attraverso la condizione di Flow alla Mindfulness per attivare fenomeni quantistici dell'energia vitale spirituale

PARTE SECONDA. DALLA MEDITAZIONE ALLA PSICOTERAPIA QUANTISTICA

- 2.1 Storia della Mindfulness Psicobioenergetica
- 2.2 I sette pilastri per la pratica della consapevolezza
- 2.3 Il gioco come terapia: la Mindfulness per bambini
- 2.4 Corpo e mente, stress e tensione
- 2.5 Il corpo e l'ambiente
- 2.6 Le tre leggi universali quantistiche: la legge di attrazione, la legge di sincronicità e la legge di sintonia
- 2.7 Esempi di tecnica dell'energia spirituale quantistica

Ringraziamenti

Bibliografia



Angelo Musso Psicologo – Psicoterapeuta – Criminologo Forense, Mindfulness Professionista, iscritto all'Albo Nazionale Italiano. Lavora nei Servizi di Psichiatria dell'ASL Città di Torino e nei Servizi di Psicologia Penitenziaria dell'ASL CN1 di Cuneo. È incaricato di Psicodiagnostica e Psicoterapia alla S.S. di Psicologia e Psicopatologia dello Sviluppo dell'ASL CN1. Terapeuta e tutor formatore in Psicoterapia per gli Psicologi tirocinanti iscritti alle scuole di specializzazione post laurea, è docente di Counseling Bionaturale e Mindfulness presso la AMI University di Milano. È Istruttore di Fitwalking (cammino terapia) ASL Città di Torino. Ha formazioni professionali in Medicina Psicosomatica, Sessuologia, Psicoterapia Cognitiva, Psicologia Giudiziaria e Master in NeuroPsicologia Clinica, IUSTO Università Pontificia Salesiana di Torino. Svolge attività di

Perito Psicologo CTU Tribunale di Asti per le Coppie in crisi, per le famiglie e per minori maltrattati. Giornalista scientifico è autore di 27 libri di psicologia, medicina psicosomatica, pedagogia e sistemi di credenza, collabora con emittenti radiofoniche e televisive. Esercita la libera professione di Psicologo, Psicoterapeuta e Bionaturista a Torino.

Per informazioni, materiali e interviste con l'autore: Roberto Falciola, Ufficio Stampa e Relazioni Esterne di Effatà Editrice: tel. 0121.353.452; cellulare 333.320.4453; roberto.falciola@effata.it

Copertina, indice e pagine introduttive scaricabili qui dal 6 sett.: <https://effata.it/L6929041>