



## LA CRISI Un'opportunità

(gennaio 2016)

pp. 192 - euro 13,50 - Collana *Psicologia e personalità*

**Un'attenta analisi di come la "crisi", pur provocando nell'individuo e nella società ansie profonde, possa al contrario essere un'opportunità per evolvere e rendere più autentiche le relazioni interpersonali.**

*Viviamo in un periodo di crisi:* affermazione che ricorre spesso nei discorsi tra gente comune, nelle diverse situazioni della vita quotidiana, nei titoli dei media e nelle comunicazioni rivolte al grande pubblico. Di fronte a questa implacabile affermazione molte persone si sentono impotenti e amplificano le loro angosce. Nel suo nuovo libro **La crisi. Un'opportunità**, lo psicoterapeuta Giuliano Guerra mostra come la parola *crisi* entri implacabile nell'inconscio delle persone che non sanno gestire le proprie emozioni e, dal momento che il cervello funziona per associazioni, risvegli ansie più antiche.

Come comportarsi di fronte a tale evidenza? Prima di tutto si deve tener presente che ogni ambito della quotidianità delle persone presenta degli aspetti che necessitano di essere conosciuti e vissuti con un atteggiamento sempre più maturo, consapevole, umile e fiducioso, ma al tempo stesso determinato e risoluto. In secondo luogo, per affrontare queste nuove problematiche la persona deve essere pacificata con se stessa e sapersi porre con saggezza e in modo compassionevole, amorevole e disponibile verso gli altri e la vita in generale. Scrive l'autore: "Non sempre la crisi si presenta solo come un vortice di forze negative che travolge l'esistenza. Nell'uomo più attento a cogliere con consapevolezza il valore della propria vita, e in grado di coltivare le personali risorse, i talenti e le forze animico-spirituali, presenti in ognuno di noi, la crisi economica rappresenta un'opportunità per migliorarsi e affinare le relazioni interpersonali avvolgendole ancora di più di complicità, amorevolezza, profondità e autenticità". La crisi può pertanto essere anche un'opportunità per evolvere, crescere, maturare, perfezionarsi e rendere vera, intensa e piena di valori e di scelte illuminanti la propria esistenza.

Nell'intervista all'amico compianto **Arturo Paoli**, che fa da introduzione al libro, frater Arturo dice: "... il punto centrale è l'individualismo e l'atteggiamento di chiusura, di isolamento e di autoreferenzialità. Quando si riesce a superare questo *IO FETALE*, con i suoi bisogni e le sue pulsioni, allora si può sviluppare uno stile di vita diverso, rinnovato, che può generare cambiamenti e crescita nella nostra società [...]. Andare incontro all'uomo, soprattutto in questo momento di crisi, vuol dire andare incontro al nostro fratello portando affettività e non solo la tecnica, le massime, i dogmi. La crisi può essere un'occasione per ritornare all'uomo, per stimolarlo e riscoprirlo nelle sue ricchezze più profonde e nella sua interiorità più autentica".



## IL SORRISO

### Positività che viene dal cuore

pagine 240 - euro 15,00 (dati provvisori)

Collana Psicologia e personalità

**Viaggio all'interno di una delle manifestazioni fondamentali della psiche umana: il sorriso. Da "reazione" neuronale alle diverse esperienze e situazioni sociali, a espressione feconda della dimensione spirituale.**

Inconsueto protagonista del nuovo libro di Giuliano Guerra è il SORRISO, manifestazione fondamentale della psiche umana ed elemento imprescindibile nelle relazioni sociali.

Scrive l'Autore: "Il sorriso è una forza potente, con innumerevoli sfaccettature. Una cosa, infatti, è il sorriso dovuto all'attivazione di uno dei moltissimi programmi che la mente *ha caricato* nelle sue reti neuronali in base alle esperienze della vita (sorriso che, pertanto, può essere di amicizia, di simpatia, di cortesia, ma anche manipolatorio, di inganno); altra cosa è il sorriso che nasce dalla dimensione spirituale. È questo il sorriso *vero*: un atteggiamento che si manifesta non tanto come formalità puramente esteriore, ma soprattutto come espressione di quel luogo interiore che è sede del Sé e della consapevolezza, come hanno ben capito i saggi e i mistici di ogni tempo. L'energia del sorriso che viene da questa profondità interiore trasmette positività e serenità perché collegata con la nostra essenza divina".

Il testo contiene, in appendice, un colloquio inedito tra l'Autore e **Arturo Paoli** (Lucca, 2008).

#### Indice provvisorio

- Capitolo I - CONSAPEVOLI DEL NOSTRO SORRISO
- Capitolo II - CONVIENE SORRIDERE: I VANTAGGI DEL SORRISO
- Capitolo III - LA POTENZA DEL PENSIERO E LA FORZA DEL SORRISO DEL CUORE
- Capitolo IV - LIBERARE IL CUORE PER IL VERO SORRISO
- Capitolo V - IL SORRISO CONSAPEVOLE PER RIPROGRAMMARE LA MENTE
- Capitolo VI - SORRIDERE ALLA VITA E PORSI NEL SUO FLUSSO

#### NOTE AGGIUNTIVE SULL'AUTORE

**Giuliano Guerra**, medico e psicoterapeuta, vive con la famiglia in un piccolo paese affacciato sul lago di Garda, dove riceve e ospita chi vuole riflettere sul proprio modo di percorrere il cammino dell'esistenza umana.

È presidente dell'associazione **Il Bosco delle Emozioni**, che aiuta scolaresche, educatori e persone in ricerca a ritrovare ed esprimere il meglio di sé attraverso il contributo delle energie vitali della natura, il silenzio del bosco e la contemplazione delle bellezze del lago di Garda.

È autore di varie pubblicazioni, tra le quali le più recenti sono: *La via dell'amore* (2011), *Risvegliare l'anima* (2012) e *La crisi, un'opportunità* (2016).

Ufficio Stampa **Paoline**

tel. 06.54956527 - cell. 335.5925006 - ufficiostampa@paoline.it

paoline.it