



LA PACE INTERIORE
LIBERARSI DALL'ANSIA, DALLE PAURE, DAI PENSIERI NEGATIVI
di **Chiara Amirante**

Uscita: 12 aprile 2022 - Pagg. 192 - Euro: 12,90

**I LIBRI DI SPIRITHERAPY: UN PERCORSO DI CONOSCENZA DI SÉ E
GUARIGIONE DEL CUORE**

**«Come potrebbe cambiare la tua vita se scoprissi e mettessi a frutto le
immense potenzialità racchiuse nel tuo spirito?» - Chiara Amirante**

Nei tanti momenti difficili che la vita ci riserva può capitare di essere sopraffatti da ansia, paure, pensieri e stati d'animo negativi. Come custodire, in queste situazioni, la pace del cuore, la passione, l'entusiasmo? Diversi anni fa Chiara Amirante ha elaborato un percorso interiore per i ragazzi accolti nella sua Comunità, giovani segnati da ferite in apparenza insanabili che sono stati aiutati a riconciliarsi con le loro storie e a ritrovare dentro di sé il bisogno fondamentale di amare e di essere amati. Sono nati così i corsi di Spiritherapy, incontri di conoscenza di sé sulla guarigione del cuore e l'arte di amare che hanno permesso a migliaia di persone di scoprire le potenzialità immense racchiuse nello spirito e di svilupparle per costruire relazioni autentiche e appaganti e vivere in pienezza. Questo libro è il primo di una serie che seguirà tutte le tappe dell'itinerario studiato per rafforzarsi interiormente. Vi si possono trovare molti suggerimenti, riflessioni ed esercizi per agire concretamente sulle proprie ferite interiori e fragilità e migliorare in tutti gli ambiti più significativi della vita: la consapevolezza, l'affettività, la gestione delle emozioni, le scelte, il dialogo con gli altri. Un compagno di strada per chi vuole intraprendere un cammino di spiritualità, una guida amichevole che invita a impegnarsi per portare alla luce la meraviglia stupenda che siamo, la scintilla divina impressa nel nostro spirito che aspetta solo di essere liberata per risplendere in tutta la sua bellezza.

Chiara Amirante, nata a Roma nel 1966, fin dal 1990 si è dedicata ai ragazzi di strada nei luoghi più degradati della città. È nata così Nuovi Orizzonti, una piccola comunità residenziale diventata in breve una vera e propria cittadella della solidarietà e dell'accoglienza, con sedi e attività in tutto il mondo, dove sono stati sviluppati servizi di accoglienza, formazione, orientamento, centri di ascolto, case-famiglia; più di 700.000 Cavalieri della Luce si dedicano a portare la rivoluzione dell'amore nel mondo. Nel 2004 Giovanni Paolo II l'ha nominata consultrice del Pontificio Consiglio della Pastorale per i Migranti, incarico riconfermato fino a oggi. Nel 2012 Benedetto XVI l'ha nominata consultrice del Pontificio Consiglio per la Promozione della Nuova Evangelizzazione. Nel 2021 è stata nominata da Sergio Mattarella Ufficiale dell'Ordine al Merito della Repubblica Italiana per il suo contributo al recupero delle marginalità e fragilità sociali. È autrice di numerosi libri tra cui i bestseller *Solo l'amore resta* (2012), *E gioia sia* (2014), *Dialogare con Dio* (2015), *La guarigione del cuore* (2019), *Dio è gioia* (2020).

www.nuoviorizzonti.org

www.spiritherapy.org