



JOËL PRALONG

## Combattere i pensieri negativi

### DESCRIZIONE >

Come fare per liberarsi dai pensieri che turbano? «Quest'opera vuole essere, umilmente nelle tue mani, caro amico, un piccolo trattato contemplativo e attivo per aiutarti a trovare la pace interiore, l'hesychia» (dall'Introduzione). Sull'esempio dei Padri del deserto, l'autore invita il lettore a lasciare che Dio respiri in lui, come ossigeno indispensabile alla sua sopravvivenza, per arrivare all'hesychia, termine greco che significa tranquillità, calma, riposo, pace, dolcezza, silenzio interiore, solitudine. Si tratta di una specie di medicina per l'anima, capace di far cambiare lo sguardo sui pensieri negativi che rovinano i giorni e ritrovare la serenità interiore.

Pubblicazione: 9 luglio 2012

Edizione: 1

Pagine: 120

Peso: 150 (gr)

Collana: **F7 FEDE E VITA**

Formato: 120x190x9 (mm)

Confezione: Brossura