

NUOVI EQUILIBRI

Giuseppina Rotondi

Come papaveri in un campo di grano

Guarire il passato e coltivare il futuro con le Costellazioni Familiari
e il supporto di altri strumenti integrativi



tecniche nuove

Giuseppina Rotondi

Come papaveri in un campo di grano

Guarire il passato e coltivare il futuro con le Costellazioni Familiari
e il supporto di altri strumenti integrativi

tecniche nuove

© 2026, Tecniche Nuove, via Eritrea, 21 – 20157 Milano
Redazione: tel. 0239090254
e-mail: libri@tecnichenuove.com
Vendite: tel. 0239090440
e-mail: vendite-libri@tecnichenuove.com
<http://www.tecnichenuove.com>

ISBN 978-88-481-8167-9
ISBN (pdf) 978-88-481-8168-6
ISBN (e-pub) 978-88-481-8169-3

Questo libro è disponibile in versione digitale

Tutti i diritti sono riservati. Nessuna parte del libro può essere riprodotta o diffusa con un mezzo qualsiasi, fotocopie, microfilm o altro, senza il permesso dell'editore.

All rights reserved. No part of this book shall be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted, by any means, electronic, mechanical photocopying, recording or otherwise without written permission from the publisher.

Copertina: JDT, Milano
Foto di copertina: Adobe Stock
Foto e illustrazioni: Paolo Milani (pp. XVIII, 42, 53, 69, 70, 76, 80, 82, 120, 135)
Realizzazione editoriale: Francesca Linsalata
Stampa: Logo, Borgoricco (PD)
Finito di stampare nel mese di agosto 2026

Printed in Italy

Indice

Prefazione, di <i>Christina Niederkofler</i>	IX
Premessa	XI
Introduzione	XV

PARTE 1

Che cosa sono le Costellazioni Familiari

<i>L'ordine a favore dell'amore</i>	3
Io e le Costellazioni Familiari	3
Il mondo interno e il mondo esterno	4
Il proprio posto	5
Un po' di storia	6
Le Costellazioni Familiari tradizionali	10
Le Costellazioni Familiari spirituali	11
Le tre coscienze	13
La coscienza personale	15
Il bisogno di appartenenza	15
Il bisogno di compensazione	18
L'espiazione	21
L'amore cieco	22
La vittima e l'aggressore	22
La coscienza familiare o collettiva	24

Il diritto di appartenenza.....	26
L'irretimento	27
L'ordine di rango o gerarchico.....	28
La coscienza spirituale	29
Gli Ordini dell'amore.....	32
Il Costellatore	36
Anima e Spirito.....	38
L'armonia tra le due appartenenze.....	40

PARTE 2

Il mio lavoro

<i>Un viaggio nelle infinite possibilità</i>	45
Dalla teoria alla sinergia	45
La saggezza del corpo in armonia con lo Spirito	46
Le Tecniche Energetiche nelle Costellazioni Familiari	49
La visione olistica	51
Dentro la pratica	55
Il Brain Gym® e i suoi movimenti.....	60
Cuore e cervello.....	63
Predisporre al cambiamento	64
Aprire i sensi.....	67
Un'unica frequenza	68
Il grande dono della musica	71
Il giorno prima	74
L'energia che mette insieme il gruppo	75
Non siamo soli.....	77
Il movimento continua.....	79

PARTE 3

Anima e fedeltà

<i>L'amore cieco nella mia vita</i>	85
Quando l'anima bussa	85
La mia storia fuori posto	88
La salvatrice del mondo	88
L'amore cieco e l'espiazione nella mia vita.....	91
Il risveglio.....	93
La madre e la vita	96
In quale trappola abbiamo messo l'anima?	99

Prima e dopo gli Ordini dell'amore	99
L'amore ampio.....	102
Una nuova consapevolezza.....	104
Per amore una vita a metà: i miei irretimenti	106
La cocca di papà.....	107
La fidanzata precedente di mio padre.....	109
La zia maestra di ballo.....	112
Cara nonna, io come te.....	113
La scoperta di essere figlia	117
Perfetta così come sei: mia figlia	120
Chi manca ancora?.....	122
Adesso ti posso vedere: il padre di mia figlia	123
Il mio secondo marito	126
La famiglia allargata: l'ordine e la pace.....	128
Se desideri un figlio, ti lascio libero	129
 Ringraziamenti.....	 131
L'Autrice	135

Prefazione

Nelle strutture dei sistemi umani, ogni persona spicca come un papavero rosso in un campo di grano: unica eppure parte di un tutto più grande, interconnessi a vicenda.

È questa la metafora con cui Giuseppina Rotondi invoglia il lettore a immergersi nel suo libro. Il sottotitolo esprime bene ciò che l'opera offre al mondo: “Guarire il passato e coltivare il futuro con le Costellazioni Familiari e con il supporto di altri strumenti integrativi”.

In quest'opera il colore rosso non esprime solo l'entusiasmo per la propria professione, ma anche – e soprattutto – la passione che scorre nel sangue di una formatrice convincente e autentica.

Il libro si presenta come una guida chiara per tutti coloro che desiderano comprendere come l'azione individuale si manifesti nei modelli della vita – visibile come luce rossa sul grano dorato.

Giuseppina Rotondi – Costellatrice sistemica e autrice di opere precedenti, tra cui *Genitori diversi* e *Ferirsi l'anima* – presenta qui in modo pratico i principi del lavoro siste-

mico secondo Bert Hellinger e mostra come origini, relazioni e decisioni personali siano profondamente intrecciate tra loro e diventino visibili, agendo e interagendo in un campo, proprio come le spighe in un campo di grano. Inoltre l'autrice introduce con sensibilità tecniche e pratiche che integra nel suo lavoro e che trasmette nella sua consolidata formazione per Professionista Olistica specializzata in Tecniche Energetiche e Costellazioni Familiari.

Mi auguro che questo libro possa raggiungere il maggior numero possibile di lettori, affinché il rosso dei papaveri e i semi del campo di grano di ciascuno possano germogliare, crescere e portare frutto.

Christina Niederkofler

Organizzatrice per oltre vent'anni delle presenze di Bert e Sophie Hellinger in Italia. È stata direttrice e organizzatrice della formazione offerta in Italia dalla Hellinger®schule. Fondatrice e Presidente Onorario di NOIcostellatori per garantire la trasmissione più autentica e pura possibile del messaggio e dell'opera di Bert Hellinger in Italia.

Per Tecniche Nuove ha pubblicato: Capire le Costellazioni che cosa agisce nel loro Campo.

Premessa

In vari momenti della mia vita mi sono sentita come un papavero in un campo di grano.

Da qui è nato il desiderio di scrivere questo libro, che vuole rivolgersi a chiunque si senta come mi sono sentita io per lunghi tratti della mia esistenza. Fino a quando non ho incontrato le Costellazioni Familiari. Esse mi hanno guidato lungo un viaggio che mi ha permesso di riappropriarmi della mia autenticità, riconoscendo e onorando i “papaveri” che costellavano la mia storia familiare. Ognuno di essi ha potuto trasformarsi da erbaccia in fiore, un fiore che, nonostante l'apparente fragilità, è capace di resistere al vento e alle intemperie. L'ispirazione è venuta diretta dalla mia tesi di Costellazioni Familiari, grazie al mio tutor Günter Schricker, che, entusiasta, mi suggerì di ampliarla e trasformarla in qualcosa di più.

Il cuore del lavoro consisteva nell'integrazione di diverse tecniche che già conoscevo e applicavo nel mio ruolo di Costellatrice Familiare, con l'obiettivo di illustrare il modo in cui le utilizzavo e quale contributo potessero apportare ai processi di crescita.

Ogni percorso, personale e professionale, è in grado di dare i suoi frutti solo quando includiamo tutte le parti che hanno concorso alla sua evoluzione. Se ignoriamo anche un solo passaggio, rischiamo di perdere pezzi fondamentali del nostro cammino, lasciando nel cuore una sottile ma persistente sensazione di mancanza.

Spinta da questo intento, ho raccolto i “papaveri” della mia vita uno alla volta, integrandoli nel mio quotidiano. Ho considerato tali non solo gli esclusi del mio sistema familiare, ma anche le tecniche apprese lungo il cammino prima di incontrare le Costellazioni, quelle che mi avevano aiutato a ricostruirmi nel corpo e nell’anima, permettendomi di ritrovare la forza che sembrava perduta.

In questo processo, le Costellazioni si sono unite ad altri strumenti preziosi come gli *Archetipi dell'anima* di Varda Hasselmann, la cui influenza, sebbene non mi sia addentrata a fondo in questo tema, è stata fondamentale.

Nella pratica, mettere insieme anni di lavoro come Costellatrice e Professionista Olistica in Tecniche Energetiche di Rhea Powers e in Kinesiologia Educativa di Paul Dennison ha costituito per me un percorso non semplice, ma che ho affrontato colma di gratitudine e riconoscenza.

Per chi desidera porre al centro del suo lavoro l’aiuto degli altri, è indispensabile presentarsi con tutto il proprio bagaglio sia di competenza sia di esperienza vissuta. Le Tecniche Energetiche e la Kinesiologia Educativa sono state il primo passo verso la scoperta di me stessa. Mi hanno insegnato a riconoscere, innanzitutto, l’importanza del corpo: uno spazio che custodisce emozioni, mente, spirito e memorie antiche di vite passate.

Grazie a esse ho imparato che attraverso il movimento e la postura posso accedere alla mia parte più autentica e ho compreso quanto il corpo sia basilare per conoscere se stessi e la propria anima.

Quando poi ho incontrato le Costellazioni Familiari, ho ritrovato quella connessione essenziale tra corpo e anima.

Senza il corpo l'anima non ha la facoltà di comunicare come sta, dove si trova e dove vuole andare. Il corpo è la casa dell'anima e il suo movimento ne risveglia l'essenza. Ogni volta che il corpo si muove in modo consapevole, la mente si rilassa, creando spazio per accogliere le emozioni. Ed è nelle emozioni che incontro l'anima.

Il lavoro corporeo svolto prima di diventare Costellatrice si è rivelato essenziale per entrare nello stato di meditazione vigile richiesto da tale ruolo; mi ha aiutato e mi aiuta a non cadere nel giudizio o nell'interpretazione e a lasciarmi guidare da ciò che viene chiamato *Movimento dello Spirito*.

Questo legame tra corpo e anima mi ha permesso di integrare e arricchire approcci apparentemente diversi.

Scrivere è stato come farmi portare per mano dalla mia curiosità verso l'ignoto, quella stessa curiosità viva e vitale che suscitava il sorriso nei miei genitori e li rendeva orgogliosi di me.

È a loro e alla mia curiosità che ho chiesto di accompagnarmi in questa nuova avventura, in cui l'unica certezza era rappresentata dalla mia esperienza di vita vissuta. Ho scelto di non escludere nulla, ma di includere ogni passaggio, perché ogni istante ha avuto per me un significato profondo e meritava di essere fermato. Teoria e prassi si sono intrecciate lungo il cammino, proprio come succede alle radici di un albero che continua a crescere.

Il libro sarà articolato in tre parti distinte. Nella prima presenterò le Costellazioni Familiari, i loro principi di fondo e le dinamiche che emergono più frequentemente con la loro esigenza di essere comprese, sanate e lasciate andare. Nella seconda introdurrò le Tecniche Energetiche e la Kinesiologia Educativa con il Brain Gym®, cercando di spiegare come siano diventate validi supporti per il mio lavoro di Costellatrice. Infine, nella terza parte, mi cimenterò nel racconto del mio percorso personale e della mia trasformazione: da inutile erbaccia a papavero rosso vivo!



PARTE 1

Che cosa sono le Costellazioni Familiari

L'ordine a favore dell'amore

Io e le Costellazioni Familiari

Le Costellazioni Familiari hanno assunto un ruolo centrale nella mia vita, diventando una sorta di filo conduttore capace di districare i pensieri quando si confondono e si aggrovigliano nell'esistenza quotidiana.

Per lungo tempo mi sono percepita come sola, ferma nell'opinione di essermi fatta da me, di essere cresciuta senza nessun appoggio, fino a quando le Costellazioni Familiari non hanno scardinato questa mia convinzione, ribaltando la percezione che avevo di me stessa e della mia vita. Attraverso di esse ho iniziato a vedere ciò che in precedenza mi era stato invisibile.

Il primo passo è stato riconoscere una verità innegabile: anch'io, volente o nolente, sono arrivata al mondo per merito di due genitori. Ho dovuto accettare che un uomo e una donna, mio padre e mia madre, mi avessero dato la vita e si fossero presi cura di me.

Grazie alle Costellazioni Familiari ho fatto i conti con una realtà che avevo inconsapevolmente alterato sostituendola

con immagini illusorie. Ho dovuto confrontarmi con l'amore che, nonostante tutto, avevo ricevuto e che invece per anni avevo ignorato. È stato un processo di ricostruzione doloroso ma profondamente liberatorio, che mi ha permesso di riscoprire la solidità delle mie radici e, finalmente, di sentire un senso di appartenenza. Paradossalmente, nello scoprirmi piccola, sono diventata adulta.

Le Costellazioni hanno trasformato il mio mondo interiore: il mio modo di percepire, di pensare, di agire, di essere nella vita. Per questo le considero non semplicemente un metodo, ma una vera e propria filosofia. Una filosofia che pone al centro della sua osservazione l'individuo non come entità isolata, ma come elemento inseparabile, interconnesso e fortemente influenzato dal suo sistema familiare.

Il mondo interno e il mondo esterno

L'interconnessione è una condizione umana che agisce su due livelli: il mondo interno e il mondo esterno; sembrano distinte e separate, ma di fatto sono due dimensioni inscindibili l'una dall'altra.

Il mondo esterno è tutto ciò che è visibile e tangibile: corpo fisico, persone, oggetti, ambienti. È lo spazio di realtà che ci circonda, che vediamo, viviamo, subiamo e con il quale in definitiva ci relazioniamo consciamente ogni giorno.

Il mondo interno è, invece, tutto ciò che è invisibile: esperienze vissute, memorie antiche, vite passate, destini incompiuti. È alla base di un sentire inconsapevole che "sotto banco" condiziona la nostra vita, dimostrandoci che da questo mondo niente e nessuno è dispensato.

Le Costellazioni Familiari sono uno strumento prezioso: con il loro aiuto ci permettono di evidenziare nel *campo* sia l'uno sia l'altro mondo e di individuare in quale dinamica invisibile si è incagliata la nostra anima. Nel corpo

ci sono memorie sistemiche che agiscono in sottofondo e che legano l'anima ad altre anime che non sono riuscite a portare a termine la loro missione. Questi vincoli influenzano i destini rendendoli confusi e pesanti. Il percorso terreno, inoltre, il più delle volte frena l'evoluzione del percorso spirituale della nostra anima. Con le Costellazioni è possibile "ripulire" questa dai suoi legami invisibili e ristabilire un ordine.

Il proprio posto

Le Costellazioni Familiari ci consentono di ritrovare il nostro posto sulla Terra, liberandoci da ogni identificazione, conscia o inconscia, con uno o più membri del nostro sistema familiare. Ci offrono la possibilità di riappropriarci della nostra individualità e della nostra forza vitale. In tal modo possiamo tornare al nostro posto originario, quello che ci spettava quando siamo venuti al mondo.

Ritrovare il proprio *posto* porta una sensazione di benessere, leggerezza e armonia. Quando siamo nel nostro *posto*, possiamo dare e ricevere senza fatica; siamo liberi di muoverci nella direzione che la nostra anima desidera. Inoltre, le Costellazioni ci mostrano chi la nostra anima sta guardando e in quale destino è intrappolata, in modo da rimuovere ogni ostacolo dal suo cammino, sia terreno sia spirituale, e liberarlo da ogni condizionamento.

Se, per esempio, con il nostro *amore cieco*, "ci accorgiamo" di un destino non compiuto all'interno della famiglia di origine, ci allontaniamo dal nostro successo e potrebbe accadere che, *per fedeltà*, ci dirigiamo inconsapevolmente verso il fallimento. La fedeltà al sistema agisce nell'ombra, alimentata da un sentimento di colpa e di innocenza che Bert Hellinger ha definito *coscienza personale*. Quando una costellazione ci mostra i suoi effetti, il semplice vederli porta

Il mio lavoro

Un viaggio nelle infinite possibilità

Dalla teoria alla sinergia

Dopo aver dedicato – come doveroso – la prima parte ai principi fondamentali delle Costellazioni Familiari, desidero adesso spiegare e condividere quello che costituisce il cuore e la sostanza del mio lavoro, concepito sulla base di un approccio integrato che unisce diverse tecniche olistiche, al fine di offrire un sostegno alla persona più completo e profondo. Le Costellazioni, con la loro capacità straordinaria di portare alla luce le dinamiche nascoste che plasmano le nostre vite, diventano ancora più potenti quando interagiscono con altri strumenti energetici e corporei, dando vita a un percorso di trasformazione armonico e su più livelli.

Immagino questo lavoro come la trama di un tessuto prezioso: ogni tecnica è paragonabile a un filo unico e indispensabile, ma è nell'intreccio poi che si rivela la vera forza e bellezza. È proprio in questo ordito che si innestano le *Tecniche Energetiche* ispirate al lavoro di Rhea Powers e la *Kinesio-logia Educativa con il Brain Gym*® ideati da Paul Dennison,

arricchendo e completando il percorso portato avanti con le Costellazioni Familiari.

Queste gettano luce sulle dinamiche sistemiche e relazionali, sciogliendo blocchi e facendo ripartire il flusso dell'amore all'interno del sistema familiare.

Le Tecniche Energetiche agiscono direttamente sul campo vibrazionale della persona, richiamando memorie profonde che possono avere le loro radici in esperienze passate o in livelli più sottili dell'essere.

La Kinesiologia Educativa e il Brain Gym® riequilibrano il rapporto tra corpo e mente, spesso influenzato da tensioni emotive e condizionamenti inconsci, permettendo così alla persona di integrare il cambiamento con maggiore fluidità.

Tali discipline non si affiancano semplicemente, ma dialogano tra loro in un processo sinergico, favorendo un riequilibrio profondo che tocca ogni dimensione dell'essere. Non ci si ferma a sciogliere blocchi o comprendere dinamiche, ma si mira a creare tutte le condizioni per permettere alla persona di vivere un'esperienza di trasformazione che coinvolga corpo, anima e relazioni in un unico disegno armonico.

Nelle pagine che seguono andremo in esplorazione di come queste tecniche si intrecciano e si rafforzano reciprocamente, creando uno spazio in cui la consapevolezza si espande e il cambiamento diventa tangibile. Il viaggio verso la conoscenza di sé non si conclude mai, ma è in continua evoluzione e ogni strumento integrato e posto al suo servizio apre nuove porte verso le infinite possibilità di crescita e cambiamento.

La saggezza del corpo in armonia con lo Spirito

Prima di "illuminarmi" e scoprire una visione più ampia della vita e dell'anima, ho vissuto per anni aggrappata al bisogno



PARTE 3

Anima e fedeltà

L'amore cieco nella mia vita

Quando l'anima bussa

Chi si sente già arrivato da una parte sperimenta forza, stabilità e una sensazione di spavalda sicurezza, dall'altra, però, rischia di rimanere intrappolato prima nella propria arroganza, convinto com'è di poter gestire tutto, successivamente nella paura che la sua vita non potrà mai più cambiare. In questo tipo di dinamica è sempre la parte umana a dominare, ma presto, inesorabilmente, l'anima inizierà a bussare.

Mi sentivo esattamente così quando, a un certo punto della mia vita, l'anima, imprigionata tra quotidianità e arroganza, si è stancata di aspettare e si è manifestata in tutta la sua potenza, facendomi diventare madre di una bambina con esigenze speciali. Fui come travolta da questo evento che mi costrinse a uscire dal mio regno incantato per affrontare la vita in un modo completamente nuovo. Per prima cosa mi convinsi a chiedere aiuto, una decisione per me del tutto inusuale.

All'epoca conoscevo solo la psicoterapia, che mi fu utile a trovare il coraggio di buttar fuori le mie paure, i pensie-

ri più oscuri e tutto ciò che cercavo di reprimere per non sembrare debole e gravare sugli altri. Fin da bambina, infatti, avevo imparato a nascondere fragilità e insicurezze. Ora, finalmente, avevo occasione di parlare con qualcuno: una persona estranea e neutrale, senza aspettative né giudizi, con cui avrei potuto aprirmi senza il timore che si facesse carico dei miei problemi o provasse pena per me. Fu un sollievo immenso.

Col tempo, però, mi resi conto che il solo parlare non bastava più. Sentivo che mi mancava qualcosa: avevo bisogno di aprire il cuore, non solo la mente, e risvegliare quell'entusiasmo e passione per la vita che mi avevano sempre caratterizzato. Capire il meccanismo delle mie relazioni e la strategia da me messa in campo ogni volta era stato importante, giacché mi aveva aiutato a gestire stress e paure relative al futuro; ma adesso cercavo qualcosa di più profondo, un amore che rinnovasse il mio senso di appartenenza alla vita.

Un giorno, accompagnando mia figlia in un centro olistico per avviare un percorso di musicoterapia, incontrai la persona che mi avrebbe iniziato a una nuova via. Non finirò mai di ringraziare quel giorno e quella persona, che è poi diventata la mia prima maestra spirituale. Il suo sorriso comunicava più delle parole e i suoi occhi sembravano scrutare oltre. Ebbi subito la sensazione di respirare l'aria di cui avevo bisogno. In quell'istante e in quel luogo ritrovai la mia anima: era lì che mi stava aspettando da chissà quanto tempo. Iniziò così il mio percorso di crescita.

Le Tecniche Energetiche sono poi diventate la mia guida, ma sentivo che era la mia anima a manovrarne i fili. Era lei che mi metteva a parte del suo mondo, un mondo completamente nuovo che fino ad allora avevo immaginato solo nei sogni e nei desideri più profondi. Non avrei mai osato sperare che potesse diventare realtà.

Quell'incontro fu come il flash di un miracolo e, al solo ricordo, ne assaporo ancora il piacere.

L'Autrice

Professionista Olistica specializzata in Tecniche Energetiche, Brain Gym®, Archetipi dell'anima. Costellatrice Familiare diplomata con Bert e Sophie Hellinger.

Nata nel 1963 ad Avellino, ha vissuto per oltre trent'anni a Firenze. Dal 2005 vive e lavora nel verde delle colline di Monterenzio, in provincia di Bologna, in un piccolo borgo medievale, dove ha fondato il suo Centro La Capanna dell'Anima. La sua rivoluzione personale e professionale è iniziata nel 1992 con la nascita della propria figlia disabile, che l'ha portata a cercare risposte oltre la mente, aprendola al sentire del cuore e dell'anima. Oltre a tenere seminari di crescita consapevole, ha dato vita a una Scuola di Formazione personale e professionale con Specializzazione in Costellazioni Familiari e Tecniche Energetiche.

Esperta in attività educative quali Brain Gym®, Grafo-motricità, Educazione Ritmico-Psicocorporea, Formatrice



in Educazione Sistemica, con percorsi dedicati a genitori e operatori nel campo dell'educazione. Autrice di testi che trattano tematiche di crescita globale e individuale.

Per maggiori informazioni: www.giuseppinarotondi.it.

DELLA STESSA AUTRICE



Ferirsi l'anima
*Comprendere l'autolesionismo giovanile
alla luce delle Costellazioni Familiari*
Giuseppina Rotondi

Ferirsi l'anima è un viaggio toccante nel mondo delle relazioni familiari e delle difficoltà giovanili, in cui l'autolesionismo va letto come un grido d'amore inascoltato.

Ispirata al pensiero di Bert Hellinger, l'indagine pone in rilievo l'Ordine necessario all'Amore, scavando e mettendo a nudo le radici sistemiche e interiori del disagio.

Questo libro potrà rivelarsi un prezioso alleato per chi desidera andare oltre le apparenze e guardare al disagio giovanile con occhi nuovi.

Pensato per genitori, educatori, professionisti, *Ferirsi l'anima* è, in definitiva, un invito a comprendere, accogliere, amare.

200 pagine – 16,90 € – ISBN 978-88-481-4938-9

Come ordinare

web www.tecnichenuove.com

e-mail vendite-libri@tecnichenuove.com

telefono **0239090440**

Scegli il tuo libro
tra gli oltre
100 titoli
della collana
Nuovi Equilibri



I papaveri sono fiori splendidi e fragili che, in un campo di grano, vengono spesso considerati soltanto erbacce. Come loro, anche gli esclusi del sistema familiare e le parti più dimenticate di noi stessi attendono di essere visti, accolti e riconosciuti.

In questo libro l'autrice intreccia Costellazioni Familiari, Tecniche Energetiche e Corporee, offrendo una prospettiva originale e profonda sul percorso di crescita personale.

Attraverso l'incontro tra teoria, esperienza diretta e racconti autobiografici, il lettore è accompagnato in un viaggio di consapevolezza che coinvolge corpo, emozioni, mente e spirito.

Rivolto a chi desidera ritrovare la propria autenticità e ai professionisti della relazione d'aiuto interessati a integrare approccio sistemico ed energetico, questo lavoro invita a guardare con occhi nuovi ciò che è stato escluso o dimenticato.

Perché ogni "papavero" possa finalmente ritrovare il proprio posto nel campo della vita, in amore, armonia e appartenenza.

Giuseppina Rotondi è professionista olistica, formatrice e cofondatrice dell'Associazione NOlcostellatori APS. Sulle colline di Monterenzio, vicino a Bologna, ha creato La Capanna dell'Anima, un luogo dedicato alla crescita consapevole, dove conduce gruppi e percorsi individuali. Attraverso la sua Scuola di Formazione, forma professionisti olistici nelle Tecniche Energetiche e nelle Costellazioni Familiari. La sua esperienza di "madre diversa" l'ha portata a dedicarsi con particolare attenzione alla relazione educativa e alla consapevolezza genitoriale. È autrice di pubblicazioni dedicate ai temi della disabilità, dell'adolescenza e della grafomotricità. Con *Tecniche Nuove* ha pubblicato *Ferirsi l'anima*.

€ 15,90

ISBN 978-88-481-8167-9



9 788848 181679