

Indice

| | |
|---|----|
| <i>Introduzione</i> | 5 |
| 1. Le sorgenti torbide | 15 |
| Emozioni negative | 17 |
| Modelli di vita distruttivi | 31 |
| Esaltazione religiosa | 42 |
| 2. Le sorgenti limpide | 51 |
| Collegamento all'infanzia | 53 |
| Le minacce che stanno dentro di noi | 59 |
| Le vie che conducono alle proprie risorse | 64 |
| La forza dell'immaginazione | 65 |
| La memoria | 69 |
| L'immaginazione attiva | 74 |
| Come si genera la salute | 78 |
| Il bambino interiore | 84 |
| 3. La sorgente dello Spirito Santo | 89 |
| Impulsi salutari | 93 |

| | |
|---|-----|
| Il frutto dello Spirito | 100 |
| Virtù e valori | 118 |
| Senso e orientamento | 126 |
| 4. La via spirituale | 133 |
| Parole piene di Spirito | 134 |
| Meditazione e preghiera | 139 |
| La forza dei rituali | 145 |
| Tempi di silenzio e di tranquillità | 147 |
| L'esperienza della natura | 149 |
| 5. Immagini bibliche | 153 |
| 6. Le sorgenti a cui attingo | 159 |
| 7. Cerca le tue sorgenti personali | 173 |
| <i>Bibliografia</i> | 183 |