

Portami oltre il buio: viaggio nell'Italia che non ha paura di Giorgio Boatti.

Ecco l'Italia irrequieta ma non domata dalle difficoltà di questi anni. Un Paese che si mette alla prova, con grinta e speranza, afferra i cambiamenti e supera timori e autodenigrazioni. Oltre il buio, appunto.

Nasce così questa esplorazione che dal Monferrato scivola leggera sino al Parco dei Paduli nel Salento; salta da un coworking di Matera alle periferie di Genova e sosta nel virtuoso paese dell'ulivo sospeso, tra l'Amiata e il Chianti. E ancora: da Roma, dirimpetto a Santa Marta, va alla reggia di Babette, nel cuore della Food Valley emiliana, dove è sbocciata una scuola molto speciale e, da un'avveniristica 'play factory', tra i colli di Jesi, finisce all'Hotel Etico di Asti che punta a rendere inclusiva, anche per i più fragili, un'intera città. Ogni tappa di questo viaggio sorprendente è il racconto di un futuro inaspettato e vitale che non è dietro l'angolo. È già qui.



Aiuto, ho le mie cose!: tutte le risposte alle domande che non hai il coraggio di fare: diventare donna non è poi così male...

di Laura Brugnoli, Barbara Monti.

L'adolescenza, si sa, è una delle fasi della vita più complicate e ricche di cambiamenti sia per i figli che per i genitori. Dall'infanzia si passa all'età adulta, ma ciò non avviene dalla mattina alla sera: il processo dura anni interi e coinvolge corpo, mente, cuore e tutto il nostro essere. I dubbi e le paure che questo processo comporta sono tantissimi, ma altrettanti consigli e soluzioni (anche pratiche) si trovano nel libro.



Adolescenti in crisi genitori in difficoltà: come capire ed aiutare tuo figlio negli anni difficili di Gustavo Pietropoli Charmet, Elena Riva.

È un mestiere difficile quello dei genitori. E diviene quasi impossibile con figli adolescenti, capaci di ferire con grande crudeltà, senza regole, pronti ad attaccare da tutte le parti. Ragazzi imprevedibili, creativi, generosi, ma anche annoiati, apatici, tristi, timidi, che si comportano come se non avessero nulla da perdere.

Cosa possiamo fare noi genitori? Dinanzi al figlio che smarrisce la direzione dobbiamo funzionare da adulti, dobbiamo riuscire a regalare a loro un senso, a ricostruire insieme le trame spezzate di verità affettive profonde.



Onore di Franco Cardini

Che ne è dell'onore? Una parola dalla storia impegnativa, che ha i suoi momenti alti nell'antichità e nell'età feudale dove in seno al mondo cavalleresco diviene un irrinunciabile valore immateriale, differenziandosi in complesse gerarchie e sottili variabili di casta, di condizione socioeconomica, di età, di sesso. Noi sorridiamo di quei significati, ma lungi dal costituire un residuo arcaico, definitivamente sostituito dal più democratico concetto di dignità, oggi l'onore può parlare ancora al nostro immaginario, e riproporre una sua mai esaurita valenza politica.



I vulcani, giganti di fuoco di Donatella De Rita

Dall'Etna all'hawaiano Kilauea, dal Vesuvio all'islandese Eyjafjallajökull, la storia dei vulcani parla di eventi catastrofici, ma anche di convivenze e sviluppo di grandi civiltà: la loro pericolosità non ha infatti mai impedito all'uomo di tornare a vivere in aree devastate da un'eruzione. Il libro ci fa scoprire e amare i giganti di fuoco spiegandoci come la loro storia sia indissolubilmente legata a quella della vita sulla terra, quale influenza abbiano sul clima globale, come interagiscano con l'ambiente e come possano rappresentare una risorsa.



Le forme della moda di Maria Luisa Frisa

Creazione, business, cultura, comunicazione: sono fra le dimensioni costitutive della moda, che ne spiegano il carattere in perenne trasformazione. Se da una parte essa deve adeguarsi alle esigenze del mercato globale, dall'altra deve conservare quelle qualità e quegli immaginari che rendono ogni pezzo straordinario e desiderabile. Questo libro restituisce la complessità del fashion system contemporaneo: dal suo rapporto con il tempo al suo ruolo nel ridefinire genere e identità; dalle traiettorie globali del lusso alle nuove forme della democratizzazione del vestire; dalle professioni emergenti alla moda intesa come sistema culturale e industriale in cui si intrecciano marketing, editoria, curating, museo.



Lettera d'amore alla madre terra di Thich Nhat Hanh

Cambiamenti climatici devastanti, specie animali estinte, ecosistemi perduti: la vita sulla Terra è ogni giorno più a rischio per colpa dei terribili errori commessi da noi esseri umani, e cambiare abitudini è sempre più urgente. In questo appello appassionato e straordinariamente attuale, Thich Nhat Hanh ci mostra, con la calma fermezza che contraddistingue il suo pensiero, i passi concreti da compiere per mettere in atto quella necessaria rivoluzione spirituale in grado di guarire il nostro pianeta.

Con Lettera d'amore alla Madre Terra scopriamo così la speranza di una rinnovata comunione con il mondo che ci circonda e ci dona la vita, l'unica strada possibile per un futuro di pace, sereno, e nuovamente felice.



E ora basta!: i consigli e le regole per affrontare le sfide e i rischi dell'adolescenza di Alberto Pellai

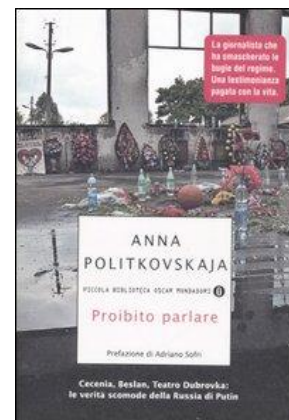
In questo libro l'autore affronta di petto i temi dei comportamenti borderline degli adolescenti e fornisce ai genitori la comprensione di ciò che accade quando i propri figli si avventurano nei territori di scelte pericolose (uso di sostanze psicotrope, tabacco e alcol, gioco d'azzardo e internet addiction) e di quali sono le attenzioni educative da mettere in pratica.

Infatti, se è costante il terrore che i figli si mettano nei pasticci, spesso mamma e papà non sanno come aiutarli a proteggersi in modo efficace. Il libro è ricchissimo di spunti di riflessione, grazie alle lettere di altri genitori in difficoltà e ai consigli sui libri e film utili ad "aprire la testa". Una sorta di manuale che insegna a comunicare con i propri figli adolescenti senza ansia, tabù o reticenze, e a diventare i loro migliori alleati.



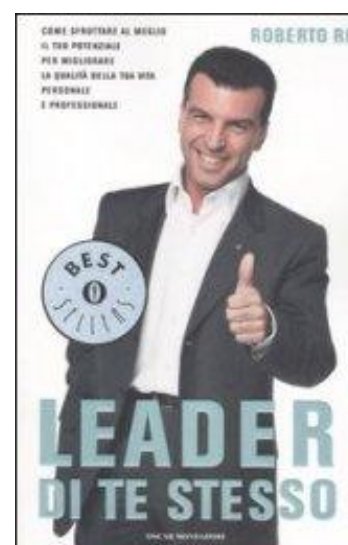
Proibito parlare: Cecenia, Beslan, Teatro Dubrovka: le verità scomode della Russia di Putin di Anna Politkovskaja

Nell'ottobre 2006, la giornalista russa Anna Politkovskaja ha pagato con la vita la sua lotta volta a smascherare le bugie del regime. Quella della reporter di origini newyorkese è una testimonianza che ha spinto il Premio Terzani a raccogliere in un libro intitolato "Vietato Parlare" tutti gli scritti della coraggiosa paladina dei diritti umani. Non solo le efferate morti dei profughi ceceni, ma anche le stragi del teatro Dubrovka e della scuola di Beslan riempiono le decine di pagine raccolte dall'organizzatore del premio.



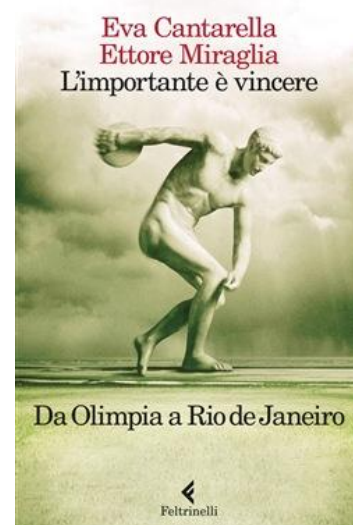
Leader di te stesso : come sfruttare al meglio il tuo potenziale per migliorare la qualità della tua vita personale e professionale di Roberto Re

Il libro spiega in modo dettagliato come ottenere grandi risultati, come diventare un Leader e soprattutto diventare Leader di se stessi, come utilizzare al meglio il nostro potenziale, l'importanza di avere degli obiettivi e come formularli nel modo corretto, come imparare a motivarci per raggiungere i nostri obiettivi, capire come le credenze che hai determinano i risultati che ottieni, come modificare credenze limitanti, quali sono le credenze delle persone di successo, imparare ad utilizzare il linguaggio in modo potenziante, come comunicare meglio e soprattutto capire quali sono i tuoi valori fondamentali e come utilizzarli per vivere la tua vita al massimo delle tue possibilità.



L'importante è vincere di Eva Cantarella, Ettore Miraglia

Dopo aver raccontato come amavano i romani e i greci, quali erano i loro divertimenti preferiti, come si vestivano e si pettinavano, cosa mangiavano, in che modo vivevano politica e religione, nascita e morte, Eva Cantarella non poteva far mancare ai lettori, nell'anno dei Giochi di Rio de Janeiro, una storia delle Olimpiadi antiche. Perché, se è noto che a Olimpia si incontravano ogni quattro anni i migliori atleti dell'Ellade, sono pochi a sapere - per esempio - quanto duravano i Giochi, che cos'era la tregua sacra, o che a Olimpia esisteva un vero e proprio albergo per atleti e allenatori, oltre che per i tifosi più abbienti. Per non parlare di questioni più complesse, quali la nascita del professionismo e il venir meno degli ideali eroici; il rapporto tra eros e atletismo; le gare falsate (il doping non esisteva ancora, ma la scorrettezza e la corruzione sì). Ettore Miraglia ripercorre invece la storia dei Giochi moderni, a partire dall'edizione di Atene del 1896 voluta dal barone de Coubertin: affronta temi scottanti come il boicottaggio (Montréal '76, Mosca '80, Los Angeles '84) e il doping, passando per le Olimpiadi "mancate" (Berlino '16, Tokyo '44, Londra '48) e Settembre Nero (Monaco '72), e introduce i Giochi di Rio offrendo, insieme alla presentazione delle 42 discipline olimpiche, il calendario delle gare. Completa il testo una piccola raccolta di "storie parallele" in cui campioni dell'antichità vengono accostati a campioni del presente.



Tutto troppo presto: l'educazione sessuale dei nostri figli nell'era di internet di Alberto Pellai

Preadolescenti e adolescenti subiscono molteplici pressioni che li spingono a volere tutto e subito, a fare tutto troppo presto. Sedotti dai media e sollecitati dal mercato, si mettono a combattere contro il proprio corpo (sognandolo diverso), contro gli amici (per sembrare più grandi e migliori), contro se stessi (entrando in una spirale di comportamenti promiscui e rischiosi). La guerra contro il corpo e la sessualizzazione precoce sono trappole molto rischiose per la salute fisica e psicologica. Questo libro fornisce a genitori ed educatori gli strumenti per capire i messaggi e gestire comportamenti che possono mettere a repentaglio il fragile equilibrio dei ragazzi in una fase molto delicata della crescita.



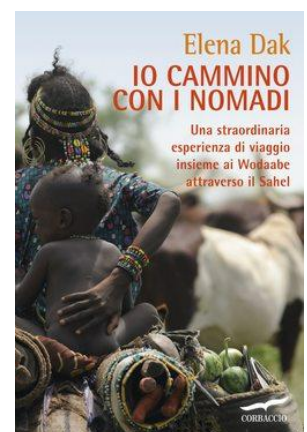
con amore e rispetto di Thich Nhat Hanh

Nonostante tutte le nostre migliori intenzioni, la comunicazione è ancora una sfida per molti di noi. Qual è il modo migliore per dire quello che pensiamo affinché il nostro interlocutore ci comprenda davvero? Come possiamo imparare ad ascoltare con compassione e comprensione? Le persone comunicano in modo diverso. Come possiamo trarre giovamento dalle nostre reciproche differenze per rafforzare le nostre relazioni? Sfruttando la sua esperienza di lavoro con coppie, famiglie, colleghi di lavoro e intervenendo a favore della risoluzione dei conflitti internazionali, il maestro spirituale Thich Nhat Hanh ci rivela i cinque passi per ottenere una comunicazione veramente consapevole



Io cammino con i nomadi : una straordinaria esperienza di viaggio insieme ai Wodaabe attraverso il Sahel di Elena Dak

Dispersersi, andare lontano per lunghi mesi e, dopo l'estate, ritrovarsi e danzare... Se si è nomadi dentro non si può far altro che andare. Sono i Peulh Wodaabe, più noti come Bororo, allevatori di zebù dalle grandi corna a lira nelle savane del Tchad centrale, ad accogliere l'esigenza di Elena di farsi pastore. Nella transumanza i Wodaabe seguono la natura nomade e trovano erba buona per le loro mucche; la mobilità induce a mettere radici su pascoli temporanei, in ogni prato, all'ombra di qualunque acacia. I pastori nomadizzano in tutto il Sahel: si spostano durante l'anno in piccoli gruppi fino a quando in autunno, dopo le grandi piogge, si ritrovano con i loro zebù in pascoli verdeggianti e ricchi di sale. Solo allora gli esponenti del clan riuniti danno corpo alla loro identità attraverso danze, canti, corse di cavalli. Dopo la lontananza, è il tempo dei volti truccati, degli abiti fruscianti, degli occhi spalancati e delle bocche tremanti volte a catturare sguardi in nome della bellezza. È tempo di sorbire con calma tè e latte appena munto, di aspergere profumi sui tessuti, di sciogliere le trecce degli uomini e rifarle strette e lucide. Io cammino con i nomadi è una storia fatta di muggiti, polvere e fumi di fuoco all'imbrunire; di nervosi corpi femminili a seno nudo intenti alla mungitura, di rari mercati dove vendere burro; di danze, danze, danze...



Come non detto : usi e abusi dei sottintesi di Filippo Domaneschi, Carlo Penco

Di ritorno dalla pausa caffè, un collega con la sigaretta in mano ci chiede «Hai ancora l'accendino?». La sua frase, semplice e usuale, è la punta di un iceberg. Comprendere quanto ha detto, infatti, è tanto facile quanto può esserlo per un marinaio avvistare un iceberg in mezzo al mare: la punta è ben visibile, ma sotto v'è molto di più. Credeteci: sotto la superficie di poche parole si trova una montagna di informazioni nascoste... Del 'non detto' si fa grande uso. Nei nostri quotidiani scambi verbali, nella comunicazione politica, giornalistica, pubblicitaria, ciò che si dice in modo esplicito rappresenta solo la punta visibile di un'enorme massa di informazioni comunicate in modo implicito. Attraverso una molteplicità di esempi gli autori ci fanno entrare nel mondo sconosciuto e non visibile di ciò che è comunicato senza essere detto, mettendo in luce il ruolo strategico giocato da *ciò che viene dato per scontato* e *ciò che viene lasciato intendere*, svelando così gli usi e abusi dei sottintesi.



96 lezioni di felicità di Marie Kondo

Vogliamo liberarci di qualcosa che ci lega troppo al passato? L'autrice ci spiega come fare tra le pagine del suo nuovo libro.

- 1) Quando scegliamo un oggetto dobbiamo toccarlo e afferrarlo con fermezza tenendolo con entrambe le mani. Questo gesto serve per entrare davvero in contatto con l'oggetto in questione.
- 2) A questo punto dobbiamo prestare attenzione alle reazioni del nostro corpo proprio nel momento in cui stiamo tenendo in mano l'oggetto in questione.
- 3) Se l'oggetto ci trasmette felicità, dovremmo avvertire una sorta di brivido, come se le cellule del nostro corpo si destassero lentamente.
- 4) Invece, secondo Marie Kondo, quando teniamo in mano un oggetto che non ci ispira gioia, sentiremo che il nostro corpo tenderà a diventare più pesante.
- 5) Con queste indicazioni sarà più semplice selezionare gli oggetti da tenere con noi e quelli di cui liberarci. Rafforzeremo il legame con gli oggetti che ci rendono felici e a cui teniamo davvero, mentre potremo liberarci di tutto il resto.



Metamedicina 2.0 di Claudia Rainville

Leggere i sintomi come messaggi del corpo: una chiave semplice, fondata su un'enorme casistica, per comprendere cosa c'è dietro una malattia

