

Bollettino Novità Luglio 2016

SAGGI E ALTRO



Fame d'amore : la mia anoressia / Chiara Andreola ; con un saggio di Silvia Della Chiesa

Andreola, Chiara

Città Nuova 2015; 104 p. 20 cm

Da adolescente comincio a soffrire di anoressia. Un soffio di vento mi avrebbe portato via. Oggi convolo in due. La vita si può vomitare e si può ritrovare dentro e fuori di sé. In una società che si dibatte tra la pubblicità dei fast food e quella dei prodotti dietetici, la prima cosa da evitare nel parlarne è l'ipocrisia e la banalizzazione. Chiara Andreola, raccontandoci con coraggio e verità la sua storia, ci porta oltre i luoghi comuni su anoressia e bulimia, conducendoci in un viaggio lungo un filo rosso che va dalla sua passione paradossalmente - per l'enogastronomia, ai suoi viaggi nel mondo per studio e lavoro, alla storia d'amore con quello che oggi è suo marito. Per arrivare ad un finale aperto, in primo luogo alla speranza. I disturbi del comportamento alimentare sono frequenti, danneggiano la salute fisica e l'equilibrio psichico. Come uscirne? Nel saggio che segue utili consigli per ogni famiglia che deve affrontare disturbi alimentari che coinvolgono, in Italia 2,4, milioni di persone

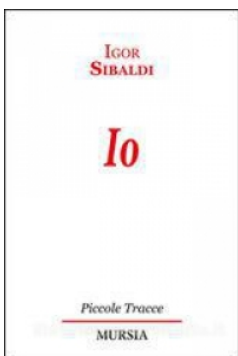
Copie presenti nel sistema 1 in biblioteca: 1 Coll: G 616.85 AND

Scelgo ancora te : ritrovarsi dopo la crisi di coppia

San Paolo 2016; 122 p. 20 cm

Essere coppia non significa essere due single che vivono accanto, stringono delle alleanze e trovano dei compromessi funzionali. Essere coppia è complementarietà di vita, accoglienza dell'altro. Queste pagine vogliono aiutare le coppie in difficoltà a recuperare un dialogo autentico che permetta loro di affrontare i problemi che le hanno portate alla situazione di crisi o di separazione e da qui avviare un'autentica riconciliazione. Le storie e le esperienze condivise in questo volume testimoniano che è possibile ricominciare una vita a due, che non sempre tutto è perduto, che la speranza collabora con la volontà di fare nuovi passi verso il coniuge che, come noi, è deluso o ferito. Un libro che racconta storie vere, nato dall'esperienza di Retrouvaille, un programma per coppie in crisi portato avanti da coppie che sono state in crisi ma che sono risorte

Copie presenti nel sistema 1 in biblioteca: 1 Coll: G 158.2 SCE



Io / Igor Sibaldi

Sibaldi, Igor

Mursia 2014; 194 p. 21 cm

Il soggetto che vive in noi è stato da sempre un tema di riflessione teoretica, eppure a tutt'oggi l'io appare una questione ancora irrisolta: anche la psicologia deve riconoscere che i confini del nostro io rimangono indefiniti. Questo testo li esplora. L'autore prende le mosse dalle domande che i grandi maestri moderni hanno lasciato in sospeso e costruisce una filosofia pratica dell'io, il cui scopo è cambiare l'orizzonte della mente. Tracciando una vera e propria mappa dell'io, giunge a individuare la facoltà propria a ciascuno - di far esistere non soltanto la propria coscienza di sé, ma anche gli "altri", il mondo e la conoscenza del divino. Tale facoltà è più grande dell'io stesso, e lì si svela il soggetto autentico del nostro vivere

Copie presenti nel sistema 1 in biblioteca: 1 Coll: G 111 SIB



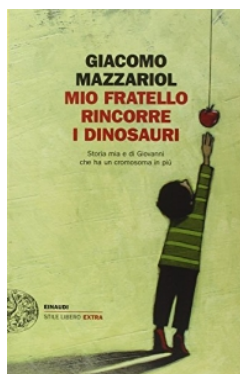
Libro della personalità / Igor Sibaldi

Sibaldi, Igor

Sperling & Kupfer 2016; VIII, 242 p. ill. 23 cm

"Conosci te stesso", dicevano gli antichi: e la vera autoconoscenza incomincia - secondo Igor Sibaldi - quando ci si accorge che in ognuno di noi vive un io molto più grande di quello che, nella vita quotidiana, riusciamo a esprimere. Ed è un io nuovo, entusiasmante, dotato di immensa energia creativa: i Testi Sacri lo chiamano "Figlio dell'uomo", perché davvero costituisce un'ulteriore fase evolutiva dell'umanità. Ciò che lo nasconde ai nostri occhi sono i traumi, i condizionamenti che abbiamo subito fin da bambini, le nostre obbedienze agli altri, la paura di lasciarci alle spalle ciò che per gli altri è "normalità". Per scoprire e imparare a essere questo io straordinario, occorre una psicologia anch'essa radicalmente nuova, che insegni non tanto a risolvere quanto piuttosto a superare i nostri problemi più profondi: non, cioè, ad adattarsi, a rassegnarsi al mondo così com'è, ma a comprenderlo e a cambiarlo. Prendendo come punto di partenza le più audaci ipotesi junghiane, Sibaldi costruisce e spiega questa psicologia del cambiamento: individua le capacità fondamentali della mente e della personalità (quelle da cui dipende ciò che comunemente si chiama "il nostro destino"), indica il modo di ridestarle, di liberarle e, soprattutto, di guardare al di là di ciascuna di esse - verso quelle superiori forme di energia psichica attraverso le quali noi stessi scegliamo cosa far accadere nella nostra vita, e cosa no

Copie presenti nel sistema 1 in biblioteca: 1 Coll: G 150.19 SIB



Mio fratello rincorre i dinosauri : storia mia e di Giovanni che ha un cromosoma in più / Giacomo Mazzariol

Mazzariol, Giacomo

Einaudi 2016; 176 p. 22 cm

Hai cinque anni, due sorelle e desidereresti tanto un fratellino per fare con lui giochi da maschio. Una sera i tuoi genitori ti annunciano che lo avrai, questo fratello, e che sarà speciale. Tu sei felicissimo: speciale, per te, vuol dire "supereroe". Gli scegli pure il nome: Giovanni. Poi lui nasce, e a poco a poco capisci che sì, è diverso dagli altri, ma i superpoteri non li ha. Alla fine scopri la parola Down, e il tuo entusiasmo si trasforma in rifiuto, addirittura in vergogna. Dovrai attraversare l'adolescenza per accorgerti che la tua idea iniziale non era così sbagliata. Lasciarti travolgere dalla vitalità di Giovanni per concludere che forse, un supereroe, lui lo è davvero. E che in ogni caso è il tuo migliore amico. Con "Mio fratello rincorre i dinosauri" Giacomo Mazzariol ha scritto un romanzo di formazione in cui non ha avuto bisogno di inventare nulla. Un libro che stupisce, commuove, diverte e fa riflettere.

Copie presenti nel sistema 28 in biblioteca: 1 Coll: G 362.3092 MAZ