

---

# La Felicità Nel Cassetto Corso Pratico Di Meditazione

---

If you ally need such a referred **La Felicità Nel Cassetto Corso Pratico Di Meditazione** books that will manage to pay for you worth, acquire the no question best seller from us currently from several preferred authors. If you desire to droll books, lots of novels, tale, jokes, and more fictions collections are after that launched, from best seller to one of the most current released.

You may not be perplexed to enjoy all ebook collections La Felicità Nel Cassetto Corso Pratico Di Meditazione that we will entirely offer. It is not on the order of the costs. Its about what you craving currently. This La Felicità Nel Cassetto Corso Pratico Di Meditazione, as one of the most full of zip sellers here will unconditionally be accompanied by the best options to review.

*La Felicità Nel Cassetto  
Corso Pratico Di  
Meditazione*

2023-06-05

---

## CHAMBERS BRENDAN

---

Il sapore della felicità Aletti Editore  
Luce vive barricata in casa, vegeta sul divano, mastica fette biscottate davanti a Canale 32, il canale monotematico di televendite perenni di anelli e bracciali. Ha perso il lavoro e l'appartamento 51, l'unica sua entrata finanziaria, è sfritto da un po'. In casa tutto è a terra, le mensole, i libri, i cassette, e i giorni e le notti si susseguono senza tempo. Un giorno irrompe nella sua vita Bambina, Viola, cinque anni, figlia di Yuri, suo fratello, che non vede da un Natale passato, anni fa. Bambina è muta, ha deciso di non parlare più. Pensavo mi avrebbe seguita, con i cani succede così, invece era lì, di sale. Bambina non parla, ma telefonerà a Canale 32. Non parla, ma scriverà numeri su post-it fluorescenti. Non parla, ma appiccicherà quadrati colorati sulla porta di Luce, e poi giù per le scale e sotto il portico. Creerà tappe di foglietti di carta che Luce seguirà uno dopo l'altro uscendo

finalmente in strada. Bambina sarà il tramite, il punto di contatto tra le persone importanti del passato di Luce e quelle che le si avvicineranno in futuro, come Morgan, il ragazzo che risponde a Canale 32. Luce inizierà a lavorare in una libreria e per andarci dovrà prendere la metro, un tram, fare circa settanta passi e superare l'incrocio. È una storia sulla solitudine e sul tempo, che ti attraversa lo stesso, anche se tu rimani immobile, fino a che non arriva nella tua vita una bambina.

Una vita in classe A - Corso Base Europa Edizioni

Molto di quello che chiamiamo disordine è solamente un ordine più profondo che si manifesta secondo schemi non matematicamente prevedibili, né logicamente programmabili. La vita stessa, nella sua complessità, rientra in questa categoria. E la felicità implica sintonizzarsi sulle sue leggi: sviluppare la capacità di convivere con l'incertezza e il caos, tollerare punti di vista molteplici, perseguire la creatività, apprezzare la bellezza che si esprime in forme non necessariamente regolari,

riconoscere la diversità vitalizzante, pensare fuori dagli schemi, accogliere il peso della libertà, imparare ad agire con gli altri. La felicità è pertanto una conquista interiore, è sentirsi in sinergia con l'esistenza, è fluire col tao della vita, il tao del disordine, suo migliore alleato. Ecco allora un manuale pratico per disordinati che hanno bisogno di riconoscere il valore, il pregio e i vantaggi del loro modo di affrontare le cose, e di prevenirne quegli eccessi che invece nuocerebbero al proprio - e altrui - benessere. Ma anche un manuale pratico per ordinati che vogliono imparare a far zampillare nella loro quotidianità l'energia della vita, oltre i limiti del senso di rassicurazione e controllo dati dal troppo ordine. Tutti vi potranno cogliere gli strumenti per tradurre e consolidare in piccoli e grandi gesti, nella vita quotidiana, un diverso tipo di ordine, interiore, dinamico, vitale, più profondamente proprio, oltre le apparenze.

*Cartucce* Bruno Editore

Holly ha un negozio di abiti vintage a Manhattan e un figlio che adora. Greg è un broker di Wall Street e ha una fidanzata perfetta che lo vuole sposare. I due non si conoscono e non hanno niente in comune. Ma quando Holly trova per caso un bracciale pieno di ciondoli in una vecchia giacca di Chanel, i loro due mondi iniziano fatalmente ad avvicinarsi, sempre di più. Fino alla notte più romantica dell'anno, in cui Holly incontrerà il proprio destino. Sullo sfondo di una New York magica, un'avventurosa storia d'amore, di coraggio e passione, dolce e deliziosa come una favola.

*UMANIZZARE IL MOVIMENTO* Baldini & Castoldi

Un viaggio per tappe dentro quei luoghi magici del turboconsumismo dai quali la recessione rischia di sbatterci fuori.

Bisogna imparare a muoversi con circospezione. Lia Celi lo sa perfettamente e la sua satira, divertentissima e sferzante, è anche un modo intelligente per ironizzare sul nostro ruolo di consumatori. Raffaella De Santis, "la Repubblica" Una nota scrittrice umoristica gioca con le nostre manie consumistiche, frustrate dagli stipendi sempre più piccoli e dai costi sempre più alti. Risultato? Risate e qualche idea per fare a meno del superfluo. Da leggere. "Oggi" Lia Celi ci racconta i templi del consumo, dall'ipermercato al negozio biologico, dalla libreria alla profumeria. E ci accompagna all'uscita con un sorriso e qualche idea in più. Brunella Schisa, "il Venerdì di Repubblica" Le statistiche parlano chiaro: lo shopping si è congelato e le compere senza pensieri sono un lontano ricordo. La via d'uscita è quindi rieducarsi alla moderazione. Come? Ridendo di se stessi e delle seduzioni con cui il mercato cerca di conquistare cuore e portafogli. Un libro divertentissimo. "La nuova ecologia"

Perché le pecore non si deprimono? Una guida alla felicità FrancoAngeli

Antonio Giangrande, orgoglioso di essere diverso. ODIO OSTENTAZIONE, IMPOSIZIONE E MENZOGNA. Si nasce senza volerlo. Si muore senza volerlo. Si vive una vita di prese per il culo. Tu esisti se la tv ti considera. La Tv esiste se tu la guardi. I Fatti son fatti oggettivi naturali e rimangono tali. Le Opinioni sono atti soggettivi cangianti. Le opinioni se sono oggetto di discussione ed approfondimento, diventano testimonianze. Ergo: Fatti. Con me le Opinioni cangianti e contrapposte diventano fatti. Con me la Cronaca diventa Storia. Noi siamo quello che altri hanno voluto che diventassimo. Facciamo in modo che diventiamo quello

che noi avremmo (rafforzativo di saremmo) voluto diventare.

Rappresentare con verità storica, anche scomoda ai potenti di turno, la realtà contemporanea, rapportandola al passato e proiettandola al futuro. Per non reiterare vecchi errori. Perché la massa dimentica o non conosce. Denuncio i difetti e caldeggio i pregi italiani. Perché non abbiamo orgoglio e dignità per migliorarci e perché non sappiamo apprezzare, tutelare e promuovere quello che abbiamo ereditato dai nostri avi. Insomma, siamo bravi a farci del male e qualcuno deve pur essere diverso!

### **...e ripongo i miei ricordi in un cassetto** Feltrinelli Editore

Tornare al corpo per tornare alla Vita. Tornare al corpo perché in Lui c'è la Vita. Tornare al corpo in Movimento perché è Lui che genera la Vita. Un viaggio alle radici del Movimento come processo ancestrale alla base della nostra esistenza Umana. Non un manuale o una raccolta di esercizi, piuttosto una guida, o meglio una luce per riappropriarsi dei saperi dell'Umano, natura prima del corpo che siamo. Saperi che dialogano, senza separazione, alla ricerca di un'operatività metodologica rigorosa ma aperta che delinea le strade per divenire la miglior versione di se stessi, attraverso il Movimento: perché ciò che siamo dipende, anche, da come ci muoviamo! Le neuroscienze incontrano la fenomenologia, la biomeccanica dialoga con la psicologia, la filosofia si applica alla sensorialità, l'espressività plasma la tecnica, la psicomotricità invade la performance, il respiro abilita il gesto, la voce suggella l'azione: corpo e mondo si tessono in un inevitabile intero. Il risultato è un compendio ontologico circolare, immaginifico e generativo. Unico nel suo genere.

### *In viaggio verso la Felicità. Alla scoperta del Reiki Bur*

«Sono Francesca, conosciuta sul web come Wildflowermood, viaggiatrice da sempre e nomade digitale dal 2015. Ho vissuto in circa cinquanta Paesi.» Chi è e cosa fa un nomade digitale? È verosimilmente possibile vivere in cinquanta Paesi? Ed essere felici? Ce lo spiega in queste pagine Francesca Ruvolo, giovane content creator: da sempre ama viaggiare, senza mettere radici (nomade), e con un lavoro che si svolge completamente online (digitale). Un racconto in presa diretta di come sia riuscita a costruire la sua felicità, ben consapevole che non esistono formule magiche, perché non esiste (fortunatamente) una sola felicità adatta a tutti. In queste pagine, arricchite dalle splendide e suggestive illustrazioni di Silvia Bairo, con sincerità, tenerezza, entusiasmo e stupore viviamo con lei i viaggi, i timori, i dubbi e le conquiste. E allora eccola, da dopo la laurea, inarrestabile, in giro per il mondo da sola, alla scoperta di luoghi dalla natura vibrante e maestosa (Cuba, Messico, Bali, Sud America, Spagna e Portogallo, e ancora Filippine, Marocco, Australia, e tanti altri) e di popoli e persone semplici, accoglienti, spirituali, e compagni di viaggio curiosi, brillanti, generosi, determinati, pronti a mettersi in gioco, a superare i propri limiti, finestre spalancate su nuove esperienze (i funghetti, il temazcal, lo yoga, la ecstatic dance, la vita in camper...). Allo stesso tempo, assistiamo a un altro importantissimo e faticoso viaggio: quello alla ricerca di sé. Ci vuole tempo, pazienza, ma ascoltando la «pancia» Francesca ritrova la sé bambina, impara a non farsi condizionare da paure, pregiudizi, regole sociali imposte o già scritte. Si riappacifica e fa risplendere

finalmente la sua femminilità, capisce come vuole vivere e lavorare, trova l'amore. La felicità è, quindi, una cosa semplice ma difficile da riconoscere, propria di una giovane donna che impronta la sua esistenza alla lentezza e al rispetto del mondo e delle sue creature, senza volere radici se non mobili, come quella di un fiore leggero. Francesca da queste pagine ci tende una mano e ci invita a iniziare il cammino verso la nostra, personale felicità. Piano piano. Un passo alla volta.

*Silenzio* Armando Editore

Sei felice? Quante volte ci è stata posta questa domanda e quante volte ce lo siamo chiesti guardandoci allo specchio? Una cosa è certa. Pensiamo alla felicità come un concetto astratto ed immaginario, quasi da finale di favole oppure come qualcosa che non ci appartiene, perchè irraggiungibile. Se invece ci fermiamo un attimo a riflettere, capiamo che stiamo parlando di qualcosa estremamente semplice da definire. Ciascuno di noi può essere felice sempre: dopotutto la felicità è qualcosa dentro di noi, la possediamo e come tale possiamo attingere a questa meravigliosa sensazione potenzialmente in qualsiasi momento della nostra vita. Adesso chiediamoci: stiamo davvero vivendo la vita che vogliamo oppure stiamo semplicemente sopravvivendo ad una vita di compromessi? Ognuno di noi possiede il bene supremo del "libero arbitrio" e proprio da qui, attraverso una buona dose di autostima e scavalcando i muri delle paure e delle insicurezze, può iniziare un percorso di crescita personale finalizzato al raggiungimento della propria felicità personale. Altrimenti come si spiega che tante persone, pur immerse nella quotidianità e nelle problematiche di tutti i giorni, sono felici mentre altre semplicemente no? Qual è

il loro segreto? In questo libro, ti mostrerò come aumentare l'autostima e raggiungere la felicità in 8 semplici passaggi attraverso la crescita personale. **COME RISCOPRIRE SE STESSI** Come iniziare un proprio percorso di crescita personale. L'importanza di tirar fuori il bello che si nasconde dentro di noi. Perché è importante imparare a dire di "no" agli altri in determinate circostanze. Il segreto per curare la salute del proprio corpo. **COME SUPERARE LE DIFFICOLTÀ** Qual è il modo migliore per valorizzare ogni nostro difetto. Come capire quale aspetto vogliamo davvero migliorare. Il segreto per abituare il proprio animo ad avere solo percezioni positive. Il vero motivo per cui ciò che non ci distrugge ci fortifica. **COME PREPARARSI AL CAMBIAMENTO** Qual è il vero significato della parola "cambiamento". Il segreto per diventare una persona di successo così da raggiungere i propri obiettivi. L'importanza della formazione personale. Come diventare mentore di se stessi e degli altri. **COME MIGLIORARE LA PROPRIA AUTOSTIMA** Qual è l'unico vero modo per essere felici. Per quale motivo il tempo è un asset dal valore inestimabile. L'importanza di lasciar andar via le paure e incertezze così da aumentare la propria autostima. Come utilizzare il tempo in maniera efficace così da raggiungere la felicità. **L'AUTRICE** Margherita Pesarini è nata a Potenza, dove tuttora vive. È moglie e madre di due figli e ha formato la sua esperienza professionale nel settore bancario, occupandosi per molti anni di consulenza relazionale ed ampliando le sue conoscenze nel mondo della finanza. Appassionata fin dai tempi del liceo agli studi umanistici, in particolar modo alla filosofia, ha sempre manifestato un interesse particolare per la propria

crescita personale. I suoi studi filosofici l'hanno da sempre indotta ad una profonda ricerca interiore del proprio essere, per ritrovare sé stessa e vivere la vita nel miglior modo possibile, fermamente convinta che il proprio benessere dipenda esclusivamente da sé. Appassionata di lettura, accresce costantemente la sua formazione; ama scrivere e, partendo dalle sue personali esperienze, stimola il lettore, attraverso la conoscenza di se stesso, ad attuare un percorso di crescita personale finalizzato al raggiungimento di felicità e successo.

**Diario di un Consulente** Rubbettino Editore

Questo libro ci porta a scoprire il Reiki attraverso l'incontro tra un giovane allievo, alla ricerca di sé stesso e del significato della vita, e un anziano maestro giapponese che condivide la sua conoscenza grazie a riflessioni di antica saggezza. E' un libro adatto a tutti, che attraverso i dialoghi tra i due protagonisti ci conduce alla scoperta dei principi del Reiki quale prezioso strumento per raggiungere la felicità e la serenità interiore, svelandoci come metterli in pratica nella vita di tutti i giorni. È un libro per tutti quelli che hanno il coraggio di interrogarsi sulla vita, alla continua scoperta di sé stessi, nell'incessante ricerca della felicità.

La Felicità Nel Cassetto Maggioli Editore

"Se la vita di oggi mi chiede tanto, cosa posso fare per essere all'altezza? È uno dei grandi interrogativi del nostro tempo, un'incertezza che ci crea seri problemi di ansia. Da bambino, nella fattoria di mia nonna, ho scoperto che le pecore non hanno la depressione: perché loro no e noi sì? C'era qualcosa che ci rendeva diversi, qualcosa che ho scoperto in età adulta quando, immerso nell'oscurità, non riuscivo a trovare una via d'uscita. In questo libro vi spiegherò come fare in

modo che la vostra mente nasconda i brutti ricordi, lasciando solo le belle esperienze per raggiungere una vita di realizzazione e benessere. "L'unico modo per essere felici è la capacità di dimenticare". Joan Pont Se preferite questo libro in versione cartacea, è disponibile su Amazon Joan Pont vive sull'isola di Maiorca. Ex guardia del corpo per le autorità militari e agente di borsa, ora si dedica esclusivamente alla letteratura. Serie "SÌ, VOGLIO. SÌ, POSSO." (Tradotto in molte lingue) 1- Come scrivere il tuo primo libro e pubblicarlo online. 2- Consigli essenziali per prosperare finanziariamente nella vita. 3- Aiuto, mio figlio vuole diventare uno youtuber! 4- I 12 comandamenti del self-publishing indipendente. 5- Alla ricerca dell'equilibrio. Chiavi del pensiero stoico. Serie giovanile Un animale domestico per Tom (tradotto in più lingue).

**Felicità A Km Zero** Youcanprint

In questa antologia di narrativa, l'autore immagina di aprire uno dei tanti cassettei che, nella casa di ognuno, consentono di contenere cose più o meno conosciute... e si ritrova davanti ad una grande quantità di cose dimenticate. Inizia a viaggiare attraverso di esse; gli oggetti, gli scritti, le foto, lo proiettano in un mondo nel quale ha vissuto: un mondo che si era nascosto fra gli strati del tempo, confondendosi con il presente vissuto. E presto affiorano visi, voci, parole e musiche ora lontane e ora vicine, ora con un senso ora invece scevre di un riconoscibile fondamento. Tanto basta, però, a fargli rivivere emozioni che presto lo aiuteranno a ricordare quello che era stato e che, forse, non aveva più voluto più essere. Una cosa è certa: alla fine, quando richiederà il cassetto, tutto ciò che in esso è contenuto, continuerà a vivere,

con rinnovato ardore, dentro e fuori di lui.

Dal dolore alla felicità Feltrinelli Editore  
John Wilder is in his mid-thirties, a successful salesman with a place in the country, an adoring wife and a ten-year-old son. But something is wrong. His family no longer interests him, his infidelities are leading him nowhere and he has begun to drink too much. Then one night, something inside John snaps and he calls his wife to tell her that he isn't coming home...

**L'uomo di carta** FrancoAngeli  
Erroneamente interpretato come romanzo di taglio soprattutto sociale, e fatto oggetto di violente polemiche e dure critiche, *Padri e figli* è l'analisi sottile del conflitto generazionale che dominò gli anni Sessanta in Russia: ai padri, aristocratici idealisti, immobili nella loro privilegiata sclerosi, si oppongono i figli, antidealisti, democratici, materialisti, nichilisti. In una scrittura tra le più limpide e perfette Turgenev registra la complessità dello scenario ideologico-sociale del suo tempo, dando vita a personaggi vivi, esempi ancor oggi suggestivi di tormentata ambiguità, di sotterranea crescita spirituale.

La felicità delle piccole cose Feltrinelli Editore

La bambina lo guardava e stava zitta. "Non parla." "Come 'non parla'? E perché?" chiese Galassi. "E che sono, un medico? I medici costano, e se fossi un medico non starei qua. Non parla. Capisce tutto, in due lingue, reagisce, ci sta con la testa... Però non parla. Se la vuoi, è tua!" Angelo Galassi aveva approfittato al volo di un errore burocratico che lo dichiarava deceduto, facendo perdere le sue tracce così bene che ormai tutti lo consideravano morto: i suoi genitori, il suo agente, il suo

pubblico adorante. Il grande cantautore, l'idolo delle folle, era in realtà un uomo tormentato e depresso, che aveva sperato di riuscire a sfuggire a sé stesso e ai suoi problemi nascondendosi tra i grattacieli di New York. Ma la vita è più forte, e dal nulla appare Sophia, una figlia che Angelo non sapeva di avere, cinque anni, muta per scelta. Tiziano Ferro racconta la storia di una "disfatta salvifica". Di una lunga discesa agli inferi, iniziata con un'adolescenza di abusi e ossessioni e culminata in una clamorosa rinuncia. La felicità al principio è un libro sorprendente, rabbioso come un urlo ma pieno di tenerezza.

Il successo ti succede Edizioni Mondadori

Questo libro ti farà migliorare l'AUTOSTIMA in soli 7 giorni. E questa è più di una semplice promessa. Ti spiego... Il metodo è molto semplice: il libro è suddiviso in 7 capitoli, uno per giorno, per permetterti di migliorare il rapporto con te stesso in una sola settimana. Per ottenere il massimo da questo corso, devi solo rispettare una regola: leggere un capitolo al giorno, né più, né meno. Se rispetti questa regola e segui le indicazioni contenute nel libro, il risultato è garantito. Dimentica i soliti noiosi manuali teorici, dal profilo anonimo e spersonalizzato. "AUTOSTIMA in 7 giorni" è stato realizzato con tutti i crismi del self-help, come un manuale pratico, dal taglio personale, divertente e motivante. È ricco di tanti esempi pratici e consigli utili per migliorare in pochissimo tempo il rapporto con te stesso e con gli altri. Contenuti del CORSO DI AUTOSTIMA IN 7 GIORNI: Intro operativa: Come prepararsi al Cambiamento GIORNO 1: Litiga con te stesso: il giorno dello Specchio e il tuo Autoritratto GIORNO 2: Conosci te stesso: il giorno del Torrente e la grande



Lista GIORNO 3: Fai pace con te stesso:  
 Oggi nasce un nuovo te, la Semina  
 GIORNO 4: La Valigia dei Sogni GIORNO  
 5: Il Piano di Azione GIORNO 6: La  
 grande Catarsi: addio Rimpianti e  
 Rimorsi GIORNO 7: Il Tema della Felicità:  
 perché la Vita è Bella  
L'uomo della verità Garzanti Classici  
 La giovane protagonista di questo  
 romanzo ha più di un nome. All'età di  
 sette anni, prima che un monzone  
 devastasse il Bengala meridionale  
 separandola dalla sua famiglia, la madre  
 e le gemelline la chiamavano Didi, ma  
 per tutti, al villaggio, era soltanto Pom,  
 «un colpo su un tamburo, la pioggia che  
 batte su un tetto di lamiera». Compiuti i  
 dieci, dopo essere stata raccolta  
 malconcia dal ciglio di una strada e  
 rimessa in sesto dal dottor Andrews a  
 forza di dal, riso e latte bollito, per  
 entrare a servizio nella scuola inglese di  
 Miss Jamison, Pom è costretta a  
 cambiare il suo nome in uno «da  
 donna», «uno tratto dal libro sacro dei  
 cristiani», e diviene Sarah: la piccola  
 orfana che serve il bed tea alle  
 insegnanti ancora assonnate, passa lo  
 straccio nella sala da pranzo, manovra i  
 ventilatori nelle aule per tenere fresche  
 le allieve. Nell'istante, tuttavia, in cui  
 sente leggere L'isola del tesoro, Il libro  
 della giungla, e ancora Virginia Woolf e  
 Steinbeck, Sarah scopre che cosa vuole  
 fare da grande: lavorare con i libri. E,  
 magari, diventare una brava insegnante.  
 Spinta da una forza di volontà fuori dal  
 comune, ogni notte, dopo il lavoro,  
 studia l'Oxford English Dictionary  
 cercando di apprendere il più possibile.  
 Quando, però, sembra aver fatto passi  
 da gigante, nella scuola scoppia uno  
 scandalo e la ragazza è costretta a  
 fuggire a Kharagpur, una città insidiosa,  
 violenta, in cui alle donne sole è  
 permesso lavorare soltanto nei

postriboli. Dopo nuove fughe e  
 imprevedibili rivelazioni, il caso la  
 conduce a Calcutta dove incontra un  
 affascinante funzionario del governo  
 inglese che le offre di lavorare nella sua  
 biblioteca. «Mi chiamo Kemala» si  
 presenta questa volta. Sarà capace di  
 svolgere quel nuovo impiego? E  
 quell'ennesimo nome riuscirà a portarle  
 fortuna e a trasformarla in ciò che Didi,  
 Pom e Sarah hanno sempre voluto  
 essere: una donna istruita, libera e  
 innamorata? «Avvincente romanzo  
 sull'amore, il tradimento e l'arte di  
 sopravvivere» (Booklist), L'amante di  
 Calcutta narra la storia di una giovane  
 donna costretta a lottare contro le  
 costrizioni imposte dal sistema delle  
 caste e dalla colonizzazione. Grazie a  
 «una scrittura attraente, sensuale, piena  
 di colori, di profumi e di  
 sapori» (Washington Independent Review  
 of Books), Sujata Massey regala ai lettori  
 un personaggio indimenticabile: una  
 donna forte e generosa, in grado di  
 leggere nel cuore degli altri. «Le  
 costrizioni imposte dal sistema delle  
 caste e dalla colonizzazione in un  
 impeccabile romanzo storico». Booklist  
Realizzazioni rivista mensile illustrata  
 della Rinascenza italica HOW2 Edizioni  
 Antonio Giangrande, orgoglioso di essere  
 diverso. Si nasce senza volerlo. Si muore  
 senza volerlo. Si vive una vita di prese  
 per il culo. Noi siamo quello che altri  
 hanno voluto che diventassimo.  
 Facciamo in modo che diventiamo quello  
 che noi avremmo (rafforzativo di  
 saremmo) voluto diventare.  
 Rappresentare con verità storica, anche  
 scomoda ai potenti di turno, la realtà  
 contemporanea, rapportandola al  
 passato e proiettandola al futuro. Per  
 non reiterare vecchi errori. Perché la  
 massa dimentica o non conosce.  
 Denuncio i difetti e caldeggio i pregi

italici. Perché non abbiamo orgoglio e dignità per migliorarci e perché non sappiamo apprezzare, tutelare e promuovere quello che abbiamo ereditato dai nostri avi. Insomma, siamo bravi a farci del male e qualcuno deve pur essere diverso!

**La felicità arriva senza lottare** JOAN PONT

"Il titolo dell'opera, 'Aquilons', implica un viatico romantico, simbolico ed evocativo: il nome di un vento che trasporti questi componimenti in fuga, verso altri territori, altre culture, lettori, autori. All'interno di 'Aquilons' (vento del nord della Francia che annuncia perturbazioni, e precipitazioni temporalesche. Nella stagione estiva è un vento che annuncia il fresco e la dispersione dell'afa) si susseguono, in ordine alfabetico: Francesco Abbate con Poesie d'un vivere incessante, Stefania Cannizzo con Sentire nel tempo, Maria Stella Della Torre con Sulle ali della libertà, Mariateresa Fiumanò con Scorci di vita, Giusy Spizzirri con Pensieri... dal cuore, Valentina Zarlenga con Sintesi."

**Fuori Di Cuore** TimeCrime

La felicità non è figlia della fatica o dello

sforzo. Più ti dai da fare per conquistarla, più ti sfugge. Mentre ti affanni inseguendo mete sbagliate, in te c'è un'energia silenziosa che sa condurti dove devi andare. Assecondala. Le piante fioriscono senza sforzo perché, a differenza nostra, non ostacolano il progetto che la natura ha tracciato per loro. Nella vita occorre cedere, non interferire con il corso naturale delle cose. Quando arriva un disagio non lottare, arrenditi; lascia che svolga il suo compito e poi esca di scena.

*AUTOSTIMA IN 7 GIORNI: Ritrova te stesso e la Felicità* HOEPLI EDITORE

Questo libro è dedicato al silenzio, uno spazio necessario per ritrovare la nostra identità, per perderci in sterminati campi incolti dove i sogni, come le piante, inaridiscono e muoiono. La nostra vita scorre in mezzo al chiasso, tra fiumi di parole spesso inutili che servono solo a coprire le nostre incertezze, il disagio interiore quando siamo a contatto con gli altri. Solo il silenzio ci consente di ritagliare spazi di buonsenso per non essere travolti dal ritmo incalzante dell'arroganza dilagante, per intrecciare un dialogo sereno con noi stessi e con gli altri.