

La Vita Comincia Ogni Giorno Lettere Di Saggezza E Commozione

Vorrei trasferirmi... dedicare più tempo alla famiglia... Vorrei cambiare lavoro... perdere peso... uscire da questa relazione... iniziare a correre... Vorrei cambiare vita! Di quanti "vorrei" è costellata la nostra esistenza? E perché rimangono puri desideri? Non c'è nulla di più mortale della staticità cui ci condanniamo per paura di cambiare. Ogni volta che rimandiamo la svolta che desideriamo, in qualsiasi ambito, ci priviamo di una possibilità di miglioramento, mentre il cervello tenacemente ci ripropone la stessa voglia di lasciare ciò che non ci soddisfa più. In questo libro il processo di cambiamento segue le tracce delle incredibili storie di Paola Gianotti – dal suo viaggio in bici intorno al mondo, che le è valso il Guinness dei primati, alle tante altre avventure sportive e professionali – aprendo a tutti la possibilità di seguire nuove rotte nella propria vita, con volontà e gli strumenti adatti. Strumenti mentali, in primis, fondamentali per riuscire a dominare un dialogo interno sempre pronto a dissuaderci dall'abbandonare lo status quo e ben supportato anche dalla società che mal sopporta i "ribelli". Impareremo le tecniche più efficienti nel gestire un cambio di vita con efficacia, faremo nostri i metodi per non demotivarci e continuare a rimanere focalizzati, per superare gli ostacoli e reimpostare il nostro navigatore interiore se la strada obbliga a una deviazione. Inutile illudersi, un cambiamento non si improvvisa: dopo aver scelto la bicicletta, bisogna pedalare, in sella e nella vita, sapendolo fare!

La guida gentile non è essere sempre perfetti e nemmeno essere sempre accondiscendenti: è porsi ai nostri bambini con onestà e rispetto della loro integrità, è scegliere di saper essere piuttosto che di saper fare, di avventurarsi nel mare tempestoso delle emozioni e attraversarlo, insieme a loro, con empatia, e usare queste emozioni come guida per comprendere e conciliare i bisogni di tutti. Confermare il bambino nei suoi sentimenti e nelle sue sensazioni, accogliere la sua percezione anche quando non collima con la nostra, aiutandolo ad ampliare la sua visione delle cose e includere quella più vasta della società, è la strada per crescere individui integri, capaci di valutare in modo critico ciò che la vita propone loro, e quindi in grado di esprimere al massimo il loro potenziale. Al di là della falsa scelta fra autoritarismo e lassismo, nell'educazione dei bambini c'è una terza via: quella della gentilezza. Attraverso la presenza affettuosa, l'ascolto dei loro sentimenti e bisogni, il dialogo onesto e rispettoso, gli adulti possono, senza rinunciare al loro ruolo di guida, accompagnare i bambini a diventare individui integri e capaci di empatia, con una base affettiva sicura e la capacità di connettersi con gli altri e con l'ambiente intorno a loro, cambiando in meglio il mondo.

Non è mai troppo tardi per essere felici Ci sono giornate in cui tutto va storto. È così per Camille, quando sotto un incredibile diluvio si trova con l'auto in panne e senza la possibilità di chiamare nessuno. Tutte le sfortune del mondo sembrano concentrarsi su di lei. Ma Camille non sa che quello è il giorno che cambierà il suo destino per sempre. Un uomo le offre il suo aiuto. Si chiama Claude, e si presenta come un «ambasciatore della felicità». Le dice che lui è in grado di dare una svolta alla vita delle persone. Camille sulle prime non dà peso alle sue parole. Eppure, riscoprire la bellezza delle piccole cose renderebbe tutto più facile: l'aiuterebbe ad andare di nuovo d'accordo con il figlio ribelle e a ritrovare la sintonia di un tempo con il marito. Così decide di ricontattare Claude e di seguire le sue indicazioni. Per liberarsi delle caratteristiche negative c'è ogni giorno un semplice esercizio da compiere, un piccolo passo alla volta: ripercorrere le sensazioni di un momento felice, guardarsi allo specchio e farsi dei complimenti, contare tutte le volte che ci si lamenta durante la giornata. A volte basta solo ringraziare per quello che di buono accade, dal profumo del caffè la mattina a una realizzazione personale. Camille comincia a mettere in pratica questi consigli, e intorno e dentro di lei qualcosa succede. Con il sorriso sulle labbra, non è più così difficile parlare con suo figlio e

riscoprire con suo marito i motivi per cui si erano scelti. Ma c'è una cosa ancora più importante che Camille ha imparato. Non c'è felicità se non la si divide con qualcuno. Questo è davvero l'ultimo tassello per fare di ogni giorno un giorno speciale, di ogni istante un istante da ricordare. Un debutto che è un caso editoriale unico. Con più di 200.000 copie vendute a pochi giorni dall'uscita, ha scalato le classifiche francesi solo grazie al passaparola. La stampa ha poi consacrato il suo successo. Un romanzo che cambia la vita. Un romanzo che insegna come per essere felici a volte basta solo cambiare prospettiva e ricordare la magia delle piccole cose, delle parole che scaldano il cuore. Perché se affrontata passo dopo passo, nessuna montagna è insormontabile. Si riesce sempre ad arrivare in cima.

Le intuizioni profonde che il grande maestro ci trasmette in queste pagine sciolgono i veli e le ombre che ci circondano, permettendoci così di conoscere e comprendere la vera natura della vita: una luce immensa.

Il libro propone una vasta selezione di aforismi, proverbi e pensieri, adatti quasi ad ogni circostanza, volti ad ispirare il proprio sviluppo personale. Frutto di oltre un decennio di raccolta, essi sono raggruppati in categorie tematiche, che vengono collegate tra loro secondo quattro schemi originali. All'inizio di ogni categoria sono poste, ove disponibili, appropriate citazioni tratte dalla Bibbia e da poemi cavallereschi che incorniciano ed impreziosiscono gli argomenti presentati. Il lettore troverà opinioni dei saggi di ogni tempo e luogo, a partire da Buddha, Confucio, Aristotele, Seneca, Leonardo da Vinci, fino ad Albert Einstein, il Dalai Lama, Nelson Mandela, Steve Jobs, Luciano De Crescenzo e tantissimi altri. È un libro adatto per isolarsi dal chiasso assordante della nostra epoca e riascoltare le voci di chi ci ha preceduto nel corso della storia fissando le proprie riflessioni su aspetti particolari della vita. È un invito a riflettere, ed in qualche caso anche a sorridere.

«Il volume xii, ultimo nello schema della struttura dell'Opera Omnia, comprende articoli e libri sul tema della scienza, apparsi nel primo periodo della mia vita. Sebbene il contenuto e lo stile possano apparire superati, ho comunque scelto di includerli come testimonianza di quel periodo e dei miei interessi di allora. Il prologo, soprattutto, Visione di sintesi dell'universo, è molto datato nell'esposizione, ma vi compaiono certe intuizioni che considero ancora valide. L'argomento del volume parte dalla concezione del tempo legata alla visione scientifica della realtà. Questo tempo non è un involucro esterno agli esseri, ma una dimensione costitutiva e specifica di ciascun essere, che è in quanto perdura, e perdura proprio in quanto è questo essere specifico e non un altro. Il tempo della civiltà tecnologica ha provocato all'interno dell'uomo un conflitto profondo, alterandone il ritmo di vita. L'uomo deve rifiutare la tecnologia o, al contrario, rafforzarla integrandosi nel progresso? È un conflitto ineluttabile. Conviene qui notare che la tecnologia presenta un carattere ontologico e, quindi, una relazione costitutiva sia con il mondo che con l'uomo. In effetti, la relazione tra l'uomo e la tecnologia è tanto intima e profonda quanto quella tra la tecnologia e la natura. L'uomo genera la tecnologia partendo dalla natura. La tecnologia ha inizio come frutto dell'interesse umano per la terra, per la materia». Il volume consiste di due sezioni, anche se il suo contenuto si intreccia costantemente. La prima concerne il tempo e lo spazio, argomento che sta alla base di una visione non solo filosofica della realtà, ma anche scientifica. La seconda concerne la concezione più occidentale della scienza. Essa inizia con un articolo dedicato a Max Planck, cui fa seguito parte della tesi di dottorato in Scienze dell'autore, Ontonomia della scienza (1961) e si conclude con un salto di quasi mezzo secolo con uno scritto di riflessione sulla scienza moderna che sfocia nella tecnologia, La porta stretta della conoscenza. Due articoli sottolineano la necessità di emanciparsi dalla scienza e dalla tecnologia, non come rifiuto del loro valore, ma come superamento dei loro condizionamenti.

È in crisi la scuola italiana? Cosa è davvero la formazione?... Dai tempi più antichi – fin dal codice di Hammurabi e prima ancora – l'umanità vive il problema della formazione dei bambini, degli adolescenti e dei giovani, come uno degli snodi decisivi per garantirsi una prospettiva di

miglioramento. Nella nostra epoca, a ventunesimo secolo ampiamente avviato, e realizzato finalmente un sistema di educazione diffusa e tendenzialmente generalizzata, si è venuto evidenziando con maggiore acutezza il problema aggiuntivo di cosa effettivamente debba intendersi per “formazione”, e di come si possa efficacemente realizzarla. “Il sentiero stretto – formazione è un’altra cosa”, percorre storia e situazione attuale dei sistemi formativi in Italia, con ampi richiami alla situazione mondiale, e prospetta una concezione innovativa circa il tipo di organicità necessaria quanto a contenuti, e di gestione evolutiva indispensabile quanto a metodo, per assicurare ai processi formativi, dalla scuola elementare a quella universitaria, dalla scuola religiosa a quelle manageriali e professionali, una più elevata e coerente efficacia di missione. Siamo nel campo di un rinnovato umanesimo.

Ognuno di noi può permettersi di sognare e realizzare nella vita ciò che desidera più d’ogni cosa. I sogni cambiano con l’età e le esperienze vissute, ma sono comunque sempre gli stessi desideri che per secoli hanno allietato la vita di tutti gli esseri umani: la salute, un grande amore, la famiglia, i figli, il tempo libero, i divertimenti, i viaggi, il denaro. Non permettiamo alla nostra breve vita di essere vissuta senza nemmeno tentare di raggiungere alcuni dei nostri desideri più profondi.

Un forno a microonde esplose nella cucina di un ristorante cinese, causando la morte di diverse persone. Xing Li e il fratello sedicenne Lai Ker, rimasti orfani, vengono affidati alla nonna, donna rigorosa e fiera delle proprie origini cinesi. Dalla periferia di Londra i due fratelli sono costretti a trasferirsi a Kensington, da una scuola pubblica a un esclusivo istituto privato, dall’isola felice del loro piccolo nucleo familiare alla vita con la nonna, lo strano zio Ho e la dolce zia Mei. A casa ci sono nuove regole: è vietato parlare durante i pasti, si mangia solo cibo cinese e lo zio ha sempre la precedenza per fare la doccia; a scuola ci sono i nuovi compagni e ci sono i bulli, quelli che di lei vedono soltanto i tratti orientali e il nome quasi impronunciabile. Agli occhi dei suoi concittadini britannici Xing Li è solo una dei tanti immigrati; poco importa che sia nata a Londra, parli con l’accento cockney e non sappia spicciare una parola di mandarino, che adori il fish and chips e che non abbia mai viaggiato oltre Bath. Finché c’era sua madre, punto di riferimento e ponte tra Occidente e Oriente, la vita aveva le sue difficoltà ma era felice. Ora, nonostante la nonna sia ricca, le mancano le cose più importanti: le amiche, la sua gatta Miao Miao, la mamma, il suo affetto. E la propria identità. Stretta fra due realtà, Xing Li non sa bene chi è, dove siano le sue radici, non capisce perché l’accettazione debba passare per i tuoi tratti somatici e non dall’essere una dodicenne come tante altre, almeno finché un amico, una tartaruga e la scoperta di tante verità ancora sconosciute le permetteranno di fare chiarezza nei suoi sentimenti. La vita secondo Banana è la fotografia di un mondo che cambia, i cui abitanti, tuttavia, non riescono a adeguarsi al cambiamento. È il mondo di oggi, delle società moderne, nelle metropoli e nelle piccole comunità, è il mondo di tutti i giorni, più attuale che mai. E questo romanzo, senza filtri, ce lo racconta attraverso lo sguardo ingenuo di una ragazzina. «Era dai tempi di Denti bianchi che gli editori inglesi non erano più stati capaci di scovare una nuova voce letteraria così piena di significati, ma altrettanto esuberante nella capacità di trattarli.» THE DAILY MAIL «Vorrei che mamma fosse qui, lei saprebbe che cosa fare. Mi

diceva sempre di essere orgogliosa delle mie radici perché un quinto del mondo è cinese ed è tutto Made in China. Ma come faccio a esserlo se deridono il mio nome, i miei capelli neri e mi chiedono se nonna mi ha cucinato carne di cane per cena? Se non fossi cinese, non subirei tutta questa pressione per essere brava in matematica e avrei delle tette più grandi. Però, se fossi inglese, a cena mangerei bastoncini di pesce invece di delizioso cibo cinese. Al sole diventerei color aragosta, passerei ore e ore a parlare del tempo e mi verrebbero le rughe prima. E poi, sui pavimenti di nonna ci sarebbe un sacco di fango, perché gli inglesi tengono le scarpe in casa. Ma, cosa più importante di tutte, se non fossi cinese, non sarei cinese come mamma.»

Al termine di una lunga ricerca, più di 2500 anni fa, Siddhartha Gautama scoprì improvvisamente la soluzione al problema del dolore umano che assillava il suo spirito. Dopo una notte di meditazione, mentre era seduto ai piedi di un fico pipal, raggiunse il risveglio alla verità, o illuminazione, e ottenne l'incrollabile pace dell'estinzione delle passioni, così come la liberazione definitiva dal dolore e dal ciclo delle esistenze. Riprendendo il bastone da pellegrino, il Buddha propone agli uomini una saggezza che sfocia in un cammino di liberazione dalla sofferenza, diventa la guida e il medico della carovana umana. La saggezza del Buddha si fonda sulla sua concezione dell'uomo e della condizione umana nel cosmo; sul ruolo dell'azione umana caricata di una potenza karmica, relativa cioè alla legge di causa-effetto insita nell'agire; sulla nozione di nirvana; sul nobile cammino del risveglio; sui tre rifugi: il Buddha, la Legge, la Comunità. Dopo 2.500 anni, il buddhismo continua il suo cammino e mantiene oggi il suo ascendente su una parte dell'umanità, presentandosi come una via di risveglio proposta all'uomo perché la sua condotta di vita lo porti sulla strada della felicità. Così per l'uomo moderno il buddhismo si offre come una via di risveglio al dovere, cammino in uno sforzo personale continuo, in uno stato di pace interiore e di benevola compassione nella vita sociale, con uno sguardo spirituale sul mondo ma senza una preoccupazione di tipo religioso. Cosciente della precarietà della condizione umana, il buddhista cerca il risveglio, la liberazione dal dolore e l'illuminazione interiore. Presentazione di Julien Ris.

Sono prete da quarant'anni, ma, fin dagli anni del seminario, ho sempre vissuto l'ansia della credibilità. Non mi fanno problema gli errori, gli sbagli, i peccati. Del resto: chi di noi è senza peccato? Però, ha sempre costituito per me un ostacolo...

La silloge, impreziosita dai dipinti dell'autrice, è una raccolta di versi ma non solo: lacrime, grida, voli spezzati, amori sbiaditi, certezze, inconsapevolezze, crudelzze, passioni, desideri, aspirazioni, aspettative...tutto quello che si può incontrare lungo il percorso dell'esistenza e che è già pronto per noi, basta solo inserire il gettone giusto e come da un juke-box la Vita ci canterà la canzone che vogliamo! [Altre opere dell'autrice: "Finchè ci sarà il sole" - "Voli di fenice" - "Semi di vita"]

Il cambiamento climatico costituisce una delle maggiori sfide che l'umanità abbia mai dovuto affrontare. Non sorprende dunque che l'incombente catastrofe climatica scateni in molte persone reazioni interiori di sopraffazione e isolamento. L'opinione pubblica si sofferma principalmente sulla dimensione esteriore della questione, ovvero sulla possibilità di ridurre le emissioni di CO2. Ma quali reazioni attiva nel nostro animo la consapevolezza di dover operare un cambiamento radicale del nostro stile di vita futuro? Che sensazioni proviamo posti davanti all'incertezza che ai nostri figli sia garantito un futuro vivibile? Richard Stiegler, psicoterapeuta e conduttore di corsi spirituali, ci invita a comprendere come il cambiamento imminente agisca su di noi a livello emotivo. Ci stimola a confrontarci con le nostre resistenze interiori e il nostro senso d'impotenza in modo da creare le premesse per la realizzazione di un cambiamento costruttivo. Il suo libro indica una nuova strada, fa luce sugli aspetti essenziali indispensabili al cambiamento di coscienza individuale e collettivo e stimola nel lettore la messa in moto di un intenso processo di presa di coscienza.

La vita comincia ogni giorno. Lettere di saggezza e commozione Dalla distanza alla relazione Pedagogia e relazione d'aiuto nell'emergenza Mimesis

Due ragazzi come tanti, ai giorni d'oggi. Sullo sfondo, una Bologna giovane e feriale. Luca ed Allyson vivono intensamente le emozioni della loro età: il sogno di fare carriera nello sport, la fine della scuola e le scelte future, la definizione della propria identità. Assieme alla loro comitiva, assaporano il successo, l'amore, l'amicizia e le ambiguità presenti in ciascuna di queste tre cose, senza riuscire ad immaginare l'asprezza dei passaggi che li attendono. Improvvisamente, la spensieratezza lascia il posto al disincanto dell'età adulta, e i due si ritrovano sospesi, costretti entrambi, attraverso molte contraddizioni, ad affrontare le loro paure più grandi, che li porteranno ad interrogarsi sul senso delle cose, e ad imparare più di quanto avrebbero mai immaginato sul passare del tempo, sulla felicità, su Dio e, in ultimo, sulla vita.

Accade che eventi non previsti, a cui la vita ci pone di fronte, si ritaglino un ruolo non trascurabile, delineandosi come opportunità per riconsiderare la condizione di discontinuità e di distanza tra gli esseri umani. Come emerge dalle ferite dell'emergenza sanitaria, sociale ed educativa, occorre prendere atto di una faglia in noi che in genere rimane nascosta, ma che in quanto tale va attraversata per approssimarsi sempre più a noi stessi e all'altro. In questa direzione si pone la riflessione pedagogica sulla relazione d'aiuto proposta da Marisa Musaio per educatori, consulenti pedagogici e operatori socioeducativi, delineando la specificità di una professione che intreccia relazione e costruzione di prossimità.

[Copyright: 17ba2aad17afcdba7d5dbb27ced0e1e6](https://www.pdfdrive.com/la-vita-comincia-ogni-giorno-lettere-di-saggezza-e-commozione-dalla-distanza-alla-relazione-pedagogia-e-relazione-d'aiuto-nell-emergenza-mimesis.html)