

## La Felicit Sul Comodino

UNA GRANDE STORIA DI AMICIZIA, PERDITA E RISCATTO. "Vi far à venire voglia di abbracciare stretto il vostro cane, o desiderare di averne uno." Una lettrice su Amazon.com

Rossella è una ragazza di vent'anni che a seguito di una disgrazia familiare si è trovata a dover accudire i suoi due fratelli minori da sola. Il suo unico scopo nella vita è di far essere felici i suoi fratelli, addirittura facendo due lavori, negando lei stessa. Tutto questo fin quando Rossella non incontra Cristiano. Lui è un calciatore professionista e ha la fama di "donnaiolo". Quando Rossella piomba per caso nella sua stanza d'albergo, tutto cambia nella sua vita, ma lei non si fida molto e quindi, ogni giorno, Cristiano cercherà di trasmetterle tutto l'amore che ha per lei.

Lei è un chiodo fisso che ti si conficca nel cervello e non ti fa ragionare. Non puoi ribellarti, sei in suo possesso. Devi mantenerla. La agogni... la brami... la pretendi... deve esser per sempre tua. Ad ogni costo. Con ogni mezzo. Non sei più un essere umano, sei solo il ricordo di una forma di vita, il pasto di un parassita. Segui la tua strada senza mai voltarti, incurante di chi ti sta attorno, ignaro di ciò che ti ha donato. Ma lei non vuole tutto questo. Lei non vuole stare con te. E quando ti avrà portato via tutto ciò che hai, sarà solo la tua fine. Ordunque cosa vuoi? Essere felice od essere veramente felice?

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 sfitto da un po'. In casa tutto è a terra, le mensole, i libri, i cassetti, 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 giurà 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.

La felicità è un battito d'ali

La felicità secondo le stelle

La cosa più difficile da trovare: la felicità

Antiviral Agents

La felicità è ...

**«Tu non capisci, non puoi. Lui cerca in me qualcosa che non esiste, ama una parte di me - una versione di me? - scomparsa. Ma io sono qua. Io esisto e sono diversa da come ero prima. Ma lui non può accettare questa nuova versione di me. Come potrebbe accontentarsi del riflesso della felicità?»** La vita di Allie è stravolta da Ian Allen, un uomo con un animo d'artista e un'ossessione che lo tormenta. Tra di loro sembra esserci stato qualcosa, però un mistero aleggia nella loro routine di lavoro e svago. La giovane donna, razionale e organizzata, è riluttante a parlare dei propri sentimenti nei confronti di Ian e a stare dietro alle sue continue follie che coinvolgono anche il fratello Ryan e la coinquilina Karen con la quale Allie divide un appartamento. Il segreto che li unisce si svela mano mano, capitolo dopo capitolo, ondeggiando tra realtà e invenzione. Ian insegue dei sogni che hanno contorni di ricordi, immagini vivide e pregne di emozioni; mentre Allie fugge da verità che non vuole affrontare, da forze spaventose che entrambi non possono combattere. Allie lo sa, però, alla fine, decide di sfidare se stessa e il destino. Ma è mai possibile cambiare il destino?

**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.**

**Siamo a metà degli anni '70, anni resi difficili dalle crisi energetiche-petrolifere, dal flagello dell'inflazione e, soprattutto in Italia, dal problema degli attentati terroristici e della lotta armata: gli anni di piombo e la strategia della tensione. La vita, invece, soprattutto nelle città provinciali e nei paesi, scorre lenta come sempre. È una storia semplice, ma piena di sentimenti, valori e... il luccichio incessante dei ricordi. Federico in un pomeriggio inoltrato di giugno conosce e si innamora di Aurora, ma l'estate scorre via senza che i due ragazzi si frequentino per davvero. La paura di amare si impadronisce dell'adolescente Aurora. Amico del cuore di Federico è Gilberto. I due amici vivono e condividono le passioni, le paure, le contraddizioni del loro tempo: la stupenda musica pop e progressive, lo sport ed il calcio in particolare, l'amore per il mare e la natura, ma anche le problematiche della droga, del lavoro, della corruzione, dell'inquinamento e del terrorismo. Nel loro vivere semplice, a volte gioiosamente monotono, si domandano cosa sia la felicità, se esiste per davvero, se sia effimera. Il pomeriggio della vigilia di Natale, Federico incontra, riconosce e abbraccia la felicità. Le stelle più luminose, quelle dei valori fondamentali della nostra vita, magicamente si accendono nella cornice della notte di Natale, si stringono e compattano intorno alla stella più grande e luminescente di tutte: l'amore.**

**Primo è un ragazzo solitario e riservato. Nei momenti più bui della sua vita, si è sempre affidato alla scrittura per sfogarsi e andare avanti. Un giorno però ritrova una lettera scritta dal padre, prima che morisse, e le sue certezze si sgretolano. Deluso da tutto, afferra i suoi appunti e sale sul tetto del palazzo per farne un falò. Qui incontra Futura, una ragazza dall'aria ingenua e indifesa che, in piedi sul parapetto, sta per gettarsi di sotto. Primo non ha la vocazione dell'eroe, anzi il cinismo che lo contraddistingue lo porta a scrollare le spalle di fronte a quella scena, proseguendo nell'intento di bruciare gli scritti che per anni ha custodito nella sua stanza. Futura però aspettava solo qualcuno a cui aggrapparsi. Inizia così a essere una presenza fissa nella vita di Primo, che invece non vuole alcun legame con lei e deve barcamenarsi fra uno strano sentimento non corrisposto per D e il coinquilino, Elia, che si sta lentamente distruggendo a causa del vortice malato in cui il suo compagno Riccardo lo sta trascinando. Quando, una notte, Primo e Futura troveranno il corpo senza vita di una giovane ragazza, Primo capirà che rimanere uniti è l'unica possibilità per affrontare la vicenda e che è arrivato il tempo di agire.**

**La nuova vita di Denise**

**La definizione della felicità**

**Cuore e mente - Rivali o complici?**

**La mamma si droga di felicità**

**Vol. III Felice perché ho te**

"Tu sei la mia felicità" è il capitolo finale della serie bestseller "Felice perché ho te" composta da: Vol. I "Felice perché ho te" Vol. II "Finché ho te sarò felice" Vol. III "Tu sei la mia felicità". Era un'anima nera, me lo aveva detto più volte: io ero la sua luce e non potevo spegnermi." Il cerchio sta per chiudersi. Questa volta Aurora e Alessandro metteranno in gioco ancor più di prima. Una serie di eventi e situazioni li hanno portati a spingersi ben oltre le loro aspettative, rendendosi conto di aver a che fare con qualcosa di molto più grande di loro. Dei nuovi personaggi cambieranno le carte in tavola, dei sorprendenti avvenimenti stravolgeranno ancora una volta le loro vite, ma c'è qualcosa che rimane sempre invariato: l'amore dei due protagonisti. Un turbinio di emozioni vi farà ancora una volta sospirare, arrabbiare e trattenere il fiato, ma questa storia avrà finalmente un lieto fine? No, non nel capitolo finale per lasciarvi coinvolgere, un'ultima volta, nelle intriganti vicissitudini che hanno portato Alex e Aurora ad essere ancora più uniti e forti insieme... per sempre. «Aurora, io avrò per sempre un disperato bisogno della tua felicità. Questo libro dimostra che chi pensa positivo vive più a lungo e meglio. La positività va a braccetto con la felicità. Come si fa a diventare più positivi? Attraverso l'ottimismo. Come vedere il bicchiere sempre mezzo pieno, vivendo la vita senza pregiudizi, perdendo pian piano tutte le pulsioni e i condizionamenti che ci rendono infelici, come invadere il tuo spazio. Dipende tutto da te e... da questo libro! Scopri come: . essere ottimisti, concretamente e praticamente, tutti i giorni; . trovare il tempo per fare tutto; . cominciare la giornata con un sorriso; . trovare l'antidoto al telegiornale e alle sue brutture! . sfuggire alla sindrome di Pollyanna... e all'ancor più tremenda sindrome di Gennaro! . liberarsi da ansie e paure; . ritagliarsi godersi i propri successi; . dare torto alla legge di Murphy! . evitare l'influsso dei pessimisti cronici; . trasformare il tuo ottimismo in successo. Premessa "Penso positivo, sono vivo". Così cantava il rapper Jovanotti qualche anno fa. Il ragionamento non fa una piega. Niente più dell'essere vivi dovrebbe indurci a pensare positivo, ad essere positivi. Purtroppo però essere ottimisti, nella vita di tutti i giorni, non è sempre così facile. Soprattutto in periodo di crisi, come tutti ben sappiamo. Eppure un semplice cambiamento di guardiamo al mondo avrebbe il potere non solo di renderci più felici, ma anche di permetterci di avere un maggiore successo nei campi che più ci interessano, di raggiungere i nostri obiettivi. Siamo posti. E' dimostrato infatti che tutti i grandi uomini di successo erano e sono animati da grande fiducia non solo nelle proprie capacità, ma anche e soprattutto nella possibilità di renderlo migliore. E allora, come riuscire nell'impresa di assumere e mantenere un atteggiamento positivo e costruttivo all'interno delle mille difficoltà della vita? Me lo sono chiesta, a un certo punto, esasperata dal pessimismo, dal cinismo e dalla malinconia che respiravo tutt'intorno a me, in casa, al lavoro, ascoltando il telegiornale. Forse per un istinto, ho deciso che, per salvarmi da tutta questa negatività, avrei dovuto sforzarmi di pensare positivo, di essere ottimista. E alla fine, pur con qualche incertezza, ho potuto posso dire di avercela fatta. Cambiare mentalità, dunque, è possibile. È il mio stesso esempio a dimostrarlo. E se anche tu desideri ardentemente uscire dal tunnel del pessimismo, dai consigli delle prossime pagine a farti da guida, ti permetteranno di liberarti da ansie, paure e pensieri negativi, di sentirti più leggero e pronto ad affrontare ogni circostanza. Posso assicurare: il metodo funziona. L'ho sperimentato su me stessa. Ad una condizione, però: occorre che tu lo voglia davvero. Innanzitutto infatti bisogna che tu prendi coscienza consapevole di cambiare mentalità, nonché atteggiamento e approccio. E puoi farlo solo fermandoti e pronunciando chiaramente queste parole: "Ok, ho deciso. Sono stata una persona triste e muso. La cosa che desidero più di tutto è questa: sorridere alla vita. E voglio che non sia un sorriso di circostanza". Deve cioè essere chiaro a te per primo che l'obiettivo è di sembrare felice e positivo alle persone che incontri, per amore delle apparenze, ma quello di esserlo davvero. È per te stesso, per la tua felicità e il tuo equilibrio interiore. Segui questo percorso. Una volta chiarito ciò, sei pronto per leggere questo libro. E scoprire come sia possibile, in concreto, diventare davvero più positivi. Francesca Radaelli

La casa della nonna è sempre un porto sicuro e dopo la brutta avventura con Jhonatan, l'unica cosa che Olivia vuole fare è lasciarsi tutto alle spalle. Quando rientra a casa, tutto è diverso, diversamente, i vecchi fantasmi spariscono insieme al mare di bugie che si erano portati. Ora non resta che far andare tutto per il meglio, sperando che non vengano fu

situazioni, ma si sa, la vita è piena d'imprevisti e non ci si può mai rilassare, perché qualcuno è sempre pronto a colpirti alle spalle. Nata a S. Giovanni Rotondo in provincia di Foggia il 10 marzo 1989, Elisa Crescenzi trascorre i suoi primissimi anni nel collinare pugliese, a Casalnuovo Monterotaro. A due anni si trasferisce, per esigenze lavorative dei genitori, a Gropello Cairoli, un accogliente paese della Lomellina Pavese. Appassionata di danza moderna sin da piccola, frequenta il liceo artistico, in cui consegue il diploma. Attualmente ha due figli e due nipotini, oltre ai suoi due bambini, altra sua grande passione, di età compresa tra i sei mesi e i tre anni. L'amore per la lettura e la passione per il romanticismo portano alla nascita della "trilogia" *La felicità sul comodino*. Una raccolta di racconti firmata da Margi De Filpo e Vincenzo Corrado. "Ci sono narratori non ancora conosciuti che stanno costruendosi una maturità letteraria in autonomia, sapientemente incostanti, s'affacciano al pubblico quando sono certi del loro lavoro perché lavorano in silenzio e nel rispetto della propria dignità, misurandosi con se stessi e con le proprie pagine. Hanno superato l'esordio da soli, e sono già oltre. Qui dentro ne troverete prova." Diego De Silva

Non contate su di me

La coppia, suoceri e generi, lavoro, scuola, sport e...

La fragilità della felicità

La felicità sul comodino

La vera felicità

***Ilaria, un giorno come un altro, incontra un Gentil straniero nel locale di famiglia, raffinato, misterioso, "L'eccezione umana", avido lettore, di buon animo, amante della saggezza e spiritualità. Iniziano a trascorre del tempo insieme. Entrambi determinati, passionali, sensibili, liberi. Nasce un amore folle, complesso, passionale e tormentato dalla mancanza di un abbraccio che in un baleno risolve tutte le incomprensioni. Un altro potente legame è al centro del romanzo: quello di due gemelle con la loro forza di andare avanti ed essere felici, malgrado gli infiniti e faticosi gradini della vita.***

***Cos'è successo a Floriano Pintucci, imprenditore trovato morto una mattina di agosto all'interno della sua azienda? Dal carcere dove è in attesa di giudizio con l'accusa di omicidio del suo datore di lavoro, Jovana fa recapitare alla giovane amante del defunto una lunga lettera in cui spiega cosa è veramente accaduto. Non è semplicemente una confessione, ma il racconto di una vita intera iniziata sessant'anni prima nella ex Jugoslavia. Da un episodio dell'infanzia che la segnerà per sempre, Jovana rivela a Luisella Malaguti i suoi sogni giovanili, l'arrivo in Italia agli inizi degli anni '70, le difficoltà per imparare la lingua e trovare lavoro, la delusione della maternità e la fuga da un uomo violento. Dopo anni passati a lottare, la vita di Jovana sembra prendere una svolta insperata grazie all'incontro con Armando Pintucci, patron dell'omonima azienda dolciaria e padre di Floriano. Sarà proprio quest'ultimo a rivoluzionare del tutto l'azienda quando, dopo la "strana" morte del padre, ricomparirà sulla scena per lanciare una linea di biscotti per cani e gatti. Quando Jovana trova il suo corpo senza vita, Floriano è uomo all'apice del successo. Cosa gli è veramente accaduto? Stefania Zamboni racconta con grande potenza espressiva e ricchezza stilistica i destini di Jovana e Floriano, intrecciandoli a quelli di altri personaggi, ognuno dei quali è portatore di un segreto inconfessabile o di una storia drammatica dai molteplici risvolti...***

***Una donna libera Un inganno crudele Un coraggio che non accetta confini***

***La storia che Liliana Tundo ci racconta in questo suo nuovo romanzo è, inizialmente, ambientata a Colaray, un piccolo villaggio rurale nei pressi di Chisinau, capitale della Moldavia, rimasta per troppi anni ostaggio della tirannia comunista e che ora stenta a uscire dalla miseria. Qui vive Viorika, una giovane donna e madre che sogna di lasciare la sua terra natia per un mondo diverso, perché pensa che con un maggiore benessere economico si possa raggiungere la felicità. Piena di entusiasmo, parte per l'Italia, sperando di essere raggiunta dalla figlia Helena, non sapendo che il Paese sognato non era un approdo sicuro ma la tappa di un doloroso percorso... Un romanzo attualissimo che riflette sulla condizione di tante donne, costrette ad abbandonare la propria famiglia e a combattere ogni giorno per la sete di libertà e felicità. Liliana Tundo ha insegnato Filosofia e Pedagogia presso gli Istituti magistrali e materie letterarie nelle scuole medie statali. Ha pubblicato con il Gruppo Albatros i romanzi Estate a Villa Esmeralda (2010), Lara e il segreto del bosco maledetto (2011), Quando l'amore non basta (2013), Gli Algranati (2016) e Il sogno di Giovanni Palieri (2018).***

***La quotidiana felicità***

***Felicità Effimera***

***Dimmi che c'entra la felicità***

***Prendi in mano la tua felicità***

***La felicità arriva in punta di piedi***

***La felicità sul comodino*** Tea

***Piccoli segreti per vivere meglio ogni giorno «Alberto Simone ha il dono impagabile di farci sentire tutti migliori.» Maria Rita Parsi «Trovo che il libro di Alberto Simone abbia una caratteristica di fluidità e di levità che lo rende molto accessibile. Usa con consapevolezza energetica le parole, e il risultato è molto gradevole e mai banale.» Rossella Panigatti «Questo piccolo libro (fisicamente piccolo, discreto, gentile) ci spinge all'invenzione, al sogno, al coraggio. Grazie!» Barbara Alberti «A chi non piacerebbe avere un amico che ogni sera***

*si sedesse accanto al nostro letto e ci accarezzasse l'anima, come farebbe un papà con il proprio bambino? Ecco cosa ho pensato leggendo il libro di Alberto Simone. Un vero amico che ci regala un passaporto per il mondo dei sogni.» Antonio Manzini «Piccoli rimedi (concreti) per vivere meglio.» Corriere della Sera «Chi non desidera essere felice? Chi non vuole che le persone che ama lo siano altrettanto? Chi non ha conosciuto almeno una volta nella vita anche un solo istante di felicità, magari, poi, passando gli anni coltivandone il ricordo e la nostalgia? «Perché la felicità appare, ci seduce, ci stordisce e poi se ne va. Per questo cerchiamo di afferrarla, scattando fotografie e girando filmi in ogni circostanza festosa, per condividere tutto con amici, parenti e persone a noi vicine. Questa è una felicità transitoria, sulla quale non abbiamo molte possibilità di controllo. Così rara, a volte, da farci pensare che sia solo una chimera, un intervallo più o meno lungo tra due momenti di non felicità. In queste pagine, invece, parleremo di una felicità possibile e duratura. Una condizione di maggiore libertà e stabilità emozionale, di pace interiore e di compenetrazione totale con l'universo al quale apparteniamo. E lo faremo esplorando insieme quei meccanismi invisibili e spesso subdoli con i quali siamo proprio noi, e nessun altro, a renderci le cose difficili, allontanandoci da una condizione naturale che è quella di saper godere e gioire di tutto ciò che riempie e rende unica la nostra vita.»*

*Seguito di "Che rumore fa la felicità", In questa nuova storia conosceremo un'altra Denise, le sue origini, la sua famiglia, un nuovo passionale amore che l'aspetta. Mollare tutto la sua città, i suoi amici, rimettersi a studiare prendere una seconda laurea in economia e cambiare vita totalmente.*

*Fece un lungo bagno in mare e poi cercò una zona d'ombra dove mettersi a meditare, aspettava che qualcuno gli mandasse un segno, ma quel qualcuno era dentro di sé, doveva solo ascoltarlo.*

*La Felicità all'improvviso*

*Il Manifesto della felicità (Life)*

*La felicità è un paese lontano*

*Il braccialetto della felicità*

*The unfortunate appearance of AIDS, the manifold problems with herpesviruses and other viruses attacking humans have led to an enormous dynamism of worldwide research and to an immense increase in the corresponding literature. With this first Special Topic of the monograph series Progress in Drug Research, the editor and the publishers undertake an effort to supply concise reviews on virus research, especially on the development of new and future antiviral agents in some important and widespread viral diseases. Latest Progress in Drug Research articles dealing with new chemotherapeutics for the treatment of the most threatening viral diseases are presented. These very well received articles were upgraded and supplemented with new chapters to form this actual overview of the achievements in the respective fields of virus research. This special volume contains six review articles covering the latest studies on the HIV and hepatitis C and B viruses...*

*Le certezze su cui Dorotea e Francesco hanno basato la loro unione crollano il giorno in cui scoprono che non possono avere un figlio. Contrari all'idea di invecchiare restando soli, Dorotea e Francesco intraprendono la strada dell'adozione giuridica e capiscono ben presto che il percorso che li attende li condurrà oltre l'orizzonte del concetto di famiglia tradizionale che avevano elaborato nel corso degli anni passati a fantasticare sul loro futuro. Francesco ama l'arte, vive con Dorotea in una grande casa e possiede un'automobile d'epoca. L'incontro fortuito con Khalid, un ragazzino nordafricano abbandonato in un distaccamento di polizia, segna per lui l'inizio di una stagione nuova che fa vacillare le sue convinzioni e mette a dura prova le logiche consumistiche che governano il mondo a cui appartiene. Durante i lunghi mesi dell'attesa, in cui nulla sembra accadere e il tempo pare dilatarsi a dismisura, Francesco e Dorotea scoprono che è possibile amare un figlio adottivo come si ama un figlio biologico, fino a raggiungere la piena consapevolezza che un figlio adottivo rappresenta il Dono più grande che la loro famiglia possa sperare di ricevere. Riusciranno Dorotea e Francesco a portare a compimento l'ambizioso progetto di partorire con il cuore?*

*La pia Rosetta Drago, la giudiziosa e ambiziosa figlia del fioraio del cimitero, pur vivendo in un condominio che puzza di fritti e cavolo nel quartiere popolare di una città siciliana non meglio identificata, è nata elegante: «C'è chi nasce bella, c'è chi nasce intelligente, e io elegante sono nata». La sua brama di scalata sociale è tutt'uno col desiderio insopprimibile di circondarsi e possedere cose chic (gioielli, abiti, mobili, cristalli di Swarovski...) e solo un buon matrimonio potrebbe avvicinarla a quel paradiso in terra rappresentato dai quartieri alti ed elevarla finalmente, dopo tanto penare, allo status di vera signora borghese. Questa missione, che si rivelerà fallimentare, perché tanto lunga e faticosa sarà la salita quanto sarà repentina la caduta e il ritorno alle origini e alle case popolari, è accompagnata da una fede incrollabile e da pratiche devozionali, preghiere, messe, processioni. Suggella il romanzo l'epilogo divertente e crudo in cui la frigida Rosetta vive definitivamente il crollo dei suoi ideali, ma sempre... elegantemente.*

*Tutte le difficoltà cesseranno di esistere. Perché il metodo Belotti non è orientato solo ai risultati, ma si prende cura di qualcosa che ti rende unico: il tuo vero scopo nella vita.*

*La felicità è contagiosa*

*L'ossessione della felicità*

*Alla ricerca... della felicità*

*Samuel, la felicità e i perdisogni*

*La signora Rosetta, ovvero la felicità provvisoria*

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

Questo libro è il frutto di un lungo e approfondito studio sui caratteri e sulla psiche umana; esso è anche finalizzato a dare consigli a tutti quelli che in qualche maniera si sono trovati, si trovano e si troveranno ad avere rapporti con i loro simili, nella posizione e nella veste, di volta in volta, di studenti, professori, dipendenti, datori di lavoro, coniugi, generi, nuore, suoceri o suocere, sportivi dilettanti. In particolare, per coloro che si accingono a rivestire questi ruoli il mio libro contiene dei consigli che, con riferimento al rispettivo segno astrologico, ritengo possano essere di qualche utilità. A coloro che invece hanno già ricoperto i predetti ruoli il mio libro potrà offrire una buona occasione non solo per una lettura amena, ma anche per verificare se le loro esperienze abbiano trovato corrispondenza con quanto da me descritto. Se la risposta sarà positiva non potrò che compiacermene.

A Tiddlesbury, una piccola cittadina inglese, tutti conoscono e adorano Fanny. Fanny è dolce, simpatica, sembra brillare di una luce speciale. Il suo segreto? Attenersi ogni giorno a una stretta regola di vita, il Manifesto della Felicità, compilato dalla sua migliore amica sotto forma di decalogo. Si tratta di semplici azioni quotidiane - Elenca tutte le cose belle che hai; Prenditi cura di qualcosa; Ridi; Concediti un premio - che servono a regalare un po' di buonumore, a rendere il mondo più bello e che, magicamente, portano anche fortuna. E così, proprio grazie al Manifesto, Fanny ha incontrato Matt, bello e di successo, forse un po' troppo devoto alla carriera, ma con tutte le carte in regola per essere definito il "ragazzo perfetto". E ora, come in una fiaba, lui le ha chiesto di sposarlo. La data del matrimonio è vicinissima, e le cose da organizzare così tante... troppe, per una come Fanny che vive perennemente con la testa tra le nuvole! Come se non bastasse, a turbare l'equilibrio della sua vita da sogno arrivano la madre, che le piomba in casa all'improvviso in cerca di ospitalità, e un ragazzo, sexy da togliere il respiro, che le fa battere il cuore come non le capitava da tempo. Le certezze di Fanny cominciano a vacillare una dopo l'altra: tenere a bada la madre, un vero e proprio tornado di donna, e tentare di reprimere i sentimenti ribelli che rischiano di mandare all'aria l'imminente matrimonio non è semplice Esisterà una regola anche per scampare ai disastri d'amore?

Costruisci un corpo, una mente e un'anima migliori. Dona, ama e risplendi tesoro! Un'attitudine incessantemente positiva le ha permesso di reagire e sopravvivere ad una poliomielite paralizzante, una madre alcolista, un matrimonio durato 16 anni con un uomo violento, la perdita della sorella, il sessismo di Hollywood e le difficoltà di una madre single lavoratrice. Storie profondamente personali raccontate con umorismo e candore, sapranno ispirare i lettori ad uno stile di vita incentrato sulla felicità. In questo libro rivela come abbia imparato ad amare ogni giorno e a trattare se stessa con la stessa gentilezza che rivolge agli altri.

AUTOSTIMA IN 7 GIORNI: Ritrova te stesso e la Felicità

OTTIMISMO + PENSIERO POSITIVO = AUTOSTIMA! Scopri la formula della Felicità

La felicità delle piccole cose

L'albero della felicità

La felicità sul comodino. Piccoli segreti per vivere meglio ogni giorno

*La comparsa di due bambini, Helena e Dylan, apparentemente arrivati dal nulla, nasconde una verità misteriosa che comincerà a trovare spiegazioni solo dopo diversi anni... Per Helena, separatasi da Dylan quando erano ancora bambini, inizia un viaggio fantastico e intriso di magia, alla scoperta della sua storia, del suo passato e della sua famiglia. Il tutto in un luogo magico di nome Amona, un mondo fondato oltre duemila anni prima in onore della donna amata dal mago più potente del mondo. Ed è in questa atmosfera surreale che compare l'Albero della Felicità con i suoi incredibili poteri. Un fantasy un po' particolare che gioca sul rimbalzo temporale tra l'oggi e il passato, per spiegare piano piano le novità e i misteri che avvolgono i protagonisti di questo romanzo.*

*Lo charme di Parigi. Un'appassionante caccia al tesoro sulle tracce dei quadri di Monet. Un inno alle piccole cose che scaldano il cuore. È iniziato tutto nel giardino di Monet a Giverny. Lo ricordo come se fosse ieri. Era il dicembre del 1979. Da più di trent'anni, ogni sera mi domando come sarebbe stata la mia vita se non fossi entrato in quel giardino."*

*Samuel non riesce a stare con i ragazzini della sua età. A lui piace conoscere il mondo, capirlo, ascoltarlo, mentre a loro piace solo giocare. Così*

*passa il tempo insieme agli adulti e da loro impara: dal barbiere Osvaldo impara che esiste una sola grande verità, da nonno Mario che il niente va riempito come una bottiglia vuota e dal vecchio pescatore che al mondo esistono i perdisogni. I perdisogni sono colore che, una volta cresciuti, smettono di sognare, chi crede che il sogno vada relegato esclusivamente a una realtà bambina, chi impara a nutrire solo la sua parte materiale, tralasciando quella emotiva. «Chi costruendo il suo mondo di fuori smette di costruire quello di dentro. Quello è un perdisogno». Questo gli aveva insegnato il vecchio pescatore.*

*Le cose belle della vita sono quei momenti che non hanno nulla di memorabile, anzi fanno parte della nostra quotidianità, ma ci regalano quella inaspettata felicità che rende il tempo che passa meritevole di essere vissuto.*

*La chiave della felicità*

*Tu sei la mia felicità (Floreale)*

*Che rumore fa la felicità (la nuova vita di Denise) (Parte seconda)*

*Gli ingredienti per la felicità*

*il successo, il denaro o la felicità*

"Voleva altri tagli, altro sangue, altre cicatrici profonde, voleva che chi avrebbe scoperto il suo cadavere vedesse gli inequivocabili segni del suo dolore." Alessia vuole morire. Vittima di bullismo a scuola e incompresa a casa, trascorre passivamente le giornate insieme ai mostri che le affollano la testa: l'ansia e la depressione. Il suo unico conforto sono i tagli che si autoinfligge. Al culmine della disperazione, decide di compiere un ultimo viaggio per salutare le due città che le hanno rubato il cuore, Venezia e Dublino, e poi farla finita. Ma la vita ha in serbo per lei qualcosa di inaspettato, e l'incontro con Selene, in un'antica libreria della nebbiosa città veneta, potrebbe stravolgere i suoi piani. Tra ponti, calli strette e piazze affollate, si dipana una struggente storia d'amore in bilico tra la vita e la morte. Un viaggio tra fantasmi del passato ed emozioni travolgenti alla ricerca spasmodica di una fragile felicità. **ATTENZIONE:** questo libro contiene scene e tematiche delicate che potrebbero urtare la sensibilità del lettore

Ottavia, una ragazza di diciannove anni, vive con la sorella Emma e il padre, vedovo da qualche anno. La sua vita, negli ultimi tempi, procede, a causa di incomprensioni familiari, all'insegna del turbamento: i suoi assillanti pensieri convergono tutti nel desiderio di scappare dalla sua opprimente casa, con un padre che intende progettare il suo futuro senza considerare la sua felicità e una sorella che spesso cova nei suoi confronti rabbia, invidia e rancore. Per quanto tempo, si chiede Ottavia, riuscirà a vivere in questo modo pressata dalla volontà del padre e subendo le angherie di Emma? La svolta per lei sembra arrivare da un incidente in un castagneto, quando viene soccorsa da Antonio, un affascinante e misterioso ragazzo. Tra i due nasce un sentimento che diventa sempre più forte e che, però, è minacciato dal rifiuto categorico del padre della ragazza. La lontananza non servirà a spegnere la fiamma del loro amore; lotteranno con ostinazione per riuscire a stare insieme, ma la vita avrà in serbo per loro dei continui sconvolgimenti. Vedranno una possibile riconquista della serenità familiare e la stabilità di un lavoro sicuro; toccheranno con mano la promessa della felicità, ma dovranno anche accettare che non sempre i sogni si realizzano come abbiamo sperato perché, a volte, gioia e dolore sono le facce della stessa medaglia. Salvatore Patanè vive ad Acireale (CT) dove è nato il 5 maggio 1948. Laureatosi in Materie Letterarie al Magistero di Catania nel 1973, ha insegnato Lettere in Istituti professionali e tecnici per un lungo periodo in provincia di Brescia e, successivamente, nella sua città natale fino al 2009, anno in cui è andato in pensione. Felicità effimera è la sua prima opera.

Può cambiare la vita di una persona? La protagonista di questo libro risponde a questa domanda così complessa raccontando la propria esperienza, i propri successi, ma soprattutto i propri fallimenti con la leggerezza di chi ha trovato la forza e il coraggio di superare tutte le difficoltà e cambiare perché solo noi siamo in grado di trasformare la nostra vita ed essere felici. Laura Marziliano è nata a Monza il 23 dicembre 1973, e da quel giorno quella amata/ odiata provincia troppo provinciale non l'ha ancora lasciata. Mamma di due splendidi ragazzi, capricorno pentita, doppiamente ex moglie, ex imprenditrice, ex insonne, ex nevrotica ed ex fumatrice, in meno di un anno rivoluziona la sua vita e se ne scopre entusiasta ed innamorata. Neo viaggiatrice, neo operatrice di Access Bars e neo massaggiatrice in amaca. Nel 2018 termina questo libro, che ha iniziato a scrivere - solo nella sua testa - quindici anni prima.

Un libro che ti aiuterà a conoscere meglio il tuo cuore e la tua mente e a diventare padrone della tua vita! Ma che cosa si intende per cuore? E per mente? Il loro è un eterno conflitto o una meravigliosa complicità interiore? Posso cambiare il modo in cui interagiscono questi due elementi nella mia vita? Posso gestire meglio le mie emozioni? Posso vivere meglio con me stesso e con gli altri? Posso davvero cambiare, migliorare e crescere? Posso raggiungere la felicità? Scopri le risposte in questo viaggio tra mente e cuore attraversando i noti concetti di intelligenza emotiva, competenza emotiva, intelligenza sociale e libertà emotiva; un viaggio attraverso le emozioni, per capire come funzionano, che differenza c'è tra emozioni e sentimenti e come interagiscono con i pensieri. Tra gli stimolanti argomenti del libro: "Al cuore non si comanda! ...e alla mente? Chi comanda davvero?" "Va dove ti porta il cuore! ...no, anzi, va dove ti porta la mente!" "Ma io sono fatto così!" "...ma vuoi rimanere così? Si può cambiare?" "Essere o non essere... è davvero questo il problema?" "Io e gli altri" "Pensieri di felicità".

La strada per la felicità

La felicità è un balcone

La felicità è un obbligo

La forma minima della felicità

Advances and Problems

***Essere in cammino verso la felicità significa già essere felici.***

***Ilaria fa le valigie di corsa. Scrive un breve biglietto alla sorella per non farla preoccupare. Sale sul primo treno disponibile in stazione senza conoscerne la destinazione. Non sa che proprio quel treno le cambierà la vita. L'incontro con una dolcissima bambina dagli occhi tristi, tanti amici nuovi e vecchi, avventure ed emozioni la riporteranno a poco a poco a ritrovare il sorriso.***

*Un intenso romanzo al femminile Due donne nate negli anni sessanta che di volta in volta incarnano una generazione, un'epoca e due modi particolari e molto diversi tra loro di attraversare la vita, dall'adolescenza alla maturità. Una, Clarisse - segnata da un evento traumatico a sedici anni, che ha cercato di dimenticare più che superare e che l'ha vaccinata contro la paura - condurrà una vita bohémienne e caotica, fatta di amori contrastati e passionali, e di una professionalità erratica, segnata dalla fatalità della ripetizione. L'altra, Ève, diventata cuoca a domicilio dopo studi classici, ha adottato l'equilibrio di una vita borghese da espatriata, compiendo scelte ragionevoli e durature. A loro insaputa sono unite da un legame invisibile e, grazie a una scoperta casuale, le loro strade s'intrecceranno intensamente. Clarisse ed Ève, due donne, diversissime tra loro, ma nelle quali ciascuna può ritrovarsi, in parte o per intero, nel loro differente rapporto con il corpo e il desiderio, l'amore e la maternità, l'invecchiamento e la felicità. Felicità intesa come durata e continuità, oppure come una serie di frammenti, i momenti dell'incendio.*

*Un nuovo capitolo di quella che potremmo, ad oggi, definire, una brillante trilogia dello spirito, sagace e leggera, una raccolta di pensieri e considerazioni di ampio respiro che l'autore condivide con i suoi amici lettori. La nostalgia di come eravamo si intreccia con le attese mai sopite per il futuro che ci attende, e nella trama si innestano riflessioni sulla politica, la pubblica amministrazione, i grandi nomi del cinema italiano e le celebrità della musica del panorama nostrano e internazionale, con particolare riferimento ai "mitici" anni Settanta. E ancora: la poesia, la "romanità", le più attuali questioni di ordine pubblico, come l'ondata migratoria che investe il Paese. La quotidiana felicità è un libro piacevolissimo e di grande compagnia che allieterà le ore di numerosi fruitori e che conquisterà per la sua schiettezza e desiderio di sincerità. Claudio Pulicati è nato a Roma nel 1952. Vive abitualmente tra Roma e Padova, continuando a coltivare le passioni di una vita: la musica, la letteratura e la poesia italiana e dialettale romanesca, la storia moderna e la pittura contemporanea. La quotidiana felicità è la sua terza opera dopo Sì... come è diversa, oggi, la vita (Gruppo Albatros il Filo, 2013) e Dove eravamo rimasti? (Gruppo Albatros Il Filo, 2016).*