

## La rivoluzione del cuore



**AUTORI**  
Dalai Lama,  
Patrick  
McDonnell  
**EDITORE**  
Sperling&Kupfer  
**PAGINE 144**  
**PREZZO DI**  
**COPERTINA**  
23€

Un inno alla gentilezza.

Un invito, gentile, a rispettare la Madre Terra e tutti gli esseri viventi.

Una favola illustrata, inframmezzata da pensieri e riflessioni del XIV Dalai Lama.

**"Se abbiamo la capacità di distruggere la Terra, abbiamo anche la capacità di proteggerla."**

Messaggi di speranza e di gioia, che possono arrivare a tutti noi, anche ai più giovani.

Un invito a una rivoluzione compassionevole per il futuro del nostro mondo.

"Sì gentile ogni volta che è possibile. È sempre possibile!"

## Sagre d'Italia



**AUTORI**  
Donatella Alquati  
e Giorgio Mininno  
**EDITORE**  
Slow Food Editore  
**PAGINE 386**  
**PREZZO DI**  
**COPERTINA 29,90€**

### Viaggio nella tradizione popolare

Metti due fotografi e designer in giro per l'Italia per cinque anni e falli partecipare alle tante sagre che costellano il nostro bel paese. Ne risulta una guida all'Italia più autentica, quella che passa per i prodotti tipici, per i sapori condivisi, ma vista anche dal punto di vista estetico, grazie ai bellissimi reportage fotografici che la compongono.

"Sagre d'Italia - scrivono gli autori - è prima di tutto un'idea di viaggio alternativo per chi come noi è appassionato di cultura gastronomica, sceglie le proprie mete in base a quali piatti potrà assaggiare e costruisce i propri itinerari districandosi tra le infinite attrazioni culinarie che il mondo mette a disposizione."

A completare il volume troviamo le ricette protagoniste di ogni festa e un lungo compendio finale, suddiviso per regioni e per mensilità, di sagre da non perdere. Qualcosa che mancava.

## Scegliere per riordinare



**AUTRICE**  
Lisa Butterworth;  
fotografie di  
Julia Stotz  
**EDITORE**  
Guido Tommasi  
Editore  
**PAGINE 224**  
**PREZZO DI**  
**COPERTINA 27€**

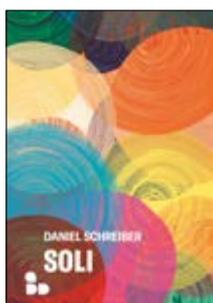
### Liberarsi del superfluo e vivere meglio

**Nell'epoca dell'accumulo un manuale di riorganizzazione e di scelta può solo essere di aiuto.**

Scegliere ciò che è funzionale per noi, che ci rende felici, che migliora i nostri ambienti e la nostra vita. Questo processo può non essere facile, implica il lasciare andare qualcos'altro, fare spazio. Può essere un processo lungo, da preparare, anche grazie a questo libro, ben scritto e molto ben illustrato, mettendo in atto una precisa strategia per ogni stanza della casa.

Visualizzare, eliminare, pulire, organizzare e mantenere: questi 5 passi da affrontare secondo l'autrice per non sentirsi sopraffatti prima di iniziare l'opera di decluttering che ci prefiggiamo. Potremo così prendere coscienza del punto in cui siamo, farci le giuste domande, arrivando a stare meglio, soprattutto se affrontiamo questo lavoro con l'intenzione di comprendere i bisogni e le emozioni che si celano dietro agli oggetti, non limitandoci a considerarli soltanto nella loro materialità.

## Soli



**AUTORE**  
Daniel Schreiber  
**EDITORE**  
Add editore  
**PAGINE 160**  
**PREZZO DI**  
**COPERTINA**  
16€

Mai come nel periodo natalizio, la solitudine può essere difficile e creare sofferenza. È quello che è accaduto qualche anno fa al bravo autore di questo intenso saggio, che ho letto con particolare interesse e partecipazione. Ha grande valore interrogarsi su cosa significhi oggi vivere in solitudine. Che può essere solitudine materiale, ma anche relazionale, intellettuale. In questo libro Schreiber, attingendo all'esperienza personale, ma anche alla filosofia e alla letteratura, **esplora un sentimento che tutti conosciamo e che spesso ci spaventa**. Siamo soli anche in famiglia, a volte, così come possiamo essere felici e soddisfatti in una baita in riva a un lago, lontano da tutti, ma più vicini a noi stessi e alla natura, sentendoci parte del mondo. "Non ho scelto intenzionalmente di vivere da solo. Al contrario - scrive l'autore - per molto tempo ho dato per scontato che avrei condiviso la vita con qualcuno e che con quel qualcuno sarei invecchiato... Ma a un certo punto tutto questo finì (...). Se per molto tempo non ero stato in grado di stare da solo, ora sembrava che la solitudine la cercassi." Ed ecco che il libro di Schreiber fa intravedere il vero tema di questo libro: la felicità, i rapporti, soprattutto di amicizia, che possono davvero farci vivere la libertà e l'accettazione di cui abbiamo tutti bisogno. Un libro importante e mai scontato.

## Spazio sacro, suono sacro



**AUTRICE**  
Susan Elizabeth  
Hale  
**EDITORE**  
Edizioni  
Mediterranee  
**PAGINE 256**  
**PREZZO DI**  
**COPERTINA**  
24,90€

### I misteri acustici dei luoghi sacri

Diamo spesso attenzione agli spazi sacri per le forme che hanno: linee e geometrie che conducono il nostro sguardo, ambienti e immagini che ci contengono e che raccontano. Eppure, quanto è importante il riverbero di un canto gregoriano in una chiesa romanica, quanta musicalità avevano i sacerdoti in Egitto. Gli antichi conoscevano che lo spazio e il suono conferiscono armonia allo spirito. L'autrice di questo importante volume sui luoghi sacri e sui suoni ad essi legati, è una nota musicoterapeuta e una cantante incantevole. Nella sua ricerca, ha appreso il modo in cui le diverse religioni hanno creato edifici che fossero conformi al loro messaggio. In modo capace e accattivante, ci conduce in templi, cappelle e cattedrali, dove è evidente che la musica è un elemento intrinseco al viaggio della vita ed è il metodo proprio a ciascuna fede di consacrare lo spazio con il suono. Il canto e la musica sono sempre stati essenziali per la cultura, espressioni di un bisogno umano fondamentale. È così ancora oggi, nella nostra epoca tanto caotica... La Hale racconta di un ritorno al tempio, dove le persone cercano luoghi di risonanza per cantare, e costruiscono nuovi luoghi sacri nel desiderio di ispirazione, canto, amore, visione e intenzione.