



AMORE

darli». L'invito è dunque a «confrontarci con quello che c'è nella nostra vita e farne qualcosa di nuovo. Impariamo a scoprirci diversi, a cambiare punto di vista, a metterci nei panni dell'altro chiedendoci come eravamo noi mentre per esempio ci veniva risposto in un determinato modo. Rendiamoci consapevoli di quanto sta accadendo per allenare l'empatia nei confronti dell'altro, decidendo insieme se provocare una spaccatura o se costruire una relazione della famiglia per crescere insieme, costruendo anche qualcosa di nuovo». Perché, conclude Colombo, «in un momento in cui siamo costretti a stare chiusi l'uno accanto all'altro dovendo gestire preoccupazioni e ansie che sembrano schiacciarsi, pare più facile versarle sul partner. La rabbia, l'ansia, la tristezza, l'ansia, la frustrazione sono inevitabili, le abbiamo tutti e nessuno è in grado di gestirle senza, a volte, sbagliare. Diventa importante rendersi conto che quello che stiamo addossando all'altro sono nostre paure spesso poi condivise: parlarne può aiutare, così come fare progetti insieme, trovare un sogno condiviso, un progetto anche non immediato, ma pensato e sognato insieme».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Tra passione e speranza

Publicato nel 1985, *L'amore ai tempi del colera* dello scrittore colombiano Premio Nobel per la Letteratura Gabriel García Márquez narra una storia d'amore che si svolge nel corso dei decenni, resistendo al tempo. Un amore nel quale Fiorentino Arzía ha perseverato per oltre cinquant'anni, rivolto alla donna di cui si è innamorato a prima vista, Fermina. Un amore che non vacilla mai, né davanti

alle minacce del padre di lei, né dopo il matrimonio della donna con un altro, disposto ad aspettare anni e anni che lei diventi vedova. Una storia di passione e di speranza, che tratteggia anche un affresco di mezzo secolo di storia, vita, mode, abitudini della terra e della gente dei Caraibi. E che offre una straordinaria e indimenticabile galleria di personaggi della letteratura contemporanea.

Ora più che mai va ricercato un nuovo equilibrio di copia e di famiglia

Le emozioni escono a volte in maniera positiva, altre dirompente

Consigli

L'inconveniente di essere amati

Com'è complicato capire da cosa e chi realmente siamo attratti



In fuga da una relazione distruttiva vissuta a Milano e in cerca di un rifugio dove tornare a scrivere canzoni, Paride torna sulla Riviera delle Palme dove contro ogni logica e previsione si innamora di una donna bellissima, sua zia Sonia. Moglie di un uomo violento e che la trascura. Trova lei, il cuginetto Gianmaria che è ostile al mondo, l'amica d'infanzia con la nonna malata, una ragazzina polemica e spiccia in sedia a rotelle, un tipo tutto moto e palestra che rivela un'umanità profonda. *L'inconveniente di essere amati* (Bompiani, 16 euro), dello scrittore e sceneggiatore Alcide Pierantozzi, è un romanzo d'amore dolce e struggente, disarmante e doloroso. Che racconta come è complicato capire da cosa siamo attratti.

L'arte di riparare un cuore

Come superare la fine di un amore e tornare a vivere felici



Una guida per aiutare a superare la fine di una relazione traendone il maggior vantaggio possibile: è *L'arte di riparare un cuore* (Erickson, 17 euro) dello psicologo e psicoterapeuta Duccio Baroni, esperto di difficoltà emotive e relazionali alle dinamiche di coppia. Superare la fine di un amore e tornare a vivere felici: il libro fornisce gli strumenti per dare un senso al dolore, capire gli schemi comportamentali che a volte conducono verso scelte sbagliate, lasciare andare la tristezza e riacquistare autostima, fiducia negli altri e consapevolezza di ciò che cerchiamo. Perché poche cose feriscono quanto la fine di un amore, un licenziamento, la perdita di una persona cara o l'essere costretti a lasciare la propria casa.

Mancherai all'infinito

Mattia Ollerongis, l'autore che parla ai giovani anche via social



Una storia d'amore dedicata ai giovani è *Mancherai all'infinito* di Mattia Ollerongis (Sperling & Kupfer, 15,90 euro), autore molto seguito anche attraverso la sua pagina Instagram che conta quasi 300mila follower dai 18 anni in su. Una ripartenza dopo la delusione della fine del primo grande amore, ma anche un romanzo che parla di amicizia e di rinascita e che si apre sul dolore di un diciannovenne timido che, a due anni dalla fine della sua storia d'amore, ancora non riesce a trovare le forze per affrontare la vita di ogni giorno e le responsabilità. Tornando dove con la ragazza amata aveva trascorso una indimenticabile vacanza, spera di guarire le sue ferite. E forse troverà le risposte in una lettera misteriosa.