

Divi che scrivono] Tutti i segreti della felicità

MAESTRO
Mel Gill, psicoterapeuta di origini indiane, tiene lezioni in tutto il mondo; a sin., "Oltre il segreto", (Tea ed., € 14,90).



Nell'ambito dello sviluppo personale Mel Gill è un esperto molto noto negli Usa. Dopo un incidente nel quale ha perso un braccio, ha studiato la legge dell'attrazione, pilastro della bibbia new age *Il segreto*, secondo cui chi si concentra sui propri sogni li avverrà. Frutto delle sue ricerche è *The Meta Secret. Oltre il segreto*, anche con film in dvd, dove insegna le 7 leggi per essere felici (Tea, € 14,90 e € 19,90). In questi anni ha tenuto seminari a oltre 5 milioni di persone.



«Ciascuno ha i suoi bisogni: l'importante è chiedersi il perché. Il problema di oggi è che non ci si accontenta mai. Bisogna invece chiedersi: "Cosa mi basta?". Ed è sbagliato preten-

dere di controllare tutto: non abbiamo idea di quello che ci potrà succedere tra un minuto, un'ora, un mese. Per essere felici bisogna raggiungere la tranquillità nell'incertezza».

I suoi insegnamenti funzionano sempre?

«No, perché dipendono da molti fattori. Quando le cose vanno male, la prima cosa che bisogna chiedersi è: a cosa penso sempre? Ciò che riempie i nostri pensieri è ciò che attiriamo su di noi. Chi è pieno di rabbia e crede che nessuno lo apprezza, dà la colpa agli altri di ogni cosa e diventa una persona miserabile».

Adelaide Barigozzi

Che cosa cercano tutte queste persone?

«Cercano me. La gente sa che io posso insegnare loro a essere più felice, ed è facile. Io sono un uomo del tutto normale e ci sono riuscito, quindi chiunque può farcela. La mappa è tracciata, va solo seguita».

Che cosa viene prima: l'amore, i soldi o la felicità personale?

Sul comodino di... Giulia Michelini



La giovane attrice che è nel cast stellare di *Immaturo*, ma già protagonista di tante fiction, da *Distretto di polizia a Ris - delitti imperfetti*, fino a *Squadra antimafia*, ama moltissimo leggere. *«**Ora sto leggendo "Donne che corrono coi lupi"** di Clarissa Pinkola Estés (Feltrinelli, € 20): la psicanalista junghiana attinge a fiabe e miti per aiutare i lettori a capirsi e migliorarsi. *«**Diario di un fumatore**», la raccolta di divertenti racconti dello scrittore americano David Sedaris (Mondadori Strade Blu € 15,50), piace a Giulia perché... «Perché proprio non riesco a smettere di fumare!».



DIVA E DONNA 15/02/2011

Divi che leggono]



MATTEO MESSINA DENARO

(Rubbettino, € 16). Dopo la cattura di Totò Riina e Bernardo Provenzano, è diventato il capo dei capi. Ma soprattutto resta il più misterioso e inafferrabile boss mafioso, come spiega Fabrizio Feo in questo libro.



CREDO DI AMARTI

(Mondadori, € 19). Una storia d'amore scritta nel destino, anche se il destino ci mette 25 anni a "fissare" l'appuntamento decisivo: Allison Pearson, dopo il successo di "Ma come fa a far tutto", racconta una storia d'amore con un'ironica commedia romantica.



FILOSOFIA PER DAME

(Guanda, € 13). Da "Matrimonio" e "marito" a "shopping", da "suocera" a "stress", Maurizio Ferraris affronta alcuni dei principali temi che interessano la vita di tutte le donne: ne viene fuori una sorta di dizionario al femminile che possono leggere pure gli uomini.



INTRIGO A HIGHBURY

(Tea, € 12). Carrie Bebris "usa" i personaggi resi celebri da un classico come "Orgoglio e pregiudizio" per costruire questa storia che si muove tra una morte misteriosa e l'assalto di un gruppo di zingari a una carrozza. Un mystery che riesce a divertire.



IL REGISTA DI INGANNI

(Longanesi, € 18,60). James Patterson, uno dei maggiori autori di best seller di tutto il mondo, sforna questo nuovo thriller, che ha per protagonisti lo psicologo Alex Cross, la sua compagna detective, un detenuto che cerca la vendetta e un serial killer.



SUL BACIO, IL SOLLETICO E LA NOIA

(Ponte alle Grazie, € 15). Lo psicanalista Adam Phillips affronta segni della vita quotidiana cercando di dare risposte e spiegazioni anticonformiste a temi che da decenni la psicanalisi studia e che fanno parte del nostro vissuto.