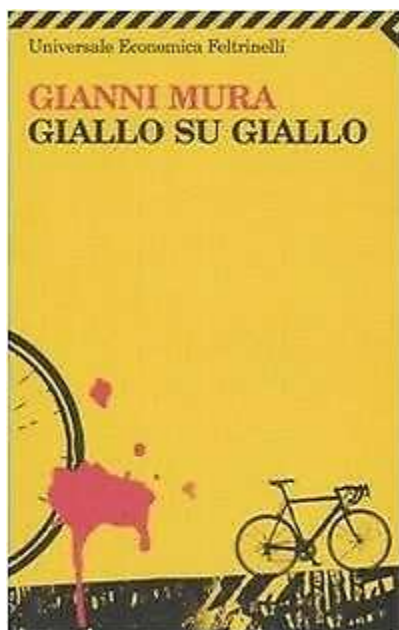


Ricordando Gianni Mura, (Milano 1945 – Ancona 21 marzo 2020), giornalista, inviato del quotidiano “La Repubblica”. Questo il suo primo romanzo, pubblicato nel 2007, vincitore del Premio Grinzane-Cesare Pavese per la narrativa



1. Gianni Mura, *Giallo su giallo*, Feltrinelli, (Universale Economica, 2041) anche in Ebook
Formato: EPUB con DRM

Il romanzo è ambientato durante il Tour de France. Davanti alla camera d'albergo di Gianni, cronista sportivo, che sta seguendo le corse, viene trovato il cadavere di una giovane donna che aveva tentato di adescarlo. Inevitabilmente diventa il primo sospettato della lista, portato in galera e interrogato. Quasi subito viene scagionato, ma dovrà cambiare la bella abitudine di seguire le gare insieme agli altri giornalisti internazionali, mangiar bene e, quando si può, bere meglio. Dopo il primo omicidio, viene ucciso un cronista francese Dédé, caro a tutti gli amici del Tour. Si tratta di un serial killer? Sarà incaricato delle indagini il commissario Jules R. Magrite (una fusione tra Maigret e Magritte), solitario e riservato.



2. Paolo Rumiz, *Il filo infinito: viaggio tra i monasteri alle radici dell'Europa*, Feltrinelli (I Narratori) anche in Ebook Formato: EPUB con DRM

Da Norcia a Praglia, da Sankt Ottilien a Viboldone, da Muri Gries in Sud Tirolo a Marienberg in Val Venosta, da San Gallo in Svizzera a Citeaux e Saint - Wandrille in Francia, da Orval in Belgio a Altotting e Niederalteich in Germania, da Pannonhalma in

Ungheria a Camerino nelle Marche e a San Giorgio Maggiore in Veneto, queste sono le tappe del lungo viaggio compiuto da Paolo Rumiz alla scoperta dei monasteri benedettini. Con fede incrollabile e la forza della formula “ora et labora”, monaci, discepoli di Benedetto da Norcia, vestiti con lunghe tonache nere, hanno resistito nei loro monasteri diffusi in Europa, terre millenarie di migrazioni, durante gli anni di guerre feroci e di anarchia violenta, che seguirono la caduta dell’Impero Romano. “Il monaco è un lottatore, un combattente, un atleta, un artigiano della pace. L’accoglienza e l’ospitalità sono la base di tutta la vita del monastero, mentre la regola del silenzio è la sentinella della lingua, perché la lingua rischia sempre di peccare. Aiuta a raggiungere il Signore oltre che noi stessi e favorisce le relazioni fraterne. E’ la musica del cielo che alla fine rivaluta la parola... Siamo assediati da parole ostili, il silenzio ci libera, ci aiuta a distinguere ciò che conta da ciò che è totalmente inutile e superfluo.”

L’autore Paolo Rumiz è un giornalista, scrittore, viaggiatore triestino, collabora da molti anni con il quotidiano La Repubblica. Numerose sono le sue pubblicazioni, romanzi e reportage di viaggi



3. Marlo Morgan, ... E venne chiamata due cuori, romanzo, edizioni Sonzogno anche in Ebook Formato: EPUB con DRM

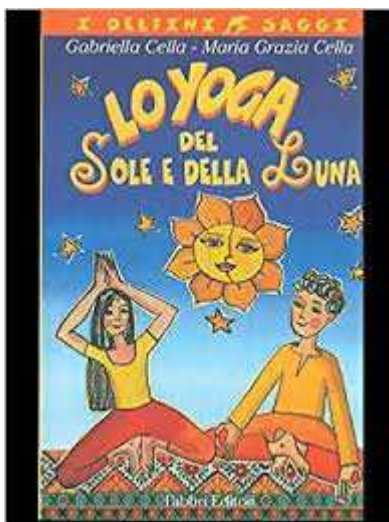
Il libro racconta la storia romanzata del viaggio che l'americana Marlo Morgan, in Australia per motivi di lavoro, compì negli anni '90, dopo aver accettato l'invito a partecipare ad una cerimonia in suo onore da una tribù di aborigeni. Con sua grande sorpresa Marlo fu portata nel cuore della foresta, dove le venne richiesto di indossare gli abiti tribali e di seguire la “vera gente”, come la tribù si definiva, in un vagabondaggio che durò quattro mesi e che mise a dura prova il suo fisico e la sua volontà. 1400 miglia a piedi nudi, cibandosi dei frutti della terra, sotto il sole e sotto la pioggia, per diversi giorni senza acqua da bere. L'autrice condivise, privata di ogni agio, la vita quotidiana degli aborigeni, imparando i loro segreti per sopravvivere in completa armonia con la Natura. Fu un'esperienza straordinaria che porterà Marlo a comprendere il vero significato della parola 'esistere'. Le riflessioni, trascritte dai taccuini, sono immediate, semplici e allo stesso tempo essenziali e profonde e colpiscono il lettore come 'lampi di verità'. 400.000 furono le copie vendute in pochi mesi, un best-seller che ha conquistato anche l'industria cinematografica. Numerose però furono le controversie riguardanti la veridicità della storia. Le polemiche maggiori arrivarono proprio quando la United Artists acquistò i diritti del libro. Otto aborigeni anziani partirono dall'Australia per gli Stati Uniti per impedire la realizzazione del film, che non fu mai prodotto. Marlo Morgan presentò scuse ufficiali agli Aborigeni sulle pagine del giornale Weekend Australian e ammise che il libro contiene fatti romanzati.



4. Cinzia Picchioni, Yoga negli anni d'argento, Edizioni Magnanelli

Lo Yoga ha molto da dire a chi non è più giovane. Le caratteristiche da sviluppare nella pratica dello yoga sono quelle che una persona anziana possiede già: lentezza, gradualità, rispetto del limite. L'atteggiamento interiore richiesto per praticare è insito nello stato della "terza età": introspezione, ritiro dei sensi verso l'interiorità, ricerca della quiete mentale. Ecco perché – afferma l'autrice – lo yoga è adattissimo e molto utile alle persone anziane. Il libro contiene lezioni-tipo, spiegazioni dettagliate di ogni posizione, disegni e schemi, consigli per la pratica (anche in presenza di disturbi), che lo rendono facile e fruibile da tutti. Cinzia Picchioni, diplomata all'Istituto Kavalayananda nel 1988, svolge da allora attività come insegnante per gruppi di adulti e anziani, con sedute di yogaterapia presso l'Università della Terza Età. Si occupa da anni di alimentazione naturale.

Per i nonni e le nonne che volessero esercitarsi anche con i nipotini, il libro adatto alla loro età



5. Gabriella e Maria Grazia Cella, Lo yoga del Sole e della Luna: l'educazione del corpo e della mente, la saggezza dell'Oriente in un manuale di yoga per ragazzi, Fabbri editore

(A partire dai 10 anni)

Elio è un ragazzino italiano che va a vivere in India. Affascinato da Chandra, sua compagna di classe, scoprirà con lei e con l'aiuto di un vecchio saggio una cultura e un modo semplice di vivere che non conosceva, in particolare andrà alla scoperta dello yoga, un modo semplice e salutare per trovare l'equilibrio tra corpo e mente.

“Shiva è il signore dello yoga. Sta seduto immobile nella posizione del loto con gli occhi socchiusi. I suoi capelli lunghi e neri sono avvolti sulla nuca per trattenere l’acqua del Gange. Narra la leggenda infatti che una volta il Gange straripò e devastò tutta la città. Gli Indiani erano disperati e si rivolsero agli dei, che impietositi si adoperarono per porre fine a quella immane disgrazia, ma nessuno di loro aveva la forza necessaria per fermare le acque del fiume. Un giorno, Indra, il dio della tempesta, consigliò ai suoi fedeli di rivolgersi a Shiva. ... Tutti allora si raccolsero nei templi e ognuno cercò di pensare ad un modo giusto per scuotere il dio dalle sue meditazioni. Shiva ascoltò nel silenzio le preghiere, quindi raccolse le acque nei suoi capelli e le convogliò nel letto abituale del Gange.”



6. Arnaldur Indriðason, Quel che sa la notte, Guanda

Tra gli effetti del riscaldamento globale c'è lo scioglimento dei ghiacciai, come spiega all'inizio del romanzo la guida islandese ad un gruppo di turisti tedeschi durante un'escursione sul gigantesco Langjokull. Tra la sorpresa e l'orrore, i turisti vedono emergere un corpo congelato e perfettamente conservato, che ben presto si scopre essere quello di un imprenditore scomparso, e mai ritrovato, trent'anni prima. Il medico legale si ricorda ancora del caso e del poliziotto suo amico che lo seguì, oggi in pensione: l'ispettore Konrad. All'epoca delle indagini i sospetti erano ricaduti sul socio in affari dell'imprenditore, che però proclamatosi innocente e in mancanza del cadavere, era stato rilasciato. Konrad decide di riprendere il filo delle indagini. Un romanzo pieno di sorprese e colpi di scena dello scrittore definito dal Sunday Times "uno dei più brillanti scrittori di thriller della sua generazione" e dal New York Times "Il principe del noir." L'autore, nato a Reykjavik nel 1961, si è dedicato alla scrittura sia di romanzi, sia di sceneggiature. E' giornalista e critico cinematografico per la maggiore testata islandese il "Morgunbladid". I suoi romanzi sono stati tradotti in quaranta lingue, ha vinto numerosi premi. In Italia è pubblicato dall'editore Guanda.