

Simone Olianti

è psicologo, *life coach* e docente di etica e psicologia della religione presso la Scuola superiore di scienze dell'educazione San Giovanni Bosco, Istituto universitario affiliato alla Pontificia Università Salesiana di Roma. Fondatore dei *Metánoia Workshop*, laboratori di trasformazione personale, tiene corsi e conferenze in varie parti d'Italia per accompagnare le persone in situazione di crisi e di fallimento a ritrovare motivazione e gusto per la vita. Praticante di meditazione e formatore presso l'Associazione Tutto è vita, collabora da vari anni con il Movimento dei ricostruttori nella preghiera.
dr.olianti@gmail.com

Smartbooks,
libri veloci
intorno a un'idea,
per capire, per capirsi,
per leggere il presente
e sporgersi sul futuro.
Pensieri
che vanno lontano
e mettono
in cammino la vita,
che nutrono la mente
e lo spirito.



€ 9,50 (I.C.)

A EDIZIONI
MESSAGGERO
PADOVA
www.edizionimessaggero.it

A EDIZIONI
MESSAGGERO
PADOVA

Simone Olianti **Scegli di vivere**

Scegli di vivere

Cambiamento e gusto della vita

Prefazione di **Guidalberto Bormolini**

Come si fa a far fiorire la vita quando arriva la crisi? Di fronte agli insuccessi e ai fallimenti siamo costretti a cambiare il nostro modo di vedere la vita e di interpretare gli eventi che ci accadono. In uno stile colloquiale e vivace il testo ripercorre i momenti determinanti della presa di coscienza e delle scelte che abbiamo a disposizione, mettendo a fuoco gli strumenti per compierle. Come si fa a vivere meglio? Quale è il dono più grande che possiamo fare alle persone che amiamo? Il gusto della vita è ricerca; è conquista; è dono. In fondo la gioia di vivere cos'altro è se non celebrare, ogni giorno, la vita? *Scegli di vivere* è uno strumento da tenere a portata di mano, sul comodino, che ci ricorda quanto preziosa sia la vita in tutte le sue manifestazioni e ci insegna a goderne appieno. Per tutto questo non ci sono età: prima ce ne accorgiamo, meglio è. E se ce ne dimentichiamo, è urgente riprendere il filo e rimettersi in cammino.

