

CHI HA PAURA DELLA BIODINAMICA?



Per la nuova collana «Le formiche verdi» di Terra Nuova, che riunisce saggi su temi di attualità legati alla geopolitica, all'agricoltura, alla società, alla transizione e a molto altro, troviamo anche *L'insopportabile efficacia dell'agricoltura biodinamica*, un testo che intende portare all'attenzione del grande pubblico la realtà scientifica, economica e normativa dell'agricoltura biodinamica, ancora soggetta ad aspra critica da parte di soggetti con interessi contrapposti e lontani dalle esigenze della sostenibilità.

Un libro scritto a più mani da autori che vantano una grande conoscenza della materia, ovvero: Sabrina Menestrina, medico veterinario, già segretario generale dell'Associazione per l'agricoltura biodinamica, coordinatore internazionale medicina veterinaria antroposofica al *Goetheanum* (Svizzera); Alessandro Piccolo, professore ordinario di chimica agraria all'Università di Napoli Federico II; Nadia El-Hage Scialabba, ecologa, ex-dirigente della Fao (Nazioni Unite); e Carlo Triarico, presidente dell'Associazione per l'agricoltura biodinamica e membro del Comitato permanente per la ricerca in agricoltura biologica e biodinamica del Ministero delle politiche agricole.

Un volume da non perdere, unico nel suo genere.

■ L'insopportabile efficacia dell'agricoltura biodinamica

S. Menestrina, A. Piccolo, N. El-Hage Scialabba, C. Triarico
Terra Nuova Edizioni – cod. EA459
pp. 160 - € 10,00

GUARIRE DAL TRAUMA con gli insegnamenti di Thich Nhat Hanh



Figlia di una donna vietnamita e di un soldato statunitense, Sister Dang Nghiem nasce negli anni duri la guerra. La sua infanzia, vissuta tra le difficoltà di un paese in ginocchio a causa dei combattimenti, le violenze della madre e gli abusi sessuali dello zio, le lascia un macigno di dolore e sofferenza irrisolto. Nonostante una brillante carriera come medico negli Stati Uniti e un compagno amorevole, gli incubi del passato la tormentano, impedendole di vivere appieno la sua vita.

Dopo la morte improvvisa del compagno, il suo mondo crolla e decide di recarsi in Francia, nel monastero di *Plum Village*, dove viene nominata monaca nel 2000 dal maestro zen Thich Nhat Hanh.

Intrecciando la sua storia personale di rinascita e guarigione, Sister Dang Nghiem riunisce in queste pagine la propria esperienza di vittima di abusi sessuali, di medico e di monaca buddhista per offrire un approccio pratico basato sul corpo per curare le esperienze più difficili e dolorose della vita attraverso gli insegnamenti di Thay.

Il libro contiene esercizi guidati che portano immediato beneficio a chi soffre.

■ Rinascere

Sister Dang Nghiem
Terra Nuova Edizioni – cod. EA466
pp. 288 - € 18,00

L'arte di vivere in equilibrio ★

Erica Badalassi
€ 14,00
Red! Edizioni



Una guida agile che spiega come funziona esattamente la paura di perdere il controllo nelle sue varie forme, i motivi precisi che la innescano e i comportamenti che la persona attua nel tentativo di gestirla e che, anziché risolvere il problema, lo mantengono e lo aggravano. Il lettore sarà guidato a scoprire, anche attraverso esempi di casi clinici, le strategie scientifiche più efficaci ed efficienti per spezzare i meccanismi che mantengono in vita il problema per tornare a fidarsi di sé stessi, del proprio corpo, della propria mente.

La meditazione spiegata dalla scienza ★

Steven Laureys
€ 18,00
Red! Edizioni



A seguito di una esperienza personale dolorosa (un divorzio), Steven Laureys trova nella meditazione uno strumento per calmare la sua mente agitata. Da scienziato, decide di far diventare la meditazione oggetto delle sue ricerche scientifiche. Analizza così la mente di un grande guru della meditazione, il monaco Buddhista Matthieu Richard, trovando che non solo il suo cervello è più grande della media ma anche che i suoi due emisferi sono meglio connessi.

A tavola senza battaglie ★

Ileana Gervasi
€ 12,00
Red! Edizioni



I bambini nascono con un «nutrizionista interiore» che li guida ad approcciarsi al cibo in maniera intuitiva. Il compito del genitore è preservare questo meccanismo promuovendo un'educazione alimentare sana, naturale, senza giudizi, premi o punizioni e alimenti da meritare o demonizzare. Nel libro vengono affrontate le tematiche con cui più frequentemente un genitore si trova a doversi misurare e che mandano più spesso in crisi: i bambini che non mangiano, che non accettano di mangiare frutta o verdura, i bambini che mangiano troppo o che sembrano aver sviluppato una dipendenza dai cibi dolci.

Questo nostro immenso amore

Stefano Manera
€ 15,00
Gabielli Editori



Stefano Manera è medico chirurgo e pratica medicina integrata e omeopatia. È autore di numerosi libri, tra

cui uno anche uno sul Covid-19. *Questo nostro immenso amore* è un viaggio autobiografico in cui, attraverso un approccio trasversale, interreligioso e psicologico, affronta temi per lui fondamentali: coraggio, cambiamento, compassione, cura, accettazione, amore e morte. Un libro denso e profondo capace di attivare le risorse interne del lettore per affrontare il presente e per promuovere capacità di relazione inclusive e di accettazione nei confronti di sé e degli altri.

La nuova agricoltura contadina

Giannozzo Pucci (a cura di)

€ 20,00

Libreria Editrice Fiorentina

Ci troviamo di fronte a governi incapaci di usare il loro potere per porre fine al saccheggio della natura, ma la formazione di comunità trasversali ai partiti, desiderose di mettere in pratica azioni virtuose per rigenerare il territorio, a partire dall'agricoltura senza veleni, né dipendenze dall'industria, può contribuire a dare vita a un potere popolare capace di tracciare un'alternativa sostenibile e di opporsi alle pressioni e alle influenze che i governi ricevono dalle potenze finanziarie abituate a dominarli per i loro interessi. In questa ottica, questo libro rappresenta uno strumento di lavoro e di lettura per i tantissimi movimenti e per chi desidera agire sui vari aspetti della degradazione della salute in Italia.



I libri di Terra Nuova Edizioni possono essere acquistati in libreria, nei punti vendita del circuito nazionale negoziobio.info, oppure utilizzando il coupon a pag. 115 e nella nostra eco-libreria online www.terranuovalibri.it, dove troverete anche i titoli di altri editori, contrassegnati qui da una stella ★. Tutti gli altri volumi possono essere acquistati in libreria o direttamente presso le case editrici indicate.

MUSICA

Accordi per riequilibrare l'anima

Emiliano Toso è un biologo molecolare e un musicista compositore. Alla carriera in ambito scientifico ha affiancato un percorso di crescita personale in cui la musica ha trovato un posto di rilievo. Oggi compone, suona e registra le sue musiche principalmente al pianoforte accordato a 432Hz, integrando i suoi due ambiti di interesse e studio, la biologia e la musica. Come? Attraverso quella che lui stesso definisce *Translational Music*.



«La Translational Music è il mio modo di tradurre le emozioni che vivo a livello profondo in un piano più alto, quello della musica» afferma Toso. «Quest'ultima viene suonata su strumenti acustici accordati a 432Hz. Risuonando, le vibrazioni delle mie emozioni si diffondono attraverso un linguaggio universale fino a raggiungere altre cellule, altre persone, l'umanità intera; l'obiettivo della mia

musica è donare benessere e riavvicinarci alla nostra anima». Dopo tre anni di studio e di prestigiose collaborazioni in numerosi ospedali e centri di ricerca, è disponibile l'ultimo nuovo album di Emiliano Toso: *L'Albero della Musica*, 25 nuove tracce che aiutano a sintonizzarsi con gli elementi essenziali che governano l'universo, con gli astri, con il ritmo dei cicli naturali e della vita. Un'opera spirituale che trasporta verso un nuovo mondo.

■ L'albero della musica

Emiliano Toso

Per saperne di più sull'artista e sulle sue opere: www.emilianotososhop.it

Se manca l'acqua

Virginio e Sisa sono una coppia di anziani allevatori di lama nelle terre aspre e aride dell'Altipiano boliviano. I due, appartenenti all'etnia quechua, vivono una quotidianità lenta, scandita da azioni ripetute giorno dopo giorno, in un contesto di vita umile. Viene a far loro visita Clever, il nipote arrivato dalla città, con ogni luccicante novità del progresso, tra cui farmaci e cellulari. Clever intende convincerli ad abbandonare quelle terre martoriata dalla siccità, che li ha lasciati senz'acqua e ha spinto già altre famiglie ad allontanarsi dalle montagne. La salute di Virginio, poi, non è delle migliori, e anche questo non dà loro la serenità giusta per rimanere. Non sarà facile per Virginio e Sisa riflettere sulla possibilità di andare via dalla loro terra, poiché ciò significherebbe rivoluzionare completamente la loro esistenza, costringendoli a lasciarsi alle spalle una vita intera. Che fare, dunque, attendere ancora l'arrivo delle piogge o andare per altre strade?

Utama è un docufilm diretto da un giovane e promettente regista boliviano, Loayza-Grisi, ed è ambientato in uno dei territori più esposti e vulnerabili ai cambiamenti climatici. L'intento è proprio quello di mostrarne il costo umano attraverso la storia di persone vere, protagoniste di questo disastro loro malgrado, ma anche testimoni viventi di una coscienza perduta e di una saggezza che rischia di andare perduta per sempre. «Gli ampi paesaggi, le riflessioni e i ritratti che mettono in risalto gli sguardi profondi dei personaggi sono i miei strumenti per raccontare una storia che interroga profondamente le questioni sociali, ambientali e umane in questi tempi di cambiamento» dichiara il regista, che con maestria riesce a confezionare un'opera di alto contenuto sociale, culturale, e dal grande impatto visivo, tesa a denunciare gli effetti devastanti che i cambiamenti climatici hanno sulle vite delle persone e sui luoghi selvaggi.

■ Utama - Le terre dimenticate

Documentario 2022

regia di Alejandro Loayza-Grisi

