

Indice

Invito	pag. 5
PRESUPPOSTI	» 7
Chi sei	» 9
Singularità	» 10
Strumenti	» 12
<i>Agere sequitur esse</i>	» 14
Dare il nome	» 17
Silenzio	» 19
DOVE GUARDARE	» 21
Secondo invito	» 23
Il tempo libero	» 24
Le parole abituali	» 25
I gesti abituali	» 26
Il ritorno degli altri	» 27
I modelli	» 29
Le dipendenze	» 31
La memoria affettiva	» 33
Le esplosioni emotive	» 34
La memoria inquinata	» 36
Dove finiscono i pensieri	» 37
I valori	» 38

I bisogni	» 40
La morale	» 42
Le emozioni	» 43
I sentimenti	» 45
Le insicurezze	» 46
Le paure	» 47
I comportamenti	» 49
L'imprevisto	» 51
Il sesso	» 52
La sessualità	» 54
Momenti di felicità	» 56
L'ansia	» 57
La rabbia	» 59
L'intelligenza bloccata	» 60
Il senso di colpa	» 61
I genitori	» 64
I litigi	» 66
Le scottature	» 68
Cosa stimo di me	» 69
I limiti	» 70
Il corpo	» 72
Il cibo	» 74
Il diverso	» 76
L'invidia	» 78
Dirsi l'impossibile	» 80
Cosa avrei voluto avere	» 81
Come avrei voluto essere	» 82

Cosa rimprovero alla vita	» 83
Il male	» 84
I desideri	» 86
L'amore	» 88
L'intimità	» 89
Le scissioni	» 91
I vizi	» 92
L'autocontrollo	» 93
Ancora scissioni	» 95
L'idea di me stesso	» 97
<i>L'ordo amoris</i>	» 98
Per chi vivo	» 100
Contraddizioni	» 101
Enigmi	» 102
VERSO DOVE	» 103
Terzo invito	» 105
Verità e libertà	» 107
La guarigione	» 109
Il potenziamento delle risorse	» 110
La riconciliazione	» 111
Abitare il limite	» 113
La gratitudine	» 115
La scelta di chi voler essere	» 117
ULTIMO INVITO	» 119
Lasciarsi guardare	» 121
Bibliografia	» 124