



CATALOGO INVERNO 2024-25  
catalogo interattivo

## GENTILI LETTRICI, GENTILI LETTORI,

siamo una realtà editoriale indipendente, dal 1989 pubblichiamo opere scelte prevalentemente in area antroposofica. Nel nostro catalogo trovate autori che hanno approfondito con dedizione e originalità le indicazioni di Rudolf Steiner, fondatore dell'antroposofia. Conoscenza, autoeducazione, esperienza concreta sono le nostre parole chiave. I temi prediletti sono la ricerca, la crescita personale, lo sviluppo spirituale, la cura della salute, l'alimentazione naturale, l'agricoltura biodinamica, la pedagogia, la genitorialità, le scienze sociali. Accanto ai testi per adulti, offriamo anche una scelta di letture per l'infanzia. Fedeli alle nostre radici, la sfida che ci poniamo è di proporre libri coerenti ai valori che riteniamo fondamentali senza fermarci di fronte alle etichette.

Buona lettura!



### DOVE TROVATE I NOSTRI LIBRI?

I nostri libri sono acquistabili sul nostro sito [www.naturaecultura.com](http://www.naturaecultura.com) o anche ordinabili via mail a [infonaturaecultura.com](mailto:infonaturaecultura.com) e tramite telefono/whatsapp 3385833907. Sono reperibili nella propria Libreria di fiducia: se non sono presenti in assortimento, il Libraio potrà facilmente procurarli tramite i più noti grossisti nazionali.

Sono presenti nei negozi NaturaSì e in tutti i negozi di libri online.

### I RIVENDITORI PREFERITI

Daelli Arte e Gioco • Editrice Antroposofica  
Il Giardino dei Libri • Macrolibrarsi  
Libreria Editrice Psiche • Libreria Tilopa  
Rudolf Steiner Shop • Slow Books • Libreria Mamma Mangia Libri

### SIETE UN'ASSOCIAZIONE, UNA SCUOLA, UN GRUPPO DI STUDIO O DI ACQUISTO?

Scriveteci all'indirizzo e-mail [info@naturaecultura.com](mailto:info@naturaecultura.com)  
per conoscere le speciali modalità riservate.

### CONTATTI

E-mail [info@naturaecultura.com](mailto:info@naturaecultura.com)  
Telefono +39 338 5833907 • Whatsapp +39 338 5833907

 [NaturaeCulturaEditrice](https://www.facebook.com/NaturaeCulturaEditrice)  
 [naturaeculturaeditrice](https://www.instagram.com/naturaeculturaeditrice)



[www.naturaecultura.com](http://www.naturaecultura.com)



## SALUTE E MALATTIA

In rapporto a vicende umane e karmiche

Rudolf Steiner

Pag. 128, cm 14x21 - 3° edizione italiana, 2016  
ISBN: 978-88-95673-36-3 € 12,00

*“Ogni malattia è assimilabile a una disarmonia, a uno squilibrio tra l'uomo interiore e quello esteriore.”*

Nelle conferenze di Steiner raccolte in questo volume vengono chiarite l'essenza delle forme di malattia e le cause della malattia in rapporto all'intero uomo e al karma. Viene indagato come malattia, salute, guarigione ed anche esito fatale della malattia siano parte dell'esistenza umana e possano

contribuire alla nostra evoluzione.

Attraverso la malattia, l'individuo si trasforma in un essere sano: la malattia tende a superare se stessa e produce la guarigione non come qualcosa di estraneo alla persona, ma come una forma di salute che si genera dall'essenza stessa dell'uomo, in armonia con il suo essere.

**Indice delle conferenze:** La realtà delle forme di malattia, 1908 - Malattia e guarigione, 1910 - Malattia e salute in relazione al karma, 1910 - Il sistema organico e l'organizzazione delle forze, 1922 - Sulle cause della malattia, 1922.

RUDOLF STEINER (1861-1925) è il fondatore dell'antroposofia. Ha dato impulsi e contributi nei più diversi campi dello scibile umano che ancora oggi si rivelano d'una fecondità e importanza estremamente attuali.



## LE CONNESSIONI SPIRITUALI DI FEGATO, POLMONE, RENE, CUORE

Walter Holtzapfel

Pag. 112, cm 14x21 - 4° edizione italiana 2016 - Traduzione di R. Guardigli  
ISBN: 978-88-95673-35-6 € 12,00

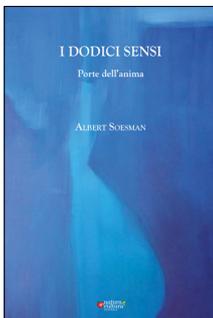
Oggigiorno si ottengono informazioni sugli organi interni con metodi sempre più sofisticati, raggiungendo punti sempre più piccoli. Ma esiste anche la possibilità inversa, quella di allargare lo sguardo e cercare le connessioni fisiche, animiche e spirituali in cui è inserito l'organo. Emerge così come elementi relativamente distanti siano in rapporto tra loro, come la sfera d'azione di ciascun organo

ne superi i limiti fisici, come la funzione e le qualità interiori dell'organo stesso siano in relazione con il pensare, il sentire e il volere dell'individuo.

Un contributo illuminante per un approccio antroposofico alla fisiologia, utile non solo a meglio comprendere gli stati di malattia, ma anche a riconoscere i possibili modi di ristabilire l'equilibrio là dove i processi sono alterati.

**Indice dei capitoli:** 1. Organi e organismo 2. Il fegato dà coraggio per l'azione 3. Il polmone dà forma al pensiero 4. Dal rene la forza di temperamento 5. Nel cuore sta la saldezza interiore 6. Polarità e connessioni tra gli organi.

WALTER HOLTZAPFEL (1912-1994), medico internista in ospedali e cliniche, medico di campo durante la guerra, ha prestato la sua opera anche nel servizio ambulatoriale e nella scuola. Ha seguito negli anni diversi istituti di pedagogia curativa. È stato direttore della Sezione di Medicina della libera Università di Scienza dello Spirito del Goetheanum, docente, conferenziere e autore di pubblicazioni.



## I DODICI SENSI. PORTE DELL'ANIMA

Albert Soesman

Pag. 280, cm 14x21 - 3° edizione italiana, 2020 - Traduzione di E. Dal zio  
ISBN 978-88-95673-58-5 € 17,50

*“L'io si muove attraverso i dodici sensi come il sole si muove attraverso lo zodiaco.”*

Un viaggio appassionante attraverso i dodici sensi dell'uomo indicati da Rudolf Steiner.

Un cammino di continue e inesauribili scoperte nel mondo della percezione.

**Indice dei capitoli:** Prefazione 1. Il senso del tatto e il senso della vita 2. Il senso del proprio movimento e il senso dell'equilibrio 3. Il senso dell'olfatto e il senso del gusto 4. Il senso della vista e il senso del calore 5. Il senso dell'udito 6. Il senso del linguaggio o della parola, il senso del pensiero

e il senso dell'io 7. Considerazioni finali: Il senso dell'io e la “coscienza storica”. Postfazione e Rappresentazioni mediante schemi.

ALBERT SOESMAN (1914-2007), medico di base, medico antroposofico, esercitò la professione dal 1943 al 1983 in Olanda. Il tema dei dodici sensi fu per molti anni al centro dei suoi studi, dei suoi corsi e conferenze.



## LA BOCCA SPECCHIO DELLA BIOGRAFIA

Osservazioni e percorsi pratici di  
Arteterapia della Parola e Dentosofia  
Enrica Dal Zio

Contributi in volume: Dott. Alessandro D'Angelo,  
Dott.ssa Dolores Lopez del Jesus, Dott.ssa Silvana Santoro  
Pag. 139 col., cm 16,6x22,4 - 1° edizione, 2024  
ISBN: 978-88-95673-78-3 € 22,00

### NOVITÀ 1° EDIZIONE 2024

Un testo innovativo e pionieristico di arte della parola terapeutica e odontoiatria ampliata in senso antroposofico. Per operatori del settore, professionisti e studiosi appassionati.

È possibile intraprendere un percorso per riequilibrare la bocca, armonizzare il respiro, sciogliere il linguaggio e ottenere una trasformazione benefica fin nel profondo dell'individualità? Proprio in questo senso, la sinergia innovativa e in continua evoluzione di Arteterapia della Parola e Dentosofia ha aperto prospettive stimolanti ed estremamente promettenti.

In questi primi venti anni di ricerca, già si è osservato come l'incontro consapevole – attraverso specifici esercizi – con l'Essere profondo del Linguaggio, il Logos, principio originario che ha potere di configurare l'essere umano fin nel fisico, e il coinvolgimento attivo in una terapia odontoiatrica che si rivolge all'uomo nella sua unità di corpo, anima e spirito significano un potenziale di sviluppo e un miglioramento del paziente decisamente importanti.

Incontriamo dunque una riabilitazione funzionale dove la voce si fa strumento musicale svelando le profondità della persona e del mondo, mentre la cura della connessione tra dente, postura e gesto aiuta a raggiungere una coerenza tra il "dentro" e il "fuori". Si configura così, per l'individuo, la possibilità di trovare il proprio cammino nella vita e scoprire inaspettati spazi di crescita e divenire.

ENRICA DAL ZIO (1963), artista della parola, attrice, regista, clown e terapeuta, lavora con l'Arte della Parola in campo artistico e terapeutico da molti anni. È riconosciuta come formatrice professionale nell'Imparare ad Imparare, nell'Imparare dal Destino, nella Ricerca Spirituale creativa, nel Dialogo come incontro, nella tecnica teatrale Michael Chekhov e in ginnastica Spacial Dynamics® e Bothmer®, Counselor secondo la Teoria U di Otto Scharmer e, a livello statale, come Teatroterapeuta. È coresponsabile del progetto Phoné per una Formazione per diventare Arteterapeuti della Parola e per un Corso di specializzazione in Arteterapia della Parola per medici, dentisti, psicoterapeuti, osteopati e infermieri. Ha sviluppato un percorso di clown e autoconoscenza attraverso l'umorismo a partire dalle sue esperienze con il lavoro di Lecoq, Chekhov, Steiner, van Houten e Spolin. Lavora con bambini, ragazzi e adulti di ogni età e con persone diversamente abili dal 1993. Tiene corsi, seminari e conferenze in Europa, Russia, Brasile, Argentina e Stati Uniti. [www.arteevita.net](http://www.arteevita.net)

Dalla fisiologia della bocca alla manifestazione dell'individualità: spunti per l'approfondimento di questo mistero

#### Indice dei capitoli:

Prefazione

Arteterapia della Parola e Dentosofia:

*Nuove prospettive di ricerca interdisciplinare*

Applicazione dell'Arteterapia della Parola  
nella pratica medica e terapeutica:

*Indicazioni ed esercizi fondamentali*

Caso clinico 1

(Percorso di arteterapia della parola e teatroterapia -

Decorso di terapia dentistica - Fotografie)

Caso clinico 2

(Percorso di arteterapia della parola -

Decorso di terapia dentistica - Fotografie)

Caso clinico 3

(Percorso di arteterapia della parola e teatroterapia -

Decorso di terapia dentistica - Fotografie)

Caso clinico 4

(Percorso di arteterapia della parola e teatroterapia -

Decorso di terapia dentistica - Fotografie)

Note e Riferimenti bibliografici

CONTRIBUTI IN VOLUME

Dentosofia e Arteterapia della Parola:

*Interdisciplinarietà ed evoluzione*

A cura della Dott.ssa Silvana Santoro

Dentosofia e percezione dell'io

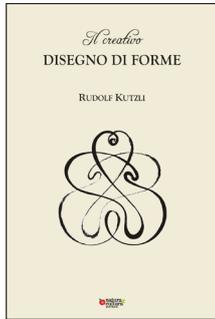
A cura del Dott. Alessandro D'Angelo e

della Dott.ssa Dolores Lopez del Jesus

APPENDICE

Esercizi di Arteterapia della Parola

L'Autrice



## IL CREATIVO DISEGNO DI FORME

Rudolf Kutzli

pag. 456, cm 17x24 - 4° edizione italiana, 2021 - Traduzione di L. Fiori  
ISBN: 978-88-95673-62-2 € 25,00

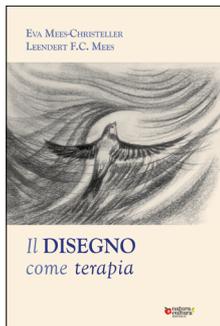
Il disegno di forme parla al compositore ritmico nella nostra interiorità, che unisce in armonia il formare e lo sciogliere, l'impulso e la quiete, il cosmico e il terrestre, rafforzando in questo modo la forza del *centro*.

Kutzli ci accompagna lungo un percorso di approfondimenti e di esercizi in grado di attivare e sviluppare le forze creative sopite in ogni essere umano. Esercitandoci con dedizione, potremo sentire non soltanto di apprendere qualcosa di nuovo, ma anche di compiere noi stessi una trasformazione.

Il disegno di forme può diventare un percorso di autoeducazione e sviluppo spirituale.

Il testo contiene anche delle osservazioni sull'applicazione terapeutica del disegno di forme e delle note per un piano scolastico del disegno di forme.

RUDOLF KUTZLI (1915-1998) è stato anche insegnante, studioso, viaggiatore. Profondo conoscitore dell'*Ars lineandi* del passato, con il suo lavoro sul moderno disegno di forme dinamico e creativo ha dato vita ad un'opera di portata fondamentale.



## IL DISEGNO COME TERAPIA

Eva Mees-Christeller, Leendert F.C. Mees

Pag. 168, inserto col., cm 14x21 - 1° edizione italiana, 2022 - Traduzione di F. Murgia  
ISBN: 978-88-95673-67-7 € 19,50

Elaborando gli studi del Dr. Leendert Mees e basandosi su un'innovativa ricerca condotta nel campo dell'arteterapia, Eva Mees-Christeller approfondisce la relazione che sussiste tra pianeti, metalli, essere umano e sette tecniche di disegno: disegno dal vero, disegno geometrico, disegno a carboncino, disegno di forme, disegno con i pastelli, disegno dinamico, tratteggio.

Scopriamo così come, con l'aiuto di queste diverse tecniche di disegno, sia possibile riconoscere, sviluppare ed equilibrare nell'individuo le caratteristiche delle forze planetarie e del metallo

corrispondente. Osservazioni ed esperienze pratiche mostrano il modo in cui il disegno agisce sulle qualità dell'anima e sugli organi principali.

L'esercizio del disegno è uno strumento sempre significativo. In caso di vissuti critici e malattia, può costituire un complemento importante alla terapia prescritta dal medico, in grado di favorire e sostenere la partecipazione attiva della persona al proprio processo di guarigione.

EVA MEES-CHRISTELLER (1925-2011), artista, ha studiato musicoterapia e arteterapia con Margaretha Hauschka. Negli anni Sessanta ha fondato la scuola di arteterapia De Wervel in Olanda. Autrice di numerosi libri e articoli, ha tenuto corsi, laboratori e conferenze. LEENDERT F.C. MEES (1902-1990) è stato medico di base. Ha tenuto conferenze in diverse lingue e in molti paesi. I temi principali dei suoi numerosi libri sono legati all'antroposofia, alla medicina, alla tossicodipendenza, all'arte, alla filosofia.



## LA TERZA ETÀ. TRA DECLINO E LUMINOSA SAGGEZZA

Norbert Glas

Pag. 160, cm 14x21 - 2° edizione italiana, 2022  
ISBN 978-88-95673-69-1 € 18,00

Norbert Glas affronta con calore e franchezza il tema della vecchiaia. Descrive i cambiamenti che si verificano nel corpo fisico e nei sensi con il diminuire delle forze vitali, e la cura che ciascuno di noi può dedicare alla propria anima per coltivare e far sbocciare nuove qualità.

Si apre una prospettiva nuova e piena di motivazione: la vecchiaia può essere una parte della vita soddisfacente e feconda, nella quale realizzare un'importante crescita spirituale.

Questo libro non si rivolge soltanto alla persona anziana. Ognuno di noi, a qualsiasi punto

sia giunto nel cammino della vita, può avere interesse per un'autentica arte dell'invecchiare, soprattutto se ha coscienza che l'intera vita è un tutt'uno, un'unità articolata e coerente.

NORBERT GLAS (1897-1986) austriaco, è stato medico e antroposofa, ricercatore nel campo della terapia antroposofica del cancro e autore di numerosi libri, in particolare su argomenti di fisiognomica e biografia umana.



## PRENDERE IN MANO LA PROPRIA VITA

Lavoro sulla biografia personale

Gudrun Burkhard

pag. 242, cm 14x21 - 4° edizione italiana, 2024 - Traduzione di C. Erede e P. Klein  
ISBN: 978-88-95673-79-0 € 18,50

Le fasi della vita, le questioni irrisolte, la motivazione: un testo pratico e illuminante per capire meglio noi stessi e gli altri, scoprire il filo rosso della nostra vita, realizzare i nostri obiettivi. Esperta di lavoro biografico, Burkhard fornisce indicazioni di metodo accessibili anche a chi muove i primi passi in questa appassionante attività di ricerca personale. Basandosi su una originale elaborazione dell'antropologia antroposofica, ci guida verso una comprensione sempre più profonda del nostro percorso di vita.

**GUDRUN BURKHARD (1929-2022)**, nata e cresciuta in Brasile con radici tedesche, è medico e cofondatrice della clinica antroposofica Tobias di San Paolo. Dal 1977 ha tenuto corsi sul lavoro biografico. Accanto a Bernard Lievegoed, è tra i più esperti terapeuti antroposofi in questo campo.



## DOMANDE CHIAVE

PER IL LAVORO SULLA BIOGRAFIA

Quaderno di lavoro

Gudrun Burkhard

**NUOVA RISTAMPA IN PREPARAZIONE**

Un aspetto fondamentale del lavoro biografico consiste nell'imparare a porre le giuste domande, partendo da visione d'insieme, ascolto e percezione spirituale. Burkhard propone in questo volume una serie di domande fondamentali per intraprendere il lavoro biografico, precedute da una caratterizzazione essenziale delle fasi di vita alle quali si riferiscono. Grazie alle pagine bianche per l'inserimento di note e riflessioni personali, il libro può diventare un utile quaderno di lavoro sia per i professionisti del settore sia per coloro che, da autodidatti, desiderano approfondire questa attività di autoconoscenza e sviluppo personale.



## CRISI BIOGRAFICHE – OCCASIONI DI VITA

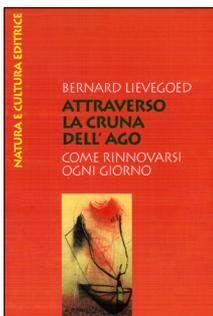
Lo sviluppo dell'uomo tra giovinezza e anzianità

Bernard Lievegoed

Pag. 262, cm 14x21 - 2° edizione italiana, 2017  
ISBN 978-88-95673-44-8 € 15,00.

Il corso della vita umana, con le sue fasi caratteristiche, le crisi e le possibilità di sviluppo, è un tema centrale per chi cerca la realizzazione di sé e il senso della vita. Attingendo alla sua ricca esperienza professionale e umana, Lievegoed approfondisce il periodo della vita che va dall'adolescenza all'età avanzata aiutando a capire meglio la propria e l'altrui biografia. In particolare, contribuisce a sviluppare consapevolezza e capacità creativa intorno a una domanda spesso sottesa, talvolta non riconosciuta e sempre fondamentale in certi momenti dell'esistenza: "Perché mi trovo in questa crisi?". Se affrontate opportunamente, le crisi ci danno l'occasione di procurare basi salde e nuovi orizzonti alla nostra esistenza. A oltre quarant'anni dalla prima pubblicazione in Olanda, lo sguardo approfondito sull'Uomo e le acute osservazioni di natura pedagogica e sociale rendono questo testo straordinariamente attuale.

**BERNARD LIEVEGOED (1905-1992)**, medico psichiatra di formazione, pedagogista, docente universitario, scrittore, antroposofista, visse e operò in Olanda, dove fondò e collaborò in istituti di grande valore culturale e sociale.



## ATTRAVERSO LA CRUNA DELL'AGO

Come rinnovarsi ogni giorno

Bernard Lievegoed

pag. 100, cm 15x21 - 1° edizione italiana, 2003 € 9,50

Dalla lunga intervista del giornalista olandese Jelle van der Meulen a Bernard Lievegoed emerge una conversazione profonda e vitale, dove si delinea un'affascinante personalità cosmopolita ed indagatrice della vita. Lievegoed racconta il proprio passato – la fanciullezza e la giovinezza trascorse a Giava e Sumatra, la via dell'antroposofia, la storia della società antroposofica – ma sempre con lo sguardo aperto verso il futuro. Nella descrizione delle iniziative e delle questioni antroposofiche a lui care, brilla il motivo di un'evoluzione.



## VIVERE CON IL DOLORE

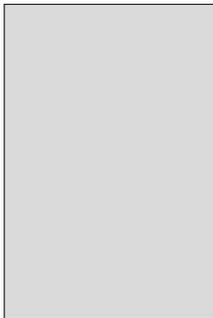
Iris Paxino

Pag. 168, cm 13x19 - 1° edizione italiana, 2014 - Traduzione di E.G. Bozzetti  
ISBN 978-88-95673-32-5 € 14,50

Probabilmente nessun essere umano potrà dire di non conoscere il dolore. Lo incontriamo lungo il percorso della nostra vita e, nelle sue forme e sfumature più diverse, gioca un ruolo significativo nella nostra biografia. Può minacciare la nostra esistenza, sconvolgerci, annientarci, ma anche rivelarci i segreti più profondi dell'essere uomini. Il suo essere inevitabile, la sua ineludibile presenza ci costringono a confrontarci con questa esperienza fondamentale e limite. Come possiamo imparare a capire il linguaggio del dolore e a relazionarci con esso?

Indice dei capitoli: 1. Chi sei tu, dolore? 2. Il dolore nel mutare dei tempi 3. Le parole per il dolore 4. Fenomenologia 5. In relazione con il dolore 6. Il dolore cronico 7. Le terapie del dolore cronico 8. Dolore e senso.

IRIS PAXINO (1970) nata a Bucarest e cresciuta in Romania, Grecia e Germania, laureata in Psicologia, Lettere e Pedagogia, lavora come psicologa e consulente nel campo della biografia, tiene conferenze e seminari, promuove una psicologia orientata in senso antroposofico.



## AUTOBIOGRAFIA PER RICONOSCERSI

Bruna Baldassarre

**NUOVA EDIZIONE AMPLIATA IN PREPARAZIONE**

Parlare di biografia equivale a guardare il susseguirsi degli eventi della propria vita in modo nuovo rispetto alla disattenzione del senso comune: allentare i propri confini reintegrando le componenti della storia personale, cercando l'unità delle parti. Il lavoro biografico soddisfa un'esigenza individuale, ma è anche un'azione sociale, perché lavorare sulla propria biografia desta la comprensione per la biografia degli altri, e questo conduce verso nuovi collegamenti.

Qui, la lettura della propria storia inizia con uno strumento nuovo: l'incontro con il colore. Attraverso il ritmo dell'onda, nelle velature di un acquerello, emergono le proprie stratificazioni interiori, quegli strati che possono inabissare o liberare la forza vitale. *Autobiografia per riconoscersi* nasce dall'esigenza di raccontarsi in modo non usuale, con un approccio terapeutico. È un metodo rivolto a tutte le persone che credono nella possibilità di riconoscere la propria appartenenza spirituale, attraverso una conoscenza dell'io più approfondita. Nella sottile lotta tra la salute e la malattia c'è un confine che non si dovrebbe mai superare: la nube tossica della non conoscenza. Con l'autoterapia biografica è possibile imparare a riconoscersi, a ritrovare la parte sana di sé.



## DALLO SCARABOCCHIO ALLA BIOGRAFIA

Bruna Baldassarre

pag. 256, col., cm 17x24 - 1° edizione, 2010  
ISBN: 978-88-95673-19-6 € 20,00

Il segno grafico è portatore di un'espressione del tutto peculiare dell'essere umano. Gli elaborati artistici dei bambini, dallo scarabocchio al disegno, seguono delle leggi interne tipiche, ma allo stesso tempo rispecchiano aspetti originali del bambino e del suo sviluppo. Nell'arte infatti la creazione di qualcosa è una complessa funzione dell'io che impegna il bambino totalmente, con tutte le sue

forze in campo, con tutti gli aspetti, talvolta anche contrastanti, della sua personalità, consentendo l'espressione simbolica di desideri, impulsi, esperienze anche dolorose o traumatiche. Imparare a leggere i contenuti così trasmessi può aiutare a meglio comprendere la sua anima. Ma parlare di bambini è come parlare di noi adulti, di come eravamo e di come dovremmo essere... ed è guardando dentro noi stessi che permettiamo a questi bambini di diventare se stessi, persone originali e autentiche, libere. Uno dei lavori che aiutano ad ampliare la conoscenza dell'essere umano è il lavoro biografico, dove si impara a porsi le giuste domande per comprendere a fondo il senso della propria vita, i compiti da svolgere. Questo libro propone e invita ad un lavoro di biografia anche per immagini, nel segno di un senso artistico della vita che permette di completare la propria interiorità, di dilatare il proprio sentire, di avere autentica cura di sé per poter avere meglio cura anche degli altri. Si rivolge agli insegnanti, ai genitori, ai giovanissimi. La ricerca, approfondita da giovani insegnanti di materie artistiche con la loro docente e qui Autrice, punta sul valore dell'autoconoscenza attraverso un metodo artistico, proponibile a bambini, adolescenti e adulti.

BRUNA BALDASSARRE (1952) è psicologa, psicoterapeuta per l'infanzia e l'adolescenza, arteterapeuta, scrittrice, già docente di Discipline pittoriche nei Licei artistici, di Pedagogia generale e Analisi del linguaggio grafico nei corsi Coba presso L'Accademia di Belle Arti di Roma.



## ARAZZI – TESSERE IL VIAGGIO DELLA VITA

Betty Staley

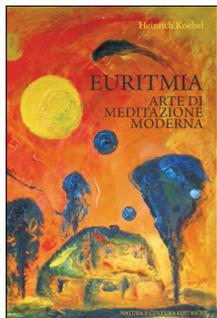
Pag. 360, cm 14x21 - 1° edizione italiana, 2012 - Traduzione di J. Orefice  
ISBN 978-88-95673-22-6 € 18,00

Da adulti, possiamo pensare di essere giunti ad un punto dove non c'è più cambiamento e rischiare la stagnazione, oppure riconoscere che la nostra crescita continua, diventando consapevoli di aspetti di noi stessi che vorremmo cambiare e di quanto farlo sia difficile. È in questa prospettiva che Staley esplora lo sviluppo dell'individuo e i dilemmi della vita adulta, dalle dinamiche della relazione di coppia al conflitto tra carriera e maternità, alle scelte della vecchiaia. Le crisi sono momenti da non negare, banchi di prova, occasioni per modellare la nostra esistenza e vivere con pienezza

procedendo verso fasi successive – una chance che oggi molte persone si perdono.

Arazzi offre delle chiavi per comprendere il modello e i ritmi della nostra vita dopo i vent'anni, attraverso la mezza età, fino alla vecchiaia. Ci aiuta a svelare i motivi unici che ciascuno di noi tesse nella vita e a comprendere il senso della trasformazione, imparando a percepire ciò di cui abbiamo bisogno per produrre dei cambiamenti nella nostra esistenza e maturando una più profonda gratitudine per la ricchezza della vita in ognuna delle sue fasi.

BETTY STALEY, direttrice della Waldorf High School Teacher Education, insegnante di Letteratura e Storia alla Scuola Waldorf di Sacramento, educatrice da oltre cinquant'anni, integra l'opera di Rudolf Steiner sulla biografia attingendo a studi di psicologia moderna.



## EURITMIA ARTE DI MEDITAZIONE MODERNA

Heinrich Koebel

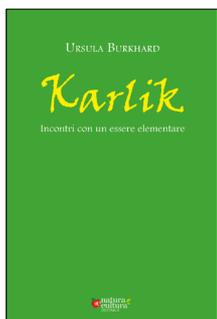
Pag. 496, col., cm 13,5x21 - 1° edizione, 2011  
ISBN: 978-88-95673-21-9 € 20,00

Fare euritmia vuol dire in concreto meditare in movimento, creare, in mezzo alla confusione della vita, il più grande cosciente equilibrio dinamico calmo fra corpo, anima e spirito \* Proviamo a non dare ascolto alle nostre simpatie e antipatie, la nostra meta adesso è di superare i limiti del privato per essere liberi e capaci di conversare con qualcosa che va oltre la nostra vita individuale e che ha un significato per tutta l'umanità \* Bastano un paio di scarpette, umorismo, coraggio e curiosità... \* La verità diventerà un'esperienza concreta e non più soltanto filosofica. Per giungere a questo

gradino di conoscenza abbiamo bisogno del nostro prossimo.

Un libro unico nel suo genere, dove un vero maestro percorre il cammino iniziatico dell'euritmia con i suoi allievi; un racconto-manuale attraverso il quale conoscere, dal vivo, il senso dell'euritmia, arte antica e moderna.

HEINRICH KOEBEL (1939), Maestro di Euritmia, è cresciuto alla scuola Waldorf di Stoccarda, ha studiato a Londra e Parigi conseguendo infine a Basilea il dottorato in Filosofia, Psicologia e Sociologia della cultura con Edgar Salin. Ha frequentato il Seminario di pedagogia al Goetheanum a Dornach e si è formato in Euritmia alla Scuola di Lea van der Pals. Accanto alla lunga attività teatrale, per quaranta anni ha insegnato Euritmia spaziando dalla Sicilia fino alla Finlandia. Musicista, coltiva la passione per la poesia.



## KARLIK – INCONTRI CON UN ESSERE ELEMENTARE

Ursula Burkhard

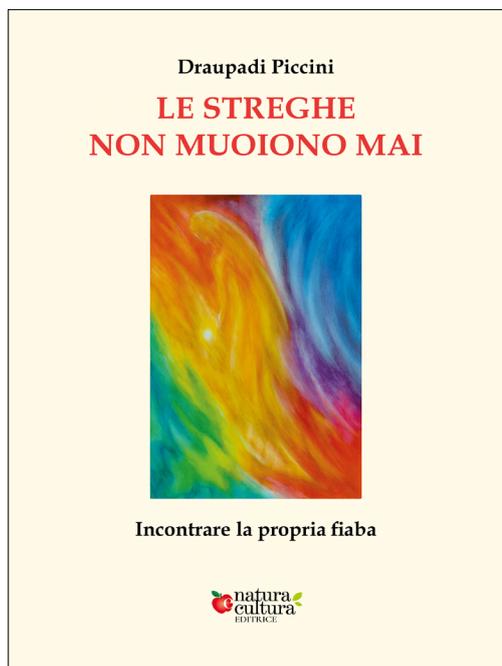
Pag. 64, cm 10,5x15,5 - 3° edizione italiana, 2022 - ISBN 978-88-95673-72-1 €10,00

Cieca dalla nascita, fin da bambina Ursula Burkhard vive dei veri e propri incontri con gli esseri della natura ed in particolare con lo gnomo Kàrlík. Con semplicità e spregiudicatezza, il racconto della sua esperienza ci ricorda il bisogno di amare e curare la nostra Terra.

*«Può succedere allora che Karlík dica: "Siediti, siamo felici!". Essere felici è un'occupazione importante per un essere elementare. Ci lasciamo cogliere insieme dal sentimento di gratitudine per tutto ciò che in questo mondo è già diventato buono, vero e bello. Da questo sentimento di gratitudine ci nasce la forza per nuove azioni e la fiducia che possa diventare ancora più buono, più vero e più*

*bello anche ciò che ancora è in uno stato diverso. Possiamo così assolvere sempre meglio quello che è il nostro compito e anche quello che vogliamo fare insieme.»*

URSULA BURKHARD (1930-2011), cieca dalla nascita, cresciuta a Basilea, si laureò in germanistica, anglistica e slavistica e frequentò il Seminario di pedagogia al Goetheanum a Dornach. Lavorò quindi come insegnante e maestra d'asilo con bambini non vedenti e normovedenti. Per diciotto anni tenne delle trasmissioni per ciechi su Radio Basilea, mentre la sua passione e lo studio delle fiabe si tradussero anche in numerosi corsi per adulti ed educatori. Dedicò molti anni della sua vita all'attività di scrittrice.



## LE STREGHE NON MUOIONO MAI

Incontrare la propria fiaba

Draupadi Piccini

Pag. 148, cm 16,6x22,4 - 1° edizione, 2024

ISBN: 978-88-95673-82-0 € 19,50

Tra i molti testi che si trovano oggi sulle fiabe, questo libro si distingue presentando un inedito percorso di ricerca che, a partire da uno studio articolato e approfondito delle antiche fiabe popolari, mostra come queste possano essere nutrimento per l'anima e uno strumento autoconoscitivo potente: permettono di vedere con maggiore chiarezza dove ci troviamo in questo momento del nostro cammino di vita, cosa ci ostacola e come possiamo trasformare ciò che non ci corrisponde più.

Attingendo alla propria esperienza professionale sul campo, Draupadi Piccini – arteterapeuta a indirizzo antroposofico e formatrice delle competenze trasversali – condivide i passaggi di un originale lavoro di arte e cura di sé, dove la fiaba agisce da interlocutrice fondamentale in un dialogo di ampio respiro tra arteterapia, teatro di figura e lavoro sulla biografia personale.

L'approfondimento finale dedicato alle streghe racconta chi sono queste figure e cosa rappresentano, in che modo ci aiutano a sviluppare consapevolezza, capacità di trasformazione e comprensione di noi stessi e degli altri.

### Arte e cura di sé

#### NOVITÀ 1° EDIZIONE 2024

Un testo per persone interessate, operatori in formazione e professionisti del settore.

#### *Indice dei capitoli:*

Prologo

Introduzione

1. Le antiche fiabe
2. Le fiabe come nutrimento dell'anima e strumento di autoconoscenza

#### *Intermezzo:*

Il giovane pescatore e la donna del mare

3. Fiaba e arteterapia
4. Il teatro di figura e le antiche fiabe
5. Fiaba e lavoro di biografia
6. Le streghe non muoiono mai

Epilogo

Ringraziamenti

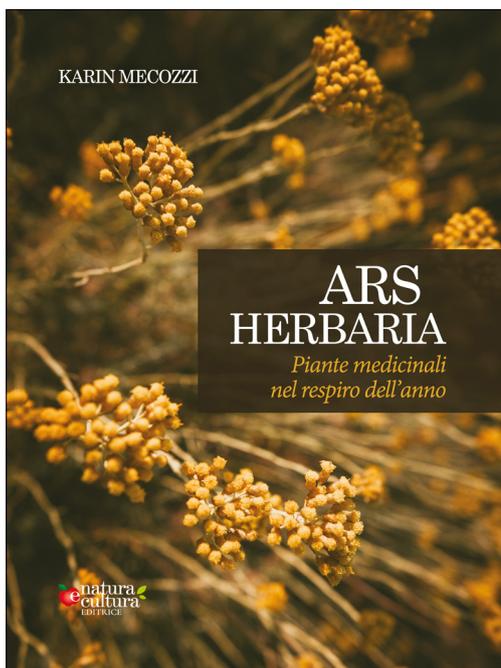
L'Autrice

Riferimenti bibliografici

DRAUPADI PICCINI (1975), laureata in filosofia, è arteterapeuta a indirizzo antroposofico. Conduce terapie individuali, seminari e corsi di gruppo su molteplici tematiche, con una valenza sia sociale sia terapeutica, attraverso l'uso di svariate tecniche artistiche. Si occupa di formazione come consulente creativo e di sviluppo. Tiene laboratori di teatro di figura, conferenze e corsi sulle fiabe.

[www.padiarteforma.com](http://www.padiarteforma.com)





*Indice dei capitoli:* Prefazione - Prologo 1. Erboristeria tradizionale e moderna: L'erborista e le piante medicinali - Gestì di erboristeria - Piante medicinali, officinali e aromatiche - Droga e fitocomplesso 2. La connessione tra uomo e pianta: Corrispondenza tra uomo e pianta - L'Uomo tripartito - La Pianta tripartita 3. La relazione terapeutica tra pianta e uomo: Nessi terapeutici tra pianta e uomo - Curarsi naturalmente oggi - Rimanere in contatto con la vita 4. Pianta medicinali, uomo e paesaggio in dialogo: Verso una percezione del vivente - Cosa intendiamo per "paesaggio" - Paesaggio esteriore e interiore - Ampliare la percezione 5. Ritmi dell'anno, ritmi della terra: Esercizio: centro e periferia - La terra, un organismo vivente - Il respiro della terra nell'anno: stagioni e feste 6. Primavera: Esercizio: la vita su un fazzoletto di terra - Andar per erbe - L'Albero: Mandorlo - L'Arbusto: Sambuco - La Pianta da profumo: Violetta odorosa - Le Medicinali: Tarassaco, Camomilla - L'Aromatica: Erba cipollina 7. Estate: Le tre qualità del calore in estate - Le tre fasi dell'estate e le attività erboristiche - Veicola il calore: la famiglia delle Lamiaceae - Il mondo dei profumi e degli oli essenziali - "Restare presenti in estate" - Esercizio: il camminare lento - L'Arbusto: Ginestra odorosa - Le Medicinali: Calendula, Elicriso d'Italia - L'Aromatica: Timo 8. Autunno: La stagione autunnale e le attività erboristiche - I frutti degli arbusti spinosi - Gli Arbusti: Olivello spinoso, Rosa canina - I semi delle piante - Gli Alberi: Quercia, Olivo - Le Medicinali: Ortica - Consolida maggiore - Valeriana - Esercizio: Guardare alla pianta nel suo insieme - L'Aromatica: zafferano 9. Inverno: Gli Alberi: Ginepro, Pino - Le Medicinali: Angelica, Elleboro, Vischio - L'Aromatica: Rafano - Applicazioni esterne in inverno: impacchi, cataplasmi, cerotti, spugnature, maniluvio, pediluvio, bagno completo 10. Cenni di raccolta e conservazione: Raccoglitori ed erboristi - Raccogliere sapientemente le droghe - Consigli per un buon raccolto - Mondatura, essiccazione e conservazione - Epilogo.

## ARS HERBARIA

Piante medicinali nel respiro dell'anno

Karin Mecozzi

Pag. 304 col., cm 16,6x22,4 - 2° e nuova edizione italiana, 2020  
ISBN: 978-88-95673-61-5 € 24,00

### EDIZIONE AMPLIATA

Frutto del lavoro pratico e di una ricerca spirituale sempre in atto, nel 2020 *Ars herbaria* - Piante medicinali nel respiro dell'anno si presenta alle Lettrici e ai Lettori in una forma rielaborata e ampliata dall'Autrice, con una nuova veste grafica e un ricco corredo di preziose fotografie.

"*Ars herbaria* è nato come raccolta dei miei studi nel campo dell'erboristeria classica, goetheanistica ed antroposofica e degli articoli di erboristeria pubblicati in diverse lingue. Vuole essere un invito a sperimentare il mondo delle piante medicinali nel corso dell'anno come in un respiro, ritmico, ripetuto e lieve, sapendo che in tutto il mondo erboristi-raccoglitori cercano le piante medicinali in silenzio, con dedizione, nel luogo adatto. Possa questo volume far nascere nel lettore il desiderio di raccogliere ed usare le piante, ma possa essere anche fonte di interrogazioni e domande interiori... sulle piante, l'uomo, il paesaggio e i ritmi universali."

*Karin Mecozzi*, Erborista e Autrice

*Ars herbaria* è erboristeria come arte e conoscenza, è autentico saper fare capace di metterci in contatto con le forze risanatrici della natura, delle piante e dei luoghi. L'Autrice approfondisce i modi e i motivi dell'impiego delle piante medicinali, proponendo una visione della cura della salute come spazio eletto del rapporto tra pianta e uomo, tra civiltà e natura. In questo senso, condivide con il lettore un percorso per lo studio, la pratica erboristica e la ricerca personale.

- Erboristeria tradizionale e moderna • Relazione terapeutica tra pianta e uomo • Piante medicinali, uomo e paesaggio in dialogo • Visione dell'insieme, osservazione ritmica, percezione del vivente • Ritmi dell'anno e ritmi della terra, stagioni astronomiche e biologiche, festività • Piante medicinali, officinali e aromatiche • Erboristeria pratica, ricette e preparazioni per la salute e il benessere • Cenni di raccolta e conservazione.

*Ars herbaria* si rivolge a tutti coloro, professionisti ed appassionati, che sono alla ricerca di nuovi gesti di cura e di una sintonia profonda con il vivente.

[www.karinmecozzi.com](http://www.karinmecozzi.com)



## VERDE RESILIENZA

Erboristeria pratica nel cambiamento

Karin Mecozzi

Pag. 96 b/n, cm 13x19 - 1° edizione, 2020  
ISBN: 978-88-95673-60-8 € 14,00

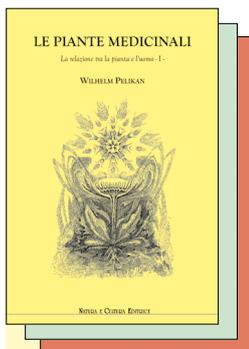
Attraversare le circostanze difficili senza perdersi, coltivando la consapevolezza e il saper fare: in questo prezioso libretto di erboristeria e botanica goetheanistica, l'Erborista – oltre 20 anni di esperienza tra piante e paesaggio – affida al lettore gli

strumenti per un percorso di resilienza attraverso pratiche erboristiche e osservazioni della natura: • Piante per la resilienza • Ricette da fare in casa per tisane, impacchi, frizioni, massaggi, oli essenziali e altre preparazioni erboristiche • Alimentazione, respiro • Cura di sé, depurazione, fiducia • Ritmi, forza di resistenza dello spirito • Movimento, rilassamento, meditazione • Herbal bathing, verde medicina dei luoghi.

Proposto nel segno dell'autoresponsabilità e della salutogenesi, l'inedito percorso è ispirato alle fasi della gemma della pianta: «Procedi nel cambiamento passo dopo passo, come fa la gemma. Rafforza il tuo involucro di protezione, custodisci il calore vitale. Pratica la concentrazione e la leggerezza. Apri ti al mondo in un modo nuovo.»

**Indice dei capitoli:** Introduzione - Nella gemma riposa il futuro di ogni pianta - Tre passi per una Verde resilienza - Erboristeria e resilienza: erbe e piante medicinali 1. Rafforza il tuo involucro di protezione: Custodire il calore - Alimentazione per custodire il calore - Applicazioni esterne per rafforzare l'involucro - Excursus Il ritmo - Igiene quotidiana - Pratiche e ricette erboristiche - Applicazioni che "ricuciono" l'involucro - Pratiche e ricette erboristiche - Piante medicinali per rafforzare le difese: Piantaggine - Timo - Rosa selvatica comune - Eucalipto - Olivello spinoso - Sambuco - Bagno di erbe e di foresta 2. Pratica la depurazione erboristica per essenzialità e leggerezza: Quando hai bisogno di un periodo di depurazione? - Quando praticare la depurazione erboristica e per quanto tempo? - Le 7 chiavi della depurazione erboristica - Pratiche e ricette erboristiche 3. Apri ti al mondo in modo nuovo: Il dentro e il fuori - Excursus Forza di resistenza dello spirito e resilienza, a cura di Marco Ceppi - In dialogo con il paesaggio - La verde "medicina dei luoghi".

KARIN MECOZZI, erborista dal 1996, con specializzazioni in botanica e naturopatia antroposofica in Italia e all'estero ed esperienza pluriennale in agricoltura biodinamica, è raccoglitrice di piante officinali spontanee, fitopreparatrice, docente. Ricercatrice del metodo goetheanistico in erboristeria e nel paesaggio, è autrice del libro *Ars herbaria. Piante medicinali nel respiro dell'anno* in lingua italiana e tedesca, di *Verde resilienza. Erboristeria pratica nel cambiamento* e di articoli in materie erboristiche e salutogenesi.



## LE PIANTE MEDICINALI

La relazione tra la pianta e l'uomo Voll. I, II, III

Wilhelm Pelikan

Vol. I: Pag. 360, cm 17x24 - 3° e nuova edizione italiana, 2018 - Traduzione di P. Valdinoci  
ISBN 978-88-95673-47-9 € 24,00

Vol. II: Pag. 254, cm 17x24 - 2° e nuova edizione italiana, 2019 - Traduzione di G. Carandino  
ISBN 978-88-95673-48-6 € 23,00

Vol. III: IN PREPARAZIONE LA NUOVA EDIZIONE, PER INFO [info@naturaecultura.com](mailto:info@naturaecultura.com)

L'IMPORTANTE OPERA DI WILHELM PELIKAN PER LA CURA DELLE MALATTIE SECONDO L'ARTE MEDICA AD ORIENTAMENTO ANTROPOSOFICO

Nell'opera di Pelikan conosciamo la pianta come forma in divenire (Goethe), studiamo le relazioni fondamentali tra la pianta e l'uomo (Rudolf Steiner), comprendiamo in modo nuovo l'azione delle piante curative.

«Quel che fuori è la bella natura, è in realtà un insieme di imitazioni di processi di malattia. Nell'uomo vi sono processi interni di malattia, fuori è la meravigliosa natura. Bisogna capire il rapporto, bisogna sapere come si portino nell'uomo funzioni di malattia dal vasto campo dei processi della natura e come si possano sottrarre processi di malattia alle parti costitutive soprasensibili della natura umana.» (R. Steiner)

**Indice del vol. I:** Prefazione alla quarta edizione tedesca (1980); Arte e natura - I disegni delle piante medicinali; Prefazione alla prima edizione tedesca (1958); LA RELAZIONE ARCHETIPICA TRA LA PIANTA E L'UOMO In cosa Goethe è stato un pioniere - La pianta triarticolata e l'uomo triarticolato - Il processo della foglia e il sistema ritmico - Il processo della radice e il sistema neurosensoriale - Il processo del fiore e del frutto e il sistema metabolico - Brevi cenni sulla triarticolazione umana; L'"IDEA" DEL PROCESSO DI MALATTIA E L'"IDEA" DELLA PIANTA MEDICINALE Polarità di stati infiammatori e formazioni di tumori - Dissolvimento e indurimento nel processo vegetale - Esperimenti per rendere visibili i rapporti tra la radice della pianta e gli organi nervosi e tra il fiore e gli organi metabolici mediante il metodo della cristallizzazione sensibile; ARTI COSTITUTIVI E REGNI DELLA NATURA La quadripartizione dei regni della natura / uomo e pianta - I

quattro arti costitutivi e le quattro sostanze formative - "Forme intermedie" nel regno vegetale - Rapporti delle zone della Terra con i principali processi della vita vegetale - L'evoluzione della Terra e i suoi stadi preliminari; LABIATE Sfera d'azione terapeutica delle labiate - Le principali labiate medicinali - Osservazioni sulla formazione del seme; OMBRELLIFERE Le possibilità terapeutiche delle Ombrellifere - Varianti fisiche del tipo - Gli odori vegetali; PAPAVERACEE Il tipo - Le Papaveracee medicinali - La formazione del lattice nel regno vegetale; PIANTE "CARNIVORE"; CROCIFERE Il tipo - Il processo sulfureo e il processo salino nella terapia naturale - Le Crocifere medicinali; SOLANACEE L'essenza dei veleni vegetali - Le principali Solanacee medicinali; CACTACEE; CHENOPODIACEE; RANUNCOLACEE Il tipo - Le Ranunculacee medicinali; ROSACEE I processi degli zuccheri, dei tannini e delle sostanze cianidriche - Le Rosacee medicinali; COMPOSITE Motivo formatore e forze terapeutiche - Piante medicinali della famiglia delle Composite; GENZIANACEE; BORRAGINACEE L'albumina come "incarnazione" di domini spirituali superiori - Il ruolo del carbonio, dell'azoto, dell'ossigeno, dell'idrogeno e dello zolfo; LEGUMINOSE Le Leguminose medicinali; RUBIACEE Il tipo - L'acido formico e il processo dell'acido urico - Le Rubiacee medicinali; EUFORBIACEE; LILIACEE Le Liliacee medicinali; Indice delle piante medicinali trattate nel volume I. *Indice del volume II:* Prefazione - Sul volume II; LE PIANTE MEDICINALI DELLE CLASSI INFERIORI DEL REGNO VEGETALE Algha - Funghi - Licheni - Felci - Equiseto; LE PIANTE MEDICINALI DELLE CLASSI SUPERIORI DEL REGNO VEGETALE Conifere - Pinacee - Cupressacee - Iperico, Guttifere - Sassifragacee: Processi di luce, silice, calcare - Crasulacee: Il fenomeno della succulenza. La "pianta archetipica" e il suo riflesso nel Bryophyllum - Cucurbitacee: Processi calorici trasferiti nell'elemento acquoso - Iridacee - Graminacee: Formazione di amido nell'ambito del processo siliceo; Le possibilità terapeutiche del tipo Graminacee - Aracee: Processo fiore nell'ambito della radice - Amentiflore - Salicacee: I processi salicilici e i tannini - Rutacee: Il dominio dei processi calorici tropicali - Cariofillacee - Vitacee - Caprifogliacee - Olivello spinoso: Immagine dell'essere vegetale e fantasia terapeutica - Le vitamine - Le piante alimentari - Gli "organi" extracorporei della pianta; La funzione organica degli involucri terrestri in rapporto alla vita della Terra; Azoto, ossigeno, carbonio e idrogeno come organi operanti nell'atmosfera - Mirtacee: Fruttifere e specie aromatiche - Geraniacee - Oxalidacee: Il processo dell'acido ossalico nella pianta e nell'uomo - Malvacee: Formazione di mucillagine e fibre - Scrofulariacee: Il tipo e alcune piante medicinali - Convolvulacee - Oleacee: Il processo formatore di oli nel regno vegetale - Apocinacee - Ericacee: "Frutti del Nord". Il tipo - Primulacee: Piante dei ritmi eterici primaverili. Saponina, acido salicilico - Forme fenomeniche tipiche di piante medicinali di fegato, rene, polmone, cuore; Piante medicinali del fegato; Piante medicinali del rene; Piante medicinali del polmone; Piante medicinali del cuore; Indice delle piante medicinali trattate nel volume II.

*Indice del vol. III:* Come percepire gli esseri elementari? Viscacee. Orchidacee. Valerianacee. Bromeliacee. zingiberacee. Piante monocotiledoni. Urticacee. L'anagallide. Anacardiacee. Aclamidee. La canapa. L'amamelide. La classe solare delle fanerogame - Proranali. L'asaro. Piante aromatiche e articolazione dell'organismo umano. L'ippocastano e l'intessere delle ondine. Violacee. L'olmo.

WILHELM PELIKAN (1893-1981), chimico di formazione, è stato farmacista, antroposofa, praticante della medicina antroposofica, giardiniere. Per quasi cinquanta anni ha approfondito la conoscenza delle sostanze e dei processi del mondo minerale e vegetale secondo il metodo di studio goethiano antroposofico. Dal 1924 per quaranta anni è stato direttore dei laboratori farmaceutici Weleda in Germania nominato su indicazione di Rudolf Steiner. Con un lavoro in costante evoluzione, ha osservato le qualità delle piante medicinali e le loro proprietà d'impiego alla luce delle relazioni fondamentali che intercorrono tra la pianta e l'uomo così come scoperte e descritte da Rudolf Steiner. I frutti della sua indagine scientifico-spirituale sono raccolti in questa opera nuova e straordinaria.



## INFLUENZE PLANETARIE E PROCESSI VITALI

nell'Uomo e nella Terra

Bernard Lievegoed

Pag. 80 b/n, cm 14x21 - 2° edizione italiana, 2020

ISBN: 978-88-95673-59-2 € 12,00

Un'opera per approfondire lo sguardo sugli influssi dei pianeti nei regni della natura. Un contributo fondamentale per comprendere l'azione dei preparati da cumulo del compost e dei preparati da spruzzo indicati da Rudolf Steiner per l'agricoltura biodinamica.

Pubblicato per la prima volta negli anni '50 del secolo scorso, ancora oggi il testo del Dr. Bernard Lievegoed resta un riferimento basilare per coloro che studiano, attuano e sviluppano una pratica

autentica del metodo di coltivazione biodinamico.

*Indice dei capitoli:* Prefazione alla 1° edizione tedesca - Prefazione alla 2° edizione tedesca - Azioni planetarie e preparati da compost - I processi planetari nel compost e nell'essere umano: Saturno; Luna; Giove; Mercurio; Marte; Venere; L'azione del Sole - I preparati: Preparato 502 Achillea; Preparato 503 Camomilla; Preparato 504 Ortica; Preparato 505 Corteccia di quercia; Preparato 506 Tarassaco; Preparato 507 Valeriana; Preparato 500 e 501 Cornoletame e Cornosilice.



## ORTO E GIARDINO

Cultivare in sintonia con la Terra e il Cosmo  
Maria Thun

pag. 128, col., cm 16,8x23,6 cm - 4° edizione italiana, 2022  
Traduzione di K. Mecozzi - ISBN: 978-88-95673-70-7 € 19,00

### NUOVA EDIZIONE 2022

A quasi venti anni dalla prima pubblicazione italiana, questo manuale unico nel suo genere, sempre corredato dalle insostituibili fotografie d'archivio della signora Maria Thun, si propone in un nuovo formato e con una rinnovata veste grafica.

Per oltre sessanta anni Maria Thun, importante pioniera dell'agricoltura biodinamica, ha condotto sperimentazioni sulle piante coltivate, osservando l'influenza della Luna e dei pianeti sulla crescita e la qualità dei vegetali. I risultati fondamentali della sua ricerca unica al mondo sono raccolti in questo manuale, che contiene indicazioni utili e preziose per ogni coltivatore.

*Alcuni degli argomenti trattati nel libro:* Forze terrestri e cosmiche - Giorni favorevoli per la semina, il trapianto, le lavorazioni, le cure colturali, la raccolta e la conservazione - Compost e concimazione - Rotazione delle colture - Piante sane con macerati, tisane e preparati biodinamici - Lotta alle erbe infestanti, agli animali nocivi, alle malattie fungine - Piante da radice, da foglia, da fiore, da frutto.

Ciascuno di noi potrà applicare il metodo di Maria Thun nel proprio orto e giardino, sviluppando una comprensione più profonda per la vita e le relazioni tra terra e cosmo, migliorando la resa delle proprie piante, conservando la fertilità del terreno e portando sulla tavola ortaggi sani e salutari, in grado di nutrire il corpo e le parti più sottili dell'essere umano.

“Sono cresciuta in una fattoria, fin da piccola mi è stato permesso di aiutare nei lavori in giardino. Ero felice di togliere le erbacce dalle meravigliose aiuole di fiori della nonna. Mia nonna aveva dei grandi vasi di timo, lavanda, rosmarino e mirra. In inverno li spostava in casa, nel corridoio, per proteggere le piante dal gelo. Il loro profumo pervadeva tutte le stanze.

Il mio interesse per la cura delle verdure è nato solo più tardi, quando ho iniziato a coltivare insalate e ortaggi per la mia famiglia. Ma già a dieci anni conoscevo l'odore delle erbe aromatiche e delle piante che usavamo per le nostre tisane: amavo sentire la differenza dei loro profumi. Ancora oggi, mentre raccolgo l'issopo, il finocchio, l'aneto, affiorano ricordi della mia infanzia.

Quando mia madre raccoglieva delle bacche, ce le faceva annusare ad occhi chiusi, per vedere se riconoscevamo la pianta. Lo stesso facevamo con i fiori selvatici e le erbe curative.

Un poco più grande, camminando di notte nel bosco, mi sono resa conto che i diversi alberi emanano degli odori particolari dalle foglie. Quando, dopo aver sostato sotto una quercia vigorosamente aromatica, si prosegue lungo una siepe di tuie, sembra di tornare alla lucidità. Se si sfrega un rametto di assenzio che sporge accidentalmente da una staccionata, si percepisce a lungo un odore dolceamaro.

Anni dopo, leggendo il Corso sull'agricoltura, ho capito bene cosa intenda Rudolf Steiner quando dice che l'agricoltore deve diventare “chiaro-annusante”. Nell'orto e nel giardino possiamo distinguere le qualità di una pianta grazie al suo profumo, al suo aroma o cattivo odore.

Penso sia molto importante crescere i nostri figli così, facendo in modo che possano avere un migliore rapporto con il regno delle piante, e proprio l'orto e il giardino possono trasformarsi in una risorsa preziosa per la persona. Sono un piccolo mondo pieno di vita dove, coltivando, possiamo diventare creativi, e dove a volte i sogni dell'infanzia diventano realtà.”

Maria Thun



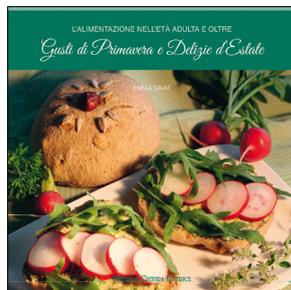
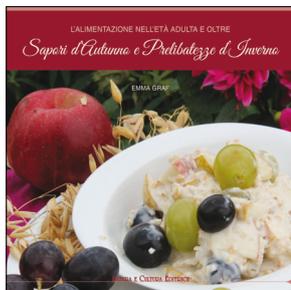
## ALIMENTAZIONE E SCIENZA DELL'UOMO

Udo Renzenbrink

Pag. 200, b/n e col., cm 14x21 - 7° e nuova edizione italiana, ottobre 2018 - Traduzione di G. Roggero  
Precedentemente edito con il titolo *Alimentazione e scienza spirituale*  
ISBN 978-88-95673-52-3 € 16,50

Un'osservazione spregiudicata dell'alimentarsi in quanto interazione fisica, animica e spirituale dell'uomo nei confronti del mondo, una chiara visione del rapporto tra alimentazione, ambiente e società. Un testo basilare per coloro che aspirano a una nuova coscienza dell'alimentazione e cercano delle basi spirituali per giungervi.

Publicata per la prima volta quarant'anni fa ma oggi più attuale che mai, l'opera di Renzenbrink rappresenta un contributo fondamentale per un ampliamento della moderna scienza alimentare in senso antroposofico. UDO RENZENBRINK (1913-1994) è stato medico, scienziato dell'alimentazione, antroposofico, fondatore nel 1970 dell'Arbeitskreis für Ernährungsforschung (Gruppo di ricerca sull'alimentazione) di Bad Vilbel in Germania. Accanto all'attività di studio e ricerca, ha tenuto numerosi corsi ed è autore di pubblicazioni.



## L'ALIMENTAZIONE

NELL'ETÀ ADULTA E OLTRE Emma Graf

Sapori d'Autunno e Prelibatezze d'Inverno

Pag. 240, col., cm 20x20 - 1° edizione italiana, 2017

ISBN 978-88-95673-40-0 € 24,00

Gusti di Primavera e Delizie d'Estate

Pag. 252, col., cm 20x20 - 1° edizione italiana, 2017

ISBN 978-88-95673-41-7 € 24,00

Emma Graf, esperta di nutrizione e di alimentazione antroposofica, fornisce approfondimenti sulla nutrizione adeguata alla persona adulta che avanza negli anni, illustrando i benefici di un'alimentazione consapevole improntata a cereali integrali, verdure, erbe aromatiche, frutta, semi oleosi e frutta secca.

Una nutrizione di qualità aiuta ad attraversare i cambiamenti fisiologici legati all'età e può sopperire al declino delle forze e delle funzioni vitali, offrendo sostegno al corpo e allo spirito.

In *autunno*, gli alimenti maturati alla luce e al calore dei mesi estivi rispecchiano la nostra trasformazione in questa epoca della vita e ci preparano alla stagione successiva. In *inverno*, i cibi ricchi di energia ci assistono e tutelano i processi di calore nel periodo di freddo e quiete che custodisce in germe il nuovo divenire. In *primavera*, gli alimenti che inaugurano la ripresa dell'attività nel mondo vegetale risvegliano il metabolismo e offrono esperienze al gusto e all'olfatto capaci di muovere anche l'animo. In *estate* come non mai, l'arte culinaria diviene sinonimo di salute e piacere, mentre sulla tavola un'ampia e variegata scelta di cibi freschi stimola i nostri sensi mantenendoci vitali.

La grande dame della cucina a base di cereali ci accompagna nelle stagioni con gustose e salutari ricette articolate in menù settimanali (pranzo e cena). - Un prezioso aiuto per la preparazione quotidiana dei pasti in casa, in istituti e comunità.

EMMA GRAF (1943), formatasi in scienza dell'alimentazione, da molti anni si occupa di nutrizione dell'essere umano approfondendo con un lavoro di costante e originale ricerca gli impulsi dati da Udo Renzenbrink e Gerhard Schmidt all'interno dell'Arbeitskreis für Ernährungsforschung (Gruppo di ricerca sull'alimentazione) di Bad Vilbel in Germania. Ha tenuto numerosi corsi, seminari e conferenze ed è figura di riferimento per quanto riguarda la nutrizione e la dietetica. I suoi libri sulla cucina a base di cereali sono ampiamente diffusi.



## TEMPERAMENTI UMANI E NUTRIZIONE

L'alimentazione con riguardo alle caratteristiche temperamentali per l'equilibrio esteriore e interiore dell'individuo

Emma Graf

pag. 168, cm 15x20 - 2° edizione italiana, 2019

Traduzione di M.L. Pampaloni - ISBN: 978-88-95673-54-7 € 13,50

Il testo getta un ponte tra le conoscenze sulla nutrizione dell'essere umano e la teoria dei temperamenti. L'autrice approfondisce i quattro temperamenti malinconico, flemmatico, sanguinico, collerico e indica la nutrizione più adatta a ciascun tipo, proponendo anche sane e gustose ricette di facile esecuzione. Si sperimenta così che è possibile compensare mancanze e favorire punti di forza anche attraverso un'alimentazione adeguata alla natura temperamentale, in un percorso di autoeducazione verso l'equilibrio esteriore e interiore dell'individuo.



## LA CUCINA A BASE DI CEREALI in armonia con i giorni della settimana

Emma Graf

pag. 160, cm 15x21 - 4° edizione italiana, 2013  
ISBN 978-88-95673-14-1 € 12,80

Il consumo di ciascuno dei sette cereali nel giorno della settimana governato dal corrispondente pianeta è un modo per ristabilire dei nessi fondamentali. Nei cereali, infatti, si celano forze che la pianta sviluppa in rapporto con gli elementi naturali e cosmici. Reperiamo così forze e qualità d'importanza vitale che ci sostengono e ci assicurano nuovi impulsi, favorendo la salute. *Ampio spazio dedicato alle ricette.*



## ALIMENTARSI COSCIENTEMENTE nel ritmo dei giorni della settimana

Emma Graf

pag. 160, cm 15x21 - 3° edizione italiana, 2013  
ISBN 978-88-95673-29-5 € 12,30

Scegliere, preparare e cucinare gli alimenti per i pasti significa operare quotidianamente un gesto di consapevolezza che riguarda tanto la nostra salute quanto l'ambiente e la società. Scegliendo prodotti di qualità biologica e biodinamica favoriamo metodi di agricoltura e produzione alimentare in sintonia con le leggi della Natura che tutelano la nostra terra e fondano una sana civiltà. Il pasto è una ri-unione: il valore intrinseco dell'alimento consente o impedisce il collegamento dell'uomo con le forze vitali primigenie del cosmo e della Terra. Preparare da mangiare diventa un gesto d'amore verso i nostri commensali e verso il pianeta che ci ospita. *Ampio spazio dedicato alle ricette.*



## LE FESTE DELL'ANNO IN COLLEGAMENTO CON L'UOMO E LA SUA NUTRIZIONE

Emma Graf

pag. 175, cm 15x21 - 1° edizione italiana, 2006 - Traduzione di A. Crippa  
€ 13,00

Emma Graf si dedica agli aspetti fisiologici e spirituali della nutrizione e scopre connessioni tra le feste dell'anno, i sistemi dell'organismo umano e la nutrizione. Gli organi umani sono anche strumenti (dal greco organon) al servizio dell'attività animico-spirituale e i processi medico-fisiologici hanno molto a che fare con le interiori possibilità di sviluppo dell'essere umano. Veniamo dunque a conoscenza delle connessioni tra il Natale e i polmoni, tra la Pasqua e il fegato, la Festa di San Giovanni e i reni, la Festa di San Michele e il cuore. In connessione con il corso naturale dell'anno e le feste ricorrenti si schiudono nuove e sorprendenti conoscenze. *Ampio spazio dedicato alle ricette.*



## CEREALI E BEVANDE DI CEREALI

Petra Kühne

pag. 100, cm 15x21 - 1° edizione italiana, 2008 - Traduzione di M.L. Pampaloni  
ISBN: 978-88-95673-03-5 € 9,00

Da migliaia di anni i cereali sono un alimento fondamentale di molte popolazioni. La loro importanza nell'alimentazione umana è ben nota. Dai cereali, fin dall'antichità, si ricavano anche delle bevande. In Europa, le bevande prodotte dai cereali sono relativamente recenti. Quali sono le loro proprietà e come vengono preparate? In questo libro, che pur ridimensiona le aspettative eccessive nei confronti di questi prodotti, il lettore troverà che le bevande di cereali sono qualcosa di più di un semplice sostituto del latte e possono contribuire in modo positivo nell'alimentazione. *Con ricette a base di bevande di cereali.*

PETRA KÜHNE è ricercatrice di scienze dell'alimentazione dell'Arbeitskreis für Ernährungsforschung di Bad Vilbel in Germania (il Gruppo di ricerca sull'alimentazione fondato nel 1970 in Germania dal Dr. Udo Renzenbrink), nutrizionista e voce autorevole nel campo dell'alimentazione antroposofica, autrice di pubblicazioni e articoli.

C'è chi lo chiama pentolino e chi baracchino, i nostri nonni dicevano la "schiscetta"... ecco un manuale inedito per fare il Tegamino, il nostro pasto pronto da trasportare e consumare in libertà!



## IL TEGAMINO

Pentola di piccole dimensioni  
che può avere vari usi

Ghislana B.T. Crociani e Daniela Maffuccini

Pag. 248, col., cm 14,8x21 - 1° edizione, 2019  
ISBN: 978-88-95673-55-4 € 23,00

Un originalissimo manuale per fare il Tegamino, il nostro pasto pronto da trasportare e consumare in libertà!

Il Tegamino è un pasto buono e salutare, che prepariamo a casa, disponiamo in appositi contenitori e portiamo con noi: al lavoro, a scuola, all'università, in viaggio, al parco, al mare, in montagna...

Il Tegamino è fatto con alimenti di qualità che sostengono la nostra salute e lo sviluppo interiore, provenienti da metodi di produzione che rispettano la vita della Terra.

Il Tegamino utilizza contenitori e stoviglie riutilizzabili in materiali sostenibili, permettendo di eliminare la plastica, ridurre i rifiuti e diminuire l'inquinamento.

Con un po' di organizzazione e qualche semplice accorgimento, il Tegamino può diventare una bella abitudine della vita di tutti i giorni, una pratica sensata, funzionale ed ecologica capace di metterci in contatto con noi stessi, con gli altri e con la natura.

Il libro "Il Tegamino" serve proprio a questo: a coltivare i pensieri, i sentimenti e le azioni, a cucinare il cibo con consapevolezza e amore, realizzando ricette facili e gustose nel ritmo delle stagioni e delle festività dell'anno.

Nato in ambito antroposofico e dedicato ai genitori delle scuole Steiner-Waldorf, offre suggerimenti pratici e spunti di ispirazione rivolti in realtà a tutti, per condividere l'idea del Tegamino come uno stile di vita che ognuno potrà scoprire e fare proprio!

GHISLANA BENEDETTA TERESA CROCIANI è nata a Firenze nel 1977 da mamma americana e babbo toscano e oggi vive a Roma. Mamma di Giulio e Pietro, ha un legame speciale con l'arte del restauro e ama il suo lavoro di orafa e designer. Ma non rinuncia a fare la guida gastronomica per i food tours. Da sempre è una foodie per vocazione, il cibo la affascina, la incuriosisce. E anche se lei di sé non lo dice mai, è molto esperta e molto brava. Quanto ai suoi Tegamini, non hanno pari.

DANIELA MAFFUCCINI è nata a Teramo nel 1974 e vive a Roma. Mamma di Francesca, ha una passione per la cultura umanistica, è avvocatessa e attualmente collaboratrice parlamentare. Ammette di non essere una cucciniera, ma si diverte sperimentandosi ai fornelli così come fa con carta e penna nella scrittura dei testi più disparati. Per lei, l'ingrediente che non può mancare nella vita è quell'"essere umani" che identifica ognuno di noi, che può farci riconoscere simili e ci rende vicini.

### Indice del volume:

- Prefazione
- Premessa
- Lo spirito del progetto
- Cucinare cibo buono per coltivare buoni pensieri
- Un altro modo è possibile
- Cara vecchia schiscetta
- Obiettivo: trasportare
- La sera prima
- La scatola bento
- Il Tegamino dei bimbi
- Pane amore e fantasia
- Gentilezza
- 7 cereali per 7 giorni
- Assaggi di mondo
- Ricette per tutte le stagioni
- Ricette d'autunno e d'inverno
- Ricette di primavera e d'estate
- Torte, muffin e altre merende
- Dolci per feste e festività
- Il gioco del Tegamino



il tegamino

Un manuale inedito per cucinare cibo buono e coltivare buoni pensieri, con gustose ricette nel ritmo delle stagioni e delle festività dell'anno. Suggerimenti pratici e utili accorgimenti per fare il Tegamino, un pasto pronto da trasportare e consumare in libertà. Spunti d'ispirazione per uno stile di vita salutare ed ecologico, fatto di piccoli gesti che possono significare grandi cambiamenti.

NATURA E  
CULTURA  
editrice



€ 23,00

9 788895 673554



Dal repertorio di Ornella Marchesan Colonna,  
insegnante di musica per oltre quarant'anni  
alla Scuola Steineriana di Oriago



Dedicato  
a tutti i bambini  
e i ragazzi di ogni età  
che con il loro canto  
rendono il mondo  
un posto migliore.

## CANTI

per ogni stagione e ogni festività dell'anno  
Ornella Marchesan Colonna  
A cura di Martina Greta Colonna



**NOVITÀ ottieni i brani musicali!**

[Accedi al sito e clicca il bottone giallo per procedere al \*\*DOWNLOAD GRATUITO\*\*](#)

Pag. 128 b/n e col., formato cm 21x28, 1° edizione, 2023  
ISBN 978-88-95673-75-2 € 22,00

Un accompagnamento musicale nel ritmo dell'anno.  
I canti di Ornella Marchesan risuonano per piccoli e grandi  
in un'atmosfera piena di poesia e gioiosa partecipazione.

In questo libro sono raccolte alcune delle canzoni di Ornella Marchesan Colonna, musicista, insegnante per oltre quarant'anni di canto, recitazione e musica, nonché cofondatrice negli anni Ottanta della storica Scuola Steineriana di Oriago.

L'opera, curata con amore dalla figlia Martina Greta Colonna, musicista, scrittrice e docente, risponde al desiderio non solo di molti insegnanti, ma anche di genitori, ex allievi ed appassionati di poter conoscere e impiegare per il proprio operato le canzoni di Ornella Marchesan nella loro versione più originale.

Quello che viene proposto è un itinerario musicale di pezzi scelti che percorre le stagioni e le festività dell'anno scolastico da settembre fino all'estate. Inaugurato dalla famosa "Canzone del compleanno", prosegue pagina dopo pagina attraverso San Michele, l'autunno, San Martino, l'Avvento, il Natale, l'inverno, il Carnevale, la primavera e la Pasqua fino a concludersi con il canto "Il bimbo e il sole".

La raccolta, così strutturata, corrisponde alle aspettati-

ve didattiche delle scuole steineriane, dove il programma musicale va incontro a precise e profonde esigenze antropologiche e cicliche, legate ai ritmi annuali. Ma è indicato per l'attività di tutte le scuole, poiché i canti sono stati scritti per ogni bambino e bambina! Una caratteristica fondamentale e distintiva del repertorio di Ornella Marchesan, infatti, è di essere nato nel corso degli anni a contatto con i bambini e i ragazzi, di essere stato già sperimentato nella realtà didattica quotidiana, e adattato alle reali necessità dell'età evolutiva. Le canzoni si presentano con il testo sillabato sotto le note, per agevolare quanto più possibile l'esecuzione. Di seguito al pentagramma, si è riportato il testo del canto in versi. Taluni canti sono corredati anche dallo spartito per l'accompagnamento pianistico.

Nel volume, i periodi dell'anno sono scanditi dai dipinti della pittrice Anna Guolo Colonna, i quali, insieme alle parole e alle note, danno vita all'atmosfera di bellezza, senso e sentimento che auspichiamo piccoli e grandi possano respirare in questo libro.



## LE FASI EVOLUTIVE DALL'INFANZIA ALLA MAGGIORE ETÀ

Bernard Lievegoed

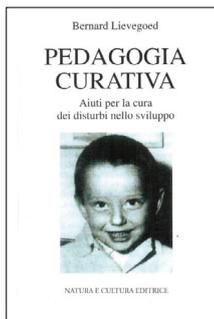
pag. 240, cm 14x21 - 6° edizione italiana, 2021 - Traduzione di L. Balduino  
ISBN: 978-88-95673-64-6 € 17,00

“In questo lavoro si partirà dal principio che nello sviluppo umano, sia corporeo sia spirituale, è attiva nel corso della vita una potenzialità genetica e, oltre a questa, anche una potenzialità individuale, che si manifesta entro la coscienza come ‘io’.” (B. Lievegoed)

Il Dr. Lievegoed affronta il problema dell'educazione in vista di un'aderenza la più stretta possibile alle esigenze della natura umana, fornendo qui delle chiare indicazioni. La sua visione, maturata alla luce di approfondite ricerche nel campo, si è perfezionata e consolidata attraverso anni di esperienza

diretta in qualità di medico scolastico a contatto con allievi e insegnanti, ed attraverso una viva partecipazione alla discussione sulle multiformi e sempre nuove problematiche dell'educazione.

**BERNARD LIEVEGOED (1905-1992)**, medico psichiatra di formazione, pedagogista, docente universitario, scrittore, antroposofista, visse e operò in Olanda, dove fondò e collaborò in istituti di grande valore culturale e sociale.



## PEDAGOGIA CURATIVA

Bernard Lievegoed

pag. 84, cm 15x21  
€ 9,50

insieme ad altri fondatore e direttore per molti anni dell'istituto di pedagogia “Zonnehuis” in Olanda, il Dr. Lievegoed indica in questo testo i fondamenti per una corretta elaborazione dei disturbi nello sviluppo giovanile e per l'applicazione delle relative terapie. Oltre che sulla propria esperienza, si basa sull'antropologia di Rudolf Steiner e fa riferimento agli studi di Claude Sigaud e Louis Corman, gettando le basi pratiche della pedagogia curativa.



## COMPORAMENTI DIFFICILI DEI FIGLI DI OGGI: AGIRE NELLA QUOTIDIANITÀ

Un percorso pratico di pedagogia curativa

Elena Nardini

Pag. 186, cm 15x21 - 2° edizione, 2017  
ISBN 978-88-95673-45-5 € 15,00

L'atteggiamento educativo è sempre fondamentale e determinante per la crescita di tutti i bambini. Può rafforzare o addirittura creare problemi, ma anche, se adeguato, risolverli o attenuarli in modo significativo. Questo vale per ogni bambino. in presenza di handicap, un adeguato atteggiamento

educativo è “la terapia” per eccellenza, l'unico mezzo in grado di coadiuvare e sostenere le terapie specifiche. ecco dunque la grande risorsa quale prevenzione e risanamento: la quotidianità.

Elena Nardini presenta atteggiamenti e problematiche ricorrenti al giorno d'oggi, dalla “sindrome del tiranno” all'abitudine del “tutto e subito”, dal falso mancinismo ai comportamenti a tavola o per andare a dormire, dai disturbi dell'attenzione a quelli dell'apprendimento. Cosa fare quando i figli...? Come trasformare le abitudini, instaurare ritmi sani, curare i dettagli? L'autrice propone un percorso che permette di intravedere nuove prospettive e suggerisce strumenti concreti praticabili da chiunque.

*“Portare elementi di risanamento nel micro-sociale familiare è il primo e fondamentale impulso di prevenzione e di risanamento sociale e culturale.”*

ELENA NARDINI (1951), specializzata in pedagogia curativa, opera dal 1992 all'interno dell'associazione Michael per la pedagogia terapeutica di Trento, adoperandosi per lo sviluppo della pedagogia curativa ambientale a guida e sostegno delle famiglie. È autrice di articoli e pubblicazioni.

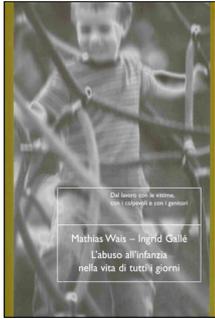


## L'ABBIGLIAMENTO INFANTILE

Ulrich Rösch e Traute Nierth

pag. 106, cm 18,5x16,5 - 1° edizione italiana, 1995 - € 9,50

Mentre oggi i nostri bambini sono uno dei target più ambiti e redditizi dell'industria del consumo, anche loro toccati dal culto dell'immagine e della “moda”, questo libro di qualche anno fa propone interrogativi e riflessioni sempre attuali ed utili a proposito di abbigliamento.



## L'ABUSO ALL'INFANZIA NELLA VITA DI TUTTI I GIORNI

Mathias Wais e Ingrid Gallé

pag. 226, cm 15x21 - 1° edizione italiana, 2008  
ISBN 978-88-95673-07-3 € 17,00

*“L’abuso sessuale è ‘soltanto’ un esempio di quanto sia invalsa nella nostra società l’abitudine di piegare a propria disposizione altre persone in qualche modo dipendenti.” (M. Wais)*

L’abuso sessuale non è un fenomeno isolabile, descrivibile in modo netto e preciso, ma può inserirsi senza soluzione di continuità nel comune atteggiamento di superiorità e potere con cui l’adulto tratta il bambino. In questo libro, è descritto dal punto di vista dell’esperienza, dall’interno. Cosa provano la vittima, l’abusante, l’ambiente? E cosa proviamo noi tutti, pubblico ed esperti, riguardo al tema dell’abuso sessuale? Come possiamo comprenderlo, rapportarci ad esso? Che posizione vogliamo assumere al riguardo? Gli autori parlano della propria esperienza di lavoro con vittime, abusanti, madri, persone prossime e, come consulenti all’educazione, delle conclusioni che da tale esperienza si possono trarre. Ottenere una spiegazione definitiva dell’abuso è impossibile, ma Wais e Gallé vogliono innanzitutto sviluppare aspetti finora trascurati nei dibattiti che possono contribuire ad una comprensione dell’abuso in quanto fenomeno sociale.

*Indice dei capitoli:* Breve storia delle reazioni - *È semplicemente successo:* le strategie dell’abusante - *Non posso farci niente:* la “teoria pulsionale” dell’abusante - Quello che le donne fanno ai bambini, lo fanno per amore? Le donne che abusano di bambini - *Dice che è amore:* dal vissuto della vittima - Così vicina, eppure così lontana: la madre - *Fallo per me:* la sopraffazione nella vita di tutti i giorni - *Affrancarsi dall’abusatore:* psicoterapia di donne e uomini che hanno subito abuso - *Dov’è il problema?:* il lavoro di prevenzione sugli abusatori - Conclusioni: il potere e l’Io.

## IL MIRACOLO DI ESSERE BAMBINI L’IDEA DI INFANZIA

Henning Köhler

**EDIZIONE 2023**

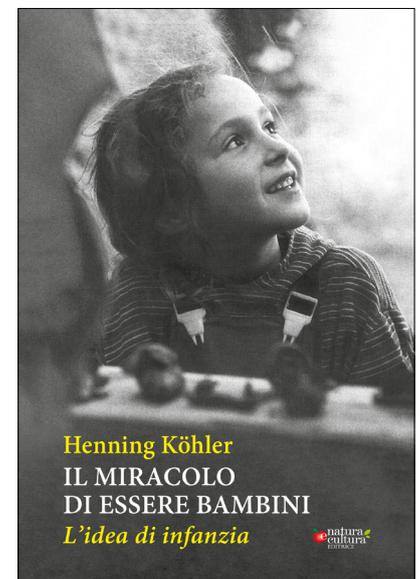
Pag. 96, cm 13X19 - 3° edizione italiana, 2023  
A cura di M. Fingerle  
Traduzione di K. Mecozzi e M.L. Pampaloni  
ISBN 978-88-95673-76-9 € 14,00

Confrontandosi idealmente con grandi pedagogisti e originali pensatori del 20° secolo – tra cui Janusz Korczak, Maria Montessori, James Hillman, Rudolf Steiner – e riferendosi sempre alla sua esperienza di terapeuta, Henning Köhler approfondisce cosa significhi e quanto sia importante, oggi più che mai, poter essere veramente bambini e vivere l’infanzia come ciò che è e dovrebbe essere: per ogni bambino qualcosa di speciale, unico e irripetibile.

Una necessità che riguarda in particolar modo anche i bambini cosiddetti problematici, sottolinea l’Autore, e nel trattare temi quali la salute, la terapia, l’educazione, ci rende consapevoli di come la vera forza curativa sia la forza della comprensione. Qualsiasi provvedimento si voglia intraprendere è senza senso, se non opera la forza dell’amore.

Contrariamente alla comune concezione di cura come “riparazione” e adeguamento alla “norma”, scegliamo autenticamente l’interesse, l’attenzione oggettiva, la partecipazione: qualità elevate ma praticabili nella comunità, in grado di far nascere un impulso salutare per ciascun individuo e per l’intera vita sociale.

Il volume raccoglie le due conferenze “Il miracolo di essere bambini”, tenuta da Henning Köhler alla Società Montessori in Austria nel 1998, e “L’idea di infanzia. Quale compito portano con sé i bambini problematici?”, testo rielaborato sulla base della conferenza tenuta presso la Heimsonderschule Brachenreuthe (una delle più importanti scuole di pedagogia curativa a indirizzo antroposofico in Germania) nel 1998 e pubblicato per la prima volta nella rivista “Seelenpflege” n. 3/1999.



“Esistono dei livelli di percezione più sottili. I bambini percepiscono in un modo molto diverso da noi adulti. Non dobbiamo mai dimenticarlo.” H.K.



## BAMBINI IRREQUIETI, ANGOSCIATI, TRISTI

Presupposti per una prassi educativa spirituale  
Henning Köhler

Pag. 170 B/N., cm 15x21 - 5° e nuova edizione italiana, 2019  
ISBN: 978-88-95673-56-1 € 16,00

“...occupatevi della problematica di vostro figlio il più possibile senza lamentele né dubbi e preoccupazioni per il suo destino, impegnandovi invece a comprendere senza mai desistere; e non date retta a ciò che dà fastidio a voi personalmente, ai vicini o agli insegnanti, ma osservate piuttosto in che modo il bambino nuoce a se stesso (e questo fa una grande differenza, perché esistono vari comportamenti che noi vogliamo “togliere” ai bambini non tanto perché si ripercuotono su loro stessi, quanto perché ci innervosiscono o contraddicono i nostri principi). Potete e riuscirete ad arrivare così ad un punto in cui sentirete: “Ora comprendo veramente il disagio di mio figlio” – forse non in tutti i suoi dettagli e le possibili implicazioni, questo sarebbe pretendere troppo, ma abbastanza da rendervi conto che avete afferrato una parte del problema.”

HENNING KÖHLER (1951-2021) per oltre trent'anni ha lavorato nell'ambito della pedagogia curativa, è stato terapeuta per l'infanzia e l'adolescenza. Cofondatore dello Janusz Korczak Institut presso Stoccarda, ha tenuto corsi di formazione, seminari e conferenze in Germania e all'estero. Numerosi i contributi in riviste e antologie, le partecipazioni a programmi radiofonici e le pubblicazioni. *Bambini irrequieti, angosciati, tristi* è il frutto della raccolta ed elaborazione di svariate conferenze tenute negli anni 1991-1992.

Köhler tratta lo sviluppo dei sensi di base nel bambino secondo la psicologia dello sviluppo antroposofica e, in relazione ad un'insicurezza di fondo nell'ambito di tali sensi, riconosce le tre tipologie comportamentali del bambino pauroso e angosciato, irrequieto e nervoso, pensieroso e triste. Fornisce quindi indicazioni utili a ogni adulto per la prassi educativa e il rapporto quotidiano con questi bambini, incoraggiando in particolare i genitori ad un lavoro di conoscenza autonomo e rafforzando in loro la fiducia nella propria capacità di azione, anche in situazioni difficili.

INDICE DEI CAPITOLI • Premessa alla 8° edizione tedesca 2014 • Premessa alla 5° edizione tedesca 2001 • Prefazione alla 1° edizione tedesca 1994 • 1. Questioni fondamentali per una prassi educativa spirituale – L'aiuto viene dalla notte, L'angelo risponde?, Le domande del guardiano del ponte, Quando il corpo è troppo freddo per l'anima..., Mente fresca e cuore caldo, Che cos'è l'“educazione morale”?, Il processo percettivo come processo creativo del mondo, L'imitazione e il desiderio del Bene • 2. Sulle tracce del senso della vita – Premessa, Il “benessere archetipico”, Note sul difficile argomento del “senso della vita”, Lo stato di veglia positivo e calmo e il “principio universale del Bene”, Ritmi di vita e fiducia nell'esistenza, Il bambino irrequieto e nervoso, La cura del senso della vita come liberazione del respiro, Educazione e autoeducazione: la tolleranza • 3. Sulle tracce del senso del tatto – La pelle come organo di senso, Caratteristiche della percezione tattile, “Essere permeati dal sentimento del divino”, Il senso del tatto e l'interesse per il mondo: differenziazione, risonanza, evidenza, Conoscenza dell'essere umano e prassi educativa, Che cosa significa “comprendere...”?, Il rapporto amorevole con il mondo, Vicinanza e vulnerabilità, Il “sé corporeo delimitato nello spazio”, L'arrivo sulla Terra, Educazione e autoeducazione: la sollecitudine, Il trauma latente del bambino angosciato, Sensi della corporeità e sensi sociali – le paure acquisite, Il bambino angosciato e pauroso: osservazioni, I preparativi per il sonno e l'inizio della giornata, Educazione e autoeducazione: lo “sguardo positivo”, Il bambino angosciato e pauroso: ulteriori osservazioni, Come comportarsi con i bambini irrequieti e con i bambini angosciati • 4. Sulle tracce del senso del movimento e del senso dell'equilibrio – Premessa, La “sensazione della propria anima libera”, La “sensazione di autonomia”, Il compositore nascosto, La sintonizzazione sottile dell'anima, Configurazione del movimento - configurazione dell'anima, Empatia e compassione, Conclusioni errate - condizioni di sviluppo difficili, Il bambino triste e pensieroso: caratteristiche dei disturbi latenti del senso del movimento, Il retroscena: una debolezza nell'imitazione durante la prima infanzia, Toccato dall'angelo: l'inconscia nostalgia del bambino, Come comportarsi con i bambini tristi e pensierosi, Linguaggio formato - gesti sensati, Educazione e autoeducazione: la forza della compassione, Il senso dell'equilibrio, La liberazione delle braccia e delle mani, Il senso dell'equilibrio e la capacità di giudizio, Equilibrio animico e senso di giustizia, “Il dono di grazia del camminare”: il ruolo guida del senso dell'equilibrio, Equilibrio animico e autostima, Indicazioni per l'educazione dei bambini tristi e pensierosi, Conclusione: pedagogia e etica.



## NON ESISTONO BAMBINI “DIFFICILI”

### Per una trasformazione del pensiero pedagogico

Henning Köhler

Pag. 200, cm 15x21 - 2° edizione italiana, 2014 - Traduzione di M.R. Manganiello e M. Fingerle  
ISBN: 978-88-95673-31-8 € 15,00

Dell'espressione “bambino difficile” si fa un uso pericolosamente facile. La definizione di “normalità” si restringe perché si guarda ai bambini attraverso lenti che ricercano il difetto. Sempre più spesso i comportamenti dei bambini sono considerati anormali, si definiscono patologie e si somministrano farmaci e psicofarmaci. Ma questi comportamenti esprimono un disagio di fronte a condizioni di vita improntate al materialismo e a un modo di pensare che non comprende realmente l'infanzia. Il disagio dei bambini non deve essere represso, bensì ascoltato. Le figure di riferimento del bambino – genitori, insegnanti, educatori – possono, devono collaborare intorno a lui in un “cerchio protettivo” dove il bambino è visto non come una macchina con dei guasti da riparare ma come un essere umano in tutta la sua dignità. La vita creativa cura le necessità e la sofferenza del bambino, mentre ambienti infantili artificiali e modelli di pensiero aridi continueranno ad impedire ai bambini di diventare ciò che sono, costringendoli ad essere ciò che noi siamo o che noi vorremmo che fossero.

Köhler parla di una pedagogia del cuore e incoraggia i genitori ad essere coscienti, anche nelle situazioni più faticose, del loro ruolo privilegiato. Spesso, infatti, proprio coloro che il bambino ha scelto come i più vicini compagni di destino, non riconoscono il loro status di prescelti.

## IN USCITA

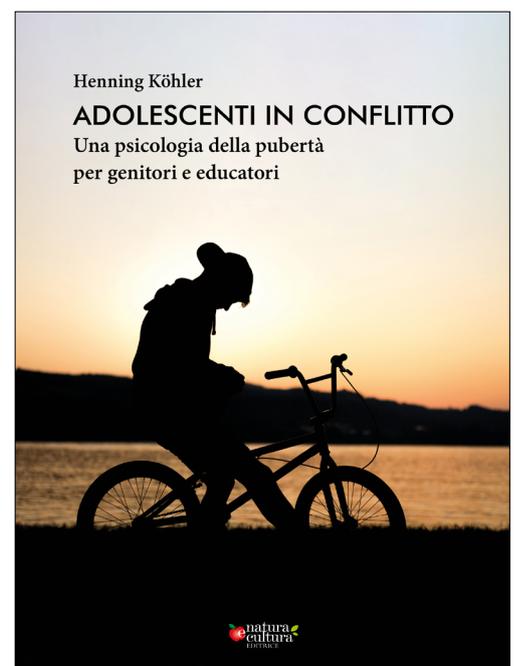
### ADOLESCENTI IN CONFLITTO

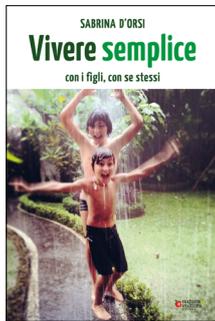
Una psicologia della pubertà  
per genitori e educatori

Henning Köhler

1° edizione italiana, 2023  
ISBN: 978-88-95673-77-6

Spesso la distanza che c'è tra i giovani, con il loro sogno di un mondo migliore, e gli adulti che dovrebbero far loro da guida nella vita è molto grande. Proprio quando il dialogo è più necessario, viene mandato a monte da atteggiamenti di rimprovero e suscettibilità. Henning Köhler dà alcuni stimoli per riuscire ad instaurare, con un atteggiamento dialogico e autocritico, un nuovo rapporto con gli adolescenti.





## VIVERE SEMPLICE

Con i figli, con se stessi

Sabrina D'Orsi

DALL'AUTRICE DEL PRIMO BLOG IN ITALIANO SU MINIMALISMO FAMILIARE, GENITORIALITÀ CONSAPEVOLE E SCELTE EDUCATIVE NON CONVENZIONALI

Pag. 227, cm 15x21 - 1° edizione, 2018 - ISBN 978-88-95673-51-6 € 15,00

Essere persone curiose, equilibrate e felici sembra una missione impossibile tra tutti gli impegni, la fretta e le sfide di oggi. Il rapporto con i figli è pieno di incognite, molti di noi non si fidano della funzione educativa della scuola, per di più siamo i primi genitori alle prese con i nativi digitali in un mondo pieno di stimoli. Cosa ci sta succedendo? Sabrina D'Orsi racconta i fallimenti e le intuizioni di una famiglia che ha scelto di non distrarsi di fronte all'essenziale, di fare qualche passo indietro con leggerezza, gettare a mare le sovrastrutture e togliere, togliere per arrivare a quel che conta davvero.

Tutti possiamo costruire una quotidianità normalissima eppure non omologata, fatta di piccoli gesti che alimentano la meraviglia del vivere e allenano la gratitudine e la fiducia.

Si tratta di trovare il nostro *modus* autentico e positivo senza la pretesa di essere perfetti, provando a:

- affrontare i pregiudizi e le aspettative nei confronti dei figli,
- accompagnare il loro sviluppo in modo adeguato all'età evolutiva,
- dare tempo ai figli e avere tempo per noi,
- uscire dai loop che ci impediscono di essere come vorremmo,
- imparare a sbagliare, non essere permalosi, smettere di lamentarci,
- creare ritmi sani e buone abitudini.

Fare i genitori è una grande occasione per trovare un equilibrio che continuiamo a cercare all'esterno ma che invece può arrivarci da dentro e, a sorpresa, da dentro la relazione con bambini e ragazzi.

*Indice dei capitoli:* 0. Introduzione 1. Osservare 2. Avere tempo 3. Dare tempo 4. Il cervello e i sensi del bambino 5. Giocare 6. Tecnologia, media e social 7. Ricominciare da sé 8. Ritmi e abitudini

SABRINA D'ORSI (1972), torinese, vive a Roma con il compagno radioamatore e tre figli maschi. Laureata in Lettere, consulente di comunicazione, esperta di nuovi media, è autrice da quindici anni di *Vivere Semplice*, il primo blog in italiano su genitorialità consapevole, minimalismo familiare e scelte educative non convenzionali. Le sue passioni sono la meditazione, le neuroscienze, studiare pedagogia e stare nel bosco con i bambini quando piove.



## CRESCERE SENZA PUNIZIONI NÉ MINACCE

Liberi dalla violenza educativa di ieri e di oggi

Catherine Dumonteil-Kremer

Pag. 208, cm 15x21 - 1° edizione italiana, 2015 - Traduzione di L. Tenorini - ISBN 978-88-95673-33-2 € 15,00

Al giorno d'oggi gli esperti di educazione criticano il ricorso a punizioni, minacce e alla violenza in generale, mentre in passato questi strumenti erano alla base del concetto di "autorità". Significa che dobbiamo farci da parte e rinunciare alla nostra autorevolezza di genitori? Al contrario! Possiamo invece approfittare dell'incredibile slancio d'amore che accompagna l'arrivo di un bambino e mettere in discussione le nostre idee su questi argomenti. In ambito educativo, infatti, le scelte che facciamo sono spesso influenzate dal nostro vissuto infantile e dall'eredità che questo ci ha lasciato, e per diventare i genitori che vorremmo essere dobbiamo compiere un profondo lavoro su noi stessi. I nuovi strumenti di cui abbiamo bisogno sono a portata di mano, dobbiamo solo imparare a usarli!

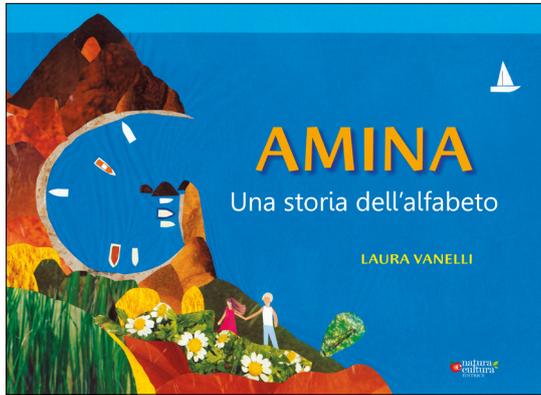
Questo testo, frutto dell'esperienza di una vita, vi aiuterà a:

- comprendere i bisogni dei vostri figli,
- riflettere sulla questione dei limiti,
- scoprire degli accorgimenti pratici da mettere in atto nelle situazioni di conflitto.

*"La genitorialità creativa secondo Catherine Dumonteil-Kremer è consapevole, gioiosa e amorevole. Si basa sulle ultime ricerche delle neuroscienze, sulla psicologia positiva, la comunicazione non violenta, la teoria dell'attaccamento e quello che oggi sappiamo dei meccanismi emozionali dei bambini e degli adulti."*

*Indice dei capitoli:* Introduzione 1. La questione dei limiti: note preliminari 2. Capire i bisogni di vostro figlio 3. La sfida di essere genitori 4. Cinque tappe per diventare genitori rispettosi 5. Comprendere e agire insieme 6. Il lavoro di una vita!

CATHERINE DUMONTEIL-KREMER è madre di tre figlie. Consulente familiare e educatrice, è anche autrice, conferenziera e formatrice in comunicazione interpersonale. Ambasciatrice dell'accompagnamento positivo dei bambini, ha elaborato un metodo di formazione alla genitorialità adatto a genitori e professionisti.



## AMINA

### Una storia dell'alfabeto

Laura Vanelli

Pag. 136, col., cm 26x19 - 2° edizione, 2023  
ISBN 978-88-95673-74-5 € 19,50

La meravigliosa scoperta dell'alfabeto, un nonno speciale che racconta come nascono le LETTERE e perché i grandi "le scrivono così", una storia per apprendere i primi affascinanti rudimenti della scrittura.

Il libro di "Amina" comprende una Storia, gli Esercizi ed una presentazione del testo con indicazioni per l'uso dove si approfondiscono i motivi e l'intento dell'opera.

Ispirata al metodo steineriano e pensata per l'età prescolare o della prima classe elementare, la didattica proposta coinvolge il bambino in modo completo, evitando l'astrazione eccessiva, sempre dannosa, e favorendo invece un processo di apprendimento attraverso tutte le facoltà: insieme alle capacità intellettive, anche il movimento, il ritmo, i sensi, il sentimento, le emozioni. Tutte le qualità interiori vengono così rispettate e rafforzate in un buon equilibrio per la crescita.

Il testo si ritiene assai valido anche nei casi di difficoltà e problematiche.

Questo libro vuole sottoporre all'attenzione degli insegnanti e dei genitori, degli adulti che accompagnano i bambini nell'importante esperienza del riconoscimento del segno grafico e della scrittura. Ancor più, vorrebbe contribuire a rendere questa esperienza significativamente piena e gioiosa.

LAURA VANELLI (1966) è studiosa di antroposofia, pedagogia steineriana e religioni, amante dell'arte pittorica e del linguaggio, laureata in lingua cinese e specializzata in cinese classico e linguistica chomskyana. Mamma di due figlie, lavora come traduttrice ed è autrice di testi per l'infanzia.

«Ho inventato questa storia per insegnare l'alfabeto a mia figlia, poco prima dell'inizio della scuola, secondo il metodo di Rudolf Steiner. La bambina adesso è cresciuta, ma ricorda ancora con grande affetto la "storia dell'alfabeto".»

## PERCHÉ QUESTO METODO?

Il metodo usuale per l'insegnamento dell'alfabeto consiste nel proporre al bambino la scrittura ripetuta di ogni singola lettera in più grafie diverse ("Scrivi trenta A in stampato maiuscolo, trenta in stampato minuscolo, trenta in corsivo minuscolo, dieci in corsivo maiuscolo..."). Poi, quando il bambino è stanco, lo si fa dipingere e disegnare, affinché ne ottenga sollievo.

Infatti, il lavoro intellettuale affatica il bambino molto più dell'adulto.

Il bambino che viene costretto a lavorare in modo così astratto ha sempre bisogno di un recupero: colorare, correre, saltare, giocare, cantare, fare chiasso, disubbidire... questo porta le maestre ad allungare, se necessario, i tempi della "ricreazione". Ciò è molto giusto: i bimbi hanno bisogno di ri-crearsi. (Sono infatti "distrutti"!)

La domanda è: esiste un metodo meno astratto che non "distrugga" il bambino e che anzi lo rafforzi, proprio mentre... apprende?

Ovvero: Può essere, l'insegnamento, meno astratto?

Con il metodo usato in questo libro si procede più lentamente che nel metodo tradizionale: si insegna una sola lettera in stampato maiuscolo in tre giorni. Il corsivo verrà solo molto più tardi (nelle classi successive). Una volta imparato l'alfabeto, si procede prima con la scrittura di parole e pensieri, e solo più tardi con la lettura che, impegnando poco l'attività diretta del bambino, lo affatica molto di più.

È essenziale in questo metodo evitare il più possibile la ripetitività (sempre priva di gioia) della forma astratta. Essa viene sostituita dalla forte sperimentazione interiore di quanto viene appreso. Il bambino che sperimenta interiormente quanto apprende lo fa proprio, collegandolo con la propria vita, con la propria interiorità, insomma con tutto se stesso. L'intero suo essere viene coinvolto: il corpo fisico (con il movimento, i sensi, il ritmo), la sfera del sentimento (le emozioni provate durante il racconto, la condivisione con i compagni e con la maestra) e il pensiero (ogni storia termina con il pensiero: «Ecco perché i grandi scrivono così!»).

Tutto questo dà grande gioia al bambino che si apre al mondo e si sente personalmente coinvolto nell'apprendimento. Nel corso degli anni, ciò gli tornerà molto utile. La vita di un uomo che da piccolo ha solo dovuto imparare tante più cose possibile nel minor tempo

possibile è radicalmente diversa dalla vita di un uomo che, da piccolo, ha goduto di ogni momento vissuto.

Forzare le capacità intellettive dei bambini per ottenere chissà quali – precoci – risultati (spesso utili più che altro a gratificare gli adulti e a stare al passo accelerato della nostra società) porta a un vantaggio solo apparente e in realtà ne causa un indebolimento. Diversamente, l'essere umano che ha goduto appieno potrà sviluppare una maggiore soddisfazione verso la vita in generale, e ciò gli darà coraggio ed equilibrio anche nelle situazioni avverse.

L'essere umano non vuole “mandare giù” gli insegnamenti: vuole assaporarli ed esserne soddisfatto. Ciò vale anche per l'adulto, quando affronta le sfide che la vita gli pone.

Ci tengo inoltre a precisare che questo metodo non intende affatto “non stancare” il bambino (una cosa simile sarebbe deleteria!), bensì anela a stancarlo in

modo armonioso. Personalmente sono estremamente contraria all'insegnamento che vuole “sempre divertire”, mentre sono favorevole ad un insegnamento che vuole sempre interessare, coinvolgere il bambino. “Divertirlo” e basta è come raccontargli la menzogna che tutto, nella vita, deve venire da sé, senza sforzo né partecipazione ciò equivale a svilire l'essere umano e renderlo il più possibile passivo.

La proposta è di stancare il bambino intero (la sua volontà, il suo sentimento e il suo pensiero insieme) durante l'apprendimento, piuttosto che non soltanto la sua testa. Un bambino stanco di notte dormirà e troverà ristoro nel sonno; un bambino stressato può perfino arrivare al punto di avere degli incubi, e in ogni caso il sonno lo ristora meno di quanto accade quando, invece, si stanca.»

*Laura Vanelli, autrice*



## NONNA GHIRO RACCONTA... RITROVARSI IN UNA FAVOLA

Giuseppina Maria Quattrocchi

Pag. 120, col., cm 19x19 - 1° edizione, 2013

ISBN 978-88-95673-29-5 € 12,50

Le favole incantano, perché raccontano cose della vita.

Ci aiutano, perché raccontano le cose di una vita che è anche la nostra. Nella storia narrata intravediamo parti di noi, delle nostre esperienze, incontriamo dei vissuti che ci riguardano e portano a guardarsi dentro.

In queste pagine sono raccolte delle favole nate per venire lette da un adulto: racconti che ciascuno può donare a se stesso e poi scegliere di offrire ad altri, grandi e piccoli, nella magia dello stare insieme.

Il libro comprende un approfondimento dell'autrice sul lavoro di consapevolezza che è possibile svolgere dopo la lettura o l'ascolto, con spunti di riflessione per soffermarsi su quanto interiormente affiorato, prendere coscienza delle emozioni e confrontarsi con gli elementi che particolarmente rispecchiano le tematiche personali.

**Ritrovarsi in una favola è un modo per raccogliere coraggio e speranza.**

GIUSEPPINA MARIA QUATTROCCHI (1946) è laureata in filosofia e ha studiato pedagogia Waldorf dedicandosi all'insegnamento. Lavora come terapeuta applicando le molte tecniche corporee apprese ed integrandole con il counseling filosofico, l'autobiografia terapeutica, la philosophy for children, la floriterapia e la “medicina energetica”.



## IL RE DELLE STORIE E IL BAMBINO DELLE STELLE

Una fiaba

Henning Köhler

Pag. 134 b/n, cm 16,5x22 cm - Traduzione di M.L. Pampaloni

**3° EDIZIONE ITALIANA**, con illustrazioni di Dorothee Scheck-Köhler - ISBN: 978-88-95673-71-4 € 15,00

Età consigliata: dai 7 anni

*“Ogni persona sulla Terra ha la sua piccola stella di luce del cuore che brilla solo per lei. Una piccola stella di luce del cuore è molte cose allo stesso tempo. È luce e calore. È musica. Ma è anche la custode di una storia, di una fiaba che racconta come la persona a cui essa appartiene può trovare la propria felicità. Non tutte le persone capiranno subito il senso della propria storia, ma questo non è importante, poiché chi cerca la verità deve risolvere degli enigmi, e chi vuole risolvere degli enigmi non deve essere impaziente.”*

Il libro dedicato a piccoli lettori di Henning Köhler racconta la storia del Re che trovava l'esser re tremendamente noioso e voleva fare qualcosa con le sue mani di cui poter andare fiero. Dopo aver inviato i suoi messaggeri nel mondo per scoprire di cosa hanno più bisogno le persone, decide di dare ascolto al musicista di strada Cidibò e imparare a cogliere stelle dal cielo. Con l'aiuto di Cidibò e del Bambino delle Stelle Titù, a bordo di una barca che sale fluttuando nel cielo notturno, il vecchio Re raggiunge dunque la Luna ed entra nel Paese delle Stelle, dove lo attende un incontro speciale... Riuscirà infine nel suo intento?

Una fiaba moderna ricca di humour e fantasia, per piccoli e grandi.

HENNING KÖHLER (1951-2021) per oltre trent'anni ha lavorato nell'ambito della pedagogia curativa, è stato terapeuta per l'infanzia e l'adolescenza. Cofondatore dello Janusz Korczak Institut presso Stoccarda, ha tenuto corsi di formazione, seminari e conferenze in Germania e all'estero. Numerosi i contributi in riviste e antologie, le partecipazioni a programmi radiofonici e le pubblicazioni.



## L'ASINELLO DI MARIA E LA FUGA IN EGITTO

Gunhild Sehlin

Pag. 216, b/n, cm 13,5x20,5 - 3° e nuova edizione italiana - Traduzione di L. Gull - ISBN: 978-88-95673-53-0 € 14,00

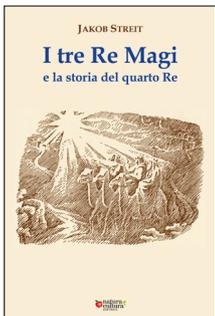
Età consigliata: dai 7 anni (per la lettura condivisa anche dai 4 anni)

*“A Nazareth, nella Terra Santa, viveva molto, molto tempo fa un asinello. Questo asinello era diverso dagli altri asini della città. Tanto gli altri animali erano laboriosi e puliti, quanto lui era pigro, arruffato e sporco. In compenso, però, camminava con più grazia e teneva ben alta la testa...”*

Gunhild Sehlin racconta il viaggio a Betlemme, la nascita di Gesù, la fuga in Egitto e il ritorno a Nazareth visti attraverso gli occhi dell'intelligente asinello di Maria. Un racconto di vita comune e

straordinaria allo stesso tempo, di difficoltà e gioia, di profonda amicizia tra l'uomo e l'animale. La storia dell'asinello che aiutò Gesù, Maria e Giuseppe incanta piccoli e grandi.

GUNHILD SEHLIN (1911-1997), autrice svedese di libri per l'infanzia, è stata maestra elementare. Come operatrice del Fondo per l'Infanzia svedese ha lavorato con i bambini a Gerusalemme e ad Amman in Giordania. Il suo racconto dell'asinello di Maria è stato tradotto e pubblicato in molti paesi.



## I TRE RE MAGI E LA STORIA DEL QUARTO RE

Jakob Streit

Pag. 104, b/n, cm 13,5x20,5 - Traduzione di R. Müller

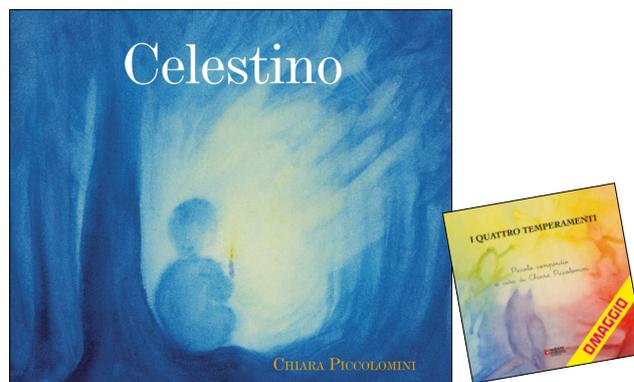
**2° E NUOVA EDIZIONE ITALIANA, AMPLIATA 2023** - ISBN: 978-88-95673-73-8 € 13,00

Età consigliata: dai 9 anni

Attingendo a narrazioni e leggende tramandate nel tempo, Jakob Streit racconta la storia dei tre Re Magi e del viaggio che, seguendo la stella, compirono per trovare il Bambino e offrirgli i loro doni. In questa edizione ampliata del libro, Streit descrive anche il ritorno di Baldassarre, Gaspere e Melchiorre alle proprie terre, traendo grande ispirazione dai resoconti di viaggio di Marco Polo. Infine, in un'atmosfera toccante, presenta la storia del quarto Re, figura leggendaria cui dà vita profonda e il

nome Talander. - I disegni a penna di Assja Turgenieff, realizzati con la tecnica del chiaroscuro a tratteggio secondo le indicazioni di Rudolf Steiner, sono una riproduzione degli originali che corredevano la prima edizione in lingua tedesca del 1951. JAKOB STREIT (1910-2009) è stato un insegnante e scrittore svizzero conosciuto in particolare per le sue opere di narrazione per l'infanzia. Lavorò come maestro elementare per 45 anni, ispirandosi nel suo operato alla pedagogia di Rudolf Steiner. I suoi racconti, nati nel corso del tempo e sempre alla presenza dei bambini, sono stati raccolti e pubblicati in oltre quaranta libri, molti dei quali sono stati tradotti in numerose lingue.

“C’era una volta uno strano bambino  
che si chiamava Celestino.  
Era cresciuto in un bosco fitto,  
giocava poco e stava sempre zitto.  
Spesso era triste, e il cuore gli pesava,  
perché era solo e nessuno lo cercava.  
Il suo unico tesoro  
era una candela d’oro...”



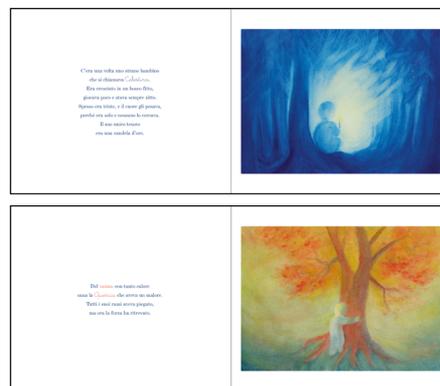
## CELESTINO

Chiara Piccolomini

Pag. 30, col, cm 26x22/26,5x22,5 (copertina rigida)  
1° edizione, 2021 - ISBN 978-88-95673-63-9 € 15,00  
Età consigliata: dai 4 anni (molto adatto anche a bambini più piccoli)

La storia di un bimbo solitario che, dopo una notte di tempesta, scopri i colori e gli amici. Un albo da leggere anche con i più piccoli, immergendosi nel ritmo del testo e nella delicatezza delle illustrazioni. Pagine che, con tatto e fiducia, accompagnano lo sguardo fuori e dentro di sé.

Le illustrazioni sono realizzate con la tecnica dell’acquerello su carta bagnata. CHIARA PICCOLOMINI (1941), amante della natura e dei colori, dopo un’esperienza in agricoltura biodinamica ha studiato Arte e Acquerello alla Scuola di Pittura di Oriago con l’insegnante Doris Harpers e Arte Terapia a Chatou in Francia con l’insegnante Michèle Belliard-Staikovski secondo il metodo di Margarethe Hauschka.



## REGNI

alberi, cristalli, erbe, fiori

Alessandra Smania

Illustrazioni di Antonella Galvani

Pag. 32 col., cm 23,5x16,5 - Ristampa 2023 (1° edizione 2019) - ISBN: 978-88-95673-57-8 € 12,50  
Età consigliata: dai 4 ai 100 anni



La Terra degli Alberi, la Grotta dei Cristalli, il Mondo delle Erbe, la Festa dei Fiori in ritmo e colore

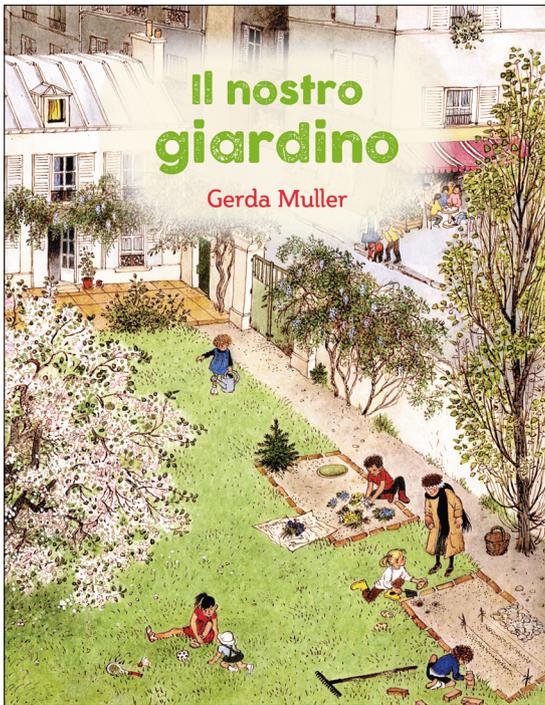
Pagine poetiche che, con meraviglia, accompagnano piccoli e grandi attraverso i regni della natura.

Una dimensione fatta di realtà quotidiana, tradizione, leggenda e sogno nella quale ognuno potrà trovare delicati spunti per l’osservazione del mondo naturale circostante e il contatto con il mondo interiore emotivo. Nella sua forma essenziale e musicale, Regni invita anche alla lettura ad alta voce e al gioco scenico.

«Un campanellino annuncia propizio...  
che questo libro come un viaggio abbia inizio.»

ALESSANDRA SMANIA (1976) formata in drammaturgia e arti sceniche all’Università Cà Foscari di Venezia, è attrice di teatro. Ha riscritto Antigone da Sofocle e adattamenti teatrali, tra cui Madame Bovary Soirée. Dal 2010, dopo la nascita della prima figlia, si dedica alla scrittura, al racconto orale e alla narrazione corporeo-sensoriale in ambito socio-educativo, benessere, maternità, infanzia.

Il giardino, quel luogo meraviglioso dove i sogni dell'infanzia diventano realtà!



## IL NOSTRO GIARDINO

Gerda Muller

Pag. 40 col., formato cm 23x30, Copertina rigida

ISBN 978-88-95673-80-6 € 19,50

Età consigliata: dai 4 anni e per tutta la fascia d'età della scuola elementare

Un racconto nel ritmo delle stagioni, un libro di ispirazione

Il giardino della nuova casa di Anna e Benjamin è un vecchio cortile abbandonato, ma grazie al lavoro di tutta la famiglia diventa un paradiso.

Le stagioni si avvicendano...

Nel grande giardino, ogni giorno c'è qualcosa da fare: seminare, trapiantare, coltivare i fiori e gli ortaggi, osservare gli insetti e gli uccelli, prendersi cura di piante e animali, giocare!

In questo luogo speciale, con il vicino di casa Louis e gli amici, Anna e Benjamin trascorrono giorni indimenticabili.

## NOVITÀ 2024

**“Le incantevoli illustrazioni, ricche di dettagli, coinvolgeranno i piccoli lettori.”**

– San Francisco Book Review

**“Pagine piene di vita con dettagli a misura di bambino sulla creazione e la cura di un orto e giardino.**

**Da non perdere.”**

– Midwest Book Review

**“Utili consigli per coltivare le piante, ricette deliziose e molto altro accompagnano questo racconto, ispirando i lettori a creare il proprio meraviglioso giardino.”**

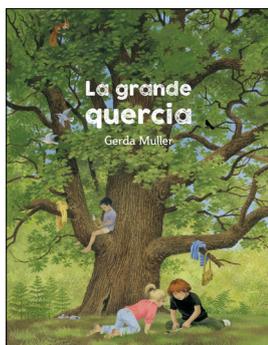
– School Library Journal



GERDA MULLER (1926) è un'autrice e illustratrice olandese di libri per l'infanzia. Formatasi alla Scuola d'Arti Decorative di Amsterdam e alla Scuola Estienne di Parigi, nel corso della sua carriera ha realizzato oltre 120 opere, molte delle quali sono state tradotte e pubblicate in tutto il mondo. I suoi disegni, caratterizzati da un profondo amore per la natura, sono un ritratto accurato, poetico e ricco di dettagli del mondo naturale.

*“Quando lavoro sola nel mio studio, sento la presenza di un bambino che mi guarda e spesso mi guida. È per questo bambino che lavoro – non per i genitori o per gli editori.”*

Gerda Muller



## LA GRANDE QUERCIA

Gerda Muller

### NUOVA EDIZIONE AMPLIATA 2022

Pag. 40, col., cm 23x30/23,5x30,5 (copertina rigida)

2° edizione italiana, ampliata, 2022 - Traduzione di L. Tenorini - ISBN 978-88-95673-68-4 € 18,50

Età consigliata: dai 4 anni e per l'età della scuola elementare

### Un racconto nel ritmo delle stagioni, un libro senza tempo

Quando Anna e Benjamin fanno visita al cugino Robin nella sua casa in mezzo al bosco, Robin presenta loro il suo amico albero: una quercia di 300 anni! Le stagioni si avvicendano... Intorno alla grande quercia, immersi nella natura, i tre bambini vivono esperienze e avventure indimenticabili. L'edizione ampliata (2022) contiene nuove pagine con disegni inediti e brevi descrizioni "enciclopediche" adatte anche ai più piccoli per conoscere meglio la grande quercia e le piante e gli animali che la circondano.

"Gerda Muller disegna con grande cura dei dettagli ... un libro tanto utile quanto bello."

– The New York Times

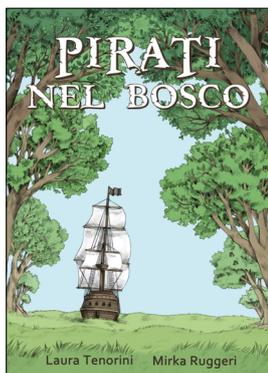
"Un'affascinante celebrazione dell'alternarsi delle stagioni."

– Kirkus Reviews

"Una squisita opera d'arte di una qualità senza tempo."

– Carousel

GERDA MULLER (1926), autrice e illustratrice di libri per l'infanzia, ha studiato alla Scuola d'Arti Decorative di Amsterdam e alla Scuola Estienne di Parigi. I suoi albi, tradotti e pubblicati in tutto il mondo, sono amatissimi.



## PIRATI NEL BOSCO

Laura Tenorini e Mirka Ruggeri

### PREMIO NAZIONALE PER L'ALBO ILLUSTRATO "NICOLÒ BETTONI" 2023 MENZIONE SPECIALE GRAPHIC NOVEL PER BAMBINI

Pag. 40, col., cm 20,5x29/21x29,5 (copertina rigida)

1° edizione, 2021 (con poster)

ISBN 978-88-95673-65-3 € 16,00

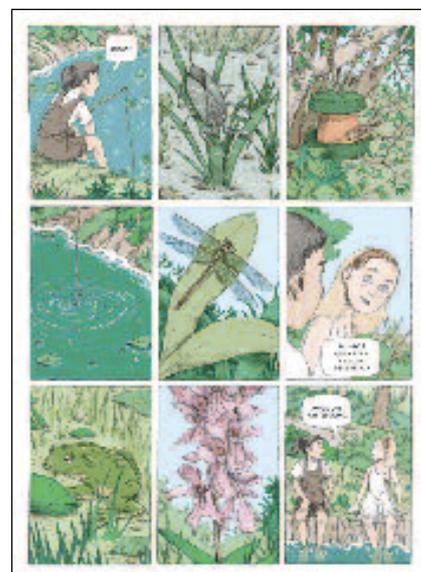
### Albo a fumetti

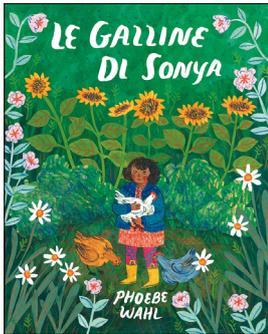
In un pomeriggio normalissimo, Irma e Clara giocano nel bosco vicino casa. La loro fantasia, insieme alla voglia di esplorare, le porta a bordo di una nave dei pirati verso orizzonti tutti da scoprire. Immerse nella natura, le due bambine danno vita ad una storia avvincente, e trovano qualcosa di molto speciale.

Pirati nel bosco è un albo a fumetti per i più piccoli che partono alla conquista del mondo. Pensato per bambini e bambine nell'età della scuola elementare, è adatto ad essere sperimentato anche come lettura condivisa dai 4 anni e come prima lettura autonoma.

LAURA TENORINI (1981) è un'autrice e traduttrice specializzata in fumetti e letteratura per bambini e ragazzi. Per lavoro e per puro piacere, il suo tempo ruota intorno al mondo dei libri.

MIRKA RUGGERI (1972) è una fumettista i cui graphic novel sono pubblicati in Italia e all'estero. Negli ultimi anni si è dedicata principalmente all'editoria per bambini e ragazzi.





## LE GALLINE DI SONYA

Phoebe Wahl

Pag. 36, col., cm 20,3x25,4/20,8x25,9 (copertina rigida)  
1° edizione italiana, 2018 - Traduzione di L. Tenorini  
ISBN 978-88-95673-50-9 € 15,00

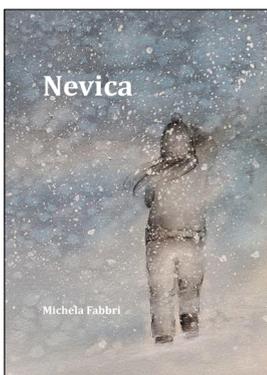
Sonya si occupa delle sue galline fin da quando erano dei morbidi pulcini. Grazie alle sue cure, le galline sono cresciute sane e forti, e una di loro ha deposto il primo uovo! Una notte, Sonya sente dei rumori provenire dal pollaio. Accorsa per controllare, scopre che una delle galline non c'è più. Cos'è successo?

Quando Sonya riceve una risposta, impara qualcosa di importante sull'appartenenza di tutte

le creature alla natura e sulle profonde preoccupazioni e la gioia legate al prendersi cura di un altro essere vivente. PHOEBE WAHL (1991) è un'artista, illustratrice e autrice di libri per l'infanzia. Educata secondo i principi dell'un-schooling, ha poi approfondito i suoi studi artistici alla Rhode Island School of Design. L'intimità con la natura, il rapporto con gli altri, il conforto, la vita reale, autentica, libera sono i temi portanti della sua opera.



## IN USCITA NOVITÀ INVERNO 2025



## NEVICA

Michela Fabbri

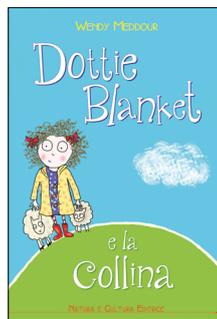
Pag. 46, col., cm 20,5x29 (copertina rigida)  
1° edizione, 2024  
ISBN: 978-88-95673-83-7

“Fiocchi bianchi si tuffano dal cielo, nascondono i colori, abbracciano tutto ciò che incontrano. Eira non può mancare a quella festa della natura. Si precipita fuori, il profumo del freddo l'avvolge. Tutto è confuso.  
*Sono sulla terra o nel cielo?”*

L'incanto di un'atmosfera sospesa, il mistero di un paesaggio visitato dalla neve nell'esperienza viva e sognante di una piccola protagonista. In questo albo immersivo, il “fuori” e il “dentro” entrano in una profonda e delicata comunicazione.

MICHELA FABBRI (1986) è mamma di due bambini e lavoratrice, autrice e pittrice per diletto in costante ricerca. In questo albo illustrato, il suo amore per la magia della neve ha trovato la più naturale espressione.





## DOTTIE BLANKET E LA COLLINA

Wendy Meddour

Pag. 160, b/n, cm 13x19 - 1° edizione italiana, 2016

Traduzione di L. Tenorini

ISBN 978-88-95673-38-7 € 10,00

Età consigliata: per la lettura autonoma, dai 7 anni

*“Non è facile quando vieni da Un Posto Diverso!”*

La famiglia di Dottie Blanket ha dovuto cambiare casa, perché il papà ha perso il lavoro, e sembra che niente potrà mai migliorare. Nel nuovo appartamento, che si trova in città vicino a una

stazione dei treni e al mercato del pesce, Dottie si sente traballante e schiacciata. E a scuola la prendono in giro per via dell'odore di treni e di pesce che si porta addosso: “Dottie puzzona!”. Dottie, però, crede in un particolare tipo di magia: in equilibrio su una gamba sola e con gli occhi chiusi stretti, ogni sera esprime i suoi desideri. Soprattutto uno: “Vorrei... vivere su una collina!”.

Un giorno, il desiderio diventa realtà! Il papà trova un altro lavoro e la famiglia questa volta si trasferisce in un cottage su una collina nel Galles. Dottie comincia una nuova vita.

L'angolino in cima alle scale nascosto sotto le travi del tetto, con il letto e la finestrella minuscola affacciata sui campi verde brillante. Le amicizie che nascono nonostante le timidezze e i timori. Le bande di bambini che a braccia aperte corrono giù per la collina come aeroplani, gridando di eccitazione e allegria, battagliando tra cespugli e nascondigli. Una piccola “metà scuola e metà casa” dove ricevere l'aiuto del maestro e dei compagni e trovare il coraggio di parlare di sé. Fflwffen e gli altri agnellini che, alla fattoria di Blod, nei pomeriggi dopo la scuola, hanno bisogno di cure.

E così, quello che qualcuno chiamerebbe “il bel mezzo del nulla”, per Dottie diventa “il bel mezzo di qualcosa”.

WENDY MEDDOUR (1975) è una premiata scrittrice e illustratrice di libri per bambini originaria del Galles. Il suo romanzo d'esordio è stato scelto dal Guardian come uno dei “Migliori libri per bambini dell'anno” e ha vinto il John C. Laurence Award. In Italia, Wendy Meddour è già nota per la serie best-seller “Wendy Quill”.



## HUGO

L'anno in cui ho conosciuto il mio angelo custode

Almudena Dìaz Requena

Pag. 128, b/n, cm 12,8x19,5 - 1° edizione italiana, 2017

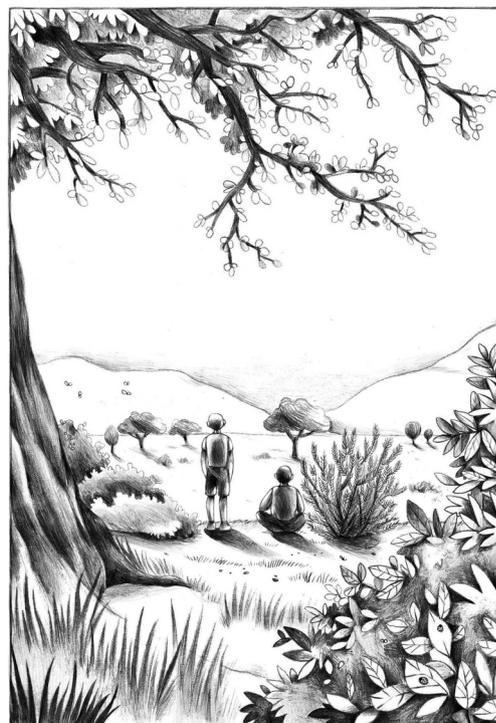
Traduzione di T. Abbate

ISBN 978-88-95673-39-4 € 10,00

Età consigliata: dagli 8-9 anni

Hugo è un angelo custode pieno di energia e impaziente di proteggere Sergio, il bambino che gli è stato assegnato. Ma Sergio preferisce sempre evitare i problemi, non corre mai nessun rischio, e Hugo si annoia! Così, un giorno, dopo aver riflettuto a lungo, Hugo decide di trasgredire la Legge degli Angeli Custodi e di mostrarsi agli occhi di Sergio, per chiedergli un favore importante. Da quel momento, Sergio inizierà a confrontarsi con situazioni per lui nuove e imparerà a vedere le cose da nuovi punti di vista.

Attraverso il racconto di Sergio, un bambino di dieci anni, nel libro vengono toccati temi come la diversità e il rapporto con gli altri; la paura, l'insicurezza e l'abitudine che a volte ci “bloccano”; la difficile scelta – talvolta necessaria – di rompere le regole per rendere possibile il cambiamento; la responsabilità di se stessi, la trasformazione e l'amicizia. “Quanto può essere faticoso a volte togliersi le ragnatele di dosso”, scrive Sergio nel suo quaderno. Spesso, però, è il modo migliore per conoscere buoni amici e, anche grazie a loro, diventare ciò che si è. ALMUDENA DÌAZ REQUENA (1988), nata in Spagna, educatrice sociale, è scrittrice di racconti. Nel suo lavoro unisce la letteratura e l'intervento sociale e, soprattutto, avvicina i bambini al piacere della scrittura e della lettura.



## IN PREPARAZIONE

### VERSO IL XXI SECOLO E OLTRE

Bernard Lievegoed

Nuova edizione italiana

### DOMANDE CHIAVE PER IL LAVORO SULLA BIOGRAFIA

Quaderno di lavoro

Gudrun Burkhard

Nuova ristampa (contenuti invariati)

### DOVE VANNO QUANDO PIOVE?

Gerda Muller

Albo illustrato per l'infanzia

### GIOCATTOLE FATTI DAI GENITORI

Freya Jaffke

Nuova edizione

### AUTOBIOGRAFIA PER RICONOSCERSI

Bruna Baldassarre

Nuova edizione ampliata

### LE PIANTE MEDICINALI VOL. III

La relazione tra la pianta e l'uomo

Wilhelm Pelikan

Nuova edizione italiana