

ANTONELLO VANNI

**UOMINI CHE IMPARANO AD AMARE.
PERCORSI MASCHILI PER UN MATRIMONIO FELICE
(SAN PAOLO ED., 2016)**



Introduzione

Caro amico ti scrivo

Butta le ricette...

... e prepara una bussola, scarponi, corde e uno zaino

Prima di partire: stringiamo un patto con noi stessi

Cronache maschili poco note: a proposito di patti e di promesse

1 Il mondo in cui viviamo: come è

Le leggi ci orientano (verso il bene e verso il male)

Sì, ma che cosa c'entra questo col matrimonio?

Siamo liberi di scegliere o...?

“Ci si lascia, si divorzia. Che vuoi che sia!”: un filosofo ci aiuta a capire la cultura del divorzio

“Faccio a meno di te!”: un papa, oggi santo, ci aiuta a capire perché uomini e donne si lasciano

“Ti uso e ti getto”: un sociologo polacco rilegge i rapporti tra uomo e donna nella società dei consumi

“Ma è mio marito che dovrei scaricare!”: una giornalista americana, i media e uno strano lavaggio del cervello

Cronache maschili poco note: perché gli uomini non vogliono più sposarsi?

Prima di continuare: pillola azzurra o pillola rossa?

Imparare ad amare o seguire il campionato? Ribelli... per amore

Per chi ha scelto la pillola rossa: esercizi in modalità “stereo”

2 Il mondo in cui viviamo: come potrebbe essere

Cronache maschili poco note: il matrimonio fa bene agli uomini!

Chi è il quel terzo che cammina al nostro fianco?

Per veri ribelli: ecco chi è “quel terzo”

Saper amare? Vedi alla voce “Dio”

Esercizi pratici per chi ha paura di diventare un bacchettone

L'amore: dalle parole “pazze” alle parole “in disuso”

Cronache maschili poco note: Tolkien e la ricetta per un matrimonio felice

Meditazione/1 mentre... ti fai la barba

Meditazione/2 mentre... stai per addormentarti

Sulla fedeltà: che cosa ne pensano i media

Sulla fedeltà: che cosa ne pensa chi fa sul serio

Immagina... puoi!

3 Dentro il cuore maschile

Sull'orlo del bosco: "maschio, ma tu chi sei?"

Quello che ti dicono che sei

Ritratti del maschio: alla ricerca dello stupido e del violento

Ora però un po' di autostima: essere maschi è bello!

Un albero ci racconta chi siamo davvero (perché non ce lo ricordiamo)

Amor ch'a nullo amato amar perdona

Shakespeare in love (e non è un film)

Cronache maschili poco note: il falso mito dell'amore che non dura

Neuroscienze: l'amore che dura per sempre? È un fatto dimostrato, e fa bene

L'amore maschile non è questione "di dimensioni"

L'amore: insegnamento da ricevere e poi... da donare

Sotto la quercia: esercizi per far battere il cuore maschile

4 Alla ricerca del matrimonio felice: che cosa lo impedisce

Uomini in ascolto nell'aria fresca di un altopiano

Cronache maschili poco note: "il tocco magico" (ovvero l'amore secondo...

Neil Young)

Mille cuori, un unico sentimento
Change your mind (ovvero Neil Young/take 2)
Conosci il tuo (il vostro) nemico
Che cosa distrugge davvero il matrimonio: disconnected!
Nobody Home
Esercizi per chi ha sempre... la linea occupata
E le piccole ferite si accumulano...
Tasti dolenti e vecchie cicatrici
Guardarsi dentro fa bene? Allora provaci
Lui e l'aborto: una delle ferite maschili più gravi
Cronache maschili poco note: il *Documento per il padre*
Come la "porn on line" addiction ti distrugge il matrimonio (parte 1):
l'anoressia sessuale maschile
Come la "porn on line" addiction ti distrugge un matrimonio (parte 2):
questione di neurotrasmettitori
Vuoi amare? Liberati dalle dipendenze
Vuoi amare? Dai, prenditi cura del tuo corpo
Combattere la depressione, un atto dovuto per amore
Tra i fiori di montagna: una sosta per riassumere (ma senza smettere di cercare)

5 Alla ricerca del matrimonio felice: come costruirlo giorno per giorno

Mi fido di te?

Sì, mi fido di te perché...

Affidabile, ma anche presente e disponibile

Come superare i momenti difficili: pregare è da maschi che imparano ad amare

Ehi, maschio, ascoltami davvero e poi...

Saper ascoltare e saper rispondere: prova così

Quante belle parole, ma... ancora più in pratica?

Lei è davvero pesante da sopportare? Affronta le ombre e troverai la luce!
Cronache maschili poco note: la violenza domestica sul maschio esiste
Litigare? Un fatto normale se però è costruttivo
Indagine: perché si litiga fino a... separarsi (aka: attento al cane!)
Conversazioni sotto le stelle: il flâneur del matrimonio
Nel sacco a pelo: esercizi per aspiranti flâneur
Proprio non ti passa? Ti ci vuole la vitamina N (ed è gratis)
Solleva lo sguardo, abbracciala e credi in lei
Se tu ti doni a lei, lei è felice e si dona a te: rendendoti (più) felice

6 Epilogo: e ora tocca a te imparare ad amare

Check up exercise: parto da qui ma voglio arrivare a...
Seconda stella a destra: indicazioni di percorso
Questo è quello che viviamo eppure abbiamo bisogno di amore
Dobbiamo riscoprirci uomini se vogliamo amare davvero
Cronache maschili poco note: Paolo Ferliga e "Campo Maschile"
Il significato del matrimonio: la pazza proposta della santità
Dalla semina al raccolto: la paziente cura del matrimonio
Per essere felici non bastano le nostre mani
Viaticum per ogni giorno: fotocopialo e mettilo in tasca... può servire!
To be continued...

ACQUISTA IL LIBRO SU AMAZON

<https://www.amazon.it/imparano-Percorsi-maschili-costruire-matrimonio/dp/8821598772>

VISITA IL SITO DELL'AUTORE

www.antonello-vanni.it

CONTATTA L'AUTORE

antonellovanni@alice.it