

# ***Come cambiano le donne...***



Proposte bibliografiche  
a cura della Biblioteca Corticella

**Biblioteca Corticella**  
via Gorki 14 – Bologna - 051/700972  
[bibliotecacorticella@comune.bologna.it](mailto:bibliotecacorticella@comune.bologna.it)

# NARRATIVA

**IL RISVEGLIO / Kate Chopin - Nova Delhi, 2014**

CR 23502 - 813.4 CHO



Durante una vacanza estiva a Grande Isle (Louisiana), Edna Pontellier, giovane madre di famiglia sposata con un facoltoso uomo d'affari di New Orleans, si accorge di aver vissuto un'esistenza lontana dalle sue aspirazioni più autentiche e s'innamora di un uomo più giovane di lei. Al rientro in città, rifiutando per sempre le convenzioni sociali e culturali che hanno soffocato la sua personalità e i suoi desideri, Edna intraprende un solitario cammino di rinascita interiore che culminerà in un risveglio dei sensi e dello spirito. Il risveglio narra la storia di una donna in conflitto, costretta a confrontarsi con modelli femminili e canoni comportamentali imposti dal contesto sociale.

**WILD. UNA STORIA SELVAGGIA DI AVVENTURA E RINASCITA / Cheryl Strayed  
Piemme, 2012 CR 21894 - N. STRAC**

Dopo la morte prematura della madre, il traumatico naufragio del suo matrimonio, una giovinezza disordinata e difficile, Cheryl a soli ventisei anni si ritrova con la vita sconvolta. Alla ricerca di sé oltre che di un senso, decide di attraversare a piedi l'America selvaggia tra montagne, foreste, animali selvatici, rocce impervie, torrenti impetuosi, caldo torrido e freddo estremo. Una storia di avventura e formazione, di fuga e rinascita, di paura e coraggio. Una scrittura intensa come la vicenda che racconta, da cui emergono con forza il fascino degli spazi incontaminati e la fragilità della condizione umana di fronte a una natura grandiosa e potente.



**LA SCORDANZA / Dora Albanese - Rizzoli, 2017**

CR 26174 N. ALBAD



A Muggera, un piccolo paese della Basilicata, il mondo sembra essersi fermato: le donne alternano le preghiere del rosario alle formule per scacciare il malocchio; gli uomini sono pronti a uccidere per uno sguardo di troppo; nel bosco, nascoste tra i calanchi, le fattucchiere preparano filtri d'amore. Caterina è troppo bella, troppo giovane, per restare in un posto senza futuro. Ma a casa ha una famiglia che l'aspetta - un marito, una madre anziana, due bambini piccoli. Quale donna, al suo posto, avrebbe il cuore di abbandonarli? Caterina non sa rispondere a questa domanda, finché non incontra Nadir. Un uomo brutale, selvaggio, che vive da solo tra i sassi senza acqua né elettricità; un uomo che non ha nulla da offrirle, se non l'occasione di invertire il passo e fuggire...

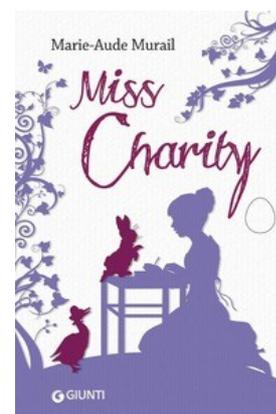


Dieci minuti al giorno. Dieci minuti per fare una cosa nuova, mai fatta prima. Dieci minuti fuori dai soliti schemi. Per smettere di avere paura. E tornare a vivere. Tutto quello con cui Chiara era abituata a identificare la sua vita non esiste più. Perché, a volte, capita... Che cosa si fa, allora? Per un mese intero, ogni giorno, per almeno dieci minuti, decide di fare una cosa nuova, mai fatta prima. Lei che è incapace anche solo di avvicinarsi ai fornelli, cucina dei pancake, cammina di spalle per la città, balla l'hip-hop, ascolta i problemi di sua madre, consegna il cellulare a uno sconosciuto. Di dieci minuti in dieci minuti, arriva così ad accogliere realtà che non avrebbe mai immaginato e che la porteranno a scelte sorprendenti. Da cui ricominciare. Chiara Gamberale racconta quanto il cambiamento sia spaventoso, ma necessario. E dimostra come, un minuto per volta, sia possibile tornare a vivere.

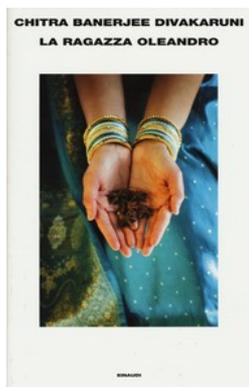
### MISS CHARITY / Marie-Aude Murail - Giunti, 2013

CR 22405 R GA MUR

Charity è una bambina. È come tutti i bambini, piena di curiosità, assetata di contatti umani, di parole e di scambi. Vuole creare e partecipare alla vita del mondo. Purtroppo, però, una ragazzina della buona società inglese dell'800 deve tacere, non mostrarsi troppo, salvo che in chiesa. Gli adulti che la circondano non fanno attenzione a lei, le sue sorelline sono morte. Allora Charity si rifugia al terzo piano del suo palazzo borghese in compagnia della servitù. Per non morire di noia, alleva dei topini nella nursery, veste un coniglietto, studia dei funghi al microscopio, impara Shakespeare e disegna incessantemente dei corvi, con la speranza che un giorno succeda qualcosa. Così comincia la vita di Charity Tiddler, ragazzina prima e donna poi che fa della libertà un principio di vita e in nome di questa sovverte tutte le regole borghesi della vita vittoriana.

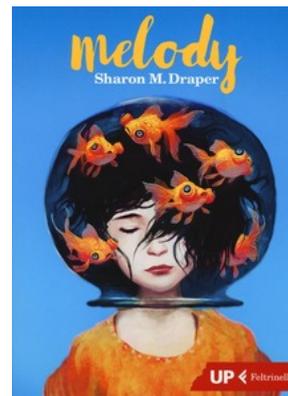


### LA RAGAZZA OLEANDRO / Chitra Banarjee Divakaruni - Einaudi, 2015



Dopo il fidanzamento, Korobi, orfana di entrambi i genitori, vede la propria vita cambiare, ma non nel modo in cui si aspettava: la morte improvvisa del nonno porta infatti alla luce un segreto rimasto sepolto per diciotto lunghi anni. Prudenza e questioni di natura economica inviterebbero a far finta di niente e andare avanti, ma Korobi non è disposta a costruire il proprio futuro su un passato di cartapesta. E così, contro il parere di tutti, armata soltanto di un nome e di una foto sfocata, sale su un aereo per gli Stati Uniti alla scoperta anche di se stessa. Troverà quello che cerca? E dopo aver assaggiato la libertà dell'America, avrà ancora voglia di tornare indietro? CR 24524 N . DIVACB

Melody ha una memoria fotografica eccezionale. La sua mente è come una videocamera costantemente in modalità "registrazione". E non c'è il tasto "Cancella". È l'alunna più intelligente della scuola, ma nessuno lo sa. Quasi tutti - compresi i suoi insegnanti e i medici - ritengono che lei non abbia alcuna capacità di apprendimento, e fino a oggi le sue giornate a scuola sono state scandite da noiosissime ripetizioni dell'alfabeto. Cose da prima elementare. Se solo lei potesse parlare, se solo potesse dire che cosa pensa e che cosa sa... Ma non può. Perché Melody non può parlare. Non può camminare. Non può scrivere. Melody sente scoppiare la propria voce dentro la sua testa: questo bisogno di comunicare la farà impazzire, ne è certa. Finché un giorno non scopre qualcosa che le permetterà di esprimersi. Dopo undici anni, finalmente Melody avrà una voce.



Una donna si ritrova a improvvisarsi madre, nonostante quell'idea di sé fosse stata abbandonata da tempo, con un adolescente taciturno e scontroso. La sorella gemella, che sembrava predestinata alla fortuna, rimane vittima del terremoto de L'Aquila. Da allora il tempo trascorre in un lento e tortuoso processo di adattamento reciproco, durante il quale ognuno deve affrontare il trauma del presente, facendo i conti con il passato. Ed è proprio nella nostalgia dei ricordi, nei piccoli gesti gentili o nelle attenzioni di un uomo speciale, che può nascondersi l'occasione di una possibile rinascita. 'Bella mia' è un'opera che parla con straordinaria forza poetica dell'amore e di ciò che proviamo nel perderlo ma, soprattutto, della speranza nella ricostruzione: la ricostruzione di una città offesa che attende ancora il suo riscatto e quella, faticosa, degli affetti intimi e della fiducia nella vita.

"Non sono innamorato di te." La fine di un amore? No, l'inizio di una nuova vita per Laura Sereni, bella, brillante e di nuovo single. Una che non ha bisogno di una storia per usare il cuore: si commuove alla posta delle sue lettrici, assiste l'amica ingessata, non si tira indietro davanti ai cambiamenti. Eppure neanche lei è perfetta. Proprio come tutti quanti. Come Andrea, che ha avuto paura di amarla, nonostante sia un uomo di successo. Come il prete anticonformista che incontra per un'intervista e non la molla più, e come l'ineffabile Gaia, più zen di una gatta di marmo e madre fortunata del bambino più pratico e impertinente che si possa incontrare.





Un viaggio a Parigi. Silvia, Barbara e Mariangela lo sognano dai tempi della terza media. Adesso che di anni ne hanno trentadue, e non si sono mai perse di vista, decidono di partire regalandosi alcuni giorni a Parigi, in omaggio all'amicizia, certo, ma anche per una specie di malinconico rimpianto dell'adolescenza. Al momento di partire, però, ecco la prima sorpresa non proprio gradita: Manuel, il figlio di sette anni che Mariangela sta crescendo da sola, pianta un enorme capriccio e convince la madre a portarlo con loro. Questo bambino scontroso e diffidente le costringerà a confrontarsi con il tempo che passa, con la consapevolezza che per essere passabilmente felici occorre molta buona volontà e offrirà alle amiche l'occasione per rivedere le loro convinzioni,

trasformando la vacanza da una fuga nel passato a un più consapevole sguardo sul presente e sul futuro.

### LA NOTTE HA CAMBIATO RUMORE / María Dueñas - Mondadori, 2010 CR 19166 N . DUENM

Sira Quiroga è una giovane sarta nella Madrid degli anni Trenta, sta per sposarsi e avviarsi a un destino senza imprevisti quando perde la testa per un carismatico imprenditore e, prima che scoppi la Guerra Civile, lascia la Spagna per trasferirsi con lui in Marocco. Ma qui si ritrova presto sola, ingannata e piena di debiti. Raggiunto il protettorato spagnolo di Tetuàn, con l'aiuto di alcuni improbabili amici Sira riesce ad aprire un atelier di alta moda che, grazie al suo gusto e alla sua forza di volontà, diventa il punto di riferimento per le signore più ricche e influenti della città. Una clientela all'apparenza insospettabile, ma che nasconde dei segreti. E qui il destino di Sira subisce una svolta imprevedibile, intrecciandosi con quello di un variegato gruppo di personaggi. Saranno loro a dare a Sira la possibilità di riscattarsi, di ricostruire pezzo a pezzo il suo destino.



### TUTTO E' POSSIBILE / Elizabeth Strout - Einaudi, 2017

CR 26133 N . STROE



La vita può lasciare senza fiato. Non solo quella di chi se n'è andato lasciandosi ogni cosa alle spalle. Anche la vita di chi è rimasto, la vita piccola e ordinaria della provincia americana, pur brulicante di emozioni impetuose sotto la cappa dell'immobilità. Certo, le cicatrici sono quasi più della carne, per i personaggi di questi racconti; certo, «siamo tutti quanti un casino, e anche se ce la mettiamo tutta, amiamo in modo imperfetto». Ma se ci si può innamorare ben oltre i settant'anni su un lungomare italiano, come capita a Mississippi Mary; se si può trovare sollievo dal dolore

indicibile dell'esistenza in un momento di assoluta condivisione nella stanza anonima di un bed and breakfast, come capita a Charlie Macauley; se si può scovare un amico, un amico vero, nel retro di un teatrino amatoriale, proprio alla fine di ogni cosa, come capita a Abel Blaine, allora tutto, ma proprio tutto, è possibile.

## SAGGISTICA

**IL POTERE DEL PENSIERO FEMMINILE. INTUITO, LIBERTÀ, AUTOSTIMA: RITROVA TE STESSA E VIVI LA VITA CHE DESIDERI / Lucia Giovannini - Sperling & Kupfer, 2015**

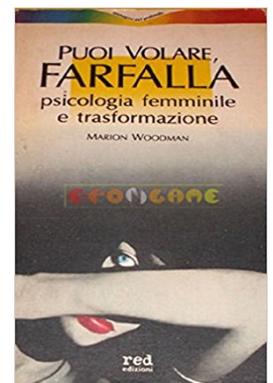


Coach e studiosa di spiritualità, Lucia Giovannini esplora in maniera inedita i molteplici aspetti del femminile e costruisce un percorso concreto che parte dagli archetipi per arrivare alle recenti scoperte delle neuroscienze. Bellezza, maternità, relazioni, carriera, menopausa: un viaggio affascinante tra intuizioni, storie e rivelazioni che regala una nuova consapevolezza dei propri talenti e che libera dai condizionamenti e dai tipici problemi di autostima. Questo libro dal potere "terapeutico" permette a ogni donna di ritrovare le proprie radici, riconquistare la forza dell'interiorità e raggiungere la sicurezza che nasce dall'equilibrio emotivo.

CR 25254 155.633 GIO

**PUOI VOLARE FARFALLA / Marion Woodman - Red, 1987 D 6292 - 155.633 WOO**

La cultura e la civiltà hanno imprigionato come in un guscio i valori archetipici del femminile: le storie delle donne sono intessute di dipendenze, sacrificate alle aspettative e alle proiezioni maschili, umiliate dall'istituzione e dall'ideologia. Ma il guscio, nell'ottica della trasformazione e del cambiamento (che è l'ottica di questo libro), può essere quello di una crisalide, rotto il quale si ha la nascita di una vita nuova, questa volta una vita da farfalla, che si autodetermina e che è capace di volare. Questo libro, mediante storie e miti, delinea un percorso femminile di trasformazione e di liberazione per giungere alla pienezza del sé.



**L'ARTE DELLA GUERRA PER DONNE. Le antiche strategie di Sun Tzu applicate alla vita quotidiana / Chin-Ning Chu - Corbaccio, 2007**

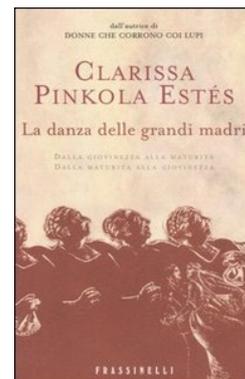
CR 16300 155.633 CHU



"L'arte della guerra" del filosofo e generale taoista Sun Tzu, scritto nel V secolo a.C., è uno dei più diffusi trattati sulla gestione dei conflitti, che dimostra ancora oggi tutta la sua validità al di fuori dell'ambito militare... Il libro è incentrato sui cinque concetti fondamentali della saggezza taoista: tao (rettezza), tien (tempistica), di (terra), jian (leadership) e fa (gestione). Grazie ai suoi insegnamenti, le donne impareranno a vincere senza cercare lo scontro aperto, a trasformare i propri punti deboli in altrettanti punti di forza, a incrementare la propria creatività, a stancarsi meno ottenendo migliori risultati.

## LA DANZA DELLE GRANDI MADRI / Clarissa Pinkola Estés - Frassinelli, 2006

In tutte le donne, soprattutto quando entrano nell'età matura, alberga una forza sotterranea e invisibile che si esprime attraverso intuizioni improvvise, esplosioni di energia, acute percezioni, slanci appassionati: un impulso travolgente e inesauribile che le spinge ostinatamente verso la salvezza, verso la ricostruzione di qualsiasi integrità spezzata. Come un grande albero che, per quanto minacciato dalle malattie, colpito dalle intemperie, aggredito dalla furia dell'uomo, non muore mai, ma miracolosamente e con pazienza continua a nutrirsi attraverso le proprie radici, si rigenera e rinasce per mantenere il proprio spirito vitale così da poter generare nuovi germogli cui affidare questa eredità inestimabile.



## LE DONNE CE LA FANNO SEMPRE. come utilizzare le potenzialità del femminile per superare i disagi della vita / Katia Vignoli - Riza, 2012 CR 25904 155.633 VIG



Le donne hanno grandi doti, di cui sono ricche per natura, o che hanno dovuto sviluppare per affrontare i tanti compiti da sempre a loro affidati. Le donne hanno pazienza, intuito, capacità strategiche, conoscenza del corpo e senso della natura. Soprattutto nei momenti più difficili sanno dimostrare le proprie capacità. Un libro che guida alla riscoperta del variegato mondo femminile per donare a tutte le donne la coscienza delle proprie qualità.

## RICOMINCIO DA 50. Storie e proposte di donne che hanno superato i fifty senza soccombere / a cura di Wally Festini - FrancoAngeli, 2009 CR 19929 155.633 RIC

Questo libro, attraverso le esperienze di donne over50, tutte professioniste comuni, ma per alcuni versi esemplari, offre alle donne la possibilità di riconoscere e condividere esperienze, vissuti, sofferenze, paure. Ma il nostro scopo principale è indicare vie d'uscita, prospettive nuove e creative che permettano di formulare progetti vitali e coinvolgenti, e di realizzare nuovi obiettivi. Insomma, ci proponiamo di restituire un po' di speranza per il futuro a tutte coloro che si sono rassegnate a un'esistenza poco soddisfacente. Riteniamo, infatti, che i decenni che la longevità ci ha regalato vadano vissuti in modo pieno anche per l'universo femminile, come una seconda vita a cui possiamo accedere tramite un buon uso dell'energia psicologica e della vitalità che tutte possiamo recuperare.



## ... E ALCUNI FILM

- **RITRATTO DI SIGNORA / Jane Campion - 1996**

*CR 11773 CAMPJ RIT*

Una giovane ragazza americana si trasferisce in Inghilterra al seguito della zia. Qui si scontra con una mentalità chiusa dove il luogo naturale per una giovane donna della sua età non può che essere il matrimonio, mentre la sua anima aspira a ben altro: rimanere libera e viaggiare per scoprire il mondo. Resa ricca dal dono di un'importante eredità, però la giovane Isabel cadrà nella trappola di Madame Merle e del suo amante Gilbert Osmond, un uomo amante del lusso, ma privo in realtà di un qualsiasi talento, che riuscirà a manipolare l'innocente Isabel fino al punto di convincerla a sposarlo. Isabel si scoprirà ben presto prigioniera di un amore che non è nulla più che un'illusione, costretta a vivere nella più totale mancanza di libertà e felicità, almeno fino a quando una serie di avvenimenti le aprirà gli occhi sulla realtà che la circonda.

- **ALICE NON ABITA PIU' QUI / Martin Scorsese - 1974**

*CR 19059 SCORM ALI*

Dopo un matrimonio infelice, Alice Hyatt resta vedova e con Tom, un figlio dodicenne. Decide così di tornare a Monterey, sua città natale, lavorando qua e là per racimolare i soldi del viaggio. Ad Albuquerque Alice viene ingaggiata come cantante in un motel e s'innamora di Ben. Ma costui è già sposato e un giorno, mentre la moglie sta chiedendo ad Alice di andarsene, l'uomo irrompe nella stanza e malmena le due donne e il bambino. Madre e figlio riprendono il viaggio. In un ristorante dove è assunta come cameriera, Alice incontra David che resta affascinato da lei...

- **BAGDAD CAFE' / Percy Adlon - 1987**

*CR 24366 ADLOP BAG*

Jasmin è una grassa signora tedesca che, durante un viaggio turistico negli Usa, viene abbandonata dal marito. Trova alloggio in uno sgangherato motel, chiamato Bagdad, di cui Brenda è la regina. All'inizio Jasmin prova repulsione per il luogo e per i suoi abitanti, ma poi, lentamente, entra in sintonia con loro. Scaduto il visto di permanenza, Jasmin deve tornare in Germania, ma ormai il suo cuore rimane lì, al Bagdad Café.

- **JANE EYRE / Cary Fukunaga - 2011**

*CR 23288 FUKUC JAN*

Jane Eyre è un'orfana affidata alle poche amorevoli cure di una zia crudele che le negherà l'amore e rimetterà la sua educazione al collegio di Lowood. Dieci anni e troppe umiliazioni dopo ne uscirà temprata e desiderosa di cominciare una nuova vita a Thornfield, una tenuta immersa nella campagna dello Yorkshire, dove viene assunta come istitutrice. Qui incontra l'inquieto Edward Rochester, signore della casa e presto del suo giovane cuore. Ma l'amore li vincerà e li condurrà all'altare, dove Jane scoprirà la natura dell'instabilità di Rochester. Incapace di gestire rivelazione e dolore si allontanerà dall'amato, scegliendo per sé una vita di silenzio e rassegnazione. Ma gli anni e la solitudine porteranno consiglio al suo cuore e alla sua intransigenza.