

Novello Pederzini



Vivere bene

Una conquista, un'arte

ESD



Itinerari della fede

Novello Pederzini

Vivere bene

Una conquista, un'arte

EDIZIONI STUDIO DOMENICANO

Tutti i libri e le altre attività delle
Edizioni Studio Domenicano possono essere consultati su:
www.edizionistudiodomenicano.it

Tutti i diritti sono riservati

© 2014 - Edizioni Studio Domenicano

www.edizionistudiodomenicano.it

Via dell'Osservanza 72, 40136 Bologna, 051 582034.

L'editore è a disposizione degli aventi diritto con i quali non è stato possibile comunicare.

I diritti di traduzione, di memorizzazione elettronica, di riproduzione e di adattamento totale o parziale con qualsiasi mezzo, compresi i microfilm, le fotocopie e le scannerizzazioni, sono riservati per tutti i Paesi.

Le fotocopie per uso personale del lettore possono essere effettuate nei limiti del 15% del volume dietro pagamento alla SIAE del compenso previsto dall'art. 68, commi 4 e 5, della legge 22/04/1941, n. 633.

Le riproduzioni diverse da quelle sopra indicate, e cioè le riproduzioni per uso non personale (a titolo esemplificativo: per uso commerciale, economico o professionale) e le riproduzioni che superano il limite del 15% del volume possono avvenire solo a seguito di specifica autorizzazione scritta rilasciata dall'Editore oppure da AIDRO, Corso di Porta Romana 108, 20122 Milano, segreteria@aidro.org

L'elaborazione dei testi, anche se curata con scrupolosa attenzione, non può comportare specifiche responsabilità per eventuali involontari errori o inesattezze.

**«Quando la vita ti appare
immersa nell'oscurità,
non dimenticare che sei un figlio
amato dall'eternità»**

Teresa di Calcutta

**«Stai bene
quando fai del bene»**

G. D. Zauli

SOMMARIO

PRESENTAZIONE	9
1. Vivere bene: un'esigenza, una conquista, un'arte	11
2. Decidi di amare	19
3. Accettati per quello che sei	27
4. Quella cosa meravigliosa che è il tuo corpo	35
5. L'invidia ti fa piccolo e povero	43
6. Il perdono ti innalza e ti dà forza	51
7. Grazie: la magica parola che ti può cambiare la vita	59
8. Con dignità e con ordine	67
9. Come vivi la tua sessualità?	75
10. Tre "segreti" vincenti: le cose piccole, il silenzio, il sorriso	83
11. Una terapia fantastica: godere dell'intimità con Gesù	91
12. Come accettare la solitudine	101
APPENDICE	
Tre messaggi che si fanno preghiera	113

PRESENTAZIONE

Aderendo al desiderio di amici lettori e di ascoltatori di Radio Maria, ho raccolto in questo libretto alcuni **temi** fra quelli **più trattati** nei miei libri e nelle trasmissioni di questi anni.

Ovviamente, **solo per accenni**, rimandando ai testi originali per una trattazione più completa.

Questi testi sono contenuti nei volumetti indicati a fine libro e sono facilmente accessibili attraverso i normali canali di consultazione e di acquisto.

Queste pagine quindi, più che contenere cose nuove e originali, vogliono essere **una piccola guida** per *ripensare e rivivere* i temi già “gustati” in passato, e rilanciare la vita in modo più sereno, più umano e più cristiano.

Don Novello Pederzini

1

VIVERE BENE: UN'ESIGENZA, UNA CONQUISTA, UN'ARTE

Non provocarti la morte
con gli errori della tua vita...
Non attirarti la rovina
con le opere delle tue mani.

Sapienza 1,12

Non abbandonarti alla tristezza,
non tormentarti con i tuoi pensieri...
La gioia del cuore è vita per l'uomo,
l'allegria di un uomo è lunga vita.

Siracide 21-22

**VIVERE BENE:
UN'ESIGENZA, UNA CONQUISTA, UN'ARTE**

VIVERE BENE È UN'ESIGENZA

Un'*esigenza*, perché?

Perché la vita, se non è vissuta bene, può trasformarsi in una tragica disavventura.

Vivi bene quando:

- hai buona salute;
- sei in pace con tutti: Dio, te stesso, gli altri;
- sei in piena forma, nell'anima e nel corpo;
- hai raggiunto un discreto equilibrio affettivo e sessuale;
- sei naturalmente portato a giudicare gli eventi con obiettività e misura;
- hai un buon carattere e non ti è difficile andare d'accordo con tutti;
- sei disponibile all'ascolto e al dialogo;
- sei naturalmente ottimista, e quindi orientato a vedere il lato positivo delle cose, tralasciando gli aspetti deludenti e negativi.

Il vivere bene è una condizione *insopprimibile* e *indispensabile*, e **la vita è bella** quando è vissuta:

**pienamente
intensamente e
gioiosamente**

sfruttando le infinite risorse che essa racchiude e che noi, spesso, ignoriamo.

È UNA CONQUISTA

Il vivere bene non è un fatto *scontato*, ma il frutto di una sudata conquista.

È una conquista perché la pienezza della vita è legata ad **un impegno personale e irrinunciabile**, che ti porta a superare tutto ciò che si oppone al tuo vero bene.

Le difficoltà e i problemi **provengono dalla natura umana**, che è:

fragile,
debole,
incostante,
inclinata al disordine,
affascinata da tante illusioni e tentazioni,
esposta a pericoli e situazioni imprevedibili.

Ma non ci sono alternative o mezze misure:

- o la vittoria o la sconfitta
- o il successo o il fallimento
- o la vita vera o la morte certa!

Quante persone, soprattutto alla fine, **sono costrette a confessare amaramente:**

- ho buttato la mia vita!
- l'ho vissuta male!
- ho fallito!

Con quanto rimpianto queste persone **pensano al tempo perduto**, accusando se stesse di aver *solo sofferto e mai goduto* di un bene così prezioso!

Anche perché **questa vita è unica!**

Non esiste una vita terrena e una vita futura!

È la stessa unica vita che inizia sulla terra e si prolunga nell'eternità, con le caratteristiche immutabili che ha avuto in questo mondo!

È UN'ARTE

Il vivere bene non è solo esigenza e conquista, ma anche “**opera d'arte**”.

Arte qui significa:

intuizione,
acume,
perspicacia,
prontezza,
fiuto...

Dicendo che il vivere bene è un'opera d'arte, si intende affermare che l'impegno per la conquista del benessere deve essere anche sostenuto e guidato da **quell'intuito personale** che fa di te un operatore accorto, astuto, avveduto, perspicace e furbo.

Questo impegno diviene così, non soltanto frutto di saggezza e di buona volontà, ma anche di **scaltrezza e di furbizia**.

L'agire con arte rende *più facile* la comprensione dei problemi e molto *più semplice* la loro soluzione.

Devi quindi lasciarti guidare dall'intelligenza, ma anche **da quel fiuto personale** che fa di te una persona abile e accorta.

Siamo un po' tutti artisti: cerca di scoprire **la vena geniale personale** che ti assicura un'ottima conquista!

Non basta vivere: **bisogna saper vivere!**

Non basta combattere: occorre saper predisporre **una sapiente strategia** per scegliere le armi più opportune!

HANNO DETTO

La vita è bella: celebriamola nella gioia!

M. Rollo

Devi diventare la persona più meravigliosa, sensibile, prodigiosa, magica, unica, fantastica del mondo, per avere molte cose da donare e da dividere.

Leo Buscaglia

Se scegli la vita, la vita sceglierà te e ti farà felice.

Confucio

Tu piangi su ciò che ti manca. Tu però non sai che ciò che ti manca non è quello che desideri, ma quello che già possiedi. E siccome ne fai cattivo uso, esso non ti riempie e non ti soddisfa.

G. Thibon

Il solo fatto di vivere è un bene senza confronto.

K. Hepburn

La vita è il dono che Dio ha fatto a te. Il modo con cui la vivi è il dono che tu fai a Lui. Fa in modo che sia un dono fantastico!

Leo Buscaglia

Una buona vecchiaia va preparata con una vita semplice, ordinata e sana. È più facile prevenire che debellare gli effetti negativi dell'ultima età!

H. Allen

L'immagine in copertina sembra privilegiare il solo benessere della coppia, ma, in realtà, il messaggio si rivolge a tutti: agli sposati e ai non sposati, agli anziani e ai giovani; a quanti hanno scelto la solitudine o sono costretti a vivere soli; ai consacrati, ai credenti e non; ai poveri e ai ricchi; a quanti vivono in stato di povertà e di difficoltà... a quanti vogliono valorizzare e godere del dono della vita, comunque essa sia, e a qualunque età.

Il libro prolunga e completa i libri precedenti, e in particolare *Mettere ordine* e *Una carezza ravviva l'amore*, per indicare il modo semplice non solo di vivere e di amare, ma soprattutto, di *saper* vivere e di *saper* amare.

L'Autore, *Mons. Novello Pederzini*, è noto in Italia e all'estero (soprattutto in America latina) per le sue pubblicazioni religiose semplici, essenziali ed accessibili a tutti.

Dottore in Teologia e in Diritto Canonico, unisce alla cultura una ricca esperienza pastorale come parroco, come sacerdote profondamente inserito fra la gente, e come Promotore di Giustizia nel Tribunale Regionale Flaminio per le cause matrimoniali.

È una delle voci più attese di radio Maria, ed una apprezzata guida spirituale per quanti, nella "piccola via" di teresiana memoria, cercano la strada semplice e diretta per giungere ad incontrare l'Amore.



EDIZIONI STUDIO DOMENICANO

€ 12,00

ISBN 978887094-888-2



9 788870 948882