

**Prima parte**

LE RELAZIONI UMANE, SOCIALI, ECOLOGICHE E COSMICHE SONO  
ESSENZIALI PER LA QUALITÀ DELLA VITA UMANA

L'approccio sociale	pag. 5
L'approccio biologico e antropologico	14
L'approccio filosofico	25
L'approccio dell'economia della felicità	29
L'approccio cristiano	33
L'approccio ecologico	39
L'approccio della giustizia "erotica"	42
L'approccio cosmico	46
L'approccio delle <i>Laudato si' e Fratelli tutti</i>	49

**Seconda parte**

NUOVI STILI DI RELAZIONI UMANE, SOCIALI, ECOLOGICHE E CO-  
SMICHE : Le "buone pratiche"

1. Salvare il saluto: la fiammella quotidiana della relazione	pag. 55
2. Il sorriso: la gioia della relazione	58
3. Lo sguardo: gli occhi che emanano bellezza	59
4. La mano data: l'impegno della condivisione	61
5. L'abbraccio: il primo gesto d'amore	62
6. Un caffè per stare insieme: tempo dedicato all'altro	65
7. Il pasto come momento conviviale: a braccia aperte	pag. 66

8. <u>La domenica: il giorno del riposo e delle relazioni</u>	69
9. <u>La festa: il sano divertimento delle relazioni</u>	71
10. <u>Dalla tecnologia alla sua umanizzazione: meno sms e più incontri</u>	75
11. <u>La non violenza nelle relazioni</u>	78
12. <u>Terapia dell'incontro: ascolto e dialogo</u>	81
13. <u>Il volto dell'altro: educazione all'alterità</u>	83
14. <u>Il silenzio: la profondità delle relazioni</u>	86
15. <u>Le mani che custodiscono tutti gli esseri viventi</u>	90
16. <u>Lo sguardo che scruta la bellezza del cielo</u>	91
17. <u>La gentilezza come premessa per una relazione positiva</u>	93

### **Terza Parte**

METODI, PERCORSI E LABORATORI PER FAVORIRE

LE RELAZIONI UMANE, SOCIALI, ECOLOGICHE E COSMICHE

1. <u>La Via del cerchio e il Bastone della parola (Circleway and Talking stick)</u>	pag. 97
2. <u>Il Metodo consensuale</u>	98
3. <u>Il Metodo maieutico</u>	99
4. <u>Contemplazione in città</u>	101
5. <u>Cinque passi per cambiare il mondo</u>	101
6. <u>Gli origami relazioni</u>	102
7. <u>La forza dell'abbraccio</u>	104
8. <u>La Bellezza della mondialità</u>	105
9. <u>Noi siamo Madre Terra</u>	105
<u>APPELLO PER UNA VITA FELICE E LONGEVA</u>	107