

Fonte immagine: pixabay.com

Che cosa c'è da ridere

Giornata mondiale della risata

È provato che ridere porta dei benefici al corpo e alla mente poiché ci permette di sentirci più felici e rilassati. È il principio della Giornata mondiale della risata che viene omaggiata con il Contastorie di questo mese.

Contastorie

Maggio 2024

biblioteca cantonale
viale s. franscini 30a
ch - 6501 bellinzona
biblioteca cantonale
bellinzona cceotoidid
onoxnilledelnotnoo



Che cosa c'è da ridere (1)

A volte ci chiediamo: **Dove sei mondo bello (2)?**

In questi **Tempi duri (3)** caratterizzati da
Lockdown (4), **Guerra e guerra (5)**,
la **Marea tossica (6)** di pensieri negativi
ci allontana da

La vita in tempo di pace (7).

E ci chiediamo: ma

Da qualche parte c'è un briciolo di felicità (8)?

Certo!

È iniziata così (9), più o meno,
nel 1998 nella **Shining India (10)**

l'idea di istituire la

Giornata mondiale della risata
perché **Una piccola pace (11)**
si può ritrovare.

La condizione (12) per aderire a
questa giornata non esiste;
il bello è che si ride proprio
Per nessun motivo (13)

senza dover, per esempio, ascoltare quelle
tipiche **Barzellette per miliziani (14).**

Lascia che **La bestia dentro (15)**
si scateni ne **La risata del barbaro (16)**,
che **Il bambino nascosto (17)**
esca senza che **La vergogna (18)** detti
Il confine (19) creandoci dei **Blocchi (20).**

L'esperimento (21) l'ho fatto,
A occhi chiusi (22), **Una parte di me (23)**
era molto titubante ma
si è rivelata una bella esperienza:
ho lasciato **Il buio dietro di me (24)**
e ho permesso a **Le rughe del sorriso (25)**
di lasciare **Il solco (26)**
sul mio viso e io, alla fine,
ero **La donna senza voce (27)**.

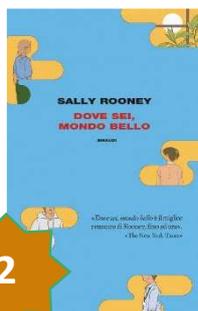
Ed è vero che
La gioia fa parecchio rumore (28)
e le **Anime trasparenti (29)**
influenzano **Questo corpo mortale (30)**
e ci fanno vedere **La vita in meglio (31)** e,
chissà, forse miglioriamo così
anche **Il bene comune (32)**
perché **Il tempo della speranza (33)**
non deve finire...
impariamo a **Abbandonarsi a vivere (34)**!

Bibliografia



1

Che cosa c'è da ridere / Federico Baccomò. - Milano : Mondadori, 2021. - 306 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura.
Segnatura: [BCB Iai 850"20" BACC 3](#)



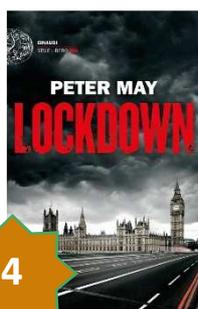
2

Dove sei, mondo bello / Sally Rooney ; trad. di Maurizia Balmelli. - Torino : Einaudi, 2022. - 306 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura.
Segnatura: [BCB Iani 82/89 Rooney](#)



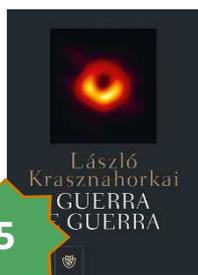
3

Tempi duri / Mario Vargas Llosa ; trad. di Federica Niola. - Torino : Einaudi, 2020. - 309 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura.
Segnatura: [BCB Iani 82/89 Vargas Llosa](#)



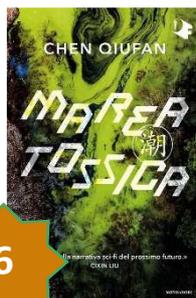
4

Lockdown / Peter May ; trad. di Alessandra Montrucchio e Carla Palmieri. - Torino : Einaudi, 2020. - 310 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura.
Segnatura: [BCB Iani 82/89 May](#)



5

Guerra e guerra / László Krasznahorkai ; trad. dall'ungherese di Dóra Várnai. - Milano : Bompiani, 2020. - 394 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura.
Segnatura: [BCB Iani 82/89 Krasznahorkai](#)



Marea tossica / Chen Qiufan ; trad. di Benedetta Tavani. - Milano : Mondadori, 2020.
- 379 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura.

Segnatura: [BCB Iani 82/89 Chen Q.](#)



La vita in tempo di pace / Francesco Pecoraro. - Milano : Ponte alle Grazie, 2014. -
509 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino.

Segnatura: [BZA 60911](#)



Da qualche parte c'è un briciolo di felicità / Svenja Leiber ; trad. di Elisa Leonzio. -
Rovereto : Keller, 2016. - 286 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino.

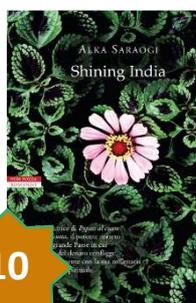
Segnatura: [BZA 61105](#)



È iniziata così / Penelope Lively ; traduzione di Corrado Piazzetta. - Parma : Ugo
Guanda, [2012]. - 286 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino.

Segnatura: [BZA 61486](#)



Shining India / Alka Saraogi ; trad. dall'hindi di Marco Zolli ; con la collab. di Margherita
Betto e Giorgia Rastelli. - Vicenza : Neri Pozza, 2012. - 239 p.

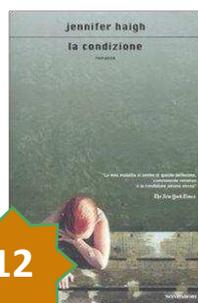
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino.

Segnatura: [BZA 43596](#)



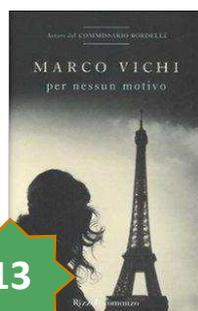
11

Una piccola pace / Mattia Signorini. - Milano : Feltrinelli, 2022. - 190 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura.
Segnatura: [BCB lai 850"20" SIGN 5](#)



12

La condizione : romanzo / Jennifer Haigh ; trad. di Manuela Faimali. - Milano : Mondadori, 2009. - 476 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino.
Segnatura: [BZA 49000](#)



13

Per nessun motivo / Marco Vichi. - Milano : Rizzoli, 2008. - 194 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino.
Segnatura: [BZA 47455](#)



14

Barzellette per miliziani / Mazen Maarouf ; trad. di Barbara Teresi. - Palermo : Sellerio, 2019. - 150 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettur.
Segnatura: [BCB Iani 82/89 Maarouf](#)



15

La bestia dentro / Lotte & Søren Hammer ; trad. di Anna Grazia Calabrese. - Milano : Feltrinelli, 2012. - 500 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino.
Segnatura: [BZA 57056](#)



16

La risata del barbaro / Sema Kaygusuz ; trad. di Giulia Ansaldo. - Roma : Voland, 2020. - 173 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura.

Segnatura: [BCB Iani 82/89 Kaygusuz](#)

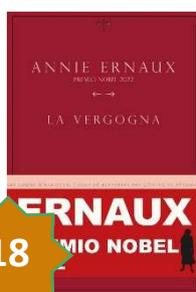


17

Il bambino nascosto / Roberto Andò. - Milano : La nave di Teseo, 2020. - 221 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura.

Segnatura: [BCB Iai 850"20" ANDÒ 2](#)



18

La vergogna / Annie Ernaux ; [trad. di Lorenzo Flabbi]. - Roma : L'orma, 2018. - 125 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino.

Segnatura: [BZA 61519](#)



19

Il confine / Giorgio Glaviano. - Venezia : Marsilio, 2019. - 303 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura.

Segnatura: [BCB Iai 850"20" GLAV 1](#)

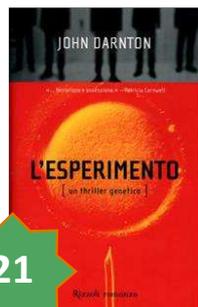


20

Blocchi / Ferdinand Bordewijk ; a cura di Antonio Gnoli e Franco Volpi ; trad. di Claudia Pietrobelli. - Milano : Bompiani, 2002. - 108 p.

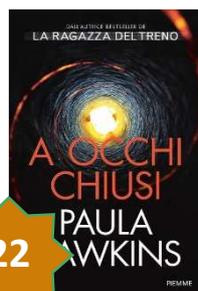
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino.

Segnatura: [BZA 25234](#)



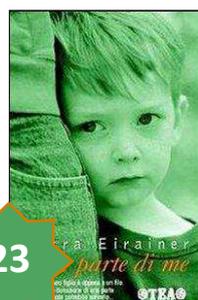
21

L'esperimento : un thriller genetico / John Darnton ; trad. di Andrea Zucchetti. - Milano : Rizzoli, 2001. - 610 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino.
Segnatura: [BZA 60731](#)



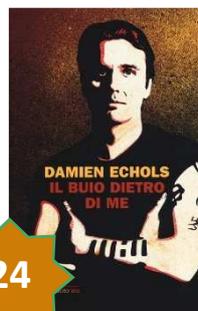
22

A occhi chiusi / Paula Hawkins ; traduzione di Rachele Salerno. - Milano : Piemme, 2023. - 126 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura.
Segnatura: [BCB Iani 82/89 Hawkins P.](#)



23

Una parte di me / Petra Eirainer ; trad. di Alessandra Petrelli. - Milano : TEA, 2005. - 231 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino.
Segnatura: [BZA 38297](#)



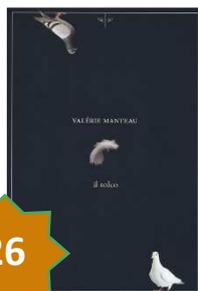
24

Il buio dietro di me / Damien Echols ; trad. di Stefano Massaron. - Torino : Einaudi, 2013. - 480 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino.
Segnatura: [BZA 64126](#)



25

Le rughe del sorriso : romanzo / Carmine Abate. - Milano : Mondadori, 2018. - 258 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura.
Segnatura: [BCB Iai 850"19" ABATE 10](#)



26

Il solco / Valérie Manteau ; trad. di Sabina Terziani. - Roma : L'orma, 2019. - 220 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura.
Segnatura: [BCB Iani 82/89 Manteau](#)



27

La donna senza voce / Etaf Rum ; trad. di Velia Februari. - Milano : Piemme, 2020. - 382 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura.
Segnatura: [BCB Iani 82/89 Rum](#)



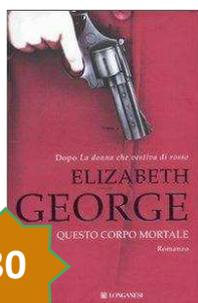
28

La gioia fa parecchio rumore / Sandro Bonvissuto. - Torino : Einaudi, 2020. - 187 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale. Lettura.
Segnatura: [BCB Iai 850"20" BONVI 2](#)



29

Anime trasparenti / Daniele Bresciani. - Milano : Garzanti, 2020. - 387 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale. Lettura.
Segnatura: [BCB Iai 850"20" BRES 3](#)



30

Questo corpo mortale : romanzo / di Elizabeth George ; trad. di M. Cristina Pietri. - Milano : Longanesi, 2011. - 654 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale. Magazzino.
Segnatura: [BZA 46910](#)



31

La vita in meglio : due storie / Anna Gavalda ; trad. di Luciana Cisbani. - [Milano] : Frassinelli, 2015. - 220 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale. Lettura.
Segnatura: [BCB Iani 82/89 Gavalda](#)



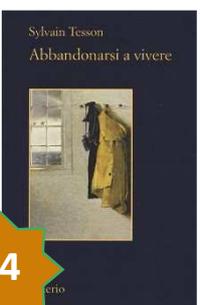
32

Il bene comune : romanzo / Ann Patchett ; trad. di Maria Baiocchi e Anna Tagliavini. - Milano : Ponte alle Grazie, 2017. - 332 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale. Magazzino.
Segnatura: [BZA 61555](#)



33

Il tempo della speranza / Brigitte Riebe ; trad. di Teresa Ciuffoletti e Viola Savaglio. - Roma : Fazi, 2022. - 401 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale. Lettura.
Segnatura: [BCB Iani 82/89 Riebe](#)



34

Abbandonarsi a vivere / Sylvain Tesson ; trad. di Roberta Ferrara. - Palermo : Sellerio, 2015. - 190 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale. Magazzino.
Segnatura: [BZA 61248](#)