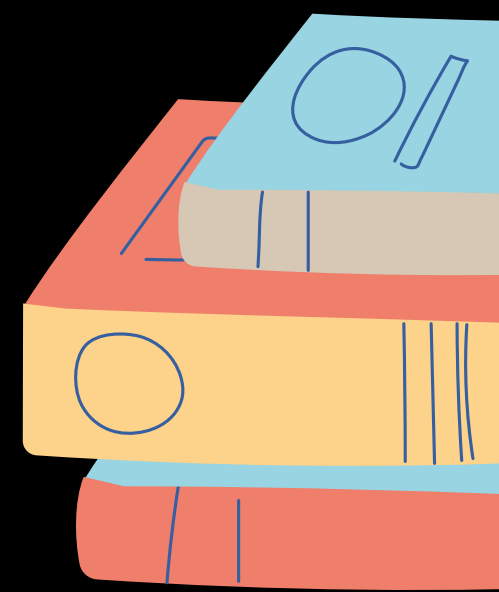




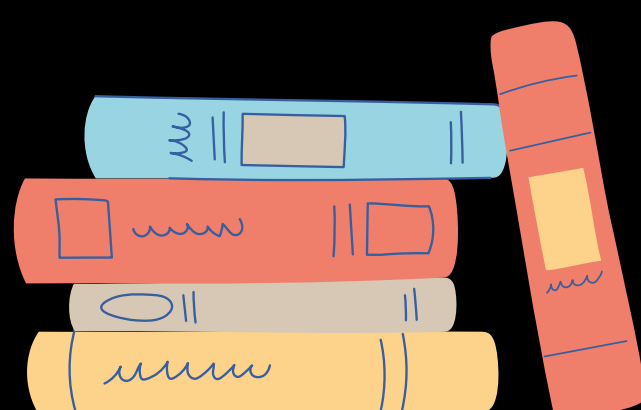
GUIA DE LECTURES

Alegria i optimisme
Fortalesa i resiliència
Incertesa i angoixa



Recomanacions fetes als tallers de
biblioteràpia de la Biblioteca, a càrrec
de Laura Garcia, de Booklife

Novembre 2020-Gener 2021



Alegria i optimisme

Desig de xocolata, de Care Santos. Les petites coses de la vida i els petits moments compartits com a font d'alegria i felicitat.

L'obrador del prodigis, de Silvia Tarragona. Alegria en les olors i el dolç de la pastisseria.

Petons de diumenge, de Silvia Soler. L'alegria d'estimar i sentir-se estimat i dels petits gestos com els petons.

Bones intencions, de Maria Mercè Roca. Esperança, optimisme, segones oportunitats.

Alegría, de Manuel Vilas. Alegria d'estimar i ser estimat per la família.

La bibliotecària d'Auschwitz, d'Antonio G. Iturbe. Una novel·la que et fa feliç al llegir-la perquè penses que malgrat l'horror sempre hi ha un lloc per l'esperança gràcies a persones meravelloses.

Primavera con una esquina rota, de Mario Benedetti. L'alegria de les petites coses.

Más allá del invierno, d'Isabel Allende. Sobre les segones oportunitats a la vida.

La llibreria ambulante, de Christopher Morley. Amor als llibres, a la lectura, entesa com una font inesgotable d'alegria.

La mujer de la libreta roja, d'Antoine Lauran. Alegria de viure i de l'amor.

El llibre de la senyoreta Buncler, de D.E. Stevenson. L'humor com a font d'alegria.

El matrimoni de la senyoreta Buncler, de D.E. Stevenson.

El taller de las ilusiones, de Valerie Tong Cuong. Gent anònima que t'ajuda a ser feliç.

Un abril prodigiós, d'Elisabeth Von Armin. Aconseguir l'alegria des de la llibertat i la valentia.

***** Series complementàries:

Downton Abbey / Los Durrell

Totes les bèsties petites i grosses 1 i 2, de James Herriot. Biografia novel·lada. Les divertides experiències d'un aprenent de veterinari a l'Anglaterra rural dels anys trenta.

El club del pastís de pela de patata de Gernsey, de Mary Anne Shaffer i Annie Barrows.

Els llibres com a font d'alegria i supervivència.

Tomates verdes fritos, de Fannie Flag. Dones alegres i fortes que ens ensenyen a lluitar.

*****Altres propostes interessants

Mapp y Lucía, de E.F. Benson.

La llibreria, de Penélope Fitzgerald.

Una biblioteca de verano, de Mary Anne Clark Bremer.

Caída y auge de Reginal Perrín, de David Nobbs.

La filla de Robert Poste, de Stella Gibbons.

La vida cuando era nuestra, de Marian Izaguirre.

La sonrisa de las mujeres, de Nicolas Barreau.

La mansión de los chocolates, de Maria Nikolai.

*****Clàssics

Grans esperances, de Charles Dickens.

Càndido, de Voltaire.

***** Llibres per riure

Tres hombres i una barca, de Jerome K.Jerome

L'avi de 100 anys que es va escapar per la finestra, de Jonas Jonasson.

Sin notícies de Gurb, d'Eduardo Mendoza.

Papeles póstumos del club Pickwick, de Charles Dickens.

El crimen de Lord Arthur, d'Oscar Wilde.

Noticia bomba, d'Evelyn Waugh

Kin, de Rudyard Klipping.

Los diarios de Adan y Eva, de Mark Twain.

Wild, de Tom Sharpe.

Algo supuestamente divertido y que nunca volveré a hacer, de David Foster Wallace.

La conjura de los necios, de John Kennedy Foole.

Maleit Karma, de David Safier.

La espuma de los días, de Boris Vian

La importancia de llamarse Ernesto, d'Oscar Wilde

***** I per acabar:

El petit príncep, d'Antoine Saint Exupery.

Fortalesa i resiliència

***** Llibres

Els invisibles, d'Isabel-Clara Simó. Resiliència com a poble i individualment.

Un cel de plom, de Carme Martín, basada en la vida de Neus Català. Resiliència individual i col·lectiva.

Un fill, d'Alejandro Palomas. Resiliència en els nens. El podeu complementar amb

La meva germana viu sobre la llar de foc, d'Annabel Pitcher.

Paula, d'Isabel Allende. Resiliència a la mort d'una filla.

Wonder. La lección de August, de Raquel. J. Palacios. Resiliència a una malaltia.

El color púrpura, d'Alice Walker. Resiliència d'una dona a un context social i personal desolador.

Del final de la soledat, de Benedict Wells. Resiliència a la mort dels pares.

Les pereres fan flor blanca, de Gerbrand Bakker. Resiliència d'una família a tot un seguit de fets tràgics.

El nadador en el mar secreto, de William Kotzwinnell. Sobreviure a la mort d'un fill.

Tan fuerte, tant cerca, de Jonattan Safran Foer. Sobreviure a la pèrdua d'un pare.

Visc, Visc, Visc, de Maggie O' Farrell. Sobreviure a diverses situacions de risc.

Verònica decideix morir, de Paulo Coelho. Sobreviure al suïcidi.

***** Biografies

Instrumental, de James Rhodes. Resiliència a l'abús sexual gràcies a la música.

Salvatge, de Cheryl Strayed. Resiliència a la mort de la mare.

Si això és un home, de Primo Levi. Resiliència a un camp de concentració.

Autobiografia de la meva mare, de Jamaica Kincaid. Resiliència a un context personal i social totalment desfavorable.

***** Clàssics

El vigilant en el camp de sègol, de J.D Sallinger. Resiliència al procés de fer-se gran .

La senda del perdedor, de Charles Bukoswky. Resiliència a l'entorn, a la família i al destí.

***** Propostes fetes pels participants al taller

El colibrí, de Sandro Varonessi.

Nivells de vida, de Julian Barnes

Joana E., de de Maria Antònia Oliver

Feliçment sóc una dona, de Maria Aurèlia Capmany

L'estranya desaparició d'Esme Lennox, de Maggie O'Farrell

***** Altres llibres d'interés

Balzac i la jove modista xinesa, de Sije Dai

Cartas de amor, de Fran Alonso

Córrer, de Jen Echenoz

Novel·la d'escacs, d'Stefan Zweig.

Tanco amb la poesia, de Miquel Martí i Pol

Incertesa i angoixa

*****Novel·les per entendre i analitzar l'angoixa

La pell freda, d'Albert Sánchez Piñol

El mecanoscrit del segon origen, de Manuel de Pedrolo

L'amor fora del mapa, de Roc Casagran

La terapeuta, de Gaspar Hernández

La metamorfosi, de Frank Kafka

Sukkwan Island, de David Vann

La carretera, de Cormac MacCarthy

Les hores, de Michael Cunnigam

Mrs. Dalloway, de Virginia Woolf

*****Novel·les per combatre l'angoixa

Guerra i pau, de Lev Tolstoi

Retrat d'una dama, de Henry James

Siddharta, de Herman Hesse

Breu historia del món, d'Ernst. T. Combrich

L'infinit dins d'un joc: la invenció dels llibres al món antic, d'Irene Vallejo

Un abril prodigiós, d'Elisabeth Von Armin

Totes les bèsties petites i grosses, de Jame Herriot

Vida en el jardí, de Penélope Lively

Ciudad de mujeres, d'Elisabeth Verghese

La Isla del lago Innistree, de William Butler

***** Biografies marcades per l'angoixa

Fugas, de James Rodes

L'home a la recerca de sentit, de Victor E. Franckl

Hacia el amanecer, de Michael Greenberg

Furiosamente feliz, de Jenny Lawson

Esa visible oscuridad, de William Styron

Inocencia interrumpida, de Susanna Kaysen

Come, reza, ama, d'Elisabeth Gilbert

***** Altres llibres recomanats pels usuaris

En un metro de bosque, de David George Haskell

Perdido en el paraíso, d' Umberto Pasti

El temps i la felicitat, de Luciano de Crescendo