

Ho pubblicato da poco il libro “Vivere felicemente la disabilità” (Poliedricamente Edizioni ETS)

Un libro che racconta la storia della vita dell'autrice, non come autobiografia, ma come “manuale” motivazionale per realizzare un cambiamento di vita attraverso percorsi di crescita personale. Creatrice del percorso “Vivere felicemente con sé stessi”, adatto alle donne e agli uomini che non accettano sé stessi e che si sentono discriminati ed esclusi dalla società, con l'obiettivo di ri-trovare fiducia e ri-prendere in mano la propria vita in maniera consapevole, inclusiva e felice.

Come si può trasformare una vita segnata dalla sordità, dal bullismo e dall'esclusione in un inno alla gioia? È possibile trovare la propria voce quando il mondo sembra non volerti ascoltare?

Fin dalla nascita, la vita di Lalla Ribaldone è una corsa a ostacoli. Nata con una sordità profonda, cresce sentendosi invisibile, un'estranea nel mondo degli udenti. Ogni esperienza, dalla scuola alle relazioni personali, è segnata dalla frustrazione, dal bullismo e dalla costante lotta per farsi accettare e trovare il proprio posto.

Anni di matrimoni, lavori e amicizie non scalfiscono la sensazione di inadeguatezza, culminando in un divorzio che la lascia completamente sola, prigioniera delle convinzioni limitanti sue e altrui. Ma è nel punto più buio, quando la vita sembra aver perso ogni significato, che si imbatte in una pratica rivoluzionaria: lo Yoga della Risata. Una risata che non ha bisogno di motivi, ma che può ricostruire un'esistenza.

Inizia così un viaggio straordinario dentro di sé, un percorso che la porta a studiare la Scienza della Felicità e la Psicologia Positiva. Riuscirà a liberarsi per sempre delle catene del pregiudizio? Saprà trasformare il suo dolore più profondo in una missione per aiutare chi, come lei, si è sentito escluso, trasformando la propria unicità in un superpotere?

*Vivere felicemente la disabilità* non è solo un'autobiografia, ma un potente manuale per chiunque voglia riprendere in mano la propria vita. Una storia di incredibile resilienza e sul coraggio di scoprire che la felicità più autentica è una scelta.

Il libro è acquistabile su Amazon