

INDICE

NOTE E SIGLE	5	
INTRODUZIONE	7	
Capitolo 1		
DIAGNOSI DI UNA VITA FELICEMENTE REALIZZATA		11
1. Nel labirinto delle tante felicità	12	
<i>Gli ingredienti della felicità nella vita consacrata</i>	15	
2. Verso una definizione della felicità	17	
3. Psicodiagnosi del costrutto della felicità	21	
<i>Indicatori di una felicità che orienta verso la vita</i>	22	
<i>Felicità e senso vocazionale dell'esistenza</i>	24	
4. Aspetti critici dei diversi modelli di felicità	26	
<i>Saranno pure felici, ma occorre che vivano felicemente!</i>	28	
Capitolo 2		
PERCORSI PSICOLOGICI DI UNA FELICITÀ SPERATA		31
1. Lavorare e amare, i segnali di una felicità da curare	32	
<i>Una felicità a marcia ridotta anche per preti e suore</i>	35	
2. L'inquietudine di una felicità aperta al trascendente	37	
3. Bisogni e motivazioni a servizio di una vita felice	39	
<i>L'arte di discernere i propri bisogni</i>	40	
4. Felicità e crescita evolutiva nelle stagioni della vita	44	
<i>Gli anni giovanili di una felicità zelante</i>	46	
<i>Gli anni della felicità produttiva dell'adulto</i>	47	
<i>La felicità che si integra nella saggezza della terza età</i> .	49	
<i>La vera felicità? Tra il già e il non ancora</i>	51	

Capitolo 3

FELICITÀ E RICERCA DI SENSO	53
1. Una felicità in cammino	53
2. Felicità e trascendenza a partire dal basso della vita	56
3. Il filo conduttore della felicità: dalla comunione con Dio all'amore per gli altri	58
<i>Quel cerchio contagioso della felicità</i>	61
4. Se c'è un motivo per essere felici... ..	63
<i>Tre condizioni per una felicità inaspettata</i>	65
<i>Essere cercatori di felicità in cammino</i>	67

Capitolo 4

FELICI SÌ, MA INSIEME: IL SEGRETO DI UNA FELICITÀ RELAZIONALE	69
1. Una vita felicemente realizzata insieme	70
<i>Rapporti di gruppo e collaborazione, un binomio neces- sario</i>	71
2. La base comune della felicità	73
3. Servitori di una felicità altruistica	75
4. Appunti metodologici dal modello delle differenze indivi- duali	78
5. Differenze individuali e vita di comunità nei rapporti in- terpersonali	81
<i>Ogni diversità è un pregio</i>	82
6. L'arte di apprezzarsi reciprocamente	86
<i>Accorgersi dell'altro accomuna al senso della felicità</i> ..	87
<i>Apprezzarsi reciprocamente aiuta ad accrescere la felici- tà comune</i>	88
7. Il senso comune della felicità, tra autonomia e condivisione	89
<i>Consapevolezza</i>	90
<i>Creatività</i>	91
<i>Autenticità</i>	92

Capitolo 5	
ITINERARI PSICO-EDUCATIVI PER UNA «FELICITÀ»	
ITINERANTE	93
1. «Lei è felice? E perché?»	94
2. I diversi livelli di trasformazione di una felicità permanente	98
3. Alcune indicazioni per un cammino di felicità a partire dalla realtà	99
4. Il lungo viaggio trasformativo di chi cerca la felicità	101
<i>Una felicità tranquilla e una pace grande</i>	105
<i>La parabola della strada, alla ricerca della felicità</i>	106
 Appendice	
UNA RICERCA SULLA FELICITÀ DEI CONSACRATI	
E DELLE CONSACRATE	109
 Felicamente consacrati	
SPIRITUALITÀ, BENESSERE VOCAZIONALE	
E QUALITÀ DELLA VITA TRA I CONSACRATI	
E LE CONSACRATE	111
 Bibliografia	113