



Scrivi a **DIEGO DALLA PALMA** per imparare a volerti più bene e per stare meglio con te stessa

(soluzioni)
amarsi un po'

I desideri vanno assaporati

Abiti firmati, discoteca, parrucchiere: una mamma vuol dire no ai capricci dei figli e crede nel valore delle conquiste sudate. La parola a Diego

■ «Sto cercando, con grande difficoltà, di far capire ai miei figli l'importanza di desiderare e riuscire a conquistare le cose. Non penso certamente che sia necessario privarli di certi privilegi. O, peggio ancora, non ascoltare le loro esigenze. Ma accontentarli in tutto e subito mi sembra sbagliato. Mio marito, invece, è più accondiscendente, soprattutto nei confronti della figlia. E non vuole che le vieti costosi capricci come abiti firmati, parrucchiere ogni settimana e serate in discoteca. Lei che cosa ne pensa?»
- Daniela

cennio avranno quarant'anni. È la logica, purtroppo, che aspetta minacciosa e pesante chi confonde il valore della conquista e del desiderio con l'appagamento egoista e istintivo dei sensi. Ah, come sono grato ai miei genitori, impossibilitati d'altronde a fare diversamente, quando rispondevano un secco no alla mia continua richiesta di giocattoli e caramelle. La mancanza di agiatezza economica, per fortuna, gli impediva di accontentarmi. Credo fermamente, oggi ancor più di ieri, che quello sia stato uno dei tanti solidi salvagente della mia vita. Quei desideri negati, all'epoca, mi hanno salvato i denti dalla carie e la volontà dalle intemperie esistenziali. Ho sempre capito, sin da piccolo, che il desiderio ha i suoi tempi e che questi, in realtà, rappresentano un sogno per chi desidera qualcosa. Penso a quante volte, quindicenne, nel mio paese natio sono passato davanti alla vetrina che esponeva un abito azzurro di gabardine. Accidenti, per quanti giorni l'ho desiderato, quell'abitino. Quando, finalmente, mia madre me l'ha comprato, è stata una festa. Una sagra. Un evento. Tutte le volte in cui lo indossavo, mi mettevo addosso un sogno. È lì, grazie al cielo, che ho imparato quanto sia importante il tempo fra il desiderio e l'ottenimento dello stesso. È in quel periodo, sopportando con malumore e rabbia tutti i rifiuti alle mie richieste, che ho formato il mio carattere. E proprio perché mi è stato dato modo di capire, mi accorgo che avere tutto, e subito, è la strada più breve per non apprezzare ciò che abbiamo. È il passaporto, senza scadenza, degli arroganti e dei perdenti.



COSTANZA FAVERO

IL VISO SI ILLUMINA CON IL KIWÌ
Anche il viso va preparato ai cambi di stagione. Ecco due ricette esfolianti. Si mescolano tre cucchiaini di farina di mandorle con tre di latte intero fresco. Si ottiene una pasta morbida da stendere sul viso. Dopo 10 minuti di posa, con una spugnetta e acqua tiepida si elimina delicatamente il composto dalla pelle. Che, ripulita dalle cellule morte, apparirà

luminosa. Un'altra ottima ricetta è stendere per 20 minuti sul viso e sul collo la porea di due o tre kiwi. Rende il colorito subito uniforme.



Dal 5 al 7 ottobre a Urbino c'è il Festival del biologico e del benessere olistico. In programma prove gratuite di shiatsu, yoga e lezioni di autotrucco con prodotti naturali. Per informazioni 072 2351420.

DIEGO HA TROVATO

Si fa presto a dire cosmetico naturale. Ma avere la certezza è un'altra cosa. Ora c'è un modo semplice per saperlo in pochi minuti. Come? Con il Bio-check, un nuovo test ecologico fai-da-te. Basta inserire in un programma informatico apposito la lista degli ingredienti base del prodotto. Per conoscerne così subito il grado di naturalità. Bio-check, realizzato da Icea (Istituto di certificazione etica e ambientale), si scarica dal menu cosmetici del sito www.icea.info.