

TOMÁS NAVARRO
KOTODAMA
IL POTERE
DELLE PAROLE

~~A STRAPPO~~

60 aforismi di saggezza giapponese

Grafica e immagini di Enrico Albisetti

È vietata la riproduzione dell'opera o di parti di essa con qualsiasi mezzo, se non espressamente autorizzato dall'editore.

www.psicologia.io

www.giuntipsy.it

www.giunti.it

© 2025 Giunti Psicologia.io S.r.l.

via Fra' Paolo Sarpi 7/A, 50136 Firenze – Italia

Prima edizione: novembre 2025



Stampato presso Lito Terrazzi S.p.A. – Stabilimento di Iolo (PO)

Introduzione

Amo esplorare nuove possibilità, nuovi orizzonti, e risvegliare le coscienze. E mi piace farlo in un modo che sia di ispirazione per qualcun altro. Una delle strategie per sviluppare il nostro potenziale e migliorare la nostra vita consiste nell'arricchire il vocabolario con parole che offrano qualcosa di nuovo, di simbolico e bello. Come esseri umani, cerchiamo sempre di dare un nome a ciò che percepiamo, pensiamo, sogniamo, immaginiamo e ricordiamo. Le parole che utilizziamo ogni giorno danno forma alla nostra realtà. La nostra mente è un caos di input che tentiamo di ordinare mediante l'uso delle parole. Migliaia di parole si accalcano nella nostra coscienza, parole che designano paure e fantasmi, speranze e illusioni. Le parole che usiamo ci definiscono, ci plasmano, ci determinano, ci incoraggiano e ci possono anche frenare.

Dunque, mi sono spostato a migliaia di chilometri per scegliere, per te, 60 parole giapponesi. Parole belle, ispiratrici e potenti che ci permettano di allargare i nostri orizzonti. Ognuna di queste esprime un concetto che ha un significato unico e condiviso e può contribuire a migliorare la tua quotidianità, il tuo sentire e il tuo modo di pensare. Saranno di grande ispirazione, ti incoraggeranno, ti trasporteranno in nuove realtà, amplieranno i tuoi orizzonti e ti offriranno la possibilità di rendere la tua vita più bella e piena. Accompagnami in questo viaggio verso il benessere emotivo psicologico; saremo guidati dalla psicologia e dalla saggezza orientale del Giappone più magico, colto e affascinante.