



copertina provvisoria



ISBN 978-88-6549-190-4

Andrea Bianchi

IL SILENZIO DEI PASSI

Piccolo elogio del camminare a piedi nudi nella natura

Camminare a piedi nudi nella natura è un'esperienza fatta di meccanica, forza fisica e mentale, emozioni, concentrazione, poesia e silenzio. Per riconnettersi alla natura.

confezione

filo refe, copertina con stampa a secco

formato 11x16,6 cm**pag.** 96**Euro** 8,50**isbn** 978-88-6549-190-4**uscita** maggio 2016**sullo scaffale**

narrativa di viaggio, filosofia, camminare

2

MOTIVI D'ACQUISTO

- Il 2016 è stato proclamato l'anno nazionale dei Cammini dal Ministro dei Beni Culturali.
- Un punto di vista originale: il cammino a piedi nudi. Una pratica semplice, terapeutica e naturale.
- Lancio al Trento Film Festival.

IL LIBRO

Togliersi le scarpe e percorrere scalzi un piano sentiero boscoso, un prato umido di rugiada, o i gradini naturali di un sentiero d'alta quota e imparare a percepire sotto le piante dei piedi nudi il flusso di calore della pietra esposta al sole e le sue diverse tessiture: tutto questo è alla portata di ognuno, appartiene alla preistoria e alla storia dell'umanità, eppure è anche una cosa che oggi è diventata rara nella vita di molti. Basta invece poco per reimparare a camminare scalzi, e ritrovare una dimensione in cui si intrecciano la meccanica del piede umano, le connessioni benefiche con l'elettromagnetismo terrestre, l'arte di passare dal freddo al caldo che Kneipp elevò al rango di terapia, i milioni di stimoli sensoriali che si accendono nella mente, fino alla scoperta di aspetti più sottili, come l'invisibilità delle tracce e il silenzio che accompagna questo passo leggero, quasi felpato, che mai si impone ma sempre trova il suo personale e unico percorso.

L'AUTORE

Andrea Bianchi (1971) è scrittore e socio accademico del GISM, Gruppo Italiano Scrittori di Montagna, editore, giornalista e ingegnere. Nel 2006 ha pubblicato *L'ultimo dei romantici, Vita e ideali di Spiro Dalla Porta Xydias*. Vincitore nel 2011 nella sezione inediti della 9ª edizione del premio letterario Leggimontagna con il racconto *Il punto di ascolto perfetto*. Nel 2014 ha pubblicato *La Vetta interiore, Un'interpretazione alpina degli Yogasūtra di Patañjali*, nell'ambito della collana di etica dell'alpinismo del GISM. È fondatore ed editore del magazine online MountainBlog, oggi uno dei più seguiti siti web di informazione sul mondo della montagna. Per continuare a camminare a piedi nudi con l'autore: ilsilenzioideipassi.it

LEGGI ANCHE...Émeric Fisset
L'EBBREZZA DEL CAMMINAREAndrea Bellavite
LO SPIRITO DEI PIEDI