

"AIUTO HO LE MIE COSE!" INTERVISTA ALLE AUTRICI LAURA BRUGNOLI E BARBARA MONTI.

Questo articolo è stato pubblicato il 23 dicembre 2014 da Sar@.



Eccoci qui con **Laura Brugnoli e Barbara Monti**, autrici del libro "Aiuto ho le mie cose! Tutte le risposte alle domande che non hai il coraggio di fare"

Laura, forse lo saprete, è una delle tre fondatrici della Bottega della Luna quindi per me, sua compagna di viaggio in questa avventura, è molto emozionante farle questa seppur breve intervista.

Abbiamo già parlato di questo libro (trovate qui la recensione/esperienza con il libro e la mia giovane figlia). Ora però vogliamo sapere un po' di più sul vostro speciale libro "Aiuto ho le mie cose!"

_direttamente da voi. Pronte?

1. A chi avete pensato scrivendo "Aiuto ho le mie cose!"?

A tutte le ragazze che stanno per avere o hanno le mestruazioni; a tutte quelle che sono curiose di saperne di più, incluse mamme, sorelle, zie nonne e - perché no? - anche papà!

2. Cosa trovano le ragazze che si avventurano tra le pagine di "Aiuto ho le mie cose"?

Informazioni, idee, ricette, magie, curiosità sul ciclo e tanto sostegno. Il tutto innaffiato da un'abbondante dose di umorismo. Chiudiamo fuori la noia e la vergogna. Apriamo la porta alla profondità delle mestruazioni affrontata con spirito leggero e luminoso.

3. E' un libro che va letto tutto di un fiato o può essere "assaggiato" a spizzichi e bocconi?

Ognuna è libera di "gustarlo" come preferisce: è diviso in capitoli dai titoli molto chiari, quindi è facile sapere dove trovare le risposte che servono. Qualche esempio?

Pubertà: per piacere niente panico.

Dizionario mestruale.

La visita dal ginecologo.

Segui il ritmo.

Se qualcosa va storto.

Vacci piano.

Riti antichi e moderni.



E chi volesse andare per ordine, verrà accompagnata per mano in un lungo viaggio...

4. Il vostro è il primo libro italiano sulle mestruazioni dedicato alle ragazze. Cosa vi ha spinto a scriverlo?

Proprio questo! Perché tanti misteri intorno alla tappa più normale, salutare, fisiologica e tra l'altro inevitabile della vita di ogni ragazza? Nel 2014 ci sono troppe fanciulle che soffrono o che ancora si imbarazzano per il ciclo, e troppe poche informazioni chiare e positive. Delle mestruazioni si parla poco e perlopiù male; noi vogliamo guardare a questo ciclo con occhi nuovi, per insegnare che si tratta di una benedizione. Un meraviglioso strumento di potere e creatività non solo fisica, ma anche emozionale e mentale!

5. A cosa vi siete ispirate?

A tutto ciò che abbiamo avuto l'onore di incontrare e sperimentare lavorando con il Femminile. Alle pioniere coraggiose che ci hanno preceduto in questa impresa. Ai Maestri che hanno illuminato il nostro percorso.

6. Avete un capitolo cui siete un po' più affezionate?

Ogni capitolo è "figlio" nostro: l'abbiamo desiderato, amato e cresciuto... Tuttavia quello in cui affrontiamo il tema delle "quattro stagioni del ciclo" - parlando di ciclicità, energia, consapevolezza - è il cuore del messaggio che abbiamo scelto di portare alle giovani donne.

7. Una curiosità su di voi: cosa avreste voluto sapere al momento del menarca che non vi è stato detto?

Molte donne della nostra età non hanno avuto un ingresso facile nell'età del sangue. Oltre alle informazioni sono spesso mancate l'accoglienza, il riconoscimento e la celebrazione. Per fortuna non è mai troppo tardi per avere il menarca che avremmo desiderato: anche questo lo spieghiamo nel libro!

Questo libro per noi è un sogno che si avvera: due amiche capaci di comunicare con semplicità, profondità e un tocco di sensazionale ironia i temi che ci sono tanto cari. **Grazie per lo splendido lavoro che avete fatto.**