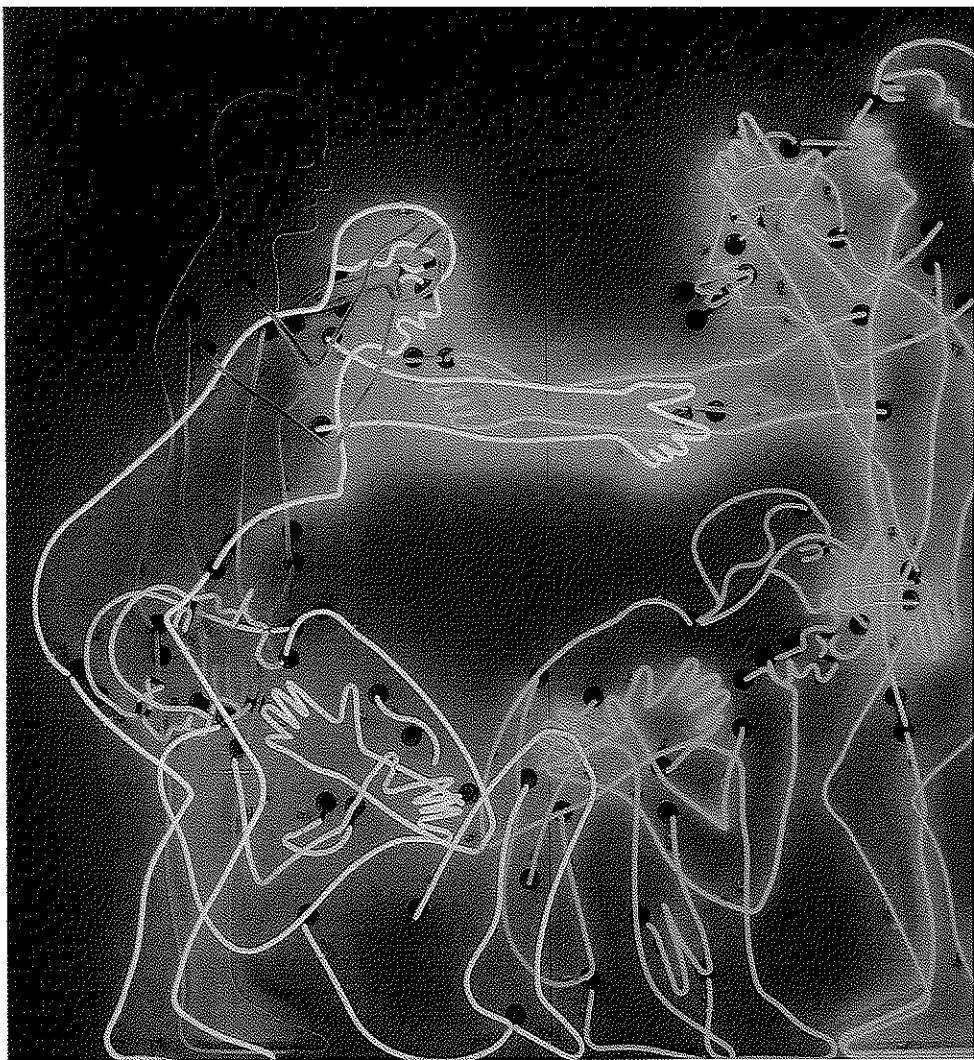


03



04



"Come essere felici"

Per ulteriori informazioni sulla felicità:
 Dr. Cecilia d'Felice
 Psicologa clinica specializzata
 (Giornalista dell'anno per l'associazione Mind)
www.drceciliadfelice.com
 Articoli sulla felicità
 The Independent
www.independent.co.uk

"How to be Happy"

For further information about happiness:
 Dr. Cecilia d'Felice
 Chartered Clinical Psychologist
 (Mind Journalist of the year)
www.drceciliadfelice.com
 Articles by Dr. Cecilia d'Felice in
 The Independent
www.independent.co.uk

Hanno invariabilmente dei 'contatti' che li introducono alle persone giuste. Persino in politica il look è diventato un fattore importante e un bell'aspetto aiuta ad ottenere più voti alle elezioni. Eva Peron fu una delle prime in politica ad essere eletta per ragioni emotive e ora gli attori e i personaggi televisivi fanno la fila per ricoprire nuovi ruoli su palcoscenici sempre più grandi. L'ex primo ministro italiano Silvio Berlusconi si è fatto un trapianto di capelli e si è sottoposto a operazioni di chirurgia plastica agli occhi e alla pelle per sembrare più giovane. In Inghilterra il primo ministro Gordon Brown viene costantemente allenato e tirato a lucido perché possa seguire con successo le orme del 'giovanile' Tony Blair. Anche le star decedute hanno un grande fascino, principalmente perché non invecchiano mai. La principessa Diana, Elvis Presley, Kurt Cobain, Marilyn Monroe, James Dean e Che Guevara sono solo alcune delle icone immortali che rimarranno belle in eterno. D'altra parte bellezze una volta mozzafiato come Elizabeth Taylor diventano vecchie, grasse e rugose e, per quanto triste, questa è l'immagine che rimarrà di loro quando moriranno. Bene che vada, il complimento più usato per le celebrità che invecchiano è che "è ancora bella per la sua età", un epiteto che può forse far piacere solo ad una persona molto anziana. L'industria cosmetica si sta sbizzarrendo nell'offrire una gamma di prodotti per donne 'mature', vendendo soluzioni care ma presumibilmente efficaci per far tornare indietro il tempo quando la natura prevale. Sfortunatamente, non molte donne assomigliano a Sophia Lauren, Jane Fonda o Joan Collins verso i sessanta o settant'anni, quindi ci vuole uno sforzo di immaginazione quando si usano queste stelle per pubblicizzare una crema anti-rughe. Sembra che la nostra società sia posseduta dalla ricerca della bellezza fisica. Oltre a quanti di noi combattono l'inevitabile processo di invecchiamento, la pressione che si esercita sulle nuove generazioni perché siano belle è immensa. I governi occidentali pubblicano rapporti sul livello di obesità infantile nei loro Paesi, per promuovere uno stile di vita sano, ma la sola parola OBESO è il modo migliore di trasformare un pre-adolescente con un paio di chili di troppo in un adolescente con seri disturbi dell'alimentazione. È già abbastanza difficile per i giovani riuscire a distinguersi mentre cercano di costruirsi una carriera, senza dover competere con la bellezza, specialmente quando la bellezza dà più punti dei successi accademici o delle capacità creative. Non sor-

ing. Invariably they have 'contacts' who get them accepted by the right people. Even in politics the way you look has become a factor and a good appearance helps you get more votes. Eva Peron was one of the first politicians to be elected for emotional reasons and now actors and TV personalities line up to get roles on bigger stages. The Italian ex-prime minister Silvio Berlusconi has had hair transplants and cosmetic surgery on his eyes and skin to look younger, and in the U.K., prime minister Gordon Brown has endless training and grooming to enable him to follow in the footsteps of the so-called 'youthful' Tony Blair. Even the stars who have died have a great appeal, mostly because of their image behind them when they die. At best the compliment handed out to aging personalities is "she looks good for her age", an epithet that can only possibly please a very old person. It is good that the industry is having a field day offering ranges of products for 'mature' women, selling expensive, but supposedly effective, creams to push back the time when nature takes over. Unfortunately, not many women look like Sophia Lauren, Jane Fonda or Joan Collins in their sixties and seventies, so it is stretching the imagination when these celebrities are used to promote anti-wrinkle creams. As a society, it seems that we are fighting off the inevitable aging process, pressured by the media. The pressure to look good is immense. Western governments release reports on child obesity levels in their countries, to promote healthy living, but the only word that describes a young person with a few extra pounds is OBESE. It is difficult enough for young people to be able to distinguish themselves when trying to forge a career, without having to compete with beauty, especially when beauty gets more brownie points than academic achievements or creative skills. It is therefore not surprising that many people who aren't born with the kind of physical attractiveness that is in vogue at the time they enter the work-