

MARIA MARTELLO

# Mettiamoci d'ACCORDO

Diventare mediatori nel quotidiano  
per risolvere i conflitti



© 2026 ITL srl a socio unico  
Via Antonio da Recanate, 1 – 20124 Milano  
Tel. 02 671316.39  
e-mail: [libri@chiesadimilano.it](mailto:libri@chiesadimilano.it)  
[www.itl-libri.com](http://www.itl-libri.com)



*Proprietà letteraria riservata – Printed in Italy*



Finito di stampare nel mese di febbraio 2026  
presso Geca – Divisione libri di Ciscra spa, Arcore (MB)

ISBN 979-12-5595-054-7

*C'era una volta, in un tempo indefinito, un mare agitato di parole non dette e mani chiuse: era il nostro universo, dove la contesa, piccola o grande che fosse, si annidava nei cuori come la notte tra rami spogliati. In mezzo a questa distesa, apparve una barca di carta: fragile, eppure capace di sfidare la tempesta. Su quella barca, un'idea, chiamata "mediazione dei conflitti", raccolse le voci sparse e discordanti, bramando di comporre un'armonia che parlasse la lingua perduta della concordia.*

*Quest'idea non era una semplice raccolta di pensieri: era un coro, una promessa di rigenerazione, un appello a chi, ostinatamente, non voleva sentire il lieve richiamo della pace. Il suo fine? Sradicare le origini delle dispute non per negarle, ma per farle germogliare in relazioni rinnovate, consapevoli e pulsanti come pioggia estiva sulla terra assetata.*

*Fin dalle prime interazioni con le parti in conflitto, ciascuna persona veniva cullata tra le onde del coraggio, quello che osa alzare lo sguardo anche quando tutto appare perduto. La mediazione, in questa esperienza, non era stampella ma vela: un percorso di crescita, di risurrezione, di fiducia ritrovata. Il dolore non era più un peso, ma una stella guida, e la paura, per chi aveva il cuore spalancato, si trasformava nel vento che sospinge la barca verso l'incontro.*

*Il mediatore non era giudice, né arbitro stanco, ma direttore d'orchestra di anime. Di fronte all'ira, offriva la mansuetudine; nel silenzio, ascoltava il pianto inespresso; nella solitudine, accoglieva con la dolcezza di chi sa che la vera forza è lasciarsi attraversare dall'altro. La sua umiltà era la radice del suo valore. Sapeva riconoscere le proprie zone d'ombra e danzava tra luce e oscurità, come chi, a piedi nudi, percorre il bordo dell'abisso senza cadere.*

*Il mediatore era insieme umile e fiero, deciso senza presunzione. Pensava in modo alternativo, come un bambino che costruisce castelli dove gli adulti scorgono solo rovine. Sapeva tacere per ascoltare l'anima altrui, cogliendo i bisogni celati, i sogni mai rivelati, le verità che tremano nel fondo degli occhi. Era, sotto la corazza della competenza, un esploratore nella giungla delle esperienze, pronto a condurre chi voleva ancora prevalere da solo verso lo stupore del "vincere insieme".*

*La sua mansuetudine non era resa, ma energia contagiosa: ammorbidiva la rigidità, scioglieva il timore, apriva il sentiero al perdono. Imparava dai giorni e dalle notti, forgiato lungo un cammino senza fine. Resisteva al desiderio di "tagliare il bozzolo" per rendere più facile la metamorfosi, si faceva custode e non salvatore, compagno e non giudice. Sapeva che solo attraversando il dolore insieme si poteva scoprire la farfalla.*

*Nel cuore di questa narrazione, la giustizia deponeva la benda dagli occhi e guardava l'altro. Non più solo norma e pena ma sguardo. Non solo punizione, ma riparazione. Non solo giudizio, ma riconoscimento e carezza. Era la giustizia che accoglie, che lenisce le ferite, che ricuce gli strappi del passato. Un miracolo rivoluzionario: non la legge che divide, ma l'incontro che trasforma il torto in opportunità di crescita, la vittima e chi ha commesso il danno in due esseri umani che si riconoscono e si ascoltano. Che genera preziosi frammenti di vita che solo chi ha attraversato il dolore più cupo può offrire: la possibilità di parlare al male, di trovare umanità dove sembrava negata.*

*E così anche giudici e avvocati, dapprima disorientati e poi illuminati, venivano invitati a cambiare pelle: non più macchine da processi, ma artigiani di relazioni; non più combattenti in tribunale, ma custodi di domande di perdono. Una realtà nuova, sancita dalla legge, la realizzazione del sogno di una società che non teme di affrontare il proprio dolore.*

*Gli incontri di mediazione diventavano di conseguenza un viaggio attraverso il cuore delle persone. Un viaggio puntinato da pause. E queste rendevano possibile la rinascita, la catarsi.*

*In effetti, la giustizia autentica non punisce, salva. Il perdono, «settanta volte sette», non è debolezza ma potenza.*

*Tutto invitava quindi a vedere negli altri il nostro stesso destino.*

*Questo racconto, per chi ancora teme la pace, è un faro acceso nella notte, una mano tesa a chi non vuole arrendersi. È la memoria di riti antichi. È la voce universale della mediazione che, come in una sinfonia, invita a riconquistare l'armonia sotto il cielo di tutte e di tutti.*

*È una storia che parla al cuore, per ricordare che comporre la pace non è segno di debolezza: è invece il più grande eroismo, il dono che ci rende, finalmente, pienamente umani.*

*Maria Martello*

# INDICE

<b>C'era una volta</b>	Pag.	7
<b>Prefazione</b> <i>Antonio Sichera</i>	»	11
Introduzione <b>La mediazione di prossimità: un invito alla trasformazione personale</b>	»	15
<b>1. Maestri di noi stessi</b>	»	21
<b>2. Partire da sé: la base per relazioni autentiche</b>	»	49
<b>3. Le emozioni: la forza nascosta dei conflitti</b>	»	67
<b>4. Le fondamenta della mediazione: dal cuore al mondo</b>	»	85
<b>5. Come essere mediatore: atteggiamenti per la trasformazione dei conflitti</b>	»	100
<b>6. La metodologia della mediazione: dal conflitto alla ricomposizione</b>	»	110

<b>7. Un nuovo paradigma: atteggiamenti operativi per il mediatore</b>	Pag. 126
<b>8. Storie di trasformazione: voci dalla mediazione quotidiana</b>	» 147
Conclusione <b>Risorgere come la fenice, per un futuro di amore e pace</b>	» 180
<b>Bibliografia</b>	» 183
<b>Ringraziamenti</b>	» 189