

CURARSI CON I LIBRI

Si può curare il cuore spezzato con Emily Brontë e il mal d'amore con Fenoglio, l'arroganza con Jane Austen e il mal di testa con Hemingway, l'impotenza con Il bell'Antonio di Vitaliano Brancati, i reumatismi con il Marcovaldo di Italo Calvino, o invece ci si può concedere un massaggio con Murakami e scoprire il romanzo perfetto per alleviare la solitudine o un forte tonico letterario per rinvigorire lo spirito. Questo suggeriscono le ricette di un libro di medicina molto speciale, un vero e proprio breviario di terapie romanzesche, antibiotici narrativi, medicamenti di carta e inchiostro, ideato e scritto da due argute e coltissime autrici inglesi e adattato per l'Italia da Fabio Stassi, autore de L'ultimo ballo di Charlot. Se letto nel momento giusto un romanzo può davvero cambiarci la vita, e questo prontuario è una celebrazione del potere curativo della letteratura di ogni tempo e paese, dai classici ai contemporanei, dai romanzi famosissimi ai libri più rari e di culto, di ogni genere e ambizione. Queste ricette per l'anima e il corpo, scritte con passione, autorevolezza ed elegante umorismo, propongono un libro e un autore a rimedio di ogni nostro malanno, che si tratti di raffreddore o influenza, di un dito del piede annerito da un calcio maldestro o di un severo caso di malinconia. Le prescrizioni raccontano le vicende e i personaggi di innumerevoli opere, svelano aneddoti, tratteggiano biografie di scrittori illustri e misconosciuti, in un invito ad amare la letteratura che ha la convinzione di poter curare con efficacia ogni nostro acciaccio. Non mancano consigli per guarire le idiosincrasie tipiche della lettura, come il sentirsi sopraffatti dal numero infinito di volumi che ci opprimono da ogni scaffale e libreria, o il vizio apparentemente insanabile di lasciare un romanzo a metà.

L'argomentazione chiave di questo particolare manuale di saggistica letteraria pone la biblioterapia al centro della tematica trattata, nell'intento di mostrare ai lettori come sia possibile curare (o perlomeno alleviare) diverse situazioni spiacevoli legate a patologie più o meno invalidanti dal punto di vista fisico e psicologico. Tra l'elenco di voci descritte sono presenti anche riferimenti ironici a situazioni quantomeno improbabili che

conferiscono una cornice divertente al quadro narrativo. In buona sostanza, ogni voce identifica una specifica condizione in cui una persona può trovarsi, che sia spiacevole o percepita come tale, offrendo come “rimedio” la lettura di libri i cui personaggi soffrono della medesima condizione del lettore, che viene così spinto a indentificarsi con loro, rispecchiandosi nelle loro vicende. Proprio da questa immedesimazione dovrebbe avvenire una sorta di processo cognitivo-riabilitativo che si propone di agevolare l’elaborazione emozionale del proprio malessere, in modo da accettarlo, vederlo sotto un’altra luce e, dove possibile, cercare una soluzione. IN **Curarsi con i libri** è presente anche una sezione dedicata ai “disturbi della lettura” che può andare dall’acquisto compulsivo di libri al fatto di lasciarne la lettura a metà. Anche in questo caso viene proposta una soluzione, ma approcciata diversamente rispetto al rimedio biblioterapico suggerito.

Tra gli aspetti positivi di **Curarsi con i libri** troviamo la continua esortazione ad avvicinarsi al mondo della lettura, uno dei principali punti cardine del suo contenuto. La vastità delle tematiche proposte consente di spaziare da un genere all’altro assecondando le proprie esigenze, dalla lettura più leggera alla lettura più impegnativa. Forse non sarà propriamente “terapeutico”, ma è senz’altro capace di accrescere esponenzialmente il desiderio di leggere, creando un’esperienza di arricchimento culturale di alto livello, con enormi benefici per quanto riguarda la capacità di pensare. Possiamo affermare che tra i punti di forza vi è il fatto di offrire diversi spunti di riflessione in grado di aprire la mente a nuove prospettive facendo leva sulle esperienze dei personaggi letterari citati, che possono essere usati come parametro di riferimento per affrontare in modo più costruttivo le molteplici situazioni vissute nella vita reale.