

## I LIBRI DELLA DOMENICA

# Un classico contro il disagio

Biblioterapia e piacere della lettura: ecco i "manuali" per praticarla e riscoprirlo

di ROBERTO CARNERO

L'attività della lettura può essere molte cose diverse: studio, ricerca, documentazione, piacere. Ma può anche essere una cura. Sì, una vera e propria terapia. Da tempo, infatti, medici e psicologi hanno escogitato - analogamente alla musicoterapia, alla cinematerapia... - la "biblioterapia": assegnare specifiche letture in relazione alle differenti condizioni di sofferenza o di disagio psichico.

Ne parla la scrittrice francese **Régine Detambel** nel suo saggio **"I libri si prendono cura di noi. Per una biblioterapia creativa"** (Ponte alle Grazie, pp. 140, euro 13,50).

«La biblioterapia - spiega l'autrice - è l'utilizzo di un insieme di letture scelte quali strumenti terapeutici in medicina e in psichiatria. E un mezzo per risolvere dei problemi personali mediante una lettura guidata. Disciplina a cavallo tra psicologia e letteratura, antropologia e ricerca interiore, la biblioterapia trova i propri fonda-

menti addirittura in Aristotele. Il filosofo greco, infatti, nella Poetica spiegava così il concetto di catarsi: con il linguaggio una persona può comunicare degli affetti a un'altra persona, influenzarla, convincerla, commuoverla; dalla parola dell'altro possono nascere pena, terrore, angoscia, gioia, entusiasmo. Per lui la tragedia permette di sperimentare questi sentimenti, insieme alla pietà e al timore, ma anche la purificazione che accompagna il vissuto di quegli stati d'animo.

«Proprio come la tragedia - scrive Régine Detambel - la lettura dà accesso alle stesse emozioni della vita vera». Inoltre «la comprensione di un racconto produce, pagina dopo pagina, nuove interpretazioni con le quali ricostruiamo il mondo che ci circonda. Così leggere propone nuove interpretazioni del mondo e, in qualche modo, cambia il mondo».

Tuttavia diversamente dall'approccio semplicistico del biblio-coaching tradizionale, che tende a proporre testi facili e didascalici, Régine Detambel preferisce puntare sui grandi classici

della letteratura, su quei capolavori immortali che, se presentano un certo grado di complessità, proprio in virtù di tale complessità sono in grado di restituire un'immagine autentica della realtà, non una versione edulcorata e banalizzata.

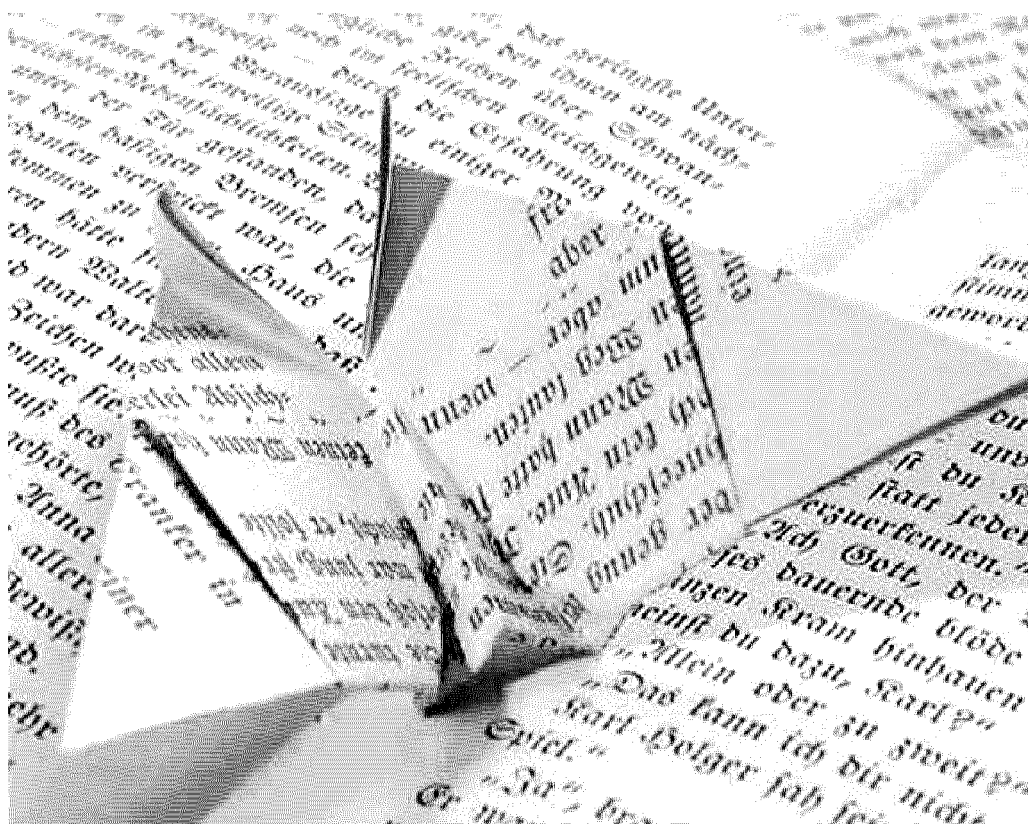
Ma leggere - dicevamo - dev'essere anche un piacere. Su questo specifico aspetto si sofferma **Thomas C. Foster** nel volume **"Dietro il romanzo. Come approfondire il piacere della lettura"** (Vallardi, pp. 368, euro 18,00). Il critico statunitense conduce per mano i lettori alla scoperta dei meccanismi narrativi più profondi, in particolare sul piano dei significati simbolici di certe situazioni narrative: il viaggio, la crescita, il banchetto, gli eventi atmosferici ecc.

Anche lui punta decisamente sui libri più impegnativi: «Esistono ovviamente anche storie di insperati bestseller che non smettono mai di vendere, così come di meteore che incendiano il cielo ma poi si spengono senza lasciare tracce. Ma sono le storie alla Moby o alla Gatsby che richiamano la

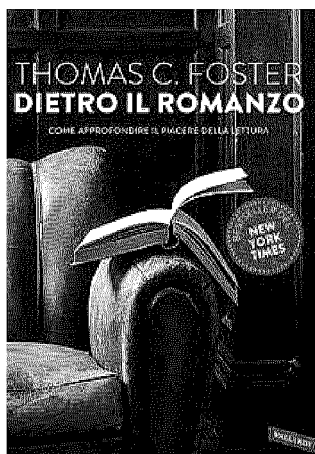
nostra attenzione. Se volete sapere cosa il mondo pensi di un autore e del suo lavoro, passate a controllare dopo duecento anni o giù di lì». Insomma, se siamo in dubbio su cosa leggere, scegliamo i libri vagliati dal tempo, giudice impietoso, forse l'unico veramente imparziale.

Eppure il piacere della lettura non è qualcosa di immediato, ma un obiettivo che si conquista anche attraverso lo studio e l'educazione del proprio gusto estetico a valori letterari definiti. Per avvicinarsi con un'adeguata consapevolezza alla gloriosa tradizione della narrativa occidentale consigliamo un recente libro di **Alfonso Berardinelli**, **"Discorso sul romanzo moderno. Da Cervantes al Novecento"** (Carrocci Editore, pp. 124, euro 13,00). L'autore offre una sintesi lucida e vivace della storia e dell'identità - formale, filosofica, morale - del genere romanzo, dal Don Chisciotte ai grandi capolavori del realismo ottocentesco, fino alla "rivoluzione copernicana" del romanzo del XX secolo.

©RIPRODUZIONE RISERVATA

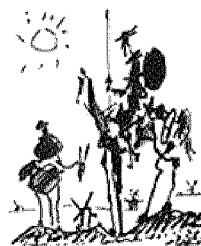


**“I libri si prendono cura di noi” di Régine Detambel (Ponte alle Grazie)**



**“Dietro il romanzo” di Thomas C. Foster (Vallardi)**

Alfonso Berardinelli  
**Discorso  
 sul romanzo  
 moderno**  
 Da Cervantes al Novecento



**“Discorso sul romanzo moderno” di Alfonso Berardinelli (Carocci)**

