

SFORBICIANDO

LA RISCOPERTA DELLA MELANCONIA, LA LOTTA CONTRO L'ANSIA QUOTIDIANA E IL POTERE DELLA «LAGNA»

QUEI LIBRI CHE CI AIUTANO A VIVERE MEGLIO



ALDO FORBICE

Ci sono dei libri curiosi che spesso sfuggono ai recensori dei giornali e quindi non vengono segnalati al pubblico dei lettori (purtroppo, sempre più ristretto). A volte si tratta di libri che possono aiutarci a vivere, a risolvere tanti problemi esistenziali. Quelli che vi proponiamo ne sono un piccolo esempio.

Contro la felicità è un saggio del professor Eric G. Wilson (docente alla Wake Forest University di Winston-Salem, North Carolina), pubblicato da Guanda. L'autore afferma che oggi tutti si dichiarano felici o aspirano ad esserlo perché ci nutriamo di una cultura che considera la soddisfazione un valore e la tristezza un disvalore da cancellare o da negare. In realtà, la melanconia va valorizzata perché è sempre feconda di visioni innovative. Wilson, attingendo a una vasta letteratura, afferma con Carl Gustav Jung, che la melanconia ha un profondo legame con la conoscenza. Infatti la persona triste, con l'introspezione tipica della sua indole, riesce a cogliere la complessità del cosmo in tutta la sua «bellezza terribile». Da Blake a Herman Melville, da Keats a Beethoven, da Goya a Van Gogh, da Virginia Woolf a Georgia O'Keeffe, Emily Dickinson sino ad arrivare a John Mitchell, Bruce Springsteen e John Len-

non. Citando questi e altri artisti, l'autore dimostra che la melanconia è una forza vitale, strettamente legata alla genialità.

Sullo stesso filone vogliamo collocare un saggio di Giampa-

olo Pernà, *Ansia* (Piemme). L'autore, nato negli Stati Uniti da padre italiano e madre giapponese, è uno dei massimi esperti mondiali dei disturbi dell'ansia, con oltre vent'anni di esperienza clinica. Sono milioni le persone che lottano

quotidianamente con l'ansia, una prigione da cui è difficile liberarsi, un tunnel tortuoso del quale, spesso, non si riesce a intravedere l'uscita. Questo libro di uno specialista ci aiuta a capire e a reagire: è possibile infatti superare le situazioni di ansia quotidiana. Ma anche quelli di ansia patologica. Non basta a volte la buona volontà; spesso è necessario l'aiuto degli esperti, sia con una terapia psicologica o farmacologica, per trovare la via d'uscita da uno dei disagi più diffusi del mondo moderno.

C'è un altro piccolo saggio particolarmente stimolante: lo ha scritto Julian Baggini (*Il potere della lagna*, Rizzoli), un giornalista-filosofo inglese. L'autore è una firma del *Guardian*, dell'*Independent* e dell'*Observer*. Il potere della lagna, afferma lo spiritoso autore, ha rimodellato interi sistemi politici, a cominciare da quello inglese:

la «Magna Charta» non fu forse concessa ai nobili dopo molte rimostranze contro il re? Baggini, tra storia e filosofia, ci guida in un percorso curioso, a volte

esilarante, illustrandoci una panoramica di lagne della storia e della cronaca: da quella «impossibile», cioè quando ce la prendiamo con qualcosa che non riusciamo a cambiare, a quella «contraddittoria» ovvero quando protestiamo per qualcosa che qualche tempo prima ci andava benissimo. Non vengono trascurate le lagne «conformiste» e paranoiche, quelle nostalgiche e buddiste. Ovviamente non potevano mancare le lagne italiane, quelle sì veramente creative.

Infine, due segnalazioni. La prima riguarda il saggio di Fabio Merlini *L'efficienza insignificante* (Dedalo). L'autore (insegnante Filosofia della morale all'Università dell'Insubria di Varese) analizza nel libro anche la cultura dell'effimero, l'iperattivismo sfrenato, la comunicazione senza contenuti. Un saggio rigoroso che rappresenta una disincantata riflessione sull'ideologia contemporanea e i suoi meccanismi di dissimulazione.

Il secondo saggio che proponiamo all'attenzione del lettore è molto divertente. Gli autori sono due scrittori-docenti che si occupano di viaggi. Nel libro *In viaggio con l'asino* (Guanda) hanno raccontato un avventuroso viaggio in Abruzzo, con i loro figli e due asini. Per raggiungere Celano da Tagliacozzo, in montagna, ci hanno impiegato una settimana (con l'autostrada poco meno di mezz'ora): un viaggio fatto di imprevisti, di rapporti difficili con gli asini e tra genitori e figli: esilarante, ma da queste pagine possono senza dubbio imparare molto sia i ragazzi che gli adulti.]

UN SAGGIO
STIGMATIZZA
L'IPERATTIVISMO
SFRENATO

UN VIAGGIO
CON L'ASINO
UTILE A GENITORI
E FIGLI