

# La medicina? Un buon libro

“Qualunque sia il vostro disturbo la nostra ricetta è semplice: un romanzo, o più d'uno, da leggere a intervalli regolari.

Alcuni porteranno a una completa guarigione, altri vi porteranno semplicemente conforto, dimostrando che non siete soli. Ma tutti alla fine offriranno un temporaneo sollievo dai sintomi grazie al potere di distrarre e di trasportare della letteratura...”.

Così spiegano Ella Berthoud e Susan Elderkin nel loro originale e piacevole prontuario, dal titolo “Curarsi con i libri”. Le due scrittrici si sono incontrate quando erano studentesse di letteratura inglese all'università di Cambridge, dove si prestavano romanzi a vicenda per tirarsi su. Insieme, nel 2008, hanno fondato un servizio di biblioterapia con la “School of Life” di Londra e da allora hanno continuato a prescrivere libri, di persona o virtualmente, a pazienti di tutto il mondo.

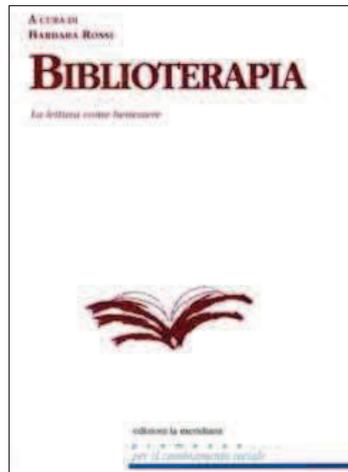
In “Curarsi con i libri” troviamo riassunti una parte di questi consigli che divengono una celebrazione

del potere curativo della letteratura di ogni tempo e di ogni Paese, dai classici ai contemporanei, dai romanzi famosi ai libri di culto o a quelli più rari. I titoli suggeriti, uniti a un riassunto della trama molto incisivo e a un commento venato di elegante humor, si basano sulla loro esperienza.

Le autrici spiegano che a volte è la storia che affascina, a volte il ritmo della prosa che lavora sulla psiche, calmandola o stimolandola, altre volte un pensiero o un atteggiamento suggeriti da un personaggio che si trova invischiato in un dilemma simile a quello del lettore. In qualsiasi caso i romanzi hanno il potere di trasportarci in un'altra esistenza e di farci guardare il mondo da un altro punto di vista. Oltre alle cure, le autrici offrono consulenza su particolari disturbi della lettura, oppure segnalano i migliori libri da leggere per ogni decennio di vita e quelli per ciascun rito di passaggio. Queste ricette, scritte con passione, propongono un libro e un autore a rimedio di malanni tra i più differenti, che si tratti di un'emicrania, di

*Il potere curativo della letteratura di ogni tempo e di ogni Paese, dai classici ai moderni, dai romanzi famosi ai libri di culto o a quelli più rari*

balbuzie, di agorafobia e anche ... di reumatismi! Ma la letteratura come medicina non è una novità: già Aristotele credeva avesse effetti di guarigione e i Romani riconobbero una relazione tra lettura e aiuto nelle malattie. Nel 1937 lo psichiatra Menninger coniò il termine biblioterapia. Questa metodica venne usata nella clinica dove lavorava per il trattamento della malattia mentale e, in seguito,



altri medici consigliarono libri per le difficoltà emotive. Recentemente la rivista Science ha pubblicato una ricerca dello psicologo italiano Emanuele Castano. È risultato che il romanzo letterario può rappresentare una specie di allenamento alla comprensione delle emozioni e dei pensieri degli altri. La casa editrice La Meridiana ha pubblicato “Biblioterapia. La lettura come be-

nessere”, curato dalla dottoressa Barbara Rossi. Qui sono raccolti molti contributi sull'argomento che chiariscono i significati della biblioterapia. Il termine assume vari significati; tra i tanti indica l'utilizzo della lettura come modalità di crescita personale, ma anche l'utilizzo di libri come strumento terapeutico... a dimostrazione del fatto che, anche attraverso la lettura di un romanzo, è pos-

sibile trovare e costruire il proprio equilibrio.

Francesca Barzi

Ella Berthoud e Susan Elderkin, **Curarsi con i libri. Rimedi letterari per ogni malanno**, Sellerio editore, 2013, pag. 637, euro 18. A cura di Barbara Rossi, **Biblioterapia. La lettura come benessere**, edizioni La Meridiana, 2009, pag. 120, euro 15.



## TEOLOGIA DIALOGO RICERCA

## FACOLTÀ TEOLOGICA DEL TRIVENETO

- Laurea in Teologia
- Specializzazione in - Teologia pastorale - Teologia spirituale
- Dottorato in Teologia

- Laurea in Scienze religiose
- Laurea magistrale in Scienze religiose

*Sedi a Treviso  
e nelle principali città del Nordest*

**Anno accademico 2014-2015  
Iscrizioni aperte da maggio a fine settembre.**

Segreteria: Via del Seminario, 7 - 35122 Padova  
tel 049 664116 - segreteria@ftr.it

visita il sito [www.ftr.it](http://www.ftr.it)

## Nel dramma dei profughi. Ascoltarli è segno di giustizia

Tutte legate da un unico filo per ridare una speranza a chi da tempo non vede più garantito il minimo della vita. Per dimostrare che l'animale uomo ha ancora fede nel suo simile, per fronteggiare un'emergenza senza fine. Soprattutto per dare un senso al nostro chiamarci cristiani.

A pochi giorni dall'arrivo di altri disperati sulle estreme coste italiane, le dodici storie “per diradare la nebbia dell'incoscienza”, per aprirsi finalmente all'altro, senza alibi, senza la maschera dell'ipocrisia che ci propone “Il Sole non dimentica nessun villaggio” a cura di Roberto Camillotti della Caritas Vittorio Veneto, Kellermann Editore, euro 13, ci dicono che la parabola del buon samaritano non è mai passata d'attualità.

Il sole brilla alto nel cielo e non è patrimonio di nessuno. Come il diritto alla dignità, al rispetto che ci connota come persone. Le dodici storie che - è la scommessa di chi le ha raccolte - “ci conducono per mano alla scoperta dell'altro”, ci aiutano a leggere con più realismo tra le pieghe di un dramma quasi inarrestabile, quello di un sud del mondo che continua a spostarsi verso nord, come questo fosse una novella terra promessa.

Dodici storie per dare un volto a migranti senza nome e senza volto, per dar voce a chi con la disperazione ha convissuto fino a ieri, a chi ha tentato di disperdere nelle onde profonde, spesso minacciose, del mare che hanno attraversato, già abituato a raccogliere gemiti di dolore e sospiri di speranza di giovani donne, di ragazzi, di uomini che un futuro, il loro futuro, vogliono costruirselo là dove la dignità ha un senso e la libertà è ancora il valore primo dell'uomo.

Sabrina, Abdollai, Johanson, Samuel e poi Dzibi, Emmanuel, Yakubu, con Precious, Safi, Mahammed, per finire con ... il piccolo viaggiatore senegalese, sono partiti da terre lontane: chi dal Senegal, chi dalla Costa d'Avorio, chi dal Niger, chi dalla Libia... Hanno attraversato dune desertiche, brulle montagne, campi assetati, villaggi di miseria. Hanno lasciato i loro vecchi, le loro storie. Hanno, soprattutto, detto addio, a centinaia di disperati, come loro naufraghi in un mare azzurro,

ma che sa vestirsi di morte, per riposare poi, per sempre, nei piccoli sperduti cimiteri delle estreme isole della nostra terra. Loro la speranza non l'hanno mai incontrata: l'hanno soltanto sognato nelle lunghe notti africane, mentre pianificavano il disperato viaggio o l'hanno letta nelle stelle che hanno accompagnato il breve tratto di mare che li separava dalla ... vita.

Questi profughi che bussano alla nostra porta, che interrogano la nostra coscienza sono, si voglia o meno, nostri fratelli. Chiedono aiuto. Domandano dignità. Invocano accoglienza: concedergliela, scriveva qualche settimana fa sul nostro settimanale, don Davide Schiavon, direttore della Caritas Tarvisiana, “non è solo un nostro dovere, ma parte costitutiva della nostra verità, un segno di giustizia che anticipa «cieli nuovi e terra nuova»...”.

“Non più noi e loro, ma soltanto umanamente noi”, precisa Duccio Demetrio, docente all'Università Milano Bicocca nella bella prefazione che accompagna il volume della Caritas vittoriese. Una reciproca, una preziosa integrazione tra popoli, mediati dall'incontro, dalla solidarietà e dal rispetto per l'uomo per far nascere quella che anni fa qualche sociologo chiamava “società degli individui”.

“Quando ci incontriamo gli uni con gli altri - continua Demetrio -, per salvare una storia dall'oblio, per divulgarla soprattutto quando denunci sofferenze, soprissi, ... l'evento si iscrive gioco forza in un processo di carattere interculturale”.

Oggi questi profughi sono qui con noi. In alto vedono lo stesso sole che scalda le nostre città e i nostri campi, che continua ad illuminare i villaggi lontani che hanno lasciato. Quanto tempo resteranno, dove andranno, dove daranno definitivamente corpo ai loro desideri non lo sappiamo. Forse non vedremo mai più i loro volti segnati dalla sofferenza, ma avremo la consapevolezza di aver tentato d'essere stati coerenti a quell'ama il prossimo tuo come te stesso”, che è poi il secondo comandamento su cui poggia o dovrebbe poggiare il nostro chiamarci fratelli.

Mario Cutuli