

I libri che fanno la felicità



di Francesca Radaelli

“I libri che fanno la felicità”. La promessa è di quelle difficili da mantenere. E il titolo di questo libro, uscito l’anno scorso (editore Vallardi), è di quelli che attirano l’attenzione. Dopotutto non sono poche le persone a cui è capitato di cercare la felicità tra le pagine di un libro. Che sia questo quello giusto?

L’autrice, **Rachele Bindi**, è una psicoterapeuta, che promuove la cosiddetta **‘libroterapia’**. Ossia un tipo di psicoterapia che passa attraverso la lettura. Ma anche, per i profani, un nuovo modo di leggere, un metodo di lettura che tutti possono praticare.

“Spesso leggiamo senza troppi pensieri, lasciando che la storia scorra e ci trasporti, arrivando alla fine del romanzo senza alcuna partecipazione cosciente al processo”, scrive Rachele Bindi. “La lettura libroterapia presuppone invece un impegno consapevole da parte del lettore, perché gli si chiede di interrogarsi sul significato profondo della storia, riflettendo quindi su se stesso”.

Il libro propone una serie di esercizi da compiere sul cammino verso la felicità, per ciascuno dei quali l’autrice indica i romanzi ‘consigliati’. Si potrà così imparare a rallentare con *La signora Dalloway* di Virginia Woolf o *l’Ulisse* di Joyce, imparare ad apprezzare la solitudine con *Quel che resta del giorno* di Kazuo Ishiguro, imparare ad affrontare le paure con *It* di Stephen King, e così via.

Non ci sono solo i grandi classici della letteratura tra le 135 letture ‘libroterapiche’ consigliate da Rachele Bindi. I consigli spaziano anche tra bestseller apparentemente poco letterari come *Open*, la biografia di André Agassi, o opere di autori contemporanei poco conosciuti.

È un libro che, quindi, può essere letto anche come un serbatoio di spunti per arricchire la propria ‘reading list’, per usare una parola e un concetto cari all’autrice: la lista dei libri che ci si ripromette di leggere.

Insomma, magari non farà la felicità, ma è sicuramente un libro consigliato a chi è in cerca di idee per ampliare i propri orizzonti di lettura, per scoprire nuovi autori e nuove storie. E magari anche qualcosa di nuovo su se stesso.