

Data: 09.02.2023 Pag.: 14  
 Size: 298 cm2 AVE: € 67050.00  
 Tiratura:  
 Diffusione:  
 Lettori:



## LIBRI



**Narrare  
humanum est**  
 Autori vari  
 Utet  
 Pagine 144  
 Euro 15,00

## I racconti sono struttura portante della nostra vita

**L**e parole siamo noi. Nel senso proprio che storie, racconti, dialoghi sono la struttura portante della nostra personalità e della nostra vita. Dal biblico «in principio fu il verbo» alla psicoanalisi che del dialogo ha fatto terapia, l'esistenza umana non ha mai potuto fare a meno di riflettersi nello specchio della parola. In questo saggio sette studiosi analizzano la potenza delle parole attraverso gli strumenti dell'antropologia, della critica letteraria e della psicologia. La psicologa e pedagogista Silvia Vegetti Finzi ricorda il valore educativo delle fiabe che trasportano i bambini in un mondo incantato e li aiutano ad affrontare incubi e paure. Uno schema narrativo sempre identico da millenni, ma che si rivela utile ad affrontare anche angosce contemporanee, come abbiamo visto negli anni della pandemia. L'immaginazione ha una forza creatrice che supera il tempo e lo spazio, come dimostrano i classici della narrazione. Ed è affidato al dialogo il lavoro sulla ferita psichica del paziente che porta alla cura e alla cicatrizzazione, come riflette lo psicoanalista Luigi Zoja. Il racconto è l'azione che distingue «l'animale uomo», poggia sulla capacità di astrazione e immaginazione e nel tempo e nelle diverse culture si è espresso anche attraverso immagini e simboli. Ma se le narrazioni, o lo storytelling come si usa dire, ci attraggono tanto in qualunque forma è anche perché intuiamo che sono il modo con cui possiamo comprendere il mondo e le nostre emozioni.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## LIBRI



**Luci e ombre  
della solitudine**  
 Barbarossa,  
 Gianelli, Fontana  
 Mimesis  
 P.128;E12,00

## Essere soli è diverso dall'essere isolati

**D**i solitudine (e soprattutto delle strategie per evitarla) si parla spesso senza rendersi conto che di questo stato dell'essere si conosce ben poco. La moderna società occidentale tende a considerare l'individuo in relazione alla collettività, e quindi a definire problematica la condizione di chi non rientra in quest'ottica. In questo modo tuttavia si confonde la solitudine con l'isolamento, due situazioni ben diverse: infatti molte persone si sentono sole anche se oggettivamente non lo sono e al contrario altre percepiscono questo stato come desiderabile e ne apprezzano la conseguente libertà. Il senso di solitudine è simbolicamente collegato alla paura dell'abbandono e della separazione sperimentati già nell'infanzia, e già questo ne spiega la connotazione negativa. La psicoanalista Manuela Barbarossa, con lo psichiatra Alberto Giannelli e la psicoterapeuta Mariafrancesca Fontana Sartorio analizzano i diversi aspetti della solitudine mettendone in luce le potenzialità (nella storia ampiamente dimostrate da artisti e creativi) e gli elementi patologici e di sofferenza. Uno spunto di riflessione poi viene dal sonno, l'unico momento in cui nel nostro mondo iperconnesso si è davvero soli, ed è proprio questa fase di isolamento e silenzio che rende possibile l'attività onirica così importante per l'equilibrio mentale. Vista in una prospettiva globale l'esperienza interiore della solitudine diventa parte del percorso esistenziale, comprenderne il significato e non temerla aiuta anche nei rapporti con gli altri.

© RIPRODUZIONE RISERVATA