

PICCOLA GUIDA LETTERARIA PER GIORNI DISPARI

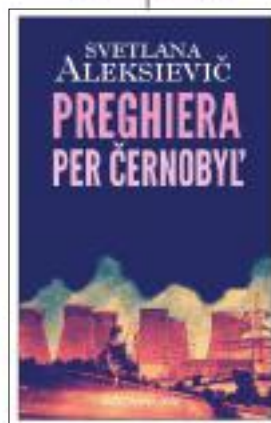
Non c'è niente da fare: in mezzo a due giorni pari ce n'è sempre uno dispari, quello in cui va tutto storto. Come in mezzo a due gioie si annida un dolore e a ogni inspiro segue un espiro. È il ritmo della vita: salite ripide e piani su cui tirare il fiato. Si tratta solo di vedere il disegno intero, di cambiare atteggiamento e umore per poter cogliere l'opportunità che si cela dentro ogni difficoltà. Non sono dispetti dell'Olimpo: è che il vecchio si sta crepando per fare uscire dal guscio il nuovo. Affrontiamolo così l'anno che viene: pensando che le avversità sono le buone notizie di un cambiamento che sta arrivando. E allora è molto importante stare concentrati in questi passaggi, per esempio sfogliando un libro che ci ispiri e ci traghetti verso orizzonti diversi. Qui i nostri consigli per sopravvivere intanto alle feste, ai capi ufficio, agli amori stanchi e alle vecchie zie. Con contorno di musica e immagini

di Giulia Calligaro

LIBRI SOTTO L'ALBERO

AL BANDO LA RABBIA

Tensioni via email, guerre fredde con il capo, retrocessione allo spirito della foresta tra colleghi ambiziosi. Non sta crollando il mondo, sta crollando l'individuo, il clima lo descrive al meglio Michele Serra in *Ognuno potrebbe* (Feltrinelli): appunti irritati dall'universo dell'ego e dei social. Allargate lo zoom su visioni grandi: *Pregghiera per Černobyl'* del Premio Nobel Svetlana Aleksievic (e/o), ricostruzione di sentimenti più che di avvenimenti, ve ne dà la misura. Rincarare la dose Claudio Magris con *Non luogo a procedere* (Garzanti), epos visionario e indistinto tra la vita e la guerra, da snidare, quest'ultima, dentro ognuno di noi. *Gli ultimi giorni dei nostri padri* (Bompiani) primo romanzo di Joël Dicker (*Il caso Harry Quebert*) è ambientato tra i servizi segreti della Londra del 1940. In versione più stralunata e sconfinata, stessa panoramica per *Il sole al guinzaglio* di Wu Ming (Einaudi). Un balsamo pacificatore lo troverete in *La strana biblioteca* di Murakami Haruki (Einaudi), fiaba immaginifica sul potere della lettura contro l'infelicità. Una storia piccola e sincera è *La questione più che altro*, esordio di Ginevra Lambertini (Nottetempo), racconto di una giovane provinciale che prende il treno per un futuro che non parte mai. Se vi è rimasta dell'acredine, non sfogatela in cattivi umori, ma con un giallo di razza come *Teoria delle ombre* di Paolo Maurensig (Adelphi), un giallo familiare come *Tempesta di neve e profumo di mandorle* di Camilla Läckberg (Marsilio) o uno poetico e surreale come *Buchi nella sabbia* di Marco Malvaldi (Sellerio). Da provare l'esperienza di *Il dono del silenzio* del maestro buddista Thich Nhat Hanh (Garzanti).



Per accompagnare

Mille volte ancora di Max Gazzé (dall'album *Maximilian*) dà il mood di un'epoca e dei suoi sbagli ciclici. Se urge un cambiamento alzate il volume su *La rivoluzione sta arrivando* dei Negramaro, e fate un viaggio caldo di impegno con *Tu ci sei* degli Ondanomala. Sul grande schermo, riguardate i veri disobbedienti con *Accattone* di Pasolini. E poi godetevi il panorama della vita dall'alto con *Un piccione seduto su un ramo riflette sull'esistenza* di Roy Andersson.

Consiglio zen

Coltivate un sogno che vi renda felici. Avere un sogno vi permette di puntare alla sua realizzazione. Non importa che sia modesto o strabiliante: immaginatevi dentro quel sogno già realizzato. Il percorso si illuminerà da solo.

(*Consigli zen tratti dal libro Lezioni del Buddha per raggiungere la felicità in 3 mesi di Nansen Osbo, Vallardi*).

LIBRI SOTTO L'ALBERO

CUORI MATTI

La crisi globale è una grande malattia del cuore. Da qui, dunque, si può iniziare a curare il futuro: scegliendo la sincerità del sentire. Così accade in *Prometto di sbagliare* di Pedro Chagas Freitas (Garzanti), storia di un cuore spezzato che ritrova la sua metà e prova a rischiare la felicità. Per chi indugiasse su più frequenze, lo specchio perfetto lo offre Diego de Silva in *Terapia di coppia per amanti* (Einaudi) e, in caso di un'urgenza di passione, Erica Jong con *Donna felicemente sposata cerca uomo felicemente sposato* (Bompiani). Messaggio: siamo in grado di lasciar andare il passato? Se invece la storia della gelosia devastante di un marito e l'amore di una figlia vi ispira, non perdetevi *Lo spazio del tempo* di Jeanette Winterson, libro che rilegge *Il racconto d'inverno* di Shakespeare (Rizzoli): si impara che il nemico è il miglior complice di una rinascita. Un'amicizia particolare, tra una donna e un adolescente, è poi protagonista di *Chirù* di Michela Murgia (Einaudi) per indagare i segreti dell'inconscio. *Febbre all'alba*, commovente racconto di Péter Gárdos (Bompiani), insegna invece a sperare quando la speranza è finita. E se proprio non digerite quell'amica cui vanno tutte dritte, ripassate con *La ragazza più fortunata del mondo* di Jessica Knoll (Rizzoli) che dietro le belle apparenze ci sono sempre profonde ferite. Raffaele Morelli ci insegna allora con metodo che *Nessuna ferita è per sempre* (Mondadori), a questo punto andiamo dirette al futuro con *L'oroscopo* più in voga del momento: quello di Simon & the Stars (Vallardi).



Per accompagnare

In caso di pene del cuore, mettete in loop *Che cosa sono le nuvole* (Domenico Modugno, testo di Pasolini). Se i travasi d'amore sono più rock, è perfetto *Hitalia* di Gianna Nannini, che reinterpreta e graffia grandi successi nazionali. *Simili* di Laura Pausini accontenta tutte le amanti del lieto fine, Bob Dylan con *Shadows in the night* è per chi cerca un finale a sorpresa. Per le sere solitarie ritrovate la serie *Downton Abbey*, se siete in coppia, invece, l'intramontabile *Love actually* di Richard Curtis, in vena di arte e libertà *Frida* di Julie Taymor.

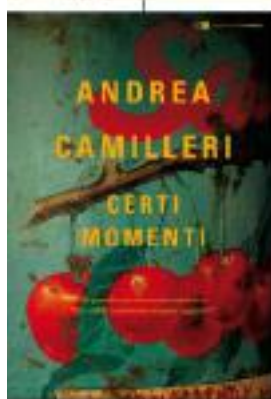
Consiglio zen

Create un quaderno di parole amorevoli e di parole che potete adoperare per lodarvi. Non appena ve ne viene in mente una che vi rende felice, scrivetela! Leggetevele poi ad alta voce ogni mattina.

LIBRI SOTTO L'ALBERO

(DIS)LESSICO FAMILIARE

Le feste sono un bilancio. Si rivedono amici e zie uscite dagli album di foto, si producono parole di circostanza e propositi di novità. Il concerto della grande commedia umana e familiare, qui in salsa irlandese, è suonato a perfezione in *Eureka street* di Robert McLiam Wilson (Fazi), mentre *Capodanno da mia madre* di Alejandro Palomas (Neri Pozza) ne descrive la tragicommedia, e ancora *Storie di cattivo gusto* (Cairo) di Giovanni Raspini e Francesco Rossi ne ritrae cinicamente gadget e corredi. Per comprendere meglio che dietro ognuno c'è una storia da accogliere non da giudicare, immergetevi nel racconto di Andrea Camilleri che dice di sé in *Certi momenti* (Chiarelettere) o in quello delicato e intimo di *Non dirlo ad Alfred* di Nancy Mitford (Adelphi). E poi entrate dentro sentimenti sottili, come quelli descritti in *La bambina e il sognatore* di Dacia Maraini (Rizzoli), storia di una paternità negata, di una bambina che appare e di una che non c'è più, o quelli di *Un attimo prima della felicità* di Agnès Ledig (Mondadori), che insegna come il destino ami tenderci la mano quando non lo aspettiamo più. Da leggere anche con i figli, *La notte di Natale* di Selma Lagerlöf (Iperborea), che offre storie non ortodosse di un sacro che ci riguarda; con quadrupedi davanti al camino: *Storia di un cane che insegnò a un bambino la fedeltà* di Luis Sepúlveda (Guanda), o *Woody* di Federico Baccamo (Giunti). Indispensabile, infine, sarà *Kakebo. Il libro dei conti di casa 2016* (Vallardi), strumento di risparmio infallibilmente giapponese.



Per accompagnare

Incanto di Andrea Bocelli ipnotizza anche le vecchie zie. De Gregori che canta Bob Dylan in *Amore e furto* è perfetto per un aperitivo con gli amici, *Delirium* di Ellie Goulding è invece il rimedio per i momenti in cui avete proprio bisogno di stare sole. Sullo schermo, dopo i cenoni, l'epopea di *Gandhi* di Richard Attenborough riequilibra i chakra, *Youth* di Paolo Sorrentino vi ridà la giusta distanza da certi eccessi, *Mia madre* di Nanni Moretti, con una grande Giulia Lazzarini, è per versare lacrime d'amore filiale.

Consiglio zen

Non cercate le cause ma la soluzione. Quando si indagano le cause, si tende a confrontarsi con l'interlocutore, ma solo quando si cerca una soluzione si riesce a mettersi nei suoi panni.

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

LIBRI SOTTO L'ALBERO

TENTAZIONI DI FUGA

A volte è indispensabile diventare osservatori della propria vita, partire, mandarsi una cartolina da lontano. Una meta per queste feste potrebbe allora essere New York nel racconto di grandi scrittori come Francis Scott Fitzgerald o Truman Capote. Oppure un viaggio nei vocaboli intraducibili dei luoghi: alcuni raccolti in *Lost in translation* di Ella Frances Sanders (Marcos y Marcos). Quel che fa uscire dall'area comfort è sempre la ricerca dell'ignoto, così si dice in *Una storia naturale della curiosità* di Alberto Manguel (Feltrinelli). Viaggi esotici, soprattutto per la visionarietà poetica, li offre poi il premio Nobel Derek Walcott in *Egrette bianche* (Adelphi) e Kurt Vonnegut propone un'isola da cui ripartire in *Galapagos* (Bompiani). Appena ristampato per i 40 anni dalla scomparsa è da non perdere *Un paese di temporali e di primule*, giovinezza friulana, piena di incanti e speranze di Pier Paolo Pasolini (a cura di Nico Naldini, Guanda); mentre *Geografia commossa dell'Italia interna* di Franco Arminio (BrunoMondadori) è un bel viaggio che parte dall'anima e conduce al profumo dell'erba. Voglia di vacanze slow con *In cammino con Stevenson. Viaggio nelle Cévennes* di Tino Franza (Exòrma). E, per riscoprire le bellezze di casa nostra, *San Pietro. Segreti e meraviglie in un racconto lungo duemila anni* di Alberto Angela (Rizzoli). Elena Sacco offre poi una via di fuga con *Siamo liberi!* (Chiarelettere), autobiografia di sette anni vissuti in barca a vela. Ma il vero viaggio, si sa, è dentro di noi: ci guida, fino all'empatia e alla compassione su cui fondare un futuro pacifico, il Dalai Lama con *Il mio appello al mondo* (Garzanti).



Per accompagnare

La cantante somalo-italiana Saba Anglana con *The belly of the city* canta dalla pancia del presente, per viaggiare tra migrazioni e decrescita. *Anthology-Le nostre anime* di Franco Battiato ripercorre grandi successi e pensieri profondi; per iniziare la rivoluzione della vita: *Giovanna d'Arco* di Giuseppe Verdi, con Anna Netrebko, edizioni Deutsche Grammophon. Sul grande schermo pensate e illuminatevi con *Samsara* di Pan Nalin, fotografie dall'Himalaya da conservare per sempre. Fate un giro di fantasia con *Il racconto dei racconti* di Matteo Garrone ispirato a Basile.

Consiglio zen

Lasciatevi alle spalle i piccoli desideri ma abbiatevene di grandi. Un desiderio piccolo è dettato dall'egoismo, un desiderio grande è quello di chi vuole offrire il proprio contributo al mondo.

IO DONNA

SCEGLI E SEGNA I TUOI LIBRI SUL BLOG LIBRI DI IODONNA.IT

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato