



Ella Berthoud, Susan Elderkin

Curarsi con i libri. Rimedi letterari per ogni malanno

“Qualunque sia il vostro disturbo, la nostra ricetta è semplice: un romanzo (o due), da prendere a intervalli regolari”.

Un appassionante dizionario di romanzi e scrittori dalle singolari virtù terapeutiche, un sorprendente manuale di letteratura per chi ama scovare nuove opere e autori.

**DISTURBI DELLA LETTURA: Faccende di casa, essere distratti dalle
CURA: curare un angolo per la lettura**

Se non è un pasto da cucinare, è l'aspirapolvere che va passato. E quando l'avete passato, c'è il bagno da pulire, c'è il frigo da riordinare. E se il frigorifero è stato riordinato, è arrivato il momento di fare la spesa. Al ritorno, ci sono i panni da lavare, i letti da rifare, la macchina da portare a lavare, il giardino, la raccolta differenziata e la miriade di altre faccende che richiede una casa. C'è speranza per chi sogna di passare un'oretta insieme a un libro? Create un angolo per la lettura, meglio se accogliente – uno spazio dove si fa solo questo, dove si va apposta per leggere. Scegliete un angolo appartato della vostra casa o del giardino – una nicchia, lo studio, il capanno degli attrezzi o dietro le tende, seduti nel bovindo, dove nessuno vi troverà - . La cosa importante è che dal vostro rifugio non si veda nulla che possa richiedere attenzione..

Trasformate il vostro angolo in un luogo caldo e invitante. Se amate rannicchiarvi sul pavimento, metteteci un bel tappeto morbido e copritelo di cuscini. Se preferiti stare sdraiati, regalatevi un'elegante chaise longue. Vi servirà una buona luce, una coperta, calzini o ciabatte, e una superficie piana su cui lasciare alcuni libri, il vostro diario di lettura, una matita e una tazza di tè. Procuratevi anche dei tappi per le orecchie e un paio di cuffie per gli audiolibri. Lasciate un cartello all'ingresso del vostro angolo per dissuadere, con gentilezza, gli altri dal venirvi a trovare – a meno che non vogliano nascondersi insieme a voi per leggere. Una volta al sicuro, dimenticate le faccende. Prendetevi la vostra ora da passare con il vostro libro. Con un po' di fortuna, qualcuno potrebbe accorgersene e fare le faccende al posto vostro. (p.132 -133)