

Torniamo padroni delle nostre emozioni, per vivere meglio

Da sempre le dinamiche emotive sono state al centro dell'attenzione di artisti, filosofi e uomini di fede. Gli scienziati, dal canto loro, hanno troppo spesso coltivato l'illusione di un sapere puramente razionale e oggettivo, non contaminato da passioni e sentimenti, sulla base del mito che considera i processi cognitivi come «superiori» al mondo delle emozioni. Da una prospettiva costruttivista e strategica, l'autore intende sfatare questa visione, rifiutando qualunque biologismo che intenda ridurre le emozioni a pure reazioni elettrochimiche, così come il tentativo di analizzarle con strumenti quantitativi e statistici o di «vederle» tramite le moderne tecnologie di *neuroimaging* utilizzate dalle neuroscienze. Lo studio delle emozioni, al contrario, è un'esplorazione della complessità del reale e dell'interazione psicologica fra noi e il mondo. Quando paura e dolore, rabbia e piacere assumono forme disfunzionali o limitano le nostre prestazioni, Nardone propone un approccio terapeutico di tipo strategico e orientato al cambiamento. È necessario prima «domare» le emozioni per poi riconoscerle, trasformando i limiti in risorse estremamente potenti, costruendo un'alleanza tra intelligenza e istinto, ragione e sentimento, calcolo ed emozione.



► **Giorgio Nardone**, allievo di Paul Watzlawick, ha alle spalle oltre trent'anni di attività terapeutica. Ha fondato e dirige il Centro di Terapia Strategica di Arezzo che ha affiliati in tutto il mondo. I suoi libri sono pubblicati da Ponte alle Grazie.

Un esordio originale e vigoroso

31 dicembre 2011. L'ingegner De Stefano e sua moglie – per il mondo che li circonda una coppia ideale: belli, benestanti, di successo – sono sull'orlo della rottura ma non riescono a confessarlo ai genitori di lei e come ogni anno passano San Silvestro in loro compagnia. Emanuele, il figlio amatissimo e unico, sembra aver quasi superato la sua dislessia e avviarsi verso una vita finalmente felice. La Bioambiente, azienda romana specializzata in energie rinnovabili in cui De Stefano si accinge a ricevere un'agognata promozione, pare vivere un momento florido, e l'amicizia con il collega Moses, geniale ecologista italoamericano, può forse fornire una sponda al suo disordinato bisogno di cambiamento. Ma l'anno che sta per arrivare passerà sulle loro vite come un turbine, ne spezzerà ogni certezza e li cambierà tutti, per sempre. Il primo romanzo di Luccone – grazie a uno stile inedito, dalla tessitura sapiente, all'uso incalzante e originale dei dialoghi, a un congegno narrativo che nel finale svela il suo magistrale equilibrio – tiene assieme i temi del disagio privato, la decadenza di un'intera classe, il grande sfondo di una Natura che pare ribellarsi alle nostre insolenze e mostra tutta la sua impietosa potenza.

DICONO DI LUI

«Quando traduci e curi molto bene i romanzi degli altri, e lo fai per vent'anni, dentro di te dev'esserci per forza un bravo romanziere. Luccone lo ha trovato, e lo ha tirato fuori.»

Sandro Veronesi



► **Leonardo G. Luccone** vive e lavora a Roma. Ha tradotto e curato volumi di scrittori angloamericani come John Cheever e F. Scott Fitzgerald. Il suo ultimo libro, *Questione di virgole*, ha vinto il premio Giancarlo Dosi per la divulgazione scientifica. *La casa mangia le parole* è il suo esordio nella narrativa.