Settimanale
15-03-2026
Pagina 13
Foglio 1

CORRIERE DELLA SERA
laLettura

Viva Liala!

di Roberta Scorranese

Ammorbidirsi intorno al dolore

«Cerchiamo solo di stare completamente con il dolore, di ammorbidirci intorno ad esso e osservare che cosa succede». Se volete parole che somiglino a un unguento curativo, leggete Pema Chodron, monaca buddhista americana di tradizione tibetana, che trova sempre l'espressione giusta. Ne *La libertà illimitata del tonglen. Come sfuggire alla ferocia della mente* (traduzione di Chandra Candiani, Ubiliber, pp. 144, € 18), ci si ritrova.