Quotidiano
13-08-2022
Pagina 32
Foglio 1

Raffaello Cortina Editore

TUTTOSPORT

Tiratura: 64.653
Diffusione: 22.693

www.ecostampa.it

TOP 5 ASSOLUTA

1 SEROTONINA
Michel Houellebecq
La nave di Teseo

2 IL CASO ALASKA SANDERS
Joel Dicker
La nave di Teseo

3. SPATRIATI
Mario Desiati
Einaudi

4 IL ROSMARINO NON CAPISCE L'INVERNO
Matteo Bussola
Einaudi

5. LA COSTANZA È UN'ECCEZIONE
Alessia Gazzola
Longanesi

TOP 5 SPORT

1 CODICE JURY
Jury Chechi
Longanesi

2 THE FIGHT
Norman Mailer
La nave di Teseo

3 NON DIRE GATTO
Giovanni Trapattoni con Bruno Longhi
Rizzoli

4 L'ULTIMO RIGORE DI FARUK
Gigi Riva
Sellerio

5 BORN TO RUN
Cristopher McDougall
Mondadori

Fonte: Ibs

IL LIBRO DI DAVID LE BRETON

Verso la felicità forse si va a piedi

Sebbene le nostre società sembrino privilegiare l'esercizio sportivo in luoghi chiusi, la pratica del camminare ha raggiunto un successo planetario. Per un camminatore, questa passione incarna significati multipli: la voglia di spezzare uno stile di vita routinario, di riempire le ore di scoperte, di sospendere le seccature quotidiane. DavidLe Breton in "La vita a piedi. Una pratica della felicità" (Raffaello Cortina, 218 pagine, 14 euro) intraprendere un cammino risponde a un desiderio di rinnovamento, di avventura, di incontro e sollecita sempre tre dimensioni del tempo: prima lo si sogna, poi lo si fa, infine lo si ricorda e lo si racconta. Anche dopo averlo percorso, un cammino si prolunga nella memoria e nelle narrazioni che di esso si offrono, vive in noi e viene condiviso con gli altri. In questo libro intelligente e stimolante, l'autore svela il piacere e il significato del camminare, esaltandone le virtù terapeutiche per contrastare la fatica di vivere in un mondo sempre più tecnologico.

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

005345