

## Libri, 'Grazie al cielo, alt paura aereo

Colasanti e Sorrentino, volo e viaggio, ansie restano a terra



- Redazione ANSA - ROMA

20 febbraio 2018 13:22 - NEWS

(ANSA) - ROMA, 20 FEB - Imparare a volare. O imparare a tornare a volare. Un italiano su due ha quantomeno perplessità sul volo ed una parte consistente ha proprio paura di prendere l'aereo. Vania Colasanti, giornalista, scrittrice e autrice tv, deve questa sua fobia, ora superata, ad un traumatico atterraggio di emergenza. Il suo libro ("Grazie al cielo", Sonzogno, 15 euro), in uscita il 22 febbraio e scritto con il neurologo e divulgatore scientifico Rosario Sorrentino che l'ha guidata nel "riprendere il volo", non è destinato solo a chi ha paura dell'aereo. Il libro è un affascinante percorso scientifico nei misteri della materia grigia e dei principali meccanismi che scatenano l'ansia. Qui i passeggeri non sono solo i reduci del variegato "pianeta panico", che non riuscivano ad attraversare gallerie, autostrade, luoghi affollati, ma anche temerari professionisti che guardano il cielo da un'angolazione privilegiata: astronauti, piloti, ingegneri che svelano le meraviglie del volo anche da un punto di vista tecnico. Non mancano camei di personaggi celebri: Samantha Cristoforetti, Franca Leosini, Maurizio Mannoni, Gigi Proietti, Renato Zero. Allo stesso tempo guida, inchiesta e testimonianza diretta, questo libro è un invito a trovare il coraggio di chiedere aiuto. Per la Doxa il 53,3% della popolazione, spesso bloccata dall'angoscia, si priva della meraviglia di viaggiare e di visitare luoghi lontani. Vania Colasanti le aveva provate proprio tutte: psicoterapie varie, metodi alternativi eppure nulla era riuscito a sbloccarla. Ma cosa spinge il cervello in tilt, preda della fobia? "Mai aver paura di confessare la propria paura. Anche quella più semplice, la più banale. Perché è allora che la paura ti può vincere, può farti preda. Ti spinge in un angolo,

ti spezza le gambe, annienta i pensieri e le azioni. Può trasformare quella che è una normale ansia, quella che è una sana e salvifica paura, in fobia, in malattia", scrive nella prefazione Rosario Sorrentino.

RIPRODUZIONE RISERVATA © Copyright ANSA