

Il coraggio è l'antidoto della paura, ed è con il coraggio che riusciremo a essere migliori.

"La conoscenza di sé passa necessariamente attraverso la conoscenza delle proprie paure. Scopri che paure hai e scoprirai chi sei".

La paura è l'emozione che più di altre sta segnando in profondità questi giorni: ci toglie il respiro, ci costringe sulla difensiva e al contempo ci rende istintivamente più aggressivi. Ma avere paura, suggerisce Vito Mancuso, non è sempre un'esperienza totalmente negativa, e nelle situazioni estreme sa far emergere con più chiarezza la verità su noi stessi: è solo infatti quando realizziamo di essere incatenati che possiamo intraprendere il percorso verso l'autentica libertà. Riscoprendo la secolare saggezza che accomuna la grande spiritualità orientale, la filosofia classica e gli insegnamenti della tradizione cristiana, Mancuso dimostra che il contatto con il pericolo può farci comprendere chi siamo: una mente impaurita, senza dubbio, ma in potenza anche un cuore che supera il timore, ed è capace di conoscere e poi sconfiggere con il coraggio i pericoli della realtà. Noi siamo paura, ma possiamo diventare coraggio e riuscire così a essere migliori.

Leggi di