



Le voci di Sophia, numero 7, 2026. ISSN: 2975-0156.

EDITORE: STEFANIA LOMBARDI, VIA DEI BOLLORI, 735. 55100 LUCCA

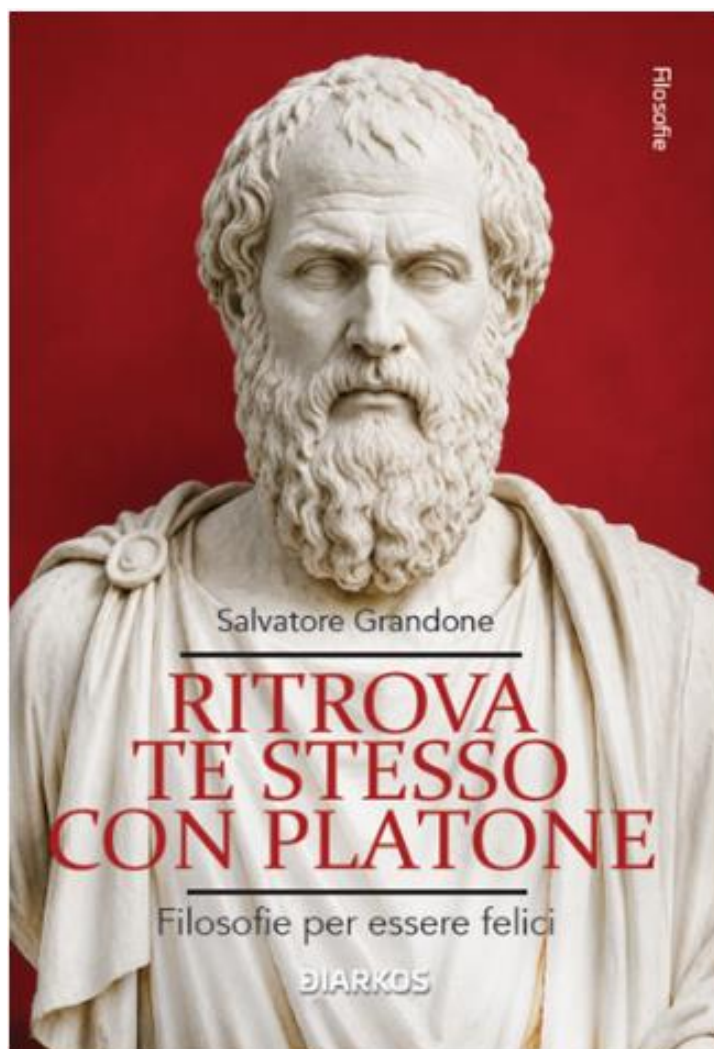
Recensione 7, call 7

Recensione di Ilaria Belvedere a Salvatore Grandone, RITROVA TE STESSO CON PLATONE. Filosofie per essere felici, 2026



Diritti in capo agli autori

First online: September 03, 2026



L'immagine, di proprietà dell'editore, è qui utilizzata solo ai fini previsti di trattazione del testo e d'incentivare la conoscenza e la diffusione dell'opera.

Recensione di Ilaria Belvedere, IMT Lucca

Doi: [10.66565/voci.2026.7.RE.31](https://doi.org/10.66565/voci.2026.7.RE.31)

(<https://levocidisophia.it/2026/08/31/recensione-7-call-7/>)



Le voci di Sophia, numero 7, 2026. ISSN: 2975-0156.

EDITORE: STEFANIA LOMBARDI, VIA DEI BOLLORI, 735. 55100 LUCCA

(<https://www.doi.org/10.66565/voci.2026.7.RE.31>)

Titolo: *Ritrova te stesso con Platone. Filosofie per essere felici*

Autore: Salvatore Grandone

Formato: 14.2 x 3.2 x 20.4 cm, 368 p.

Editore: Diarkos

Il libro “Ritrova te stesso con Platone” di Salvatore Grandone si pone un obiettivo ambizioso, dichiarato esplicitamente nella sua introduzione, che lo fa discostare dai contributi divulgativi solitamente dedicati al filosofo ateniese.

L'intento del volume, infatti, non è meramente quello di raccontare la vita di Platone e del suo maestro Socrate, né di riprendere in chiave didattica il corpus delle opere platoniche. Si vuole, invece, portare i lettori a interagire con il pensiero di Platone – e, in buona parte, di Socrate – e fornire loro uno strumento utile per trovare sé stessi e affrontare la vita quotidiana. Si tratta, quindi, di esercitarsi a interpretare la realtà secondo un'attitudine da filosofo che “sa di non sapere” e non ha delle verità da comunicare, ma piuttosto insegna a pensare. Come sottolinea Grandone:

Non bisogna né “occupare” né “liberare” la mente: se vogliamo entrare in contatto con noi stessi, dobbiamo pensare nell'accezione più elevata del termine, cioè dialogare con la nostra anima. (...) Il dialogo verte sull'essenziale: la maniera di vivere. (...) Il processo non ha mai termine, perché rinunciare alla messa in discussione di sé significa interrompere il dialogo, smettere di pensare, non aspirare più a una vita autentica e, come vedremo, felice^[1].

Per raggiungere questo obiettivo l'autore, a partire da un excursus biografico su Platone e Socrate e sulle principali vicende e personaggi che hanno coinvolto le loro vite, entra nel vivo dei temi più cari a Platone ponendo i lettori di fronte agli stessi dubbi che Socrate fa scaturire agli interlocutori dei dialoghi. Il processo maieutico che conduce a “partorire” determinate strategie di pensiero viene poi arricchito attraverso esercizi pratici, che sono momenti in cui, nel bel mezzo della lettura, siamo chiamati ad agire direttamente in chiave introspettiva. Nel compiere questo viaggio insieme a noi, Grandone avverte tuttavia che non si tratterà di ridurre Platone a uno strumento terapeutico: dall'incontro con Platone non potranno emergere verità granitiche o soluzioni immediate, ma l'esperienza sarà molto più “ideale”, nel senso che permetterà a chi legge di ascendere dal contesto per fabbricarsi degli strumenti generali che potranno essere d'aiuto nella vita di tutti i giorni, senza però sostituire la funzione di un percorso terapeutico.

Viste le premesse – certo di non facile realizzazione – e assumendo il punto di vista dei lettori/viaggiatori che si fanno guidare con mano in questo cammino filosofico, a mio avviso la struttura dei contenuti risulta ben riuscita e scorrevole. Il libro è composto da nove capitoli, pensati per essere ciascuno una tappa del percorso di scoperta individuale. È come se ogni parte fosse un tassello di un puzzle – o un punto chiave del discorso di Platone, che, attraverso Socrate, guida l'interlocutore nella ricerca delle sue verità. In particolare, ogni capitolo è corredato, oltre che da estratti diretti delle opere di Platone, da box di approfondimento da un lato e dalle attività di introspezione sopracitate dall'altro. Questo mix di teoria e pratica è importantissimo, in quanto chi inizia questo viaggio filosofico si trova, allo stesso tempo, a essere esploratore e parte integrante nella costruzione del proprio senso, e ha la piena conferma di avere sotto agli occhi un volume con un'impostazione dinamica ed interattiva: non sono rilevanti soltanto i contenuti, ma l'esperienza.



La praticità è quindi uno dei punti forti del libro. Un altro aspetto che ritengo sia doveroso sottolineare è l'estrema agilità con cui Grandone tesse le fila del discorso e collega i principali riferimenti (Platone *in primis*, ma vengono citati altri autori e pensatori) in un caleidoscopio strutturato che non perde il suo fine ultimo, ovvero mostrare e far vivere ai lettori, senza essere pesante o dispersivo, la portata innovativa del modo di pensare e vivere di Platone. Per esempio, il capitolo due, dedicato alla cura del sé e degli altri, non inizia subito a parlare di come il filosofo abbia affrontato questa tematica, ma, piuttosto, ci arriva per gradi, partendo innanzitutto da una constatazione fondamentale: la società moderna ha reso la cura del sé alla stregua di una delle altre attività da performare nella corsa al successo. Dopo questa premessa, l'autore comincia a parlare di Platone e richiama, dopo un accenno al "Carmide", il dialogo "Alcibiade I", permettendo ai lettori di seguire, insieme ad Alcibiade, i vari passaggi del discorso di Socrate. Come Alcibiade, anche noi cerchiamo di capire Socrate mentre il filosofo s'interroga sul significato di "cura". Viviamo, insieme ai protagonisti del dialogo, tutti i momenti essenziali del ragionamento socratico, fino a raggiungere di volta in volta una nuova consapevolezza. A questo punto Salvatore Grandone interviene, attraverso gli strumenti di approfondimento dei box e alle attività di introspezione, in modo da farci riflettere ulteriormente; ma, in aggiunta al solo esercizio del pensiero, Grandone ci chiede di utilizzare anche carta e penna, e ci fa confrontare non solo con Socrate – o Platone –, ma anche con tanti altri punti di riferimento del panorama culturale universale.

Nel fare ciò la lettura non diventa stancante, ma anzi si viene guidati lungo il sentiero prodotto dalle parole di Platone introducendolo alla vera definizione di dialogo platonico: un percorso che, a partire dallo sradicamento delle proprie convinzioni, ha bisogno di benevolenza e onestà nei confronti di sé e degli altri. Grandone ci descrive così l'esperienza:

Pensare con Platone è collocarsi su una circonferenza di diametro infinito: ogni punto della circonferenza è il centro della stessa. Platone è un pensatore che costringe ad abbandonare i ragionamenti lineari, le opposizioni binarie. Grazie a lui, si apprende a ruotare su se stessi e a sollevarsi: gli apparenti vicoli ciechi di molti suoi dialoghi sono in realtà il raggiungimento di un livello più elevato di consapevolezza, che si avverte nell'anima come un morso che spinge a ricominciare per andare ancora più lontano, più in alto^[2].

Le attività di introspezione, come precedentemente ricordato, arricchiscono la lettura di una connotazione pratica, ma non solo: diventano quella "cassetta degli attrezzi" che l'autore ha stabilito di donare ai lettori per aiutarli a vivere le giornate seguendo l'impostazione filosofica di Platone.

Si passa da esercizi di riflessione che sono affrontati con un linguaggio diretto e familiare, ma che non affrontano certo temi facili, come quella rivolta a comprendere il dialogo socratico, a box di attività che, invece, richiedono uno sforzo aggiuntivo, ma sono ugualmente chiare e d'immediata fruizione. Le prime sono attività a impianto più generale, che sembrano voler portare chi legge a porsi le prime domande su un certo argomento, a far nascere il seme del dubbio; esse occupano solitamente anche uno spazio più breve nella pagina. Le seconde sono un po' più articolate: presuppongono, infatti, la lettura di un brano e, anche se prevedono a loro volta delle domande, chiedono attivamente di elaborare delle risposte scritte. Un esempio del secondo tipo di attività è dato dagli esercizi presenti nel capitolo sulla temperanza. A partire da uno spezzone tratto da "La società della stanchezza" di Han, Grandone invita chi legge a riflettere sul tema del *burn out*: si propone ai lettori di scrivere su un foglio quali siano i progetti che stanno attualmente seguendo e a categorizzarli come "passione" o "prestazione". Poi, si chiede di soffermarsi su quelle situazioni quotidiane in cui si è spinti, quasi per obbligo, a dover continuamente agire, senza mai avere un momento di tregua.



Un altro elemento che mi pare fondamentale è il modo in cui è stato gestito il target di riferimento: Grandone ha scelto di fare in modo che il suo pubblico fosse il più ampio possibile. Il testo, infatti, è pensato come un'opera di divulgazione – e per di più, un'opera di divulgazione estremamente pratica –, quindi non richiede di avere un qualche tipo di conoscenza sull'argomento. In più, sono stati inseriti box di approfondimento, che risultano funzionali: che siano dedicati a spiegare il mito della biga alata di Platone o a introdurre alla figura storica di Tucidide, sono stati creati per dare un riferimento e un contesto a chi non conosce quei particolari contenuti. Inoltre, Grandone si rivolge direttamente al suo interlocutore – scegliendo la seconda persona singolare – e rimanda molto spesso a situazioni e scene del vissuto contemporaneo, nominando anche il mondo dei social: in quest'ultimo caso, si ha l'impressione che stia interpellando in particolare – anche se non solo – un pubblico giovane. Lo stile, infine, è molto limpido ed evocativo. Nel capitolo “Apprendere ad amare”, per esempio, Grandone riesce a riassumere e trasmettere quanto Platone ha voluto comunicare sul tema dell'amore, in particolar modo nel dialogo “Simposio”, adottando un linguaggio lirico, che ha l'effetto di catturare chi legge, indipendentemente dalla sua preparazione teorica. Per fare un esempio:

Ancora più belle sono le anime: le luci che brillano nei corpi, che li fanno splendere. Occhi belli che infondono speranza, serenità, gioia, pace. Anime che ti guardano e ti ascoltano. Dietro la bellezza dei corpi risuona una bellezza più profonda, che non si percepisce subito. Quando inizi a coglierla, è un po' come passare dall'ascolto della melodia alla comprensione dello spartito musicale che vi è dietro. Non ti limiti a udire: inizi a riconoscere le note, ad afferrare le loro geometrie sonore^[3].

In conclusione, ritengo che Salvatore Grandone sia riuscito in maniera efficace a raggiungere il suo proposito iniziale. “Ritrova te stesso con Platone” diventa davvero un “libro vivente” che i lettori possono scrivere e riscrivere insieme all'autore, ponendosi domande e cercando di affrontare l'esistenza secondo un modo di vedere le cose unico e insostituibile, proprio solo di Platone.

Grandone ha fornito a chi legge uno strumento utile e a sua volta unico, che si distanzia dai soliti contenuti di saggistica e si avvicina, invece, alle letture pensate per il benessere della persona.

^[1] Grandone, Salvatore. *Ritrova te stesso con Platone. Filosofie per essere felici*. Sant'Arcangelo di Romagna: Diarkos, 2026, 101-104.

^[2] Grandone, *Ritrova te stesso con Platone*, 268.

^[3] Grandone, *Ritrova te stesso con Platone*, 265.



Sophia's voices

Le voci di Sophia

**Rivista di Filosofia
e scienze umane**

Journal of
philosophy
and
humanities



<https://levocidisophia.it>

<https://levocidisophia.it/en/>