

Maggio 2020

N°16



NUOVA RIVISTA DI **COUNSELING** **FILOSOFICO**

SSCF.it



ISFiPP Edizioni

Nuova Rivista di Counseling Filosofico

Editor-in-chief

Lodovico E. Berra

Editorial Board

Angelo Caruso

Annarita Dibenedetto

Enzo Novara

Diego Papurello

Alberto Rezzi

Mariacarla Zunino

Scuola Superiore di Counseling Filosofico
SSCF

Postgraduate School of Philosophical Counseling

Dipartimento di
Pratiche filosofiche e Filosofia applicata
Department of Philosophical practice and applied philosophy

Istituto Superiore di
Filosofia, Psicologia, Psichiatria
Institute of Philosophy, Psychology, Psychiatry
ISFiPP

Corso Fiume 16 – 10133 Torino – Italy

www.isfipp.org, www.sscf.it

Copyright © ISFiPP Edizioni 2020

ISBN: 9788890356766

ISBN-A 10.978.88903567/66

Ringrazio di cuore tutti coloro che, con il coraggio di esporsi personalmente, hanno contribuito ad analizzare ed affrontare questo particolare periodo di pandemia: allievi, ex-allievi, docenti e simpatizzanti del nostro Istituto SSCF & ISFiPP e del Master di specializzazione in Counseling Filosofico.

Lodovico Berra

Indice

Presentazione	9
Empatia e mascherine.....	10
<i>Lodovico Berra</i>	
L'austeritas e l'inautenticità dell'esserci comunicativo.....	14
<i>Alberto Peretti</i>	
Una pausa caffè con sé	18
<i>Chiara Sivieri</i>	
Hume in tempi di sanzioni durante l'isolamento da Corona Virus	26
<i>Massimiliano Salce</i>	
La Filosofia ai tempi del coronavirus	29
<i>Marcella Bricchi</i>	
La necessità di far Emergere e di ri-Emergere dall' Emergenza.....	38
<i>Silvia Lo Canto</i>	
FilosoFare al tempo del Covid - 19	43
<i>Martina Locca</i>	
Spillover: la vendetta della natura	45
<i>Patrizia Cortassa</i>	
La casa luogo di relazione e di azione. Esistenze chiuse e conflitti nell'epoca dell'isolamento	50
<i>Katia Trinca Colonel</i>	
Il Counseling Filosofico come apertura di varchi possibili	60
<i>Giovanna Lo Giacco</i>	

Serve la Filosofia durante il CoVid-19?	64
<i>Marco Calvelli</i>	
La malattia come condizione antropologica dell'esistenza nello spazio letterario de La Coscienza di Zeno: annotazioni ai tempi del Coronavirus	68
<i>Stefania Marengo</i>	
L'emergenza COVID-19. Alcune note filosofiche.....	72
<i>Susanna Maria Taraschi</i>	
Cosa succede?	78
<i>Argia Mazzonetto</i>	
La scrittura filosofica come ambiente emotivo sicuro al tempo del CoVid-19	82
<i>Beatrice Anderlini</i>	
La possibilità della Filosofia nell'emergenza.....	85
<i>Veronica Andorno</i>	
Tra distopie complottismo e paure esistenziali. Cronache dalle terre del confine	89
<i>Alberto Donati</i>	
Quasi tutto, senza niente: esperienza d'isolamento	92
<i>Monica Daccò</i>	
Il valore salvifico della frattura.....	96
<i>Alice Fossati</i>	
I giardini di marzo	99
<i>Marco Maffeis</i>	
Libertà, responsabilità e spirito critico - quando la filosofia si fa in pratica.....	102
<i>Sara Mareello</i>	

Sull'ozio come categoria esistenziale	105
<i>Paolo Montecchio</i>	
Dicotomie e paradigmi di una pandemia	111
<i>Luca Francesio</i>	
Vivere (o sopravvivere) ai tempi del corona virus. Impressioni di una counselor in formazione	114
<i>Letizia Zoffoli</i>	
La mia vita quotidiana al tempo del coronavirus	118
<i>Federico Bottigliengo</i>	
La Scomparsa di Antigone	122
<i>Mario Cecere</i>	
Riflessioni sul Coronavirus	127
<i>Anna Ceoloni</i>	
Riflettere durante il Coronavirus e l'isolamento sociale: sarà l'inizio di un cambiamento?	129
<i>Debora Fariseo</i>	
Riflessioni ai tempi del Corona Virus	133
<i>Sebastiano Favazzo</i>	
Ritorno a se stessi come opportunità	140
<i>Rebecca Impellizzieri</i>	
COVID 19	144
<i>Valentina Motola</i>	
Riflessione in quarantena: piovosa ironia d'aprile	148
<i>Andrea Portigliatti Barbos</i>	
"Pensare a" è "un prendere in considerazione ciò che ci riguarda"	152
<i>Chiara Rossetti</i>	

L'altro lato del covid-19	158
<i>Lidia Soverini</i>	
All'improvviso?	163
<i>Anna Cristina Tavazza</i>	
Riflessioni al tempo del Coronavirus.....	170
<i>Federica Troncia</i>	
È tempo di crisi per la nostra visione del mondo (?).	176
<i>Annarita Dibenedetto</i>	
Parole silenziose.....	180
<i>Mariacarla Zunino</i>	

Presentazione

Questo è un numero speciale della nostra Rivista, speciale nel vero senso della parola. Non abbiamo mai avuto finora un numero così focalizzato su una fase critica della nostra società e della nostra cultura, e nello stesso tempo eterogeneo nei suoi contenuti. Ogni Autore ha cercato di esprimere se stesso in piena libertà, senza limiti di contenuti, pagine o argomenti.

La Rivista è diventata così un incredibile contenitore di idee, pensieri, riflessioni che potranno essere ulteriormente arricchiti e rielaborati nel futuro. Ciò potrà essere fatto solo nell'incontro fisico di noi persone, attraverso quel fondamentale canale di comunicazione che è l'incontro e la relazione, di cui siamo rimasti improvvisamente privati in questi mesi.

L'essere umano ha la capacità di adattarsi a situazioni difficili ed imprevedibili e in questi mesi siamo diventati l'oggetto di un esperimento psico-socio-culturale senza precedenti. Ognuno di noi ha cercato mezzi per sopravvivere, non solo fisicamente, cercando di evitare un virus, ma anche intellettualmente. Chi ama la cultura, chi ama leggere, scrivere e studiare, poteva non essere toccato da tutto ciò, ritirandosi ed immergendosi nella solitudine della propria casa. Ma chi ama la cultura ha anche bisogno di interazione, di dialogo e di confronto.

La nostra Rivista è quindi la dimostrazione di sopravvivenza del nostro pensiero, della nostra attività intellettuale e di ricerca, che si può attuare e concretizzare solo nell'unione e nel confronto tra le nostre differenti menti.

Lodovico Berra

Empatia e maschere

Lodovico Berra¹

Lo stato di emergenza da COVID 19 si è sviluppato nella fase iniziale in modo silenzioso, per poi esplodere in modo violento ed inaspettato. Ha colto tutti alla sprovvista, presi dal flusso della vita quotidiana, fatta di impegni, appuntamenti, orari. In un momento è come se tutto si fosse arrestato e fossimo stati travolti da malattia, dolore e morte. Improvvisamente ci si è resi conto che malattia e morte incombono costantemente sulla nostra vita. Ho visto in questo periodo reazioni molto diverse: chi, dopo una prima fase di resistenza, è crollato; chi ha ristabilito un nuovo equilibrio; chi ha scoperto risorse e nuove consapevolezze.

Come medico mi sono sentito da subito coinvolto direttamente, senza neppure pensare un attimo di tirarmi indietro. Ho dovuto scegliere di dedicarmi al mio campo, ai miei pazienti, per non abbandonarli in un momento drammatico di crisi globale. Immaginate cosa può succedere ad un ipocondriaco nel sentirsi minacciato da un virus invisibile ad alta contagiosità; ad un fobico-ossessivo che vede contaminazioni ovunque; ad un depresso che si trova improvvisamente isolato dal mondo; ad uno schizofrenico che sente la sua fragile realtà sconvolta.

Vi è una emergenza esistenziale nuova e diversa, di una entità equivalente a quella sanitaria ed economica, e che probabilmente si protrarrà ancora per molto tempo.

In questo periodo ho continuato così a rimanere in contatto con i miei pazienti, vedendoli di persona, sentendoli per telefono, per e-mail, su Skype, su Whatsapp, su Facetime.

Si è però selezionato però un piccolo gruppo di pazienti che ha voluto continuare a vedermi di persona, senza che io esprimessi alcuna posizione di rifiuto o richiesta. Li ho lasciati liberi di scegliere se venire o meno alle visite e

¹ Medico specialista in psichiatria e psicoterapia, direttore dell'Istituto Superiore di Filosofia, Psicologia (ISFiPP), Psichiatria e della Scuola Superiore di Counseling Filosofico (SSCF), docente universitario IUSTO

sedute, cercando di non influenzarli, e mantenendomi disponibile. Considerate che, in questa situazione di emergenza, la visita medica è sempre stata considerata possibile, come necessità prioritaria. Ho continuato così a vedere i miei pazienti di persona e solo in casi eccezionali ho visto nuovi pazienti. Si è però inserito un nuovo elemento, prima mai considerato, la mascherina di protezione.

I miei pazienti arrivavano gradualmente sempre più protetti con mascherine di ogni tipo, artigianali, da giardiniere, da decoratore, di tela o di carta. I pazienti mascherati arrivavano, mi salutavano (rigorosamente senza dare la mano, sebbene a qualcuno sia scappato prendendomi alla sprovvista), e soggiornavano qualche minuto nella saletta d'attesa. Dopo essersi seduti di fronte alla scrivania o sul divano, poco per volta abbassavano le difese. Toglievano la mascherina oppure la spostavano sul mento, rendendola assolutamente inutile. Naturalmente anch'io, avendo predisposto la misura di sicurezza della distanza, di almeno 180 cm., abbassavo e toglievo la mia. Ci trovavamo così l'uno di fronte all'altro, col viso scoperto, indifesi di fronte al virus, quando all'esterno vi erano persone terrorizzate che guidano da sole in auto con mascherina, che la utilizzano in casa con parenti negativi, che la mettono per portare a spasso il cane. Poteva essere incoscienza, imprudenza, superficialità? Oppure questo rappresentava qualcosa?

Considerate che non ho mai avuto nessuna voglia di prendermi il virus ed ho utilizzato sempre ogni possibile altra misura di sicurezza. Oltre alla distanza di sicurezza, non do la mano (anche se nella tradizione psicoanalitica questo sarebbe un gesto da evitare sempre), disinfetto continuamente mobili e soprammobili con alcol (arrivando a rovinare orologi, portapenne e oggetti in pelle), ogni giorno, più volte al giorno.

Parlarsi oggi senza mascherina sembra un fatto eccezionale, soprattutto se non avviene con i propri familiari, con cui si vive quotidianamente.

La mascherina copre gran parte del nostro volto e con esso rimangono nascoste tutte le espressioni con cui siamo abituati ad interagire e che rappresentano una importante via di comunicazione. Solo gli occhi rimangono scoperti ed abbiamo sempre pensato che essi siano una via importante per le relazioni. Gli occhi sono lo specchio dell'anima, sono una porta di comunicazione fondamentale, attraverso essi riusciamo ad entrare in contatto emotivo profondo con le persone. Ci si guarda negli occhi per capirsi meglio. Basti pensare a quello che accade in una delle più gravi patologie della relazione, l'autismo. Chi ne è affetto con riesce più a guardare negli occhi le persone, le sente come semplici oggetti tra gli altri, è disconnesso dal mondo delle relazioni, isolato nel proprio mondo interiore.

Se parlate ad una persona con la mascherina vi accorgete che viene a mancare qualcosa di fondamentale, e scoprite quanto può essere importante il resto del volto. La bocca, il naso, il mento, le guance e le espressioni di almeno 2/3 del volto scompaiono e rendono la comunicazione monca e alterata. Si perde qualcosa nel rapporto, come se ci fosse una barriera che mette distanza, che crea diffidenza e sospetto. La mascherina indebolisce l'empatia e allontana dall'Altro. È una difesa legittima e obbligatoria ma, nel momento in cui studiamo la relazione, diventa un elemento compromettente, che altera il rapporto. Nell'empatia si crea una comunicazione speciale e particolare, che va oltre il linguaggio e la razionalità. È un qualcosa di emotivo, istintivo, irrazionale, inconscio. È un flusso di energia che si genera se non ci sono resistenze. Se il processo empatico è indebolito la possibilità d'aiuto è in parte compromessa. L'empatia agisce oltre le parole o i comportamenti, è un rapporto che diventa unico ed esclusivo e ogni più piccola interferenza lo compromette. La mascherina è una barriera nel rapporto tra le persone. Oggi non ne possiamo fare a meno, è necessaria.

La necessità della mascherina nei rapporti interpersonali mi ha richiamato alla mente un episodio, avvenuto molti anni fa, quando facevo le consulenze psichiatriche all'Ospedale Molinette di Torino. Stupisce anche me stesso come riesca a ricordarmi la maggior parte dei pazienti, che abbia visto almeno 3 o 4 volte. Forse perché con ognuno di essi mi sono aperto all'empatia, e così essi sono entrati in me, consentendomi una identificazione che è rimasta in modo indelebile nella mia memoria.

Ero stato chiamato nel reparto di cardiocirurgia per un paziente, di circa 45 anni, reduce da un intervento di trapianto cardiaco, uno dei primi che veniva effettuato in quel periodo in quell'ospedale.

Il signor Giovanni era ricoverato in una camera singola sterile, con una anticamera di decontaminazione, dove ci si doveva vestire con indumenti monouso, camice, scarpe, cappellino e naturalmente mascherina.

Le finestre della stanza davano verso il parco del Valentino, con un meraviglioso panorama verso il Po e la collina torinese. Vi era un contrasto inquietante tra la tristezza di Giovanni e la luce primaverile che entrava dalla finestra. Impostai la terapia farmacologica antidepressiva e iniziai a vederlo regolarmente, almeno 2 o 3 volte alla settimana. Lo incontravo sempre indossando la mascherina, lui seduto sul letto, in pigiama, rialzato sul dorso e col suo viso scoperto, magro e pallido. Vi era una sorta di asimmetria tra noi, non solo determinata dal diverso ruolo, io medico - lui paziente, ma anche dal fatto che io ero mascherato e lui no. Inoltre in quel periodo avrò avuto poco più di trent'anni, lui quasi 15 di più. Si instaurò comunque tra noi una buona empatia, una buona

confidenza, una buona relazione, anche se sempre percepivo da parte sua una certa diffidenza. Giunto il giorno delle sue dimissioni dovevamo salutarci e con una certa timidezza mi disse:

«Vorrei chiederle una cosa».

«Cosa, mi dica pure» risposi un po' sorpreso

«Vorrei si togliesse per un momento la mascherina»

«Perché?» dissi io, ancora inconsapevole del significato che aveva avuto fino ad allora la copertura

«Perché vorrei vedere il suo volto»

Rimasi un momento incerto sulla richiesta. Non sapevo se potessi permettermi un rischio del genere e eludere le regole del reparto. Avrei potuto contaminarlo e compromettere la sua salute? Poi capii, compresi quella semplice e fondamentale richiesta, come potevo non averci pensato prima? Dopo settimane che lui mi vedeva mascherato come poteva avermi vissuto fino ad allora? Probabilmente avrei svelato la mia giovane età, avrei indebolito la sua fiducia? Forse si era domandato per tutto quel tempo che faccia avessi o quanti anni potessi avere, senza aver mai potuto vedere i miei capelli e il mio volto.

Mi tolsi la mascherina e lui mi guardò per qualche secondo. Intravidi un leggero sorriso, ma non riuscii veramente a capire la sua vera emozione.

Non mi ero reso conto e neppure avevo mai pensato a come poteva vedermi lui. Ci parlavamo a lungo, mi confidava un sacco di cose ma evidentemente mancava il mio volto al nostro rapporto.

Ho molto pensato a quell'episodio in questi ultimi tempi e questo mi ha fatto riflettere su quanto possa essere importante in un rapporto una semplice mascherina.

L'austeritas e l'inautenticità dell'esserci comunicativo

Alberto Peretti¹

L'emergenza sanitaria è stata ed è ancora soprattutto un'emergenza comunicativa. Non è il caso di ripercorrere il continuo e ossessivo delirio mediatico che ha improntato le diverse fasi dell'epidemia. Delirio che ha coinvolto praticamente tutti i canali comunicativi e le diverse emittenti. In una babele di notizie – vere, false, presunte tali – che ha prima incagliato, poi incanaglito, in ultimo reso praticamente impossibile un'interpretazione equilibrata e ragionevole di quanto è successo e ancora sta accadendo.

Per portare un contributo alla comprensione di ciò che chiamo una drammatica “emergenza comunicativa”, mi servo di due apparati concettuali: l'analisi che San Tommaso fa del termine “austeritas”, e quanto in “Essere e Tempo”, nel cap. V, Heidegger ha elaborato circa ciò che mi piace definire “l'inautenticità dell'esserci comunicativo”.

Il termine “austerità” evoca severità e rigore di vita, ma è stato utilizzato in una particolare accezione da Tommaso d'Aquino, in quell'opera capitale per il mondo medievale e per la cultura occidentale che è la *Summa Theologiae*.

¹ È filosofo del lavoro. Dal 1990 si occupa di formazione e di consulenza organizzativa, con particolare attenzione ai temi della comunicazione, dell'etica del lavoro e della valorizzazione della persona in ambito professionale. Ha collaborato con centinaia di organizzazioni, private e pubbliche.

Nel 2003 apre uno studio di Counseling Filosofico, specializzandosi in problematiche relative alla dimensione lavorativa. Dal 2001 è docente di Filosofia del Lavoro e delle Organizzazioni presso la Scuola Superiore di Counseling Filosofico di Torino. Nel 2015 fonda e coordina Genius Faber, società di consulenza strategica specializzata nella valorizzazione dell'italianità lavorativa e del lavoro made in Italy.

L'austeritas - scrive Tommaso - è quella virtù che *non excludit omnes delectationes*, cioè non esclude assolutamente tutti i piaceri, *sed superfluas et inordinatas*: in altre parole ci distoglie dai piaceri inutili e disordinati.

Quali sarebbero i piaceri superflui e privi di ordine? Tommaso lo chiarisce subito. L'austerità, *videtur pertinere ad affabilitatem*, ha cioè a che fare con l'affabilità, vale a dire con la gentilezza e con la cortesia che si usa nel parlare e nel trattare con gli altri. Ha a che fare con l'*eutrapeliam* e la *jocunditatem*, cioè con la capacità di argutamente sostenere un dialogo e una relazione, con buonumore e in spirito di convivialità.

Il superfluo e il disordinato sono quindi strettamente imparentati con la volgarità e la scortesia. Hanno a che fare con il fanatismo e il dogmatismo, con gli atteggiamenti inquisitori e la violenza ideologica.

In Heidegger la triarticolazione "chiacchiera", "curiosità", "equivoco" offre una potente chiave di lettura del comunicare inautentico.

Con la chiacchiera ci si allontana dalla comprensione del discorso e ci si preoccupa semplicemente di ascoltare e di partecipare al discorrere in quanto tale, senza preoccupazioni di autentica comprensione. Ciò che conta è "la diffusione e la ripetizione del discorso. Ciò-che-è-stato detto si diffonde in cerchie sempre più larghe e ne trae autorità. Le cose stanno così perché così si dice". Con la chiacchiera si determina la possibilità di "comprendere tutto" senza effettiva comprensione di nulla. La chiacchiera vive di vita propria, indifferente alla necessità di risalire ai fondamenti di ciò che viene detto e ridetto. Si diffonde all'interno di una mostruosa bolla di autogiustificazione, che inibisce e allontana da sé come disturbi l'autentico confronto e il dialogo. Assenti naturalmente il dubbio circa la propria inconsistenza e qualsivoglia preoccupazione circa le conseguenze del proprio diffondersi.

La chiacchiera per mantenersi ha necessità di continuo combustibile e lo trova nella curiosità. Che si caratterizza per "l'incapacità di soffermarsi su ciò che si presenta", per la costante "irrequietezza e eccitazione che la spingono verso la novità e il cambiamento". La spasmodica necessità di offrire materiale da gettare nella fornace della chiacchiera genera quel clima di costante "irrequietezza" che caratterizza perfettamente la comunicazione inautentica. "La curiosità è ovunque e in nessun luogo": perfetta descrizione dei parlanti che la curiosità rende dei comunicatori senza fissa dimora, necessariamente stranieri al proprio pensiero e alle proprie parole.

Chiacchiera e curiosità generano il loro figlio deforme: l'equivoco, e con esso l'avvento del regno delle fake news. Se ciò che conta è discorrere, rendendo a tutti possibile farlo senza condizioni di accesso e senza criteri di verificabilità di quanto detto, vige una collettiva presunzione di comprensione. "Non soltanto ognuno sa e discute di qualsiasi cosa gli sia capitata o gli venga incontro, ma ognuno sa già parlare con competenza di ciò che deve ancora accadere, di ciò che manca ancora". E se le cose vanno diversamente da come le si è raccontate, nessun problema, anzi l'equivoco è funzionale al mantenimento del perverso meccanismo: l'interesse si sarà già spostato su qualche altra questione che permetterà alla chiacchiera e alla curiosità di trovare nuovi terreni in cui crescere rigogliose.

E' ancora possibile, a partire da quanto abbiamo sotto gli occhi in queste straniante giornate, trovare un possibile antidoto al diffondersi della vera pandemia, quella della chiacchiera- curiosità-equivoco? E in che cosa potrebbe consistere? Potrebbe l'austeritas di Tommaso metterci sulla giusta strada per trovarla?

L'unica ricetta che riesco a immaginare è antica, e si chiama "cultura". Ricordo che il termine deriva dal verbo latino *colere*, che accanto al significato di coltivare la terra, contiene una straordinaria e per noi salvifica profondità semantica.

Aver cura, prendersi cura, di qualcuno o qualcosa. Implica dedizione, tenerci, profondere energie in qualcosa che si stima e a cui si tiene.

Abitare, frequentare un luogo. Evitare le superficialità, scendere nelle profondità delle cose. Assiduità e costanza nelle proprie frequentazioni, senza nomadismi o sventatezze.

Praticare ed esercitarsi. Impegnarsi a fondo in qualcosa, con tenacia, senza pressapochismi o trascuratezza.

Onorare, venerare, stimare, trattare riguardosamente. Usare *riguardo* e *rispetto* (gli *accorgimenti* e il dovuto *riconoscimento*) in ogni espressione del vivere.

Contro la pandemia mediatica, che sta producendo un pericolosissimo clima di sfiducia e smarrimento i cui effetti sono difficili da misurare e prevedere, la "cultura" mi pare l'unico possibile vaccino. Una cultura capace di distoglierci e difenderci dall'inutile vociare e dal disordine babelico. Purché essa vada interpretata come si deve, senza mollezze o narcisismi. La cultura non riguarda, perlomeno non solo, l'esercizio della mente. Procedere nel solco della cultura è una

scelta di vita, un modo d'essere, un modo di stare al mondo. Diventare esseri "culturali" mi pare l'insegnamento che dobbiamo ricavare dal tempo che stiamo vivendo. Ci viene chiesto di recuperare contro l'atonia, la meschinità, la disperazione il senso del grande compito che ci attende: vivere coltivando noi stessi e la realtà, all'insegna della coscienza e della responsabilità. La morte, penso, in queste epocali giornate non ci sta mettendo di fronte soltanto alla nostra miseria e alla nostra finitudine, ma alla nostra necessaria grandezza.

Una pausa caffè con sé

Chiara Sivieri¹

Un fatto paradossale. Una nuova quotidianità di isolamento e distanziamento sociale ci sta, paradossalmente, tutti accomunando. Benchè grande sia la diversità delle situazioni e condizioni professionali, familiari, di salute e socio-economiche in cui si trova ciascuno di noi, così come multiforme ed ampia sia la gamma dei vissuti personali, siamo in ogni caso tutti accomunati quantomeno dalla condivisione di un periodo storico e di un'esperienza di vita che nessuno di noi avrebbe immaginato di poter esperire solo fino a qualche mese fa.

Non solo. Credo che anche coloro che, più illuminati, potessero aver prefigurato l'attuale come uno degli scenari possibili e/o probabili, si siano poi ritrovati a sentire da un punto di vista personale con la stessa vividezza lo iato tra la modellizzazione teorica e l'impatto sul tempo vissuto delle loro proprie vite. Ciò che ci siamo tutti ritrovati di fronte agli occhi è stato un cambiamento reale, repentino, concreto, su larga scala e drammaticamente percepibile delle condizioni, delle modalità e delle cornici² all'interno delle quali ci troviamo a vivere e significare la nostra quotidianità.

“Se prima di Natale ci avessero detto che avremmo passato dei mesi chiusi in casa e che nessuno avrebbe più potuto incontrarsi... non ci avremmo mai creduto”, mi ha detto solo qualche sera fa una cara amica al telefono. Un'affermazione che nella sua semplicità mi ha fin da subito colpito per la forza rappresentativa dell'immagine che ha dipinto in un istante davanti ai miei occhi ed al contempo per le presupposizioni implicite che sembrava disoccultare da dietro il loro velo, rendendole, ma solo a posteriori, cristalline evidenze.

¹ Enterprise Relationship Manager in LinkedIn, lavora da oltre un decennio in ambito Enterprise come responsabile per grandi aziende nel campo dell'innovazione, della ricerca e della consulenza (LinkedIn, Gartner, IBM).

Counselor Filosofico Professionista (diplomata presso SSCF & ISFiPP), laureata *cum laude* in Filosofia della Scienza ed Epistemologia con i Proff. G. Giorello e C. Sinigaglia.

*Le opinioni sostenute nel presente articolo sono espresse a titolo puramente personale.

² M. Sclavi, *L'arte di ascoltare e mondi possibili*.

Condividendo a pieno la sua affermazione e sentendomi perfettamente descritta ed inclusa tra coloro che non avrebbero mai neanche solo lontanamente immaginato di poter vivere pochi mesi fa una quotidianità di questo tipo, ha fatto capolino dentro di me un ricordo dei tempi dell'università che è riuscito quantomeno a strapparmi un sorriso, per quanto agrodolce. Perché? Perché avrei dovuto raffigurare anche me stessa alla stregua di un tacchino: il celebre tacchino induttivista³ di B. Russell.

Proprio come quel tacchino americano che, la mattina del giorno del ringraziamento, si sveglia al nuovo giorno fiducioso che il padrone gli porterà, come ogni giorno, cibo e cure⁴... la connaturata fede nel principio di uniformità della natura aveva lavorato su di me ogni giorno radicando la stessa spontanea fede nel succedersi uniforme degli eventi. Così, immersa nel ritmo e nel trambusto quotidiano di una vita professionale ricca di incontri, stimoli, eventi, caratterizzata da un elevato livello di complessità e velocità dei cambiamenti, avevo probabilmente smesso di osservare in maniera consapevole le cornici che rendevano tutto ciò possibile, dandole ormai per scontate.

Se c'è invece una riflessione e una consapevolezza personale che questa pandemia ha ingenerato in me con forza, è proprio l'importanza di non dare per scontati l'incredibile bellezza e valore di ciò che mi circonda, avendo avuto la fortuna di nascere immersa nella bellezza e nella significatività storica di un paese come il nostro.

Qualche settimana fa ho seguito con grande interesse il webinar del Professor Fabio Sdogati, mio professore di economia internazionale ai tempi del master al MIP, School of Management del Politecnico di Milano: tema del seminario "Le conseguenze economiche globali dell'emergenza COVID-19". Senza scendere ora nei dettagli della come di consueto validissima proposta e modellizzazione macroeconomica del professore, ciò che ha colpito fin da subito la mia attenzione ed ha determinato l'atteggiamento con cui ho seguito l'intero webinar è stata l'affermazione iniziale, una nota metodologico-epistemologica di rara trasparenza. Il professore ha esordito il proprio intervento ricordando a tutti come stiamo osservando e vivendo un fenomeno che nessuno di noi ha mai esperito precedentemente. Un evento epocale per scala ed implicazioni nei confronti del quale diventa quindi un imperativo etico il porsi con la massima onestà intellettuale, assumendo come premessa data la nostra inesperienza fattuale in materia.

³ B. Russell, cit. in A. F. Chalmers, *Che cos'è questa scienza?*, Mondadori, Milano (1979).

⁴ https://it.wikipedia.org/wiki/Induzione#L'induzione_nella_filosofia_contemporanea.

Cosa comporta e cosa significa adottare questo atteggiamento? Due sono gli aspetti che ritengo considerevoli. Da un lato, ciò non pregiudica la possibilità di sviluppare in maniera seria e competente, sulla base delle conoscenze disponibili, una propria prospettiva o ipotesi critico-interpretativa del momento che stiamo attraversando e di quelle che saranno le sue ripercussioni a livello politico, economico, sociale e profondamente personale. Dall'altro, al contempo, ciò implica la necessità di mantenere ferma la consapevolezza che le nostre possano essere esclusivamente ipotesi interpretative, particolari visioni del mondo che non possono detenere in questo momento alcuna forma di certezza circa ciò che sarà. Non lo sappiamo, ora. Non lo possiamo sapere.

Credo che questo secondo aspetto sia particolarmente importante per consentirci di mantenere una forma di sano dubbio critico, soprattutto nei confronti di coloro che, esperti o meno, ritengono invece di avere in tasca in questo momento una visione e pre-visione chiara e certa di quello che verrà.

Per professione, lavorando per il più importante social network professionale al mondo, frequento in maniera approfondita il mondo dei Social, agorà virtuale divenuti in questo periodo strumento e luogo di incontro ancor più importante e privilegiato. Negli ultimi mesi, il livello di partecipazione ed engagement della piattaforma è cresciuto in maniera pressochè esponenziale: segno evidente della volontà e del desiderio da parte delle persone e delle aziende di mantenere vive e significative le connessioni, le comunicazioni e le relazioni professionali scardinate all'improvviso nelle loro modalità tradizionali; segno evidente della ricerca di nuove forme espressive e sostanziali di sopravvivenza e sviluppo.

Ciò che ho iniziato ad osservare con curiosità con il passare dei giorni è stata la sempre maggiore frequenza con cui mi sono imbattuta in post ed articoli contenenti consigli, ricettari, checklist, frameworks, formule per le più disparate evenienze. Ecco quindi: ricette per mantenere una routine produttiva, con suddivisione della giornata in fasce orarie specifiche dedicate alle differenti tipologie di attività; raccomandazioni su come mantenere attiva la propria rete sociale; frameworks su come digitalizzare il lavoro alla luce delle nuove modalità di lavoro da remoto; evangelisti dello smartworking con best practices per il mantenimento di un sano equilibrio lavorativo e psico-emotivo.

Eppure, il sapore di queste ricette mi è spesso sembrato personalmente non riuscire a fare veramente presa in me, come se non riuscissero a cogliere o mancassero in qualche modo di quella rotondità del gusto in grado di fare breccia nel mio sentire, di conquistarmi, di essere mie. Così ho iniziato a domandarmi, non sarà mai alla fine che ciò che fa realmente la differenza possa essere proprio quella

a priori indeterminata quantità di “q.b.”, quel misterioso “quanto basta” di sale e pepe sempre delegato nelle ricette alla decisione personale?

Fuor di metafora, mi sono a lungo interrogata per la stesura di questo articolo su che cosa avrebbe potuto davvero essere più utile in questo momento di emergenza. La risposta più onesta che sono riuscita a darmi è stata l'ammissione di non sentirmi in grado di poter rispondere a questa domanda in nome di altri.

Ciò che dunque ho provato a fare è stato interrogarmi e cercare di dimorare quanto più a lungo possibile nello spazio aperto della domanda e nell'inquietudine sollevata dal non avere una risposta. Ed è così che dall'iniziale vuoto ha iniziato ad affacciarsi e ad emergere in me qualcosa: un mio modo di guardare al nostro presente, uno sguardo filosofico. La filosofia mi è ancora una volta venuta in aiuto per affrontare questo periodo difficile e così denso di vissuti, carico di sfumature emotive ed implicazioni reali per la mia vita quotidiana. In che modo? Questo è lo spunto ed invito alla riflessione che vorrei condividere nel proseguio di questo articolo.

Questa emergenza ci interpella tutti in prima persona. Ciascuno di noi si è sentito personalmente chiamato, impattato, costretto ad affrontare un cambiamento che per i più fortunati ha avuto la forma di una riorganizzazione pragmatica, mentre per altri ha sradicato affetti e sicurezze in maniera ben più tragica. Vero è dunque che ciascuno di noi porterà ora con sé una propria esperienza esistenziale dei “mesi del COVID-19”. Ciascuno di noi sarà ora dotato di una propria personale competenza esistenziale su un periodo della propria vita che non può vedere ricondotta la sua descrizione e significazione soltanto alle lenti di una prospettiva macro-socio-economica.

Ed è precisamente su questo punto che desidero porre l'accento con uno sguardo filosofico: credo vi sia la necessità di dedicare maggiore spazio e tempo per l'ascolto e l'espressione dei propri vissuti personali, delle proprie credenze, del proprio pensiero, delle proprie emozioni, della paura, dell'ansia o dell'angoscia che io per prima ho sentito stringermi più di una sera il petto nel silenzio irreale che emanava dalle nostre strade. Ascolto, comprensione ed espressione della nostra visione di noi stessi in questo nuovo mondo sono assolutamente fondamentali per non rischiare di interrompere prematuramente, e quindi appiattire, l'essenziale e cruciale elaborazione del significato di questo momento così critico nelle nostre vite.

Non mi si fraintenda, ricettari e frameworks possono essere dei bastoni molto utili a cui appoggiarsi per trovare rapido e fugace sollievo in un momento di difficoltà, purchè non ci si limiti e ci si accontenti di essi. Purchè non ci si dimentichi che sono solo un surrogato della nostra capacità di camminare da soli,

della nostra fertile creatività e delle nostre risorse e capacità individuali, la cui varietà e ricchezza non potrà mai essere adeguatamente espressa o valorizzata in schemi sì rassicuranti ma rigidi, troppo fissi e quindi inadeguati. Come affermava anche K. Jaspers, “ogni sistematica tende ad operare rettilinearmente, in modo da creare schemi. Ma la cosa non è quasi mai così nella realtà effettiva in quanto ogni sistematica permane in movimento, senza mai esistere in modo definitivo, e così ogni edificio troppo compiuto risulta sospetto”⁵.

Di fronte al nuovo scenario, che nello stesso istante si apre e si costituisce davanti ai nostri occhi, privandoci della possibilità di utilizzare per la sua comprensione le rassicuranti e usuali, ma ora inadeguate, categorie con cui abbiamo organizzato ed interpretato il mondo e la nostra quotidianità fino ad oggi, ci troviamo tutti un po' accomunati in quell'iniziale stupore ed incredulità che da sempre caratterizza lo sguardo del filosofo.

“Non ci avremmo mai creduto”, diceva la mia amica al telefono. Oppure, riprendendo le parole del filosofo Salvatore Natoli:

[...] “Quel che qui mi interessa è il passaggio dal non vedere al vedere, o più esattamente, dal comunemente visto al visto veramente: come fosse la prima volta. [...] Nella loro abituale stabilità e persistenza le cose sono così presenti da risultare irrilevanti, sono così ovvie da divenire facilmente fungibili. Solo sullo sfondo del loro svanire ci si interroga sul loro provenire e proprio a partire dall'aleatorietà delle cose sorge la domanda intorno al senso del loro essere. Ci sono delle situazioni in cui tale domandare affiora in modo particolarmente pregnante, anche se di questo non ci si rende conto fino in fondo.”⁶

Parole vive, che colgono aspetti essenziali del nostro vivere reale. A quanti di noi è capitato in questi ultimi mesi di sorprendersi a guardare le stesse cose di sempre... e di scoprirle all'improvviso diverse?

Quali sono dunque queste situazioni che favoriscono la nascita dell'interrogarsi e del domandare? Per Heiddegger, tre sono le occasioni che interrompono l'andatura ordinaria della vita⁷, aprendo lo spazio all'indeterminato spaesante e insieme accogliente dello stupore: disperazione, noia e gioia. Situazioni

⁵ K. Jaspers, *Psicologia delle visioni del mondo*. “Il tentativo di creare un ordinamento è come un atto di violenza in quanto la psicologia, più di ogni altra scienza, è possibile solo come totalità. Ogni sistematica tende ad operare rettilinearmente, in modo da creare schemi. Ma la cosa non è quasi mai così nella realtà effettiva in quanto ogni sistematica permane in movimento, senza mai esistere in modo definitivo, e così ogni edificio troppo compiuto risulta sospetto”.

⁶ S. Natoli, *L'arte di meditare. Parole della filosofia*, Feltrinelli (2016). pp. 11-13.

⁷ S. Natoli, *L'arte di meditare. Parole della filosofia*, Feltrinelli (2016). p.14.

esistenziali, soprattutto le prime due, che credo molti di noi avranno attraversato in questi mesi, mentre mantengo la speranza e l'augurio che anche la terza possa esserne stata parte.

Mesi in cui è cambiata la realtà che ci circonda ed insieme a lei è cambiato anche lo sguardo con cui guardiamo non soltanto a ciò che di nuovo e diverso ha fatto il suo ingresso, ma anche a ciò che sembra essere rimasto permanente. Guardiamo con occhi diversi le stesse cose di sempre, che ci appaiono ora a loro volta un pochino differenti.

Per meglio comprendere questo perturbante sentire, questo scollamento e slittamento dei significati, ho trovato di grande utilità le parole della filosofa Roberta De Monticelli, grande fenomenologa contemporanea in grado di coniugare magistralmente ragione e sensibilità, che vorrei quindi riproporvi.

Vi chiedo dunque, vi siete mai fermati a riflettere su che cos'è per voi la realtà?

Ecco la sua risposta:

“Per noi la realtà è precisamente ciò che ha effetti su di noi e ciò su cui noi abbiamo effetti, e in questo, e sia pure su una scala drammaticamente più vasta, siamo come i nostri fratelli animali.

Ma inoltre è ciò che riempie e soddisfa (o al contrario delude) le nostre rappresentazioni “vuote” [i nostri pensieri, i nostri concetti e le nostre affermazioni], è il mondo attuale che si distingue per la sua attualità da tutti i mondi possibili, è ciò in virtù di cui le proposizioni, qualora vengano formate, sono vere o non lo sono affatto.⁸”

Almeno due sono quindi le modalità con cui in quanto esseri umani guardiamo e ci relazioniamo alla realtà: ad un primo livello, tutta la variegata gamma di azioni e reazioni con cui interagiamo con il mondo; ad un secondo livello, tutto l'universo di pensieri, riflessioni, speranze, desideri, anticipazioni, credenze etc. con cui elaboriamo attraverso il linguaggio ciò che il mondo significa per noi, operando scelte di valore e tra valori.

Spero che ora possa essere più chiaro perchè ritengo molto importante in questo momento non appiattare il nostro sguardo sulla realtà esclusivamente ad una prospettiva del primo livello, focalizzata sulla dimensione del mantenimento dell'operatività, dell'efficacia e dell'efficienza tanto ben valorizzata da ricettari e frameworks. E' chiaro che questo sia un livello critico ed importante per il mantenimento di quella continuità pragmatica con cui abbiamo costruito e costruiamo ogni giorno una società efficace.

⁸ R. De Monticelli, *L'ordine del cuore. Etica e teoria del sentire*, Garzanti (2012). p. 45.

Accanto a tale livello, in maniera intimamente intersecata ad esso e perchè possa essere vissuto con pienezza di senso e di significatività, diventa però ancor più cruciale portare avanti quel lavoro del secondo livello che è reso possibile solo attraverso una riflessione esplicita e consapevole. Esplicitare ciò che stiamo vivendo, ciò che stiamo sentendo e quello che tutto ciò significa per noi ha spesso impatti incredibilmente rivelativi e costruttivi e può aiutarci a farci carico in maniera più consapevole, sentita e personale del nostro modo di vedere e stare al mondo.

L'importante è, a mio avviso, non confondere l'ordine ed i piani fenomenologici dei due poli: la realtà e la vita infatti eccedono sempre i limiti del linguaggio e dell'espressione concettuale ma al contempo l'espressione narrativa di ciò che pensiamo, vediamo e sentiamo può aiutare a vivere la vita in maniera più matura e piena, a vivere una vita pienamente nostra.

Senza andare oltre con le riflessioni teoriche, vorrei concludere con un semplice invito, quello di dedicare a voi stessi per oggi almeno il tempo di una pausa caffè... e vedere di nascosto l'effetto che fa⁹. Provate a dare la vostra risposta a queste domande, ancora meglio se per iscritto. Potreste finire per sorprendervi.

⁹ E. Jannacci, *"Vengo anch'io. No, tu no"*. (1968)

Una pausa caffè con te:

- Tra tutti i cambiamenti portati nella tua vita dall'emergenza COVID-19, quali sono quelli che ti hanno più colpito?
- Che cosa ha significato per te affrontare questi cambiamenti?
- Che cosa ti ha sorpreso della tua reazione?



Come è andata?

Se vi va di condividere le vostre riflessioni, mi trovate qui:

<https://www.linkedin.com/in/chiarasivieri/>

Hume in tempi di sanzioni durante l'isolamento da Corona Virus

Massimiliano Salce¹

Si dovrà passare da una morale che obbliga e costringe, ad una morale che genera un comportamento che sorge dalla norma autonoma e cioè quella norma che il soggetto dà a se stesso e che prende le sue origini non dalla lettura di una legge imposta da un ente esterno ma prende il via dalla riflessione sulla esistenza, sull'esistere di quel momento storico e nel far ciò, riprendere il senso sulla simpatia (empatia, sentimento, similitudine nel sentire), come indicata da Hume, ne è uno degli aspetti fondanti, specie in momenti particolari, sempre in agguato e che ricordano il senso del tragico, anche nel diritto, con cui deve fare i conti l'Umano.

Scrive D. Hume nel Trattato sulla natura umana (Libro terzo): «Per scoprire la vera origine della morale, e quella dell'amore e dell'odio che deriva dalle qualità morali, dobbiamo considerare nuovamente la natura e la forza della simpatia. Gli animi degli uomini sono simili nei loro sentimenti o nelle loro operazioni, né esiste un sentimento che si produca in una persona di cui non partecipino, in qualche grado, tutte le altre. Come quando ci sono delle corde ugualmente tese, se una si muove il suo moto si comunica a tutte le altre, così ogni sentimento che noi possiamo provare passa facilmente da una persona a un'altra e produce nelle creature umane i movimenti corrispondenti. Quando io scorgo nelle voci o nei gesti di una persona gli oggetti di una passione, il mio animo trascorre immediatamente da questi oggetti alle loro cause, e si forma una idea della passione talmente viva che si muta subito nella passione medesima. Similmente quando avverto le cause di qualche emozione, il mio animo è portato agli effetti ed è preso da una grande emozione [...].

Ora noi siamo certi che la simpatia è un principio potentissimo nella natura umana. Siamo anche certi che essa esercita una grande influenza sul nostro senso

¹ Dirigente di una forza di polizia italiana, Laureato in Giurisprudenza (Università di Teramo), in Scienze della Sicurezza Economico Finanziaria (Università di Tor Vergata) e in Scienze Psicologiche Applicate (Università degli Studi di L'Aquila).

della bellezza, sia che riguardiamo gli oggetti esterni sia che giudichiamo della morale. Noi troviamo che essa ha forza sufficiente per produrre i più forti sentimenti di approvazione quando opera da sola e senza il concorso di altri principi, come nei casi della giustizia, dell'obbedienza, della castità e delle buone maniere [...] ed è dunque a questo principio che dobbiamo attribuire il sentimento di approvazione per tutte le virtù utili alla società o alla persona che le possiede. Questo fatto costituisce la parte più notevole della morale».

Se dunque io penso che lo stare in casa costretto per il Corona Virus sia un sacrificio e una limitazione per me, avrò bisogno di una norma che mi vieti di uscire. Un qualcosa di più potente della mia indole. Una norma che si dice eteronoma (ricevere fuori da sé una norma). Ma funziona?

Se, di contro, io penso che altri sono in casa e non escono per non farmi del male, per evitare il contagio, per far sì che non ci siano rischi di diffondere il virus, ecco dunque che io provo un qualcosa che possiamo definire, come direbbe Hume, simpatia (affezione, sentimento) , non provo costrizione che provo quando penso che non posso uscire; eppure il paradosso è che sto riflettendo sullo stesso fatto e cioè che anche altri non possono uscire ma in questo caso provo un senso di approvazione, provo simpatia per quei simili che stanno comportandosi così.

L'oggetto materiale della riflessione è lo stesso. Ma non è lo stesso il senso esistenziale che è implicito nella riflessione sulla stessa azione.

E cosa accade? Accade che non avrei allora bisogno di un divieto imposto dalla legge. Si tende cioè a trasformare la morale, il presupposto interiore del comportamento dell'uomo, da imposizione a riflessione, in una riflessione esistenziale che è opportuno evitare il male ad altri e così facendo generare simpatia (empatia) che mi faccia fare lo stesso e faccia fare lo stesso ad altri.

La morale, quella morale che obbliga e costringe senza ottenere partecipazione viene così a perdere quel rivestimento esterno di tipo religioso o confezionato dallo Stato, rivestimento fatto di costrizioni, di sanzioni svariatissime ma che sistematicamente vengono sfidate da infinite persone, se è vero che come è vero il numero dei denunciati o sanzionati assume valori incredibili, così come sono piuttosto affollati ogni domenica i confessionali delle nostre chiese.

Si passa da una morale che obbliga e costringe, ad una morale che genera un comportamento che sorge dalla norma autonoma e cioè quella norma che il soggetto dà a se stesso e che prende le sue origini non dalla lettura di una legge imposta da un ente esterno ma prende il via dalla riflessione sulla esistenza, sull'esistere di quel momento. Se ne converrà che affacciarsi sul baratro del senso

dell'esistere è ben diverso dall'esercizio di "lettura di un comportamento sociale" e di una imposizione molto semplicistica da ricollegarvi. E soprattutto ne sono diversi gli approdi.

L'esistenza dunque e la riflessione su di essa e a fronte il confronto con la norma eteronoma, che non sa parlare all'esistenza dell'uomo, all'animo dell'uomo e così necessita di una sanzione mai risolutiva e per di più cangiante, visto come siamo passati in poche settimane dalla applicazione di una norma penale (650 del codice penale) ad una norma amministrativa cioè a pura sanzione pecuniaria e ideata in sostituzione della prima, in regolazione dello stesso comportamento! Con evidenti scarsi risultati e un dispiegamento di forze di polizia mai visto prima.

Sarà e deve essere dunque la riflessione esistenziale e nel caso la "simpatia (empatia)" a guidare una morale che non fallisca. Che si regge di per sé e che genera la norma autonoma. E sulla quale fondare una filosofia del diritto, partecipe di quel più vasto problema che non è il giuridico ma il senso del divenire e del "tragico" del vivere.

E se, peraltro, la norma è l'essenza del funzionamento di uno Stato, si comprende facilmente cosa occorrerebbe fare nell'orientare questa filosofia.

Ancora una volta non può quindi essere una morale che è condizionata da eventi esterni, che cercherebbero di affermare a priori cosa sia giusto e cosa sia sbagliato per tentare poi la via della norma giusta o più giusta, efficace o più efficace, sterile inseguimento regolativo di fenomeni, ma sarà una morale che si basi su quel riflettere interiore, mai troppo sufficiente o percorso, alla ricerca del senso dell'esistenza e della co-esistenza umana ad indicare così la Via.

Ma si sa il cammino è ancor lungo in materia. Esattamente come la riflessione sull'esistenza dell'uomo.

La Filosofia ai tempi del coronavirus

Marcella Bricchi¹

Penso che la filosofia in un momento come questo, dove ci si deve necessariamente confrontare con il più “grande” dei timori: la paura della morte, sia la disciplina che più di tutte ci possa aiutare a riflettere e ad avere delle risposte significative. Essa ci permette infatti di riconoscere la nostra vulnerabilità e fragilità in una dimensione in cui le difficoltà esistenziali oltre a quelle pragmatiche di tutti i giorni, si rendono sempre più accentuate.

E' proprio partendo da questo assunto di vulnerabilità che possiamo diventare più coraggiosi e affrontare meglio questa delicata fase storica con cui ci ritroviamo a fare i conti. E' il momento per ripensare il nostro modo di gestire il cambiamento, mettendo in discussione noi stessi, in primis, riscoprendo e ridefinendo dei valori che riguardano il modo di pensare e di vivere, sia attuale che improntato al futuro, operando una rigenerazione anche all'interno del nostro modo di essere integrale, come persona in toto.

Si tratta di un processo trasformativo che va gestito in termini di sfida, concetto che un filosofo nonché un Counselor Filosofico dovrebbe conoscere molto bene. In questo momento si assiste paradossalmente ad una necessità di contatto con gli altri, il bisogno di creare un senso di comunanza, di empatia, nonostante il distanziamento fisico ci spinga a dialogare e comunicare avvalendoci anche del social network. L'invito che un filosofo dovrebbe fare ad un suo potenziale interlocutore è quello di mantenere uno sguardo aperto, operativo sia all'interno della presente situazione, sia in relazione al futuro, promuovendo e stimolando il desiderio di attribuire più valore al contatto umano vero, reale, fatto di comunicazione e di solidarietà.

Sicuramente, in un contesto del genere, in cui ci si fanno molte domande, su più fronti e per cui è sempre più difficile rispondere, la filosofia sta cominciando ad attrarre le persone. Le pratiche filosofiche in generale, in modo particolare il

¹ Counselor Filosofico Professionista, diplomata nel 2018 presso SSCF & ISFIPP, laureata in Filosofia presso Università degli studi di Parma

Counseling Filosofico, dove si instaura una vera e propria relazione tra consulente e consultante, può essere utile nel fare in modo che la filosofia rappresenti un modello di unificazione di tutte le dimensioni dell'esistenza, non solo quella corporea, ma anche quella emotiva e spirituale, legata alla volontà e all'azione.

Questo invito dovrebbe poi trasformarsi in un desiderio di leggerezza e di riscoperta anche delle piccole cose, che rimanendo in casa in un contesto isolato da quelli che sono gli stimoli sociali e lavorativi, ci si ritrova a gestire. La filosofia ci può orientare a rimanere centrati in un cambiamento che sta avvenendo all'interno e al di fuori di noi e a raccogliere un grande interrogativo, che riguarda proprio il senso di questo momento di passaggio, di transizione da un modo di vivere di totale libertà ed emancipazione, ad uno di restrizione ma anche di intimità e raccoglimento.

Ora la domanda che dovrebbe essere posta a chi ci si trova di fronte è questa: con quale atteggiamento filosofico si può affrontare la situazione?

Personalmente sento in questo momento di dedicarmi agli esercizi verso la cura degli altri, che non sia solo cura di sé egoistica e individualizzante, anche perché ritengo che siamo tutti coinvolti e in qualche modo ingaggiati in una comune circostanza.

La capacità del filosofo che viene richiamata ora è la trascendenza, nel senso di vedere le cose dall'alto, di contemplare e di soffermarci sulla natura, sull'intera umanità e quindi anche sull'altro, sui nostri simili che vivono insieme a noi e che ci permettono di sentirci iperconnessi.

Questo tipo di punto di vista da un'angolazione più alta ci aiuterà sicuramente a capire meglio noi stessi, anche attraverso l'altro; grazie a questo atteggiamento filosofico possiamo comprendere e alleggerire la nostra sofferenza mediante quella del nostro prossimo, che come noi sta vivendo la medesima situazione sebbene con manifestazioni e vissuti diversi.

Il senso della morte imminente che accompagna uno stato di pandemia come quello che stiamo vivendo, inducendo riflessioni sulla caducità dell'esistenza, può essere uno stimolo che diventi il reale motore trasformativo di un futuro ridefinito a partire da oggi, dalla situazione attuale.

La filosofia ci può orientare a rimanere attivi verso questa importante trasformazione in un momento dove le parole spiazzamento e destabilizzazione sono predominanti e deve invitare ad avere uno sguardo appunto trascendente, oggettivo, che vada al di là della contingenza e delle singole difficoltà pratiche che in questa dimensione ci stanno cambiando la vita.

La compassione e la solidarietà, da questo punto di vista, sono sentimenti che dall'angoscia che deriva dalla possibilità di morte possono essere positivamente e filosoficamente stimolati; si tratta di un momento, non solo d'introspezione e di riflessione, ma anche di avvicinamento spirituale, parallelamente al distanziamento fisico obbligato.

Mi riferisco proprio al termine angoscia, in relazione alla situazione che stiamo vivendo, nel senso di un sentimento positivo, vitale, che non ha nulla di patologico, a differenza della paura come una sensazione negativa, paralizzante e generatrice di ansia.

Se da un lato, tuttavia, la paura rappresenta anche un meccanismo di difesa, in quanto provocata da un pericolo certo, ossia da un oggetto specifico, nel sentimento di angoscia noi dobbiamo determinare l'oggetto di cui abbiamo paura, perché non lo conosciamo, esattamente come nel caso del Coronavirus che ci sta affliggendo. Si tratta di un sentimento che riproduce la situazione attuale e lo stato d'animo della popolazione; il Covid 19 è un nemico invisibile, non sappiamo di preciso da dove viene, attraverso chi ci può contagiare e in quale modalità si possa manifestare.

La popolazione si trova inoltre di fronte ad una sospensione della propria vita sociale e lavorativa e accusa uno stato di reclusione simile alla prigionia, che la porta a riprendere gradatamente la routine quotidiana, cosa molto difficile da mantenere in un contesto come questo.

Dal momento che i comportamenti umani non sono deducibili da principi, prevedibili come i teoremi di matematica e quindi facilmente stigmatizzabili, non si può utilizzare il sapere ma la phronesis, la saggezza, il buon senso che rappresentava la virtù di Ulisse: la capacità di muoversi in situazioni pericolose e incerte come questa, calibrando quale sia il minor male rispetto a quello che esiste.

La pandemia in corso rappresenta quindi anche un'occasione per riflettere di più sul senso della vita e sulla propria interiorità; il sentimento di spaesamento che ne deriva è un valido motivo per cominciare a meditare su chi si è e su ciò che si vuole dalla vita, per lavorare di più su un piano di esame spirituale.

Il Counseling Filosofico è sicuramente un ottimo strumento di analisi in questo ambito, senza prescindere dalla considerazione che quelli che oggi valutiamo come sentimenti negativi e fonte di sofferenza, un domani potrebbero diventare valori aggiunti della nostra esistenza.

In questo senso mi sembra utile mantenere e difendere la nostra progettualità occupandoci dell'hinc et nunc senza preoccuparsi troppo né del futuro né del passato, al fine di ricreare un buon equilibrio anche nel senso della temporalità,

senza il quale si ha un'instabilità che può sfociare in una forma di depressione, prima esistenziale e poi, se non adeguatamente affrontata, anche patologica.

L'incertezza che stiamo vivendo è un altro sentimento pregnante in questo momento, a discapito della sicurezza di cui prima potevamo avvalerci; in una simile dimensione, il nostro narcisismo, dove l'Io è concentrato in un continuo sforzo performativo, la famiglia ed altri valori che implicano la partecipazione dell'altro, come ad esempio l'amicizia, possono essere rivisti e "rivalutati" in un modo più forte, più totalizzante.

E' necessario ripartire da un ripensamento della socialità e della condivisione in senso propositivo, costruttivo, non solo come compagni di sventura, ma anche come individui che traggono dalla sofferenza uno stimolo per migliorare se stessi e come singoli elementi cooperanti nella creazione di un nuovo equilibrio del sistema sociale.

Si può imparare dai filosofi stoici che ci insegnano ad apprezzare quello che ci rimane, quello che c'è già nella nostra vita e che ci rende più sicuri, senza rimuovere i nostri timori ma ponendoci di fronte ad essi ed affrontandoli in modo combattivo. Rallentando il tempo attraverso il lockdown imposto, noi possiamo analizzare meglio, non solo quello che sta succedendo, ma la nostra intera esistenza nel suo fluire.

Il viaggio è in questo modo più nitido, i sentimenti di rabbia e di angoscia provocati dall'isolamento non dovrebbero creare una situazione di guerra di tutti contro tutti, ma un sentire comune di solidarietà e di condivisione che ci aiuti ad affrontare positivamente questa situazione e a tollerare i difetti degli uni e degli altri.

Si pensi anche al filosofo Pascal, il quale riteneva che tutta l'infelicità dell'uomo deriva dall'incapacità di rimanere da solo e isolato, perché al contrario di quello che si possa credere, in questa situazione s'imparerà meglio a vivere ma anche a sconfiggere questi timori.

Mi sto rendendo conto che quello che avviene oggi a seguito della pandemia, è una situazione di stremo delle energie sotto vari aspetti, fisico, psicologico, economico, e la filosofia che noi abbiamo studiato, coltivato e reso una pratica di vita ci conferisce più lucidità, più chiarezza in tutto questo mare magnum di incognite e ci permette di capire il perché delle nostre emozioni e dei nostri comportamenti indicandoci un orientamento da seguire in relazione alla personalità di ciascuno di noi e ai nostri vissuti.

Si tratta di affrontare nuovi problemi e di fronteggiare nuovi pericoli da un lato, mentre dall'altro si palesano davanti a noi nuove opportunità, possibilità di avere

una vita interiore più vivace, ricca e profonda; c'è più tempo per leggere, per ascoltare la musica, per guardare o riguardare film interessanti con più calma, più attenzione.

Anche il rapporto spirituale rispetto al cosmo è di solito oscurato nella nostra frenetica vita quotidiana fatta di impegni e incessante movimento; ora noi possiamo meglio percepire questa possibilità di entrare a contatto con la natura in modo più ravvicinato, intimo e senza interferenze: il cielo è più limpido, i pianeti si possono vedere più nitidamente, in modo da renderci conto che siamo parte di un mistero molto più grande. Personalmente, apprezzo di gran lunga questa possibilità di comunicare con l'universo in senso più ampio, di poter vivere a contatto con la natura e poterne ammirare quelle manifestazioni, che senza l'intervento massivo e deturpante dell'uomo, possono avere luogo. Si pensi alla limpidezza dei nostri mari e ai continui avvistamenti di delfini che ora ritornano a muoversi in branco indisturbati nei pressi delle rive, ai pesci che tornano a nuotare nelle acque ora azzurre dei Canali di Venezia, al fiume Po che, nel bel mezzo della zona in cui vivo, dove il focolaio epidemico ha avuto il suo effetto più devastante e il più alto tasso di mortalità, torna ad essere trasparente come probabilmente nessuno lo aveva mai visto...

Penso che il momento storico importante che stiamo vivendo, denso di cambiamenti per certi versi assurdi, faccia riflettere su quanto il pianeta abbia un proprio modo di riassetare le cose e le sue leggi, quando queste vengono stravolte dal loro equilibrio primordiale. In un'epoca in cui il cambiamento climatico e l'inquinamento sono arrivati ad uno stadio preoccupante, il mondo è costretto ad un fermo; se da un lato l'economia collassa, lo smog diminuisce drasticamente e l'aria diventa respirabile, nonostante un dannato virus stia sacrificando vittime innocenti, questo ci fa capire che l'oggetto di discriminazione siamo noi umani, indistintamente dalla razza, classe sociale, religione, ecc... In una società fondata sul consumo e sull'iperattività, di punto in bianco arriva il blocco totale, del lavoro, della vita sociale, dei divertimenti.

In un momento in cui i rapporti e la comunicazione sono state scarnificate dalla realtà virtuale e dall'uso del social network, attraverso l'illusione della comunanza e della comodità, il virus ci ha negato la vera vicinanza, fatta di presenza fisica e di rapporti umani diretti, concreti.

Proprio in un periodo in cui dobbiamo fare i conti con la nostra finitudine e le nostre fragilità, si sta facendo viva la necessità di sostenerci l'un l'altro, di trovare il senso di appartenenza ad una comunità che è più grande della nostra dimensione individuale ed egoistica e ad un cosmo determinato da un ordine naturale che nel tempo è stato abusato e sovvertito da disastri ambientali provocati dall'uomo.

Se questo è il momento della grande sofferenza, che possa diventare anche quello della riflessione, su quanto ci sta accadendo e su quanto siamo forse in debito con il nostro pianeta.

Un altro grande disagio, nonché effetto collaterale della tragica pandemia è, a parer mio, riconducibile alla mancanza della sacralità di fronte alla morte, al lutto, completamente privato di quel rispetto e di quella dignità che non possono essere garantiti in una condizione come questa di alto contagio: i familiari non possono quindi accompagnare i propri congiunti gravemente ammalati alla fine della loro vita e non possono neppure garantire loro un funerale né una dignitosa sepoltura.

Questa situazione genera ulteriore angoscia e tende ad aumentare quel senso di impotenza e di frustrazione che ci pone ancora una volta, in modo crudo e brutale al cospetto di una realtà nella quale il senso di caducità e di finitudine della vita umana prende il sopravvento sulla dignità della persona nella sua complessità, rappresentata da un'entità spirituale oltre che materiale e corporea.

In una simile dimensione di precarietà esistenziale, è assolutamente necessario un intervento di rigenerazione del senso di umanità, che deve essere operato dagli intellettuali e da chi esercita pratiche filosofiche orientate in modo particolare alla cura dell'anima.

Dobbiamo diventare delle sorgenti di energia primaria per aiutare le persone, attingendo queste risorse proprio dalla filosofia, non solo attraverso gli insegnamenti che ci vengono dati dai filosofi studiati a scuola e all'università, ma anche e soprattutto dal nostro personale atteggiamento filosofico, imparato e sperimentato nel corso del Master così come nelle nostre più importanti esperienze di vita.

Dobbiamo portare, condurre le persone a riaprirsi alla natura e a coltivare in se stesse delle certezze che non possono trovare all'interno di questa tragica esperienza e neppure in un prossimo futuro, in cui non sarà ancora chiaro l'esito di questa pandemia.

Per questo motivo, un Counselor Filosofico matura dentro di sé e aiuta gli altri a seguire la necessità di riorganizzarsi e di determinare un nuovo equilibrio nella propria esistenza tenendo presente quei versi di Hölderlin citati da Heidegger in La questione della tecnica : "Là dove c'è il pericolo, cresce anche ciò che ci salva".

Questo atteggiamento può rappresentare, a mio parere, la via d'uscita dal nichilismo, ossia da quel naufragio dell'umanità dove pare che non ci possa essere scampo per nessuno, dove l'unico tempo possibile è quello che conduce alla privazione di se stessi persi nella corsa sfrenata verso qualcosa d'incerto, dove la

mancanza di riferimenti culturali lascia spazio alla mediocrità e l'opprimente conformismo contribuisce ad un incremento dell'ipocrisia, mentre la ristrettezza degli orizzonti morali esalta ogni delirio di onnipotenza unitamente ad una brama di schiavizzazione.

Di fronte alla realtà per molti versi "sorprendente" che stiamo vivendo, la sensazione che ne deriva può essere di certo lo scoramento, lo spaesamento di chi si vede crollare delle sicurezze; la filosofia ci deve tuttavia insegnare che questi crolli possono essere funzionali e possono darci delle risposte anche quando la vita ci impone di stare fermi, in silenzio.

Un altro importante aspetto dell'atteggiamento filosofico in ordine ad un evento di questo tipo è costituito dalla ragionevolezza, che per quanto scontata e banale possa sembrare, è in realtà l'unico mezzo che abbiamo per affrontare e superare l'angoscia dell'imprevedibile; il cambiamento dei gesti della vita quotidiana, ci inducono a subire in modo passivo questa situazione di reclusione e di continua minaccia, ma la filosofia ci insegna a partire da questa esperienza del tutto insolita per cominciare a riflettere, a trovare un nuovo itinerario per uscire da questa frattura che stiamo vivendo, considerando che proprio dalle fratture nasce il concetto di disvelamento e meraviglia.

Laddove non ci si può quindi sostenere attraverso il supporto e la vicinanza fisica, ci si può aiutare attraverso l'ascolto, la comunicazione e lo scambio di idee, perché il più grande effetto collaterale dell'isolamento sociale è rappresentato, ribadisco, dal sentirsi disconnessi e separati dall'altro, con il quale la nostra esistenza aveva un senso; ricordiamo che alle determinazioni esistenziali dell'Esserci heideggeriano si aggiunge la categoria esistenziale del con-esserci (Essere esistenzialmente con gli altri). Se ci riflettiamo, noi "sentiamo la mancanza" degli altri perché per natura siamo fatti per essere con gli altri; in tal senso l'essere solo è un modo difettivo del con-essere.

Nel momento in cui si deve rinunciare alla abituale routine quotidiana, fatta d'incontri e di relazioni, si realizza che l'ovvietà della vita sociale ha in sé la caratteristica della non sorpresa nei confronti degli altri, sentimento che in termini umani possiamo definire indifferenza, che non è tanto diversa dalla familiarità con cui ci muoviamo tra le cose senza apprezzarne il valore.

Per chi ha dimestichezza con la comunicazione mediatica, il social network può aiutare sicuramente a compensare questo distacco, ai giorni nostri questo rappresenta una grande facilitazione, tuttavia ritengo che anche le opere d'arte che abbiamo la possibilità di consultare (quadri, libri, poesie, fotografie, film, ecc...) possono essere utilizzate creativamente per stabilire questa vicinanza non solo virtuale ma anche emotiva e sentimentale.

Penso che questo atteggiamento filosofico centrato sulla cura possa diventare una nuova modalità di stare al mondo e di affrontare gli eventi che in esso si verificano; una cura di sé e degli altri rivolta all'anima oltre che al corpo, visto che anche in questa circostanza sfortunata abbiamo avuto modo di realizzare che queste due entità non possono essere separate, ma al contrario analizzate e trattate insieme in un rapporto di complementarità e osmosi.

Dal punto di vista attuale, penso quindi che il senso di comunità, di sostegno reciproco non sia un'illusione, dal momento che questo continuo desiderio di contatto porta ad una divisione dei compiti, ad un perfezionamento delle proprie capacità finalizzato all'aiuto dell'altro, nonostante il distanziamento sociale.

Con la frase di Seneca in *La brevità della vita* “ In realtà non è vero che di tempo ne abbiamo poco, piuttosto ne sprechiamo tanto”, il filosofo stoico ci indica un atteggiamento per vivere al meglio la vita non buttando via il nostro tempo prezioso, ma dando un senso alla nostra esistenza ogni giorno, lasciando un'impronta a chi verrà dopo di noi. Quando siamo dominati dalla fretta e il tempo scorre troppo rapidamente si rende necessario coltivare la propria umanità, perché questo virus, ci ha portato la consapevolezza di essere tutti “sulla stessa barca”, senza nessun tipo di distinzione, in quanto nessuno è provvisto d'immunità.

Quella che stiamo vivendo costituisce a tutti gli effetti una situazione trasversale a livello ideologico, in quanto possiamo sia ricevere che, al contempo, fare del male a qualcuno; ogni essere umano rappresenta una creatura che potrebbe sia arrecare danno infettando inconsapevolmente qualcuno, sia essere vittima di questo danno. Avvertiamo quindi un senso di vulnerabilità, come accennavo prima, ma anche di responsabilità, in quanto siamo in contatto non solo con il nostro corpo ma anche e soprattutto con quello degli altri, in un rapporto di interconnessione.

In tutto questo scardinamento di valori e di certezze, determinato da un virus che irrompe in una società già assai indebolita, il nemico è di nuovo presente tra di noi, non nelle sembianze di una guerra tra gli uomini, bensì come un mostro invisibile che incombe dall'esterno. Il panico sconfinato che si genera dinanzi ad esso è una reazione immunitaria sociale, globale a un nuovo nemico. Una reazione percepita come un terrore permanente di grande intensità perché abbiamo vissuto a lungo in un sistema, sì debole, ma senza nemici incombenti, in una società della positività.

Penso e ribadisco che vi è anche un ulteriore motivo per questo panico smodato, che ha purtroppo a che vedere con la digitalizzazione; se questa da un lato ha sicuramente risvolti positivi di facilitazione e comodità, dall'altro

contribuisce a smontare e a mascherare la realtà, costituita da esperienze di sofferenze. e difficoltà. Ritengo che l'abuso della digitalizzazione, della cultura fatta di simboli e di “ mi piace”, elimini tutta la negatività dell'esistenza e induca un'apatia nei confronti della realtà.

Nell'attesa che tutto questo trovi una risoluzione, spero che quello che stiamo vivendo, se ci insegnerà qualcosa, sarà di affinare la nostra capacità critica, di discriminare, sia in filosofia, che in bioetica, dove il Counselor filosofico può dare un contributo che si aggiunge al lavoro dei medici e degli scienziati, e in tutti gli altri ambiti della vita.

Il lavoro del Filosofo non è infatti solo quello di trovare il senso della vita o di dire agli altri come devono vivere ma anche e soprattutto quello di fornire strumenti concettuali utili a chi prende decisioni difficili, nel comunicarle e spiegarle agli altri. Se consideriamo la filosofia in questo modo, allora penso che rimanga ancora molto lavoro da fare anche per i Counselors Filosofici, non solo nella situazione attuale, ma anche e soprattutto nel futuro.

La necessità di far Emergere e di ri-Emergere dall' Emergenza

Silvia Lo Canto¹

Mai nella vita avremmo immaginato di vivere in una situazione degna dei migliori film di Hollywood.

Una società, uno stato, un intero pianeta alla mercé di qualcosa di talmente minuscolo da sembrare quasi inesistente.

Il mondo si trova ad affrontare un pericolo di cui non può prevedere neppure le mosse, poiché invisibile!

Quello che vediamo di lui sono solo i suoi effetti sulla nostra umanità, e non solo dal punto di vista degli effetti fisici.

È quasi come se, questo virus, oltre ad aver ammalato ed indebolito i corpi, abbia infettato pure le anime e le menti.

Da mesi siamo ormai sommersi da ogni tipo di forma di paure, che, grazie alla reclusione forzata, sembrano diventare quasi più letali del Covid 19 stesso.

Si vive costantemente con la paura di infettarsi, paura di infettare, la paura di morire, quella di veder morire, oppure ancora la paura che altri contravvengano alle leggi restrittive;

per non parlare poi di quella di essere dimenticati o di quella di dimenticare, così come la paura di chiudersi alle gioie della vita, e a quella che l'isolamento non abbia mai fine.

Ma poi, a rifletterci bene, non è solo tutta colpa del virus, poiché, se è vero che colpisce intimamente la nostra salute fisica, è altrettanto corretto dire che la gestione dell'emergenza e la reclusione tra le mura domestiche, sussurrano parole terribili al nostro spirito, basta farsi un giro sui social network per farsi un'idea.

¹ Counselor Filosofico Professionista, diplomata SSCF & ISFiPP, laureata in Scienze filosofiche, attualmente iscritta alla Laurea magistrale in Psicologia.

Ed ecco che in poco tempo, grazie ad un semplice clic, ci si ritrova catapultati nelle epoche più buie dell'umanità: donne e uomini, di ogni età ed estrazione sociale, che riversano il loro disagio, il loro terrore, in fiumi interminabili di parole, spesso gettate con noncuranza, con rabbia e tanto rancore.

La gente è confusa, si è vista limitare repentinamente, in modo coatto, molte libertà, quelle stesse libertà a cui mai avrebbe pensato di dover rinunciare, come ad esempio una semplice passeggiata nel parco coi figli.

Credo che lo spaesamento che molti di noi sta vivendo sia dato dal fatto che ci siamo trovati, nel giro di poco, a consegnare obbligatoriamente le nostre vite nelle mani di tecnici che ci impongono di fidarci di loro senza diritto di replica.

Ma la fiducia è qualcosa che si può imporre?

Ci obbligano a tralasciare ed a trascurare le nostre competenze cognitive, la nostra capacità razionale, nonché il nostro spirito critico, a favore di pochi, i quali possono prendere al nostro posto decisioni di vita quotidiana e che ci obbligano a credere che sarebbero state le stesse identiche decisioni che avremmo preso noi se ne fossimo stati abilitati, e di conseguenza delle quali siamo altamente responsabili!

Il concetto di responsabilità è un concetto molto interessante, seppure altamente complesso.

Negli ultimi mesi fanno spesso appello a questo termine, senza mai però dedicare del tempo per chiarircene il significato.

Come accennavo poc'anzi, responsabilità è un concetto multiforme, dal significato apparentemente molto chiaro, ma che se analizzato rivela le sue fragilità, lasciando incerti e insicuri:

appena sembra di averlo afferrato, ecco che questo è già sfuggito un passo oltre!

Partiamo dalla sua origine latina RESPONDERE, ossia rispondere:

ad un primo acchito la definizione appare di una semplicità disarmante, infatti rispondere può voler dire semplicemente dare risposta delle proprie azioni.

Quindi, secondo questa definizione, io sono responsabile delle mie azioni nella misura in cui le abbia preventivamente soppesate, valutate e liberamente preso adesione.

Ma nel caso in cui le nostre azioni siano frutto di una coercizione, come può essere nel nostro caso attuale un decreto legislativo, in che misura possono essere definite responsabili?

C'è chi potrebbe rispondere che lo sono nella misura in cui io aderisco, con coscienza e cognizione di causa, consapevole della bontà e della correttezza di tali imposizioni.

Ma, in questo caso, la responsabilità si fonderebbe un atto di fiducia: io, libero cittadino, mi trovo a rispondere delle mie azioni imposte, che ritengo adeguate, sulla base della fiducia che ho dovuto riporre nei confronti delle istituzioni e che mi hanno riferito, senza diritto di replica, essere giuste a prescindere per la salute ed il bene comune.

In che modo quindi tutto ciò può mettere in gioco la mia responsabilità?

Ciò che ho espresso finora vuole comunque rimanere al di fuori di ogni tipo di polemica di stampo politico rispetto a come sia stata affrontata l'emergenza finora, piuttosto ha il compito di far emergere la necessità di una riflessione filosofica precisa, proiettata al sostegno di tutti coloro che necessitano di fare i conti con un nuovo tipo di esistenza, che includa anche una nuova visione del mondo.

Credo che questo sia un passaggio obbligatorio per il benessere della società, nella quale il nostro ruolo, quello di Counselor Filosofico, può e deve giocare un ruolo determinante.

Abbiamo la responsabilità come Filosofi di fare dell'emergenza un'opportunità, permettendo ed incentivando l'emersione delle problematiche, rivestendole di nuova luce, di nuova veste.

In una società in balia del terrore, del risentimento e dell'oppressione, così come dell'insofferenza, il Counselor Filosofico ha l'obbligo di problematizzare, sollevare questioni all'attenzione dei cittadini, al fine di aiutarli a non andare alla "deriva", aprendoli piuttosto alla riflessione e ad una maggiore conoscenza di sé, presupposto fondamentale per l'espressione del potenziale di ognuno di noi.

Problematizzare però non vuol dire per forza creare dei problemi, anzi significa trovare significati nuovi che diano modo di far sì che ci si apra a nuove possibilità di esistenza, evitando l'annichilimento e l'autodistruzione.

Partiamo Dunque dal porci un interrogativo dal sapore stoico:

ho, abbiamo noi, noi il potere di porre fine a questa situazione?

Se la risposta è sì, allora abbiamo il dovere di fare di tutto per modificare il nostro status attuale; ma se la risposta è no, come io credo, allora il nostro compito è "abitare" la nostra situazione in modo intelligente e consapevole.

Prima di lavorare con gli altri è però fondamentale che si cerchi di trovare un nostro equilibrio e una quiete intima personale.

Ad esempio, nel mio caso, ho iniziato facendo un lungo ed interminabile lavoro di ascolto di me stessa, stando attenta all'insorgenza di ogni tipo di malumore, insofferenza o paura riguardo al momento presente, discutendone apertamente e filosoficamente con mio marito.

Premetto che sin dall'inizio della quarantena ho dovuto trascorrere la maggior parte delle ore della mia giornata da sola, divisa tra la cura e l'assistenza di mio figlio, che ora ha quasi un anno, e al contempo, la gestione del mio lavoro, poiché mio marito ha due aziende agricole da gestire e quindi il tempo in casa con noi, seppur di qualità, è stato comunque limitato.

Potete Dunque immaginare quanto lo spazio da dedicare alla mia persona sia stato ridotto; devo dire che, ad onor del vero, mio marito ha sempre fatto di tutto per concedermi almeno un'ora di tempo per me, ed è sempre stato disponibile al dialogo e all'ascolto.

Insieme ci siamo prefissati di cercare di rispondere ad una domanda esistenziale:

come vogliamo che trascorra la nostra vita in quarantena?

A tal proposito siamo riusciti a maturare l'idea che il nostro compito e il nostro obiettivo fossero quelli di vivere il più serenamente e il più armoniosamente possibile anche per riuscire a trasmettere solidità e benessere al nostro piccolo Michelangelo.

Abbiamo quindi deciso di mettere da parte ogni tipo di atteggiamento polemico e distruttivo e di concentrarci su ciò che ci sembrava, e ci sembra tutt'ora, avere il seme della potenzialità creatrice.

Procedendo con un ordine logico ci siamo posti ulteriori domande al fine di rintracciare la via migliore per noi, per una vita buona:

“che cosa sono in grado di offrire alla mia famiglia di positivo e fecondo, quando sto bene con me stesso/a? “

“Che cosa è il mio potere fare per ritrovare il mio benessere personale?”

“Quali sono le strategie da attuare per il raggiungimento di tutto ciò?”

Al termine di questo lavoro rigoroso siamo convenuti che la via da perseguire fosse quella che ci permettesse di coltivare le capacità, le potenzialità e la creatività di ognuno di noi.

E' fondamentale alimentare ed incoraggiare la creatività personale in un periodo dove ci si sente, poiché lo si è, rinchiusi e senza possibilità di azione!

Per quel che riguarda me ho deciso quindi di mettere in gioco le mie conoscenze e le mie competenze filosofiche donando il mio supporto

gratuitamente, considerato lo stato di emergenza, a tutti coloro che ne avessero avuto bisogno, sia attraverso videocchiamate, sia attraverso chiamate semplici.

Ho proposto, a chi lo desiderasse, ma soprattutto a chi era a contatto diretto con il problema, ad esempio infermieri o persone che si erano ammalate, ma che avevano uno stato di salute in ripresa e sotto controllo, anche dei giochi filosofici che potessero distrarre dalle preoccupazioni del presente e che potessero essere da supporto all'apertura del pensiero critico ed indipendente.

Inviavo, quindi, loro un'opera d'arte, un brano musicale o una immagine, e poi davo loro il compito di scrivere un feedback su ciò che avevano percepito e ciò che avevano vissuto dalla fruizione dell'opera, pretesto utile per iniziare una discussione di natura filosofica.

A partire dalla metà di marzo, poi, ho iniziato anche a organizzare Caffè Filosofici on-line (grazie anche al supporto tecnologico della Dott.ssa Silvia Spaltro, bibliotecaria presso un importante Liceo di Glasgow) a cui ho dato il nome "Restiamo Connessi", avendo per l'appunto l'obiettivo di porre quei quesiti filosofici che stanno coinvolgendo e sconvolgendo la nostra quotidianità; in queste occasioni ci siamo quindi interrogati sul senso del concetto di Libertà, di Responsabilità, di Cura, di Perdita di Tempo e così via.

Nel contempo ho steso nuovi progetti per l'assistenza e il supporto al "ritorno alla normalità", contattando strutture e creando un team di lavoro che preveda, oltre la mia figura, anche quella di altri professionisti, tra cui anche una artista ed un insegnante di yoga.

Infatti, se sostengo la fondamentale importanza della figura del Counselor Filosofico durante questo periodo delicato, ne ritengo altrettanto fondamentale il suo intervento durante il periodo di "riabilitazione" post-emergenza.

Vorrei concludere il mio contributo citando una massima orientale, che in questi ultimi mesi, è diventato un po' il mio mantra personale:

"a volte è importante ringraziare anche quella situazione che ci fa del male perché, costringendoci a cambiare strada, ci fa conoscere mondi migliori".

FilosoFare al tempo del Covid - 19

Martina Locca¹

Tante esperienze si scoprono fondamentali per la nostra crescita, ma è indubbio che alcune tra queste siano semplicemente più incisive.

Quella che è iniziata come un'emergenza sanitaria si sta specificando in uno tsunami economico, sociale e personale nel quale i sentimenti predominanti paiono essere paura, angoscia e tristezza. Il vivere quotidiano ha mano a mano conquistato con la sua routine un posto privilegiato, fatto di apparente sicurezza e tranquillità e quando è arrivato l'inatteso eccoci spaesati. E qui il tentativo, estremizzato in certi casi, di una comunicazione doverosa e forzata che non supporta, finendo per farci sentire ancora più soli, spenti davanti a schermi accessi; oltre a ciò, è vero che non si può sostituire il calore umano derivante soltanto dai dettagli immediati, ma non possiamo sottrarci nemmeno al bisogno di accompagnamento sociale (e sentimentale). L'ascolto è un tassello ancora troppo spesso messo da parte, come la solidarietà autentica. Non posso non pensare a tutte le persone da sempre, purtroppo, scartate anche inconsciamente... la mente e il cuore vanno a chi soffre di problemi psichiatrici, psicologici ed esistenziali, a chi vive con l'incomprensione cresciuta, come se ce ne fosse bisogno, in modo esponenziale in questo momento di stravolgimento.

Credo però che, come filosofia consiglia, una modalità diversa di considerarci non solo sia possibile, ma includa degli svelamenti impensati e che l'oggi sia un punto di inizio per un nuovo viaggio. Possiamo scegliere di utilizzare il tempo (ritrovato) per una ricerca nel luogo più bello esistente: la nostra interiorità.

¹ Laureata in Filosofia presso l'UPO (Università del Piemonte Orientale), Counselor Filosofico Professionista diplomata SSCF & ISFiPP. Inizia il suo percorso come counselor facendo della filosofia pratica un supporto per malati di Alzheimer e caregiver. Grafologa specializzanda in perizia giudiziaria. Attualmente opera a Santhià (VC) presso studio privato e lavora nell'ambito amministrativo.

La quarantena mi aiuta ogni giorno, sapete? E' un sentire di amore e odio, la sensazione del limite... tra me stessa e l'altro. Mi piacerebbe stare in riva al lago, guidare per ore, poter organizzare una cena con i miei amici, sì, ma sentire il cambiamento dentro di sé è un'emozione unica. Un (non) metodo che applico spesso con i clienti e per me è la meditazione filosofica, compresa ancora diversamente in questi mesi; non solo conduce al rilassamento, ma ci fa vibrare all'unisono con quello che ha vita interiormente.

Mi piace ricordare, aggiungo, la dialettica hegeliana come il quadro infinito del mio mondo, del mio atteggiamento e dei miei percorsi finora, nonché del mio essere verso gli altri; ammiro quell'antitesi che tanto sul momento si lascia detestare perché il negativo non è qualcosa inutile da scartare anzi, è uno step necessario nella personale scala che porta alla consapevolezza.

Scrivo queste righe oggi, giorno della liberazione e quello che mi sento di augurarvi è:

Siate liberi.

Liberi nei pensieri, nelle azioni e nell'esistere. Festeggiate un io libero da barriere e catene, perché dentro di voi si agita un mondo da vivere.

Spillover: la vendetta della natura

Patrizia Cortassa¹

“Abbiamo valutato che il COVID-19 può essere caratterizzato come una situazione pandemica”. Ad annunciarlo è il direttore dell'Organizzazione Mondiale della Sanità Tedros Adhanom Ghebreyesus nel consueto briefing da Ginevra sull'epidemia di coronavirus.

Il Presidente del Consiglio, Giuseppe Conte, l'11 marzo 2020 ha firmato il nuovo Dpcm recante ulteriori misure in materia di contenimento e gestione dell'emergenza epidemiologica da COVID-19 sull'intero territorio nazionale².

Tutti noi leggendo le misure drasticamente restrittive, facciamo nostre le parole di Frodo:

“Avrei tanto desiderato che tutto ciò non fosse accaduto ai miei giorni, come d'altronde tutti coloro che vivono questi avvenimenti. Ma non tocca a noi scegliere. Tutto ciò che possiamo decidere è come disporre del tempo che ci è dato.³

Il futuro non esiste. Ma prima o poi arriva. E quando arriva è sempre diverso da come lo aspettavamo, osservava Ludwig Wittgenstein: “Ogni volta che pensiamo al futuro del mondo intendiamo il luogo in cui esso sarà se continua a procedere come ora lo vediamo procedere, e non pensiamo che esso non proceda seguendo una linea retta, ma una linea curva, e che la sua direzione muta costantemente”.

Siamo capaci di pensare correttamente il futuro, pronti ad affrontare le sfide che ci attendono? Siamo stati capaci in passato a “prepararci” per il futuro, ossia

¹ Laurea in Filosofia, Master in Counseling Filosofico SSCF-ISFiPP. Laureanda in discipline psicopedagogiche. Diploma di Teacher Expert in P4C. Collabora presso il Dipartimento di Dipendenze Patologiche dell'ASL. Svolge attività di Counselor Filosofico Professionista e coordinatore pedagogico in un Doposcuola, un'offerta formativa extrascolastica volta alla costruzione di un percorso verso l'autonomia nello studio e nell'acquisizione di competenze, metodi e strumenti adeguati. Propone alle scuole laboratori di “Pratiche filosofiche”.

² <http://www.governo.it/it/articolo/coronavirus-conte-firma-il-dpcm-11-marzo-2020/14299>

³ J.R.R. Tolkien, *Il signore degli anelli*, Bompiani

l'attuale presente? Posso rispondere, senza timore di smentita, che non eravamo pronti per l'arrivo del virus Sars-CoV-24! Fortunatamente non siamo di fronte alle pestilenze che falciavano due terzi della popolazione, come la "peste nera" citata dal Boccaccio che spopolò l'intera Europa, così come fece il vaiolo. Anche la "Spagnola" del 1918/1920 arrivò a infettare circa 500 milioni di persone in tutto il mondo, gettando un attonito velo di rassegnazione sui popoli. Il pericolo reale del Covid-19 sta nel suo essere contagioso senza difesa alcuna da parte delle vittime. Sono quindi necessarie misure drastiche, senza le quali si infetterebbe l'intera popolazione in un attimo e non ci sarebbero sufficienti strutture sanitarie per offrire adeguata assistenza ai casi gravi, aumentando di conseguenza la mortalità.

In che modo possiamo, dunque, prepararci per il futuro (si spera non sempre così drammatico)?

"Il nostro mondo è regolato e regolabile e segue un movimento che si può definire «a stormo», che in fondo ci risulta ancora parzialmente oscuro. In questo continuo e perpetuo agire di tutti all'interno dello spazio comune, la filosofia si insinua come una voce che ci invita a fermarci e a riflettere. La pausa serve a interrompere qualcosa che spesso blocca la nostra libertà e la nostra creatività: la consuetudine."⁵ La filosofia ha sempre avuto dei nemici, perché ci abitua a vivere fuori dai dogmi e dalle verità indiscusse. Ognuno di noi è in grado di formarsi le proprie opinioni addestrando la mente al pensiero critico.

Il cambiamento ha bisogno di azioni esemplari e di teorie ben costruite. I pensieri sono azioni. Ciò vuol dire che siamo capaci di agire come pensiamo e viceversa. È questo il cuore della rivoluzione della filosofia del futuro: per superare l'obsolescenza dell'antropocentrismo dobbiamo andare oltre il dualismo tra mente e corpo, che ha origine con il pensiero di Cartesio. Restituire al corpo la sua dignità significa rinunciare definitivamente alla pretesa superiorità metafisica dell'uomo nei confronti degli altri enti che popolano il nostro mondo. Argomentare che la mente non può esistere senza un corpo, però, non basta. Questa idea plurisecolare si è profondamente sedimentata nel nostro tessuto culturale. La teoria non è sufficiente. Possiamo compiere questa rivoluzione soltanto attraverso l'attività della prassi: siamo ciò che agiamo. Il nostro mondo è il risultato delle nostre azioni!

Nell'epoca in cui viviamo, fenomeni come i cambiamenti climatici e il riscaldamento globale ci obbligano non solo a prendere coscienza del cosiddetto

⁴ Si parla di Coronavirus SARS-CoV-2 che ha causato l'epidemia di COVID-19 - dove "CO" sta per corona, "VI" per virus, "D" per disease e "19" indica l'anno in cui si è manifestata.

⁵ Leonardo Caffo, *La vita di ogni giorno*, Einaudi

Antropocene⁶, ma anche a riconsiderare le nostre tradizionali nozioni su cosa significa abitare il pianeta Terra.

“Il mondo è un delicato effetto estetico dai confini che iniziamo a malapena a percepire. La consapevolezza planetaria non è l'inesorabile realizzazione del fatto che «noi siamo il mondo» ma, al contrario, del fatto che non lo siamo («We Are not the World»)⁷ .

L'ambientalismo filosofico, quindi, non si interroga primariamente sull'entità delle risorse e del loro sfruttamento, sulla capacità portante della biosfera e sul calcolo delle sue soglie o sul valore del capitale naturale e sui metodi della sua contabilità, ma pone la questione ecologica nei termini generali e fondamentali dell'abitare la Terra insieme agli altri esseri viventi. La “crisi”, nonostante la sua evidenza come “degrado” ambientale e dunque crisi della natura, va compresa in primo luogo dal punto di vista del “degradare” stesso, come crisi della cultura. Si tratta di un confronto paradigmatico tra “antropocentrismo” e “biocentrismo” dei quali il primo rappresenta la visione del mondo occidentale degli ultimi secoli, responsabile della crisi globale in cui versa attualmente l'umanità, e il secondo la “nuova visione del mondo”, in grado di porre fine alla stessa crisi con un ecocentrismo imperniato sull'autorealizzazione di ogni essere vivente. Non c'è dualismo tra cultura e natura, quindi, ogni intervento sulla natura, compresa la sua distruzione nelle modalità della crisi ecologica, è un mutamento dell'uomo, finanche la sua autodistruzione: “Noi non siamo esterni al resto della natura e, pertanto, non possiamo trattarla a nostro piacimento senza cambiare anche noi stessi”⁸. Esplicito, quindi, il richiamo ad una interrelazione e identificazione profonda con la natura, che diviene una visione empatica del mondo. Coerentemente, il cambio di paradigma è soprattutto una presa di coscienza della “connessione del tutto”.

La situazione ambientale non è stata mai così critica. Se in epoche passate il nostro impatto era localizzato esclusivamente nelle zone più densamente popolate, oggi l'urbanizzazione, l'industrializzazione e lo sfruttamento intensivo delle risorse pongono problemi stringenti e globali. Cambiamenti climatici, desertificazione, inquinamento, grave perdita della biodiversità, popolazione in

⁶ Antropocene: Termine divulgato dal premio Nobel per la chimica atmosferica Paul Crutzen, per definire l'epoca geologica in cui l'ambiente terrestre, inteso come l'insieme delle caratteristiche fisiche, chimiche e biologiche in cui si svolge ed evolve la vita, è fortemente condizionato a scala sia locale sia globale dagli effetti dell'azione umana.

⁷ Timothy Morton, *Iperoggetti*, Produzioni Nero

⁸ Nicola Russo, *Filosofia ed ecologia. Genealogia della scienza ecologica ed etica della crisi ambientale*, Guida

crescita esponenziale, sono solo alcuni aspetti di una problematica complessa che richiede interventi a breve termine affinché il processo delle modificazioni possa rallentare e invertire la tendenza. Ma per decidere quali sono i passi che vogliamo compiere è bene fare chiarezza su come vogliamo (o dobbiamo) rapportarci con la natura. In questo può darci una mano la filosofia ambientale⁹ - materia molto studiata nel mondo nordico e anglosassone mentre in Italia è meno diffusa e limitata ad una ristretta cerchia di specialisti – che si propone di rispondere alle seguenti domande fondamentali: Qual è il nostro posto nella natura? Qual è il nostro ruolo? Quale futuro vogliamo? Possiamo fare della natura quello che vogliamo oppure dobbiamo rispettarla perché il suo valore è indipendente da noi? Quali sono le conseguenze del nostro agire indiscriminato e utilitaristico sul mondo che ci circonda?

Tutto ha un'origine, per quanto remota, misteriosa, trascurata, e possiamo risalire ad essa. Il virus Sars-CoV-2 che sta causando una pandemia di polmonite atipica da dove è saltato fuori?

Diverse ipotesi propendono per una eziopatogenesi a probabile carattere zoonotico. Parte della comunità scientifica ipotizza, infatti, che la malattia potrebbe aver avuto origine dal *Bungarus multicinctus*, un serpente altamente velenoso (considerato una prelibatezza e venduto nei mercati di animali vivi di Wuhan) nel quale il virus, trasmesso dai pipistrelli, si sarebbe ricombinato e poi passato all'uomo. Anche un piccolo mammifero simile a un formichiere a rischio di estinzione e vittima di traffici clandestini per le sue scaglie, considerate un toccasana dalla medicina orientale, e la sua carne prelibata, il pangolino è additato come l'animale selvatico nel quale il coronavirus dei pipistrelli potrebbe essere mutato e diventato capace di aggredire l'uomo.

Ma poiché, come ben sappiamo, il contatto con gli animali non è sinonimo d'infezione certa per l'uomo – altrimenti saremmo continuamente soggetti a qualsiasi infezione che interessa i nostri animali domestici – il possibile meccanismo che ha dato origine all'epidemia in corso è molto probabilmente il cosiddetto “salto di specie”, in gergo tecnico uno “spillover”.

Diversi sono nella storia della scienza i virus che hanno fatto il “salto di specie da animale a uomo”: Dalle scimmie ci è arrivato l'HIV, il virus dell'immunodeficienza umana, dai dromedari e dai cammelli la sindrome respiratoria mediorientale MERS e da piccoli mammiferi la SARS, che dette vita alla nota epidemia di polmonite atipica. Scambi di batteri e virus tra umani e altre specie ci sono sempre stati, soprattutto da quando *Homo sapiens* ha messo in

⁹ Piergiacomo Pagano, *Filosofia ambientale*, Mattioli

cattività altri animali. Quello che però sta cambiando è questo: la trasformazione radicale degli ecosistemi ha aumentato esponenzialmente i casi in cui un virus fa uno spillover. Ma come precisa David Quammen nel suo saggio narrativo del 2012 sulla diffusione dei nuovi patogeni, tornato di urgente attualità e andato a ruba, “C’è una correlazione tra queste malattie che saltano fuori una dopo l’altra, e non si tratta di meri accidenti ma di conseguenze non volute di nostre azioni”¹⁰. L’aumento di nuovi virus che vengono scoperti perché infettano gli esseri umani provocando migliaia di morti è lo specchio di due crisi planetarie convergenti: una ecologica e una sanitaria. La devastazione ambientale portata avanti dalla nostra specie sta creando nuove occasioni di contatto con soggetti patogeni; inoltre il nostro stile di vita, i modelli sociali e di consumo fanno sì che la diffusione delle malattie infettive sia ancora più veloce ed esplosiva di prima.

La “disintegrazione” di interi ecosistemi da parte dell’uomo ha le caratteristiche del cataclisma: deforestazione, aumento del terreno destinato all’agricoltura, costruzione di strade e altre infrastrutture, inquinamento dei mari e dell’atmosfera, sfruttamento insostenibile delle risorse ittiche, urbanizzazione di massa, cambiamento climatico e molti altri elementi non fanno che sbriciolare interi ecosistemi. In questi ecosistemi, ad esempio nelle foreste tropicali, esistono milioni di specie, in gran parte sconosciute alla scienza moderna. Tra questi milioni di specie ignote¹¹ ci sono virus, batteri, funghi, protisti e altri organismi, molti dei quali parassiti. Una volta che distruggiamo la sua casa, al parassita non resta che una scelta: trovarne una nuova (adattandosi e mutando) o estinguersi. “Se osserviamo il pianeta dal punto di vista di un virus affamato o di un batterio, vediamo un meraviglioso banchetto con miliardi di corpi umani disponibili. Siamo un eccellente bersaglio per tutti gli organismi in grado di adattarsi quel che basta per invaderci”. Più distruggiamo gli ecosistemi, più smuoviamo i virus dai loro ospiti naturali e ci offriamo come un ospite alternativo.

“Guardando da lontano le malattie di origine zoonotica, tutte insieme, sembrano confermare l’antica verità darwiniana (la più sinistra tra quelle da lui enunciate, ben nota eppure sistematicamente dimenticata): siamo davvero una specie animale, legata in modo indissolubile alle altre, nelle nostre origini, nella nostra evoluzione, in salute e in malattia”.

¹⁰ David Quammen, *Spillover. L’evoluzione delle pandemie*, Adelphi

¹¹ Gli specialisti usano il termine “virofera” per identificare un gruppo di esseri viventi la cui estensione, probabilmente, fa impallidire qualsiasi altro gruppo.

La casa luogo di relazione e di azione. Esistenze chiuse e conflitti nell'epoca dell'isolamento

Katia Trinca Colonel¹

Una domenica di marzo sono scesa in cortile nell'ora di pranzo per scaldarmi un po' al sole. Sono circondata da piccole palazzine e villette che, vista la bella giornata, avevano verande aperte e finestre spalancate. Per qualche minuto ho respirato un irreale silenzio. Poi, un poco alla volta, concentrandomi sull'ascolto, ho cominciato a cogliere echi di litigi: due mamme urlavano ordini ai figli piccoli, un adolescente alzava la voce con la madre, una coppia si scambiava accuse. Forse è stata solo una coincidenza, ma ho avvertito un brivido. Certo, siamo a più di un mese di lockdown - ho pensato - il conflitto non può non emergere e forse è un bene che sia così. Il conflitto deve trovare parole, per quanto urlate, attraverso cui trovare uno sfogo. Ma a quale prezzo? E quanto dolore rimane nascosto dentro ciascuna di quelle case?

Io, d'altra parte, non ho avuto particolari difficoltà in questo isolamento. Ho avuto la fortuna di poter lavorare da casa. Mi sono dedicata al piccolo orto sul balcone e ho visto piantine trascurate riprendere vita. Ho finito tutti quei libri che non avevo avuto tempo di leggere. Le notizie di cronaca mi subissavano di dati, numeri di morti, contagi. Dalla strada provinciale mi arrivavano gli echi delle ambulanze. Ma dentro la mia casa c'era tranquillità e silenzio. Il pensiero andava ai miei cari anziani, ai miei piccoli nipoti chiusi in un appartamento con due genitori nervosi e preoccupati. La sera, mi affacciavo sul terrazzo e cercavo di immaginare cosa accadeva nelle case che mi circondavano, in quei microcosmi così differenti: padri, madri, single, bambini, anziani soli e adolescenti, tutti accomunati dalla

¹ Katia Trinca Colonel si è laureata in Filosofia all'Università Statale di Milano e si è specializzata in Counseling Filosofico presso l'Istituto superiore di Filosofia, Psicologia, Psichiatria – ISFiPP & SSCF – di Torino. È giornalista culturale per il quotidiano Corriere di Como, allegato locale del Corriere della Sera. Da sei anni tiene laboratori di filosofia nel Carcere del Bassone di Como e si adopera per la divulgazione della giustizia riparativa.

frustrazione per la privazione della libertà di movimento e dalla preoccupazione per il futuro.

In questi miei giorni di isolamento è stata per me una naturale conseguenza concentrarmi sul significato della *casa* e sulle innumerevoli dicotomie scaturite dal chiudersi dentro questo ancestrale contenitore che può essere una culla o una prigione, un bozzolo caldo o una cella frigorifera, una stanza con vista o quattro mura claustrofobiche, un letto per toccarsi o due letti per evitarsi, camere di voci risonanti o stanze di denso silenzio. Quante vite si stanno consumando dentro le case, quanti conflitti latenti sono esplosi e quanti invece rimangono ancora sigillati dal lucchetto dei silenzi o delle parole inconsistenti? E soprattutto: chi si prenderà cura di quei conflitti che certamente lasceranno segni indelebili? Sono tutte domande filosofiche sulle quali si schiudono nuovi orizzonti di pensiero.

La relazione con se stessi, nell'isolamento, può divenire cartina di tornasole del proprio autentico *io*. Forzati a un rallentamento del tempo, all'abbandono di consuetudini scandite dentro una quotidianità fatta di performance ben definite, abbiamo passato ore chiusi nelle nostre case e siamo stati posti brutalmente di fronte a uno specchio: Che cosa mi manca, *davvero*?

Che cosa mi costa sacrificio, *davvero*?

Chi sono le persone di cui voglio circondarmi ora, *davvero*?

Sono convinta che richiederà molto tempo e pazienza raccogliere pensieri ed emozioni sotto l'imbuto dentro cui sono precipitati, per potervi poi lavorare in profondità con un *atteggiamento filosofico*. Potrà essere utile un'operazione di distillazione? O invece si assisterà a una dispersione, più o meno consapevole, di quanto abbiamo provato, sospinti dall'urgenza di disfarsi di tutto quel che di negativo è emerso, per poter così tornare a quella routine che mette una vernice sopra ciò che è accaduto fuori ma soprattutto dentro di noi?

Personalmente non credo che ricercare sicurezze e schemi "di prima" sarà sufficiente per recuperare un equilibrio esistenziale e affrontare le difficoltà e le incertezze che la pandemia metterà sul nostro cammino.

Tornando al ragionamento sulla casa e *sullo spazio dell'abitare* in senso lato, credo sia importante innanzitutto, in quanto Counselor Filosofico, cominciare dall'indagare *la natura* di quello spazio. Per Platone lo spazio è lo sfondo costante del divenire. Secondo Aristotele lo spazio è il luogo dei corpi e coincide con il loro limite: non c'è dunque spazio ove non c'è l'oggetto materiale. Le successive *concezioni filosofiche* assolute dello spazio vengono incrinare dalla posizione empirista: Berkeley e Hume considerano lo spazio una mera funzione psicologica

derivante dalla associazione di impressioni. Kant assumerà lo spazio, insieme con il tempo, come forma a priori della conoscenza sensibile. Interessante è la posizione di Bergson che considera lo *spazio* come un arresto ripetuto dello *slancio vitale*. Ma è con Heidegger che lo spazio assume una valenza decisiva per il soggetto. Heidegger considera lo spazio come una *condizione originaria dell'esistenza* in quanto essere-nel-mondo. Mondo inteso come luogo della progettualità. Da qui sono scaturite le diverse visioni esistenzialiste, insieme con lo sviluppo degli studi sui meccanismi percettivi dello spazio, altrettanto importanti: la psicologia della gestalt, gli studi sull'orientamento del corpo nello spazio, fino alla cruciale teorizzazione dello *spazio vitale* elaborata da Kurt Levin. Levin chiama "*spazio vitale*" la "rappresentazione psicologica dell'ambiente in cui un individuo opera e delle alternative che gli si aprono in base alle valenze positive o negative di cui le cose si caricano in quanto desiderate o avversate"².

A partire da un inquadramento etologico-antropologico, si fa strada una concezione dello spazio come ambiente di *azione* dell'individuo. Tale ambiente, secondo Levin, è una *rappresentazione* del soggetto, il quale lo riconfigura in base al proprio desiderio o avversione. Una concezione che la psichiatria fenomenologica porterà ad un'ulteriore evoluzione allorché, ad esempio, Ludwig Binswanger asserirà, partendo dalle filosofie di Husserl e Heidegger e in opposizione alle scienze della natura, che l'uomo non è nello spazio come tutte le cose del mondo, ma dischiude uno spazio come **distanza** e **prossimità** delle cose e come progettualità³. Allo spazio *oggettivo* si sostituisce uno spazio espressivo per cui lo spazio di una casa non è nel numero dei metri quadri, ma nell'avere "nelle mani e nelle gambe le distanze e le direzioni principali, caricate da quell'intenzionalità che fa di uno spazio geometricamente misurabile un dominio familiare"⁴. Secondo questa concezione diviene fondamentale il *corpo in situazione* e dunque il *punto di vista* in base al quale si valutano i propri compiti e le proprie possibilità. Il corpo è lo sfondo a partire dal quale può venir strutturato lo spazio esterno e dentro cui trova senso l'azione sulla base di "distanza" e "prossimità", concetti che sono entrati a far parte del nostro discorrere quotidiano.

Si conosce lo spazio come campo d'azione e movimento verso qualcosa. Una meta, per esempio, è vicina o lontana a seconda dei mezzi che decido di impiegare per raggiungerla. La scelta dei mezzi dipende dalle possibilità di cui il corpo

² Umberto Galimberti, *Nuovo Dizionario di psicologia, psichiatria, psicoanalisi, neuroscienze* (Feltrinelli, 2019), p. 1212.

³ Ibidem p. 1212 §3.

⁴ Ibidem

dispone in quel momento e dalla considerazione che il soggetto dell'azione ha della meta da raggiungere. Lo spazio assume dunque una connotazione di struttura dell'esistenza. Un'esistenza che è pervasa dal desiderio o dall'avversione e in cui la rappresentazione gioca un ruolo cruciale in termini di scelta e di libertà di azione.

Questo excursus potrebbe allargarsi alle teorie dello spazio sociale, altrettanto importanti in un contesto quale quello attuale che, paradossalmente, ci richiede un distanziamento sociale. In un altro ambito, la neurobiologia ci offre una concezione della percezione dello spazio legata al concetto di spazio motorio. Concentrandomi però sullo spazio della casa, riprenderei proprio quella definizione che dà la fenomenologia e che trovo quanto mai attuale come inquadramento filosofico utile per affrontare il conflitto che può esplodere dentro una casa. Che non è più, appunto, solo le quattro pareti in cui ci nutriamo, riposiamo, troviamo riparo e rifugio dal caldo e dal freddo, dal rumore della strada o dall'invasione del mondo. La casa è divenuta il luogo principe dell'azione e della relazione. La nostra esistenza dentro la casa si è andata riconfigurando secondo distanziamenti e prossimità intenzionate da ciascun soggetto abitante. Stanze deputate al gioco si sono trasformate in luoghi di lavoro o di studio, i giardini esterni, per chi ha la fortuna di goderne, da appendice della casa sono divenuti spazio vitale soprattutto per i più piccoli.

Per chi ha vissuto l'isolamento in solitudine, è divenuto fondamentale il contatto con gli altri attraverso telefoni e computer che hanno travalicato le pareti, seppur solo virtualmente. Non parlare con nessuno per giorni ha avuto per molte persone risvolti drammatici tanto da fare, dello spazio della casa, una prigione. Dentro queste nuove *intenzionalità* si sono dipanati pensieri e vissuti emotivi inediti. E qui credo si inserisca il possibile lavoro di counseling. Riprendere il filo delle emozioni e dei pensieri a partire da come abbiamo vissuto la casa, nella sua accezione di luogo di azione e di relazione, credo possa essere cruciale per fare chiarezza dentro se stessi e per ri-orientare desideri e priorità.

In base a queste premesse, la domanda che come Counselor Filosofico porrei per *aprire* nuovi orizzonti è *che cosa significa per te "casa"*? O meglio ancora, che cosa significava prima dei mesi di isolamento e che cosa significa ora? Guidare il consultante a partire da una riflessione situazionale può essere un viaggio inedito dentro i risvolti filosofici della pandemia, per quanto attiene alla vita personale e di relazione. Risvolti di cui occorrerà monitorare l'evoluzione per trasformare quei conflitti, latenti o mal gestiti, soffocati nel silenzio o buttati addosso all'altro, in una opportunità di cambiamento.

I filosofi della pandemia: spunti di approfondimento

Le tante *domande filosofiche* che mi sono posta in questi mesi di isolamento le ho affrontate in una doppia veste: di giornalista - e quindi di raccoglitrice di storie e di fatti - e di Counselor Filosofico che di quei fatti e di quelle storie ha il dovere e il compito di s-velare il risvolto più profondo. Vivo i due ruoli in modo complementare, sebbene essi siano strettamente connessi. Questi ruoli mi hanno portato a ricercare alcuni filoni di pensiero che potessero essere viatici di ragionamento utili per affrontare i tempi della pandemia.

Ho utilizzato quattro vie corrispondenti ad altrettanti pensatori - Salvatore Natoli, Massimo Pigliucci, Laura Boella ed Eugenio Borgna – raccogliendo idee che possono scature filoni di pratica filosofica. Ho personalizzato i contenuti di ciascuno rielaborandoli come spunti di lavoro per un percorso di Counseling Filosofico che voglia indagare gli aspetti emozionali, morali e comportamentali soggettivi, in un contesto di emergenza qual è quello che stiamo tuttora vivendo. Sono riflessioni che possono innescare progettualità per il futuro, certamente difficile, che ci troveremo ad affrontare.

Sperare ci basta? Salvatore Natoli e la perseveranza

C'è una via di mezzo tra il consolante generalismo di un “andrà tutto bene” e l'altrettanto generalista catastrofismo dei pessimisti. La terza via è usare la ragione, che non significa essere aridi, freddi e indifferenti ma abituarsi a fare valutazioni per scegliere bene.

La filosofia, essendo basata sulla ragione, non richiede atti di fede ma, anzi, prevede una messa in discussione e un adeguamento delle idee attraverso il dialogo e il confronto. Niente dogmi ma riflessioni aperte che possono aiutare a prendere una decisione e ad affrontare momenti critici come quelli che stiamo vivendo. Salvatore Natoli (1942), filosofo e accademico, apprezzato conferenziere e divulgatore, attraverso due sue pubblicazioni offre alcuni spunti di saggezza intesa

con ben vivere: *L'arte di meditare* è un testo di esercizio della filosofia a partire da alcune sue grandi parole; il breve ma illuminante saggio *Perseveranza*, riletto alla luce di ciò che sta accadendo, è un utile disamina del concetto di “speranza”, l'ultima dea che sopravvive a se stessa anche quando non c'è più nulla da sperare. Una parola che mai come in questi giorni sentiamo il bisogno di ascoltare. Osserva però Natoli che la speranza è *uno stato d'animo*. Spinoza la definiva “una letizia incostante nata da un'idea di una cosa futura o passata del cui esito dubitiamo”. La speranza è sì manifestazione del nostro istinto vitale ma, se non è ingenua, è sempre velata da un'ombra di tristezza. Le cose potrebbero andare come speriamo e anche no. Come sapevano gli antichi greci, la speranza ha una doppia faccia. Il mito di Pandora racconta che quando la giovane, prima donna mortale, aprì il famigerato vaso, infiniti mali colpirono gli uomini e solo la speranza rimase in fondo al vaso. Non muore mai la speranza ma, data la sua connaturata incertezza, ha bisogno di una “garanzia” di una potenza esterna assoluta che può essere, come accade per chi crede, Dio. L'uomo razionale invece – scrive Natoli citando Spinoza – “non spera, non teme, ma analizza ed esperimenta”. Per far sì che la speranza da generico sentimento si trasformi in effettiva possibilità “bisogna coltivarla nel presente – scrive Natoli nel cuore del suo ragionamento – farla germogliare qui e ora, in mezzo ai disagi e alle difficoltà. Essere perseveranti significa proprio questo: se sperare è un sentire, perseverare è un agire”.

Natoli va dunque oltre il concetto di speranza recuperando la parola *perseveranza* in tutta la sua potenza laica. “La perseveranza è un agire faticoso e quotidiano dentro e contro le difficoltà”. La perseveranza deve fare i conti con “l'oggi” e soprattutto con la tendenza, come potrebbe accadere in questi momenti difficili, a lasciarsi andare al fatalismo, all'indolenza, alla paura. Tanti sono i corollari che fanno da costellazione alla perseveranza: la *pazienza*, nel senso del saper attendere. Il *coraggio*, la *forza d'animo*. Ne abbiamo moltissimi esempi in questi giorni: infermieri e medici che non vogliono essere definiti “eroi” perché – come sottolinea Natoli – “Se è vero che ogni giorno ha la sua pena, non è affatto necessario compiere atti eroici, ma basta e avanza saper combattere ogni giorno la propria battaglia in una lotta che sembra non conoscere tregua”. La fatica degli uomini e delle donne trova senso se si ha attenzione al quotidiano, se si valorizza il presente, se si diviene capaci di catturare, in ogni momento, la sua gioia.

Ma perseverare per ottenere che cosa? Precisa Natoli: “Vuoi la fedeltà a un'idea fino al suo adempimento, vuoi, più quotidianamente, l'assiduità a un compito”. Ciascuno può trovare il proprio a cui attendere. Inoltre, la perseveranza esige un più alto impegno se si lotta per qualcosa che va oltre i nostri destini individuali e riguarda le sorti comuni, quelle che possiamo chiamare le “grandi speranze” per le

quali è necessaria un'impresa collettiva. In questi casi persevera non tanto chi crede al realizzarsi delle speranze ma chi crede all'obbligo morale di operare per esse perché giuste.

Perseverare, nel nostro piccolo, significa agire per il bene nostro e degli altri e non affidarsi a una vana speranza. Conclude Salvatore Natoli: "Solo chi persevera ha cognizione della realtà e perciò è nelle condizioni di coltivare ragionevoli speranze".

Solitudine e isolamento: l'atteggiamento neostoico di Massimo Pigliucci

Da sempre, una tra le fondamentali domande che l'essere umano si pone è come condurre nel migliore dei modi la propria vita. A maggior ragione, e con più forza, quando si attraversano periodi di crisi e di ridefinizione esistenziale. Come trovare risposte valide? Il filosofo e biologo Massimo Pigliucci propone di trarre ispirazione dall'antica filosofia che guidava Seneca e l'imperatore Marco Aurelio: lo **stoicismo**. Risalendo alle fonti di questa filosofia e attualizzandola ai nostri tempi, Pigliucci aiuta a riflettere su come viviamo la quotidianità e i momenti drammatici inattesi fornendo preziosi spunti per far fronte a stati d'animo come l'ansia e la paura, anche da esercitare come pratica filosofica concreta. Uno dei saggi più fortunati di Pigliucci, recentemente ripubblicato in edizione tascabile, è *Come essere stoici. Riscoprire la spiritualità dei classici per vivere una vita moderna* (Garzanti, 2017, 9 euro; e-pub: 9.99 euro) cui è seguito *Stoicismo. Esercizi spirituali per un anno* scritto, sempre per Garzanti, con Gregory Lopez e pubblicato nel 2019 (20 euro; e-pub: 12.99 euro).

La scuola stoica privilegiata da Pigliucci è quella del filosofo Epitteto che fondò una scuola a Roma dove insegnò fino al 93 d.C. A chiedere consigli a Epitteto erano persone di tutte le estrazioni sociali, compreso l'imperatore Adriano. Epitteto (il suo nome significa "acquistato") era uno schiavo liberato che divenne apprezzato maestro ed esempio di vita semplice e virtuosa. Basandosi sulle sue lezioni e su altri filosofi, Pigliucci evidenzia come la disciplina stoica, basata sulla ragione, sia utile e attuale.

Il punto di partenza è proprio l'incipit del *Manuale* di Epitteto: "La realtà si divide in cose soggette al nostro potere e cose non soggette al nostro potere. In nostro potere sono il giudizio, l'impulso, il desiderio, l'avversione e, in una parola, ogni attività che sia propriamente nostra; non sono in nostro potere il corpo, il

patrimonio, la reputazione, le cariche pubbliche e, in una parola, ogni attività che non sia nostra”.

Alla base della filosofia stoica c'è una concezione della vita che prevede l'accettazione di ciò che non è in nostro potere ma non con uno spirito di rassegnazione bensì di razionalità ben condotta. Dallo stoicismo sono derivate molte pratiche di psicoterapia come quella cognitivo-comportamentale o emotivo-comportamentale, che però, a differenza dello stoicismo, non prevedono una concezione filosofica della vita. Una concezione che Pigliucci definisce “neostoica” e che accoglie la scienza e il confronto con le neuroscienze.

Molto profonda e interessante, per i tempi che stiamo vivendo, è per esempio la riflessione sull'*ansia* legata all'isolamento. Pigliucci cita uno studio scientifico su solitudine e isolamento le cui conclusioni ricordano espressamente quelle di Epitteto: “L'isolamento è lo stato di chi è senza aiuto. In effetti, chi è solo non è per ciò stesso anche isolato, come non è detto che chi si trova in mezzo una folla non sia isolato (...) difatti il concetto di isolato significa la condizione di un uomo che è senza aiuto e vulnerabile (...) Bisogna, tuttavia, avere preparazione anche per questo, per poter bastare a se stessi, per poter stare in compagnia di se stessi”.

Se pure le circostanze esterne che, a volte, nel corso della vita ci fanno essere soli non dipendano da noi, le nostre scelte, il nostro atteggiamento (a meno di non soffrire di patologie particolari) nei confronti dell'isolamento dipendono invece da noi. Possiamo essere soli, come capita in questi giorni, senza necessariamente sentirci impotenti.

Le empatie plurali di Laura Boella

Non so più come dare coraggio alle persone, senza la mimica facciale. Non si
«vede più nulla di noi che possa trasmettere empatia... Siamo disarmati, con gli occhi nascosti e senza sorriso».

È la toccante testimonianza di una volontaria dell'ambulanza SOS Milano, raccolta in un reportage del *Corriere della Sera* dedicato al lavoro di chi è impegnato nel primo soccorso degli ammalati di Coronavirus. Protetti da camice, tute, guanti, maschere e occhiali, medici e infermieri non possono toccare e guardare negli occhi i propri pazienti. Un altro dramma nel dramma che impedisce quel fondamentale esercizio di umanità che si attua per mezzo dell'*empatia*.

Gli studi sull'empatia effettuati da neuroscienziati, biologi dell'evoluzione, sociologi, psicologi e filosofi, negli ultimi anni hanno registrato un'impennata, tanto che in molti hanno considerato inflazionato, quando non banalizzato, l'argomento. Eppure, mai come oggi l'empatia ci chiama a riflettere sulla nostra condizione di *fragilità* e *bisogno*. Quei giovani volontari che portano la spesa nelle case degli anziani impossibilitati a muoversi e senza aiuti, ci dicono come oltre al gesto concreto del provvedere al cibo, abbiano bisogno di un sorriso. L'empatia è scritta nei nostri geni, è garantita biologicamente dai neuroni specchio ma è frutto soprattutto di buone abitudini, di conoscenze e di cultura. Per comprenderne meglio i meccanismi, i limiti e le pratiche da contestualizzare in questi momenti così particolari, ho riletto la filosofa Laura Boella, docente di Filosofia morale all'Università degli Studi di Milano, che ha dedicato allo studio dell'empatia numerosi saggi, portando il tema in conferenze nazionali e internazionali. In *Sentire l'altro. Conoscere e praticare l'empatia* Laura Boella analizza l'empatia a partire dall'esperienza vissuta, approfondendo le emozioni, le reazioni corporee, gli atti mentali che intervengono nei rapporti con gli altri. Nel successivo *Empatie. L'esperienza empatica nella società del conflitto* (Raffaello Cortina Editore, 2018) Boella traccia un bilancio delle pratiche dell'empatia e fa chiarezza sulla definizione per dirimere che cosa è da cosa non è "empatia".

Analizzando le derive di certi contesti, Boella stigmatizza l'uso politico e mediatico dell'empatia e soprattutto evidenzia come non ci sia un'unica forma di empatia. Da qui il titolo del saggio che analizza i diversi tipi di empatie differenti a seconda del contesto e del metodo di indagine che si vuole utilizzare. Non è un sentimento di simpatia o di compassione, ribadisce la filosofa, ma necessita di basi cognitive e di esperienza per essere compresa ed esercitata in modo virtuoso.

Credo che sia utile ridefinire, nell'ambito di un contesto di Counseling Filosofico, quale empatia sia in gioco nel confronto con il proprio cliente alla luce di una esperienza di isolamento o di vissuto di malattia. Sappiamo che l'empatia è il fattore chiave dell'inizio di una relazione di Counseling Filosofico, e credo sia importante approfondirne le sfumature alla luce di quel che si sta vivendo e di una visione del mondo completamente stravolta da consuetudini nuove quali l'uso di mascherine che celano o alterano l'espressività del volto e il distanziamento sociale che può richiedere nuove modalità di interazione con i soggetti della relazione.

Eugenio Borgna, le parole che ci salvano

Quali parole pronunciare per arrivare al cuore degli altri e di noi stessi? Riflettendo sulla malattia e sull'esperienza dello sradicamento se si è in ospedale Eugenio Borgna, profeticamente ha scritto nel saggio *Le parole che ci salvano*: "Sono cose, queste, alle quali è possibile pensare solo se ci ricordiamo che la malattia, talora anche una semplice influenza, cambia il nostro modo di essere nel mondo: cambiamo noi, e cambiano le attese e le speranze che sono in noi. Se abbiamo conosciuto la malattia, e se l'abbiamo rivissuta in noi, queste cose ci saranno chiare; e comprenderemo che la sofferenza passa, ma non passa mai l'avere sofferto".

Le parole "che ci salvano" di Borgna, rilette in questi giorni, sono scialuppe in un mare in tempesta, gettano ponti invisibili verso destini comuni. Mai come ora abbiamo bisogno di trovare le parole giuste per sostenere la fragilità. Per creare relazioni vere. Eugenio Borgna in queste pagine ci indica una via per entrare realmente in contatto con gli altri. Per fare in modo che le parole non cadano nel vuoto e che anche la comunicazione non sia un gesto tra tanti, ma un gesto di cura. Pratiche che mai come oggi sono necessarie e urgenti.

Altro prezioso libro di Borgna è *L'arcobaleno sul ruscello* in cui lo psichiatra fa riferimento alla "responsabilità del volto altrui": quella che ci dovrebbe indurre a tenere conto, nel momento in cui parliamo, o ascoltiamo, dell'espressione dei volti e degli sguardi, del sorriso e delle lacrime, delle attese e delle speranze. Anche attraverso un telefono o una chat.

Il Counseling Filosofico come apertura di varchi possibili

Giovanna Lo Giacco¹

La pandemia mondiale ci ha colto impreparati, ma impreparati non è forse il termine più appropriato. La pandemia mondiale ci ha colto, mentre stavamo facendo tutt'altro e lasciandoci in un territorio non conosciuto.

Lo stavamo facendo di corsa, in affanno, rincorrendo ciascuno un proprio obiettivo o programma costruito o capitato. Ci ha **rallentato**. Lo hanno chiamato lockdown, la chiusura che è partita dalla prima zona rossa per arrivare a far diventare rossa l'intera Italia e tutti gli altri paesi dopo. In un certo senso ha mostrato quanto siamo connessi e dipendenti e quanto sia imprevedibile la vita, che può cambiare improvvisamente da un giorno all'altro. **Può fermarsi tutto. La vita, l'amore, e quello che chiamano normalità.**

In questo territorio ha cominciato a farsi spazio **una novità** senza connotazioni definite e senza una fine circoscritta. Nessuno sa quando e come finirà la pandemia, né quale sarà l'esito. In questa incertezza e indeterminatezza risulta difficile anche l'esercizio della **speranza**, quella risorsa e competenza che ci supporta nella capacità di reagire con **fiducia** al mistero dell'esistenza. I media hanno usato le parole della guerra, del nemico. E' tornato il patriottismo dai terrazzi, in alcune finestre sventola il tricolore, qualcuno se la prende con chi corre, alcune aziende si sono riconvertite alla produzione di mascherine, i medici e il personale sanitario sono diventati eroi.

Eppure non è una metafora che ci ha consolato. I morti civili sono morti senza armi, gli eroi che stanno combattendo sul fronte avrebbero preferito avere dpi adeguati e scelte sulla sanità in passato più oculate. A chi chiederemo una rivincita?

E soprattutto cosa si vince? Chi ha perso lo ha fatto senza possibilità di combattere, senza sapere prima di morire come c'era finito in questa guerra. E

¹ Dottoressa in Filosofia e Forme del Sapere, presso l'Università di Pisa, diplomata SSFF & ISFiPP, Professoressa di Filosofia e Scienze umane, Counselor Filosofico Professionista

dovrebbe pure sentirsi un perdente? Il paradigma agonistico e belligerante ci lascia senza soddisfazione. Non abbiamo bisogno di qualcuno che ci dica che siamo in guerra, ma che esista una **cura**.

Ed è questa incertezza e indeterminatezza a far scaturire nei più un bisogno di Verità. La si ricerca soprattutto dalla scienza, dal Comitato Tecnico Scientifico più e più volte nominato dal Presidente del Consiglio, la si ricerca da chi è al governo affinché in maniera eteronoma, ci fornisca le griglie di comportamento da mantenere per agire nella misura più opportuna. La si ricerca in un accomodante bisogno di delega, per sopportare la paura. Delega che si riscontra nell'indossare una mascherina, nel fare la fila ad un metro di distanza, nell'amuchina prima di entrare in un negozio. Eppure come diceva Wittgenstein "noi sentiamo che, anche una volta che tutte le possibili domande scientifiche hanno avuto risposta, i nostri problemi vitali non sono ancora neppur toccati"

La paura si è nutrita di immagini che non erano nel nostro immaginario di prossimità. Camion in fila trasportando bare di morti senza commiato né funerali, il gazzettino dei decessi alle 18.00, l'incombente Signora Morte, che si aggira senza preavviso camminando sulla curva epidemiologica. La paura di un virus non conosciuto, contagioso, mortale, che non fa eccezioni e che è invisibile. La paura dell'invisibile, che può essere in ogni luogo, in ogni momento, in qualunque cosa facciamo. La paura del pericolo. La paura dell'altro, come altro da me.

La paura dell'**altro** combattuta con il distanziamento sociale, termine fuorviante, perché di distanza imposta c'è solo quella dei corpi non della **relazione**. La paura dell'altro che evitiamo sul marciapiede, perché è sicuramente lui contagiato o asintomatico, non certo io. La paura della **possibilità**.

È cambiato il nostro modo di lavorare; è diventato smart e agile che in ultima istanza vuol dire che è concesso lavorare in pigiama. Sono cambiate le nostre geografie urbane. Siamo tornati a vivere i quartieri ma ci siamo nutriti di immagini delle nostre città adesso **silenziose**, deserte e senza **volti**. Sono cambiate le nostre geografie affettive, filtrate da uno schermo, alimentate da videochiamate, separate dai confini di un comune o dal non rientrare nei motivi di un'autocertificazione. È mutato l'esercizio della libertà e di tutti quei diritti da sempre dati per scontati che ci siamo sentiti di problematizzare e a cui stiamo ridando **voce**. E' cambiata la nostra routine e il senso che diamo alla parola **futuro**. Alla parola **progetto**.

Sono cambiate le nostre conversazioni e i temi di queste. Il lessico quotidiano si è improvvisamente adattato: Hai preso la mascherina prima di uscire? Ti sei lavato le mani? Hai stampato l'autocertificazione? Vado a trovare un congiunto! Ma io e te, siamo affetti stabili? Sono mutate le parole da dire ai bambini che dopo i primi arcobaleni dell'andrà tutto bene hanno cominciato a chiedersi perché. Sono

cambiate le nostre geografie domestiche e all'interno delle nostre case abbiamo dovuto ritrovare un nostro **spazio**, convivendo anche coattamente insieme per tempo prolungato in ristrettezze e disagio. Il tanto tempo a disposizione ha portato la paura di occupare l'horror vacui. Siamo passati da avere poco tempo ad averne troppo. #lorestoacasa non è stato lo stesso motto per tutti. Le sofferenze e insofferenze si sono accentuate e la pandemia ha aperto il vaso di pandora degli squilibri economici e sociali.

Il **filosofo** escluso da ogni task force ufficiale, non può esimersi da osservare. Non ha la fretta del dire, né l'obbligo di farlo in maniera definitiva in un momento in cui ciascun settore vorrebbe sovrastare l'altro con la fiaccola della verità e il so tutto io, senza poterlo sapere. Il filosofo sta nella corrente e accompagna i naviganti. Sta alle vele e governa l'armamentario con perizia, prudenza e calma. Senza la fretta di doversi sbilanciare. Passo per passo. Dove si va? È importante adesso?

Osserva però anche tutte quelle forme di **resistenza** di **bellezza** che hanno mostrato la capacità adattiva umana al cambiamento:

Gruppi di persone che si uniscono per fare la spesa agli anziani, associazioni di volontariato sociale che in pochissimo tempo si attivano per raggiungere il maggior numero di persone, la vita dei terrazzi e dalle finestre, chi canta, chi regala una melodia al pianoforte, chi dice: voglio fare qualcosa per gli altri. I musei che si aprono online e gratuitamente per tour virtuali di bellezza, i cinema che mettono a disposizione una programmazione di film, gli informatici che si attivano con app per migliorare la qualità della vita con la distribuzione di farmaci o con il monitoraggio della fila dei supermercati, gli attori di teatro che regalano performance, gli artisti che organizzano aste per raccogliere fondi per l'acquisto di respiratori e tutti quelli che hanno supportato donando, i gruppi social territoriali e nazionali per scambiare informazioni utili a tutti, le biblioteche che scannerizzano libri per garantire la consultazione, gli sportelli gratuiti di supporto psicologico e di counseling. E tanti altri accomunati da una forza artistica, intendendo con arte tutto ciò che riesce a tracciare nuovi sentieri di resistenza.

I social media diventano veramente sociali, intessuti di senso di vicinanza e di comunità e l'umorismo e l'ironia che contraddistinguono la cultura italiana si estendono alla gestione della pandemia e diventano un'ancora di salvataggio. Un video ironico è la risata alla fine di una giornata.

Ma la filosofia non è per vocazione esercizio della **meraviglia**? Quale meraviglia poter donare in pandemia?

Non sappiamo dove andremo, la bussola è impazzita. In questo momento siamo naufraghi e se qualcuno non ha il coraggio di dirlo il filosofo deve. Tuttavia come Ulisse siamo in una peregrinazione di scoperta. Non navighiamo nella certezza, ma per scandagliare il **possibile**. Abbiamo lasciato Itaca alle spalle e non sapremo nemmeno se vi faremo ritorno. Sicuramente saremo diversi, ciascuno avrà la sua Itaca dentro. Quel che è certo è che abbiamo un'**opportunità** e il filosofo deve avere il coraggio di dire che va vissuta e va giocata. Sarà di riscoprire lo sguardo e gli occhi con il viso coperto da una mascherina? Sarà di aver letto quel libro durante la quarantena? Riscoperto gli affetti che sono essenziali e di cui non possiamo fare a meno? Avere letto una poesia? Ritrovato in un armadio un ricordo? Giocato con un figlio a nascondino? Aver capito cosa ci rende **felici**? Che vogliamo gettare tutto all'aria? Che ci siamo innamorati di un altro? Avere voglia di gonfiare le ruote della bicicletta?

La verità a volte è un'epifania. Qui sta la meraviglia.

Può fermarci la paura della morte? Andrebbe affrontata come suggeriva Montaigne "Voglio che la morte mi colga mentre pianto i miei cavoli, per niente preoccupato per lei e meno ancora del mio orto imperfetto"

E allora per giocare lascio le parole che avete trovato sparse nel testo in grassetto, da mescolare come stiamo facendo con le nostre nuove forme di esserci, di essere qui, ora e nella corrente: Perché il **possibile** è **opportunità**, la **relazione** è **cura**, l'**altro** è **futuro**, la vita va giocata.

Serve la Filosofia durante il CoVid-19?

Marco Calvelli¹

L'isolamento, come diceva Walter Bonatti, acutizza la sensibilità ed amplifica le emozioni, ma lo sappiamo accettare? O da animali iper-sociali e globalizzati quali siamo lo consideriamo solo una pericolosa minaccia?

La quarantena di questo periodo ci è stata descritta prevalentemente come un periodo di inattività e noia...

Personalmente già a inizio marzo ho dovuto incrementare notevolmente l'orario lavorativo, peraltro non retribuito, soltanto per studiare la miriade di Decreti e Ordinanze che si susseguivano (spesso senza una reale valenza giuridica) a colpi di dirette Facebook per lo più notturne!?

Quindi oltre a continuare, per quanto possibile, a lavorare si è aggiunta la necessità di informarsi sulla evoluzione delle Normative che interessavano praticamente ogni tipologia di attività e di "gestire filosoficamente" i propri interlocutori quotidiani, fossero loro collaboratori, clienti, fornitori, conoscenti o familiari tra i quali si potevano manifestare reazioni eccessive in un senso o in quello opposto, passando dalla chiusura estrema all'indifferenza totale.

Il tutto senza sottovalutare il rischio epidemiologico e conformandosi ai comportamenti raccomandati.

L'impegno professionale non è diminuito neanche durante la chiusura completa in cui sono stato preso dall'analisi delle conseguenze di questo periodo sia a livello lavorativo che personale senza trascurare gli aspetti sociali e collettivi che sono stati e saranno probabilmente modificati drasticamente.

Quindi le riflessioni, inevitabili e necessarie, si sono concentrate sul senso della vita mio e di chi dopo qualche giorno a casa propria iniziava ad andare in escandescenza perché "voleva uscire!"

¹ Amm.re CMW Engineering, docente scuole professionali, facilitatore LSP, ex Ufficiale A.M, Master in Innovation Management, Emotional Intelligence, Counselor Filosofico in formazione (III Anno) SSCF & ISFiPP, kung fu e sax

E ciò mi ha indotto, senza dare giudizio sugli altri, a mettere in discussione il mio modo di vivere questo periodo ed a confrontarmi, per quanto possibile, con le mie relazioni consolidate.

Dovrei essere più agitato? Perché non mi annoio se tanti dicono di farlo? Sbaglio atteggiamento se non sono terrorizzato e non cerco su internet fantomatici rimedi al coronavirus?

Queste le domande che mi sono posto e che ho analizzato riuscendo a trovare un senso anche nel modo di agire altrui visto il vero e proprio bombardamento mediatico unidirezionale che abusava costantemente di metafore e terminologie di guerra (nemico, trincea, eroi, guerrieri, prima linea, bazooka, ecc).

Ma siamo davvero in guerra? Cosa dobbiamo sconfiggere? Chi è il nemico?

Il virus è sicuramente la risposta più ovvia ma nella realtà è uno dei tantissimi con cui abbiamo e avremo a che fare e che, per di più, nell'80% dei casi è addirittura asintomatico. La miglior difesa è lavarsi le mani, cosa a cui il virus è molto sensibile, stare a distanza di sicurezza e portare una mascherina se siamo a meno di 1 – 1,8 - 2 metri (a seconda delle interpretazioni!?). Quindi in sostanza quando sono a casa mia il nemico non c'è ma è la causa più o meno indiretta che mi costringe a starci impedendomi liberamente di uscire se non per determinate ragioni. E questo, è il caso di dire, ci toglie l'aria!

Anche il virus ci impedisce di respirare correttamente ma ne siamo capaci e consapevoli anche senza venirci infettati? Abbiamo la tranquillità e serenità di respirare la nostra vita? Di respirare il nostro tempo sia individualmente che collettivamente?

Cosa ci manca veramente a casa? Siamo capaci di rimanere soli con noi stessi senza avere paura? Senza vederci magari come un avversario da sconfiggere?

E nella metafora della guerra cos'è che fa più paura: uscire ed affrontare, forse, il Virus o restare in casa ed affrontare noi stessi?

Lo stato di emergenza era stato ufficializzato in Italia sulla Gazzetta ufficiale a fine gennaio, cosa a cui non si è dato troppo peso forse perché siamo troppo abituati alle emergenze, vere o fittizie, che nella farsa del quotidiano ci annebbiano la scala dei valori. Ma ci si può abituare al sovraccarico di urgenze o emergenze?

La maggioranza delle procedure di emergenza sono accumulate dalla prima regola:

Mantenere la calma.

E come si fa a farlo? Basta spegnere l'interruttore dell'agitazione? Sarebbe semplice se fossimo dei meccanismi governati solo dalla regola azione-reazione e se ci pensiamo come banale organismo tecnico/razionale magari è plausibile. Certo l'illusione riduzionista che basti la volontà, la tecnica per gestire le nostre emozioni soprattutto nelle emergenze può essere rassicurante ma dura veramente poco, e lo abbiamo visto.

Un'azione da compiere in completa autonomia; stare calmi!

Perciò anche l'isolamento in una situazione del genere dovrebbe essere facilmente gestibile se bastasse scegliere, decidere di rimanere calmi. Ma se non ne fossimo capaci?

Vero è che la solitudine ci mette di fronte a una dimensione divenuta ormai rara, quasi sconosciuta all'uomo moderno. Infatti oggi più che mai l'uomo ha paura di affrontarsi nella solitudine, teme quasi di doversi riconoscere, di doversi riconquistare.

Ma tanto basta "mantenere la calma", c'è scritto nella procedura d'emergenza!

Una solitudine imposta non è sicuramente paragonabile a quella volontaria degli eremiti o dei saggi orientali ma ad ogni modo potrebbe rappresentare un'occasione di crescita se ne ammettessimo almeno la possibilità.

Quali relazioni possiamo costruire e coltivare se non siamo capaci di relazionarci con noi stessi?

E' l'unica relazione da cui non potremmo mai sottrarci eppure siamo convinti di poterlo fare come se fossimo un oggetto esterno a noi stessi e questa facoltà ci fosse concessa come quando decidiamo di incontrare o meno un altro.

In questo momento ho visto emergere con violenza rifiuti relazionali, rifiuti comunicativi, rifiuti di ascolto anche tra persone che avevano rapporti decennali e che, in un momento di emergenza, non hanno mantenuto la calma.

Responsabilità loro? Paura dell'incontro con se stessi che sfogliamo sugli altri? Frustrazioni casalinghe che esplodono senza controllo? Oppure liberazione da emozioni latenti che ci logoravano nel profondo?

Non lo so, ma resta il fatto che ci sono state persone che seppur desiderando di incontrarsi, di relazionarsi, di comunicare non ne hanno avuto la possibilità perché è stato loro impedito con la forza.

“Chi ha il pane non ha i denti e chi ha i denti non ha il pane!”

Mi riferisco soprattutto a quei malati che sono stati tenuti in isolamento forzato e costante anche quando si avvicinavano alla propria ora, come non avevo mai visto neanche nei reparti infettivi che mi è capitato, purtroppo, di frequentare.

Per carità dobbiamo mantenere le distanze, proteggerci, evitare il propagare del contagio, ma l'impedire a chi sta morendo di vedere un'ultima volta i propri affetti ed a questi addirittura di vedere il congiunto neanche quando fosse ormai nella bara mi pare una barbarie inaudita non giustificabile con un decreto notturno non meglio specificato.

Se succedesse a me di esser chiamato ad assistere un morente lasciato solo non esiterei un istante!

E non solo nella malaugurata ipotesi che fosse un mio conoscente ma anche per qualsiasi altro essere umano che considero indegno abbandonare disinteressatamente in nome di una protezione collettiva che non si è peraltro neanche rivelata efficiente.

Mi proteggerei con indumenti idonei e quello che prevede il famigerato protocollo, non sono certo un eroe ma solo un essere umano che ritiene doveroso accompagnare durante l'ultimo fatal passaggio chi ne abbia necessità o desiderio a prescindere da chi sia e cosa abbia fatto in vita.

E' giusto che chi non sa naufragare dolcemente nel frastuono del silenzio abbia qualcuno accanto che glielo renda lieve.

La malattia come condizione antropologica dell'esistenza nello spazio letterario de La Coscienza di Zeno: annotazioni ai tempi del Coronavirus

Stefania Marengo¹

Tutti noi siamo sempre costantemente impegnati a contrastare trasmissioni virali e batteriche delle quali neppure ci rendiamo conto, perché è il nostro sistema immunitario che riesce a tener testa a questi microorganismi nemici; i luoghi stessi della cura, gli ospedali, da sempre possono trasformarsi in luoghi di contagio, anche a causa dell'antibiotico-resistenza; noi stessi conviviamo quotidianamente con una città invisibile di batteri, miceti e virus, che colonizzano tutte le nostre superfici di contatto verso l'esterno ed anche il nostro stesso intestino. Questa città invisibile, il microbiota, modula e controlla il nostro sistema immunitario e lo tiene attivo; di solito viviamo beatamente inconsapevoli di queste aggressioni e di questi meccanismi: solamente i più acuti o fragili di noi, sembrano rendersi conto di vivere all'interno di un sistema complesso, in cui tutti gli organismi (e noi stessi) - dai meno innocui, a quelli neutri od opportunisti - fanno parte al contempo di un macrocosmo e di un microcosmo.

La mia prima reazione, all'inizio della pandemia, è stata quella di esercitare l'autoironia, affermando che in fondo anche la razza umana può essere considerata nulla più che un virus molesto per l'intero pianeta. Mi era tornato alla mente uno degli explicit più apocalittici della nostra letteratura, quello de La coscienza di Zeno di Italo Svevo. Ci sono, in questo finale, diversi spunti

¹ Laureata in filosofia, Bibliotecaria, Counselor Filosofico in formazione (III Anno) presso la Scuola Superiore di Counseling Filosofico & Istituto Superiore di Filosofia Psicologia Psichiatria

particolarmente interessanti, innanzitutto la considerazione della vita come malattia mortale, come condizione antropologica dell'esistenza: "la vita somiglia un poco alla malattia come procede per crisi e per lisi ed ha i giornalieri miglioramenti e peggioramenti. A differenza delle altre malattie la vita è sempre mortale". La vita stessa, come ebbe a dire Thomas Mann ne *La montagna incantata*, non è altro che "una febbre della materia", l'esistenza umana una sorta di malattia infettiva del nostro pianeta. L'unica cura possibile, secondo Italo Svevo, parrebbe essere quella esplosiva della visione conclusiva, in cui un gigantesco ordigno causerà una "catastrofe inaudita" che azzererà tutto il pianeta, facendolo tornare alla forma di nebulosa: la terra errerà nella solitudine degli spazi siderali, finalmente "priva di parassiti e di malattie". Il racconto di Zeno si conclude così nel più nichilistico dei modi, frantumando ogni residuale traccia di speranza ma io credo che, come ogni scrittura estrema, come ogni scrittura del disastro (che non si appelli più ad alcuna buona stella come indica l'etimologia del termine), rechi sottotraccia anche una via di uscita. Questa dialettica tra malattia e salute, si può sempre articolare in un investimento creativo nella vita, pur sapendo che essa ha un limite definitivo, una catastrofe finale, non solo la morte del pianeta ma la nostra stessa morte, che - come afferma Zeno Cosini - si va accostando a noi di settimana in settimana. La perfetta salute della moglie di Zeno, Augusta, rivela infatti, nel corso del romanzo, tutta la sua inconsistenza; essa è solo una mancanza di consapevolezza intellettuale e spirituale: "la salute non analizza se stessa e neppur si guarda allo specchio". Le regole di comportamento di Augusta sono certamente semplici e lineari, prima tra tutte vivere contenti di ciò che si ha, senza tormentarsi sul significato dell'esistenza: "compresi finalmente che cosa fosse la perfetta salute umana quando indovinai che il presente per lei era una verità tangibile in cui si poteva segregarsi e starci caldi". Le difficoltà della vita, nelle mani della moglie Augusta, cambiano natura; se anche la terra gira, tutte le altre cose rimangono per lei al loro posto: "le ore dei pasti erano tenute rigidamente e anche quelle del sonno. Esistevano quelle ore e si trovavano sempre al loro posto". Sul finale della sua autobiografia Zeno, quasi allievo di Nietzsche, opererà una trasvalutazione dei valori ed arriverà ad affermare di soffrire di certi dolori ma che essi "mancano d'importanza" all'interno di una più "grande salute". Non è dunque la perfetta salute a cui dobbiamo aspirare ma quella grande, delineata da Nietzsche ne *La gaia scienza*, nell'Aforisma 382: "una salute che non soltanto si possiede, ma che di continuo si conquista e si deve conquistare, poiché sempre di nuovo si sacrifica e si deve sacrificare". La presunta malattia di Zeno va considerata una forma paradossale di "grande salute", ovvero un modo di vivere limpido e generoso, orientato verso l'equanimità, verso un relativismo irriverente ed autoironico, senza alcuna concessione a forme di superomismo di impronta

ideologico-politica. Da un lato Zeno salva la propria libertà interiore sotto la scorza del bravo borghese dedito ai commerci, che irride gli stessi valori della società conformista in cui agisce, dall'altro la forza conoscitiva della creazione letteraria che Zeno compie, nel tentativo di comprendere la sua vita, diventa una sonda gettata ad indagare il mistero di che cosa significhi appartenere all'umanità e condurre la propria esistenza come essere umani.

Ho cercato quindi di annullare il confine netto fra malattia e salute e di accomodarmi con agio anche in questa quarantena, attenta agli effetti deleteri di queste costrizioni sul mio mondo interiore e su quello delle persone più fragili intorno a me, cercando di essere un testimone empatico. Questo blocco improvviso dell'azione, il mio camminare quotidiano improvvisamente ristretto e circoscritto, mi ha posta inevitabilmente all'erta: come Hans Castorp, il protagonista de *La montagna incantata*, a causa di una tosse persistente, ho iniziato a rilevare quotidianamente la mia temperatura corporea, a più riprese, mattina e sera, non per il timore di essere contagiata ma per quello di contagiare. Abituata a camminare di buon passo ho invece imparato a procedere con cautela, percependo però una sorta di alterazione della temporalità, per la quale queste giornate han preso a scivolare via veloci nonostante la loro apparente ripetitività. Ho evitato la negazione e al contempo i vissuti più angoscianti, senza tralasciare di abitare tutti i livelli dell'esistenza e non quello della sola sopravvivenza (consapevole anche del privilegio di poterlo ancora fare). Abituata a camminare in piano, lungo i sentieri circolari del parco cittadino, sono salita più in alto, percorrendo quelli della creazione artistica, che spesso riempie e svuota come un parto. Mi sono dedicata alla lettura ad alta voce, ho disegnato e colorato; mi sono affidata alla scrittura, realizzando una sorta di bilocazione cognitiva, sdoppiando me stessa per darmi modo di rielaborare il vissuto. “Solo un irresponsabile può avere l'animo sereno in un momento così. In queste condizioni, la casa è un inferno” afferma in una recente intervista il filosofo Massimo Cacciari², aggiungendo di non aver nessuna voglia di fare filosofia in questa circostanza. Secondo Cacciari la storia non ha un fine e come dice Umberto Galimberti “il futuro non è il tempo della salvezza, non è attesa, non è speranza. Il futuro è un tempo come tutti gli altri”³ Ma perché mortificarci ulteriormente, più di quanto già la situazione non faccia? Perché non trovare comunque un respiro ed uno spazio più ampi? Sono stata anche serena, confesso qui la mia irresponsabilità.

² https://www.huffingtonpost.it/entry/massimo-cacciari-la-casa-e-un-inferno_it

³ <https://www.gqitalia.it/news/article/umberto-galimberti-filosofo-coronavirs>

L'infodemia in cui siamo stati gettati in questo periodo, i pareri scientifici contraddittori, ci richiedono maggiore attenzione e maggior discernimento filosofico. In ogni caso in mezzo al cinismo dilagante di una società che considera i vecchi come se appartenessero ad una razza distinta da quella umana, avere un postura filosofica serve a ricordarci che già lo siamo vecchi, almeno in potenza (come ci insegna Aristotele nel IX libro della Metafisica), se non addirittura in atto, o in procinto diventare tali; nasciamo inoltre, come aveva sottolineato Susan Sontag in *Malattia come metafora*, con “una doppia cittadinanza”, abitiamo da sempre sia il regno dei sani che quello dei malati. Avere uno sguardo filosofico consente di leggere le Raccomandazioni della Siaarti (Società italiana di Anestesia Analgesia Rianimazione e terapia Intensiva) per l'ammissione ai trattamenti intensivi e per la loro sospensione in condizioni eccezionali di squilibrio tra necessità e risorse disponibili, secondo una terza prospettiva, come se fossimo noi stessi pazienti anziani o affetti da comorbidità: da un lato esse infatti intendono offrire un supporto professionale agli anestesisti e rianimatori impegnati a gestire l'emergenza Covid, dall'altro hanno di fatto portato alcuni medici ad appellarsi al Codice deontologico, per il quale tutti i pazienti sono uguali e vanno curati senza discriminazioni. Risulta evidente che queste linee guida, se pur necessarie, non potranno sottrarre i medici stessi alla sofferenza della decisione, che va comunque affrontata e vissuta ogni volta - e per ogni singolo paziente - in un'ottica di fraternità umana e non di mero computo perché, come dice il verso di Holderlin, spesso citato da Heidegger, *“dove cresce il pericolo, cresce anche ciò che salva”*.

L'emergenza COVID-19. Alcune note filosofiche

Susanna Maria Taraschi¹

La malattia, che mi aveva concesso un lungo congedo, mi ha di nuovo
 « assalito. “Che genere di malattia?” chiederai. Hai ragione di fare questa domanda: infatti io conosco tutte le malattie. Tuttavia ce n'è una alla quale son quasi votato; non so perché si debba chiamarla con un nome greco, mentre posso ben definirla *difficoltà di respiro*. [...] Ormai ho provato tutti i malanni e tutti i pericoli, ma nessuno per me è più penoso. E perché no? In ogni altro caso si è ammalati; in questo *ci si sente morire*. Perciò i medici chiamano questo male “meditazione della morte”: talvolta, infatti, *tale mancanza di respiro provoca la soffocazione*»².

Un senso di spaesamento, di angoscia, creati da un inatteso che ci si è trovati a fronteggiare: il COVID-19 è una mancanza di respiro che accomuna tutti. È una malattia che colpisce l'apparato respiratorio di chi la contrae, ma è allo stesso tempo una malattia che investe indistintamente ciascuno di noi, è un'affezione che ci blocca, che ci obbliga a fermarci e a confrontarci inevitabilmente con istanze spesso o probabilmente rimosse dal nostro vivere quotidiano. Siamo stati costretti a ri-pensare ogni momento e comparto della nostra vita. A *ri-pensarci* nella nostra *condizione mortale* e nei nostri *limiti*. A modificare le nostre abitudini, a mutare i nostri punti di vista, in sintesi a riorganizzare la nostra *visione del mondo*. E a continuare a farlo, quotidianamente.

Seneca, autore della citazione introduttiva, pare avesse fin da fanciullo una salute cagionevole e soffrisse in particolar modo di asma. Ma la mancanza di respiro a cui fa cenno è di ben altra natura. È un sentirsi soffocare che scaturisce dal confronto con un pensiero angoscioso: il pensiero sulla morte. Un pensiero con cui in questi giorni ognuno di noi ha a che fare, che si trovi o meno in

¹ Counselor Filosofico in formazione (III anno) Scuola Superiore di Counseling Filosofico SSCF & ISFiPP, laureata in filosofia e dottore di Ricerca in Bioetica.

² Seneca, *Lettere a Lucilio*, BUR Rizzoli, Milano 1998, p. 331, *corsivo nostro*.

condizioni di malattia fisica. Un pensiero che fatalmente ci invade nel momento in cui accendiamo il televisore, apriamo un giornale o un social network. Un pensiero alimentato da dati, grafici e immagini. Immagini che ci rimandano - in un meccanismo di apparente paradosso - a un invisibile che tendiamo sovente a trattare come tale perché non ci tocca da vicino e che ora rigurgita prorompente, sbattuto in faccia tramite il mezzo più potente, soverchiante e talvolta paralizzante della comunicazione: quello della *visione*. Pensiamo semplicemente alla celebrazione di medici e personale sanitario alla stregua di eroi dell'anno. Lo stiamo facendo ora, (forse) soltanto ora. Soltanto ora perché li possiamo *vedere*, perché i *media* e i social network ci mostrano, talvolta alla stregua di schiaffi provocatori, testimonianze, fatiche, foto di persone stremate, distrutte da tempi di lavoro di cui loro stesse hanno perso il conto. Ma sappiamo bene - pur nella consapevolezza dell'esistenza di una "cattiva" sanità - che quel buono che vediamo ora, tutti i giorni, quando accendiamo il televisore, c'è sempre stato perché, in ogni ambito, ci sono persone che fanno e hanno sempre fatto per bene il proprio lavoro.

Ecco che quindi, se prima in un intreccio invisibile e chiasmatico soltanto il visibile appariva come tangibile e l'intangibile rimaneva invisibile, ora il visibile si rivela come la superficie tangibile, al nostro sguardo e per il nostro vissuto, di una profondità invisibile, esistente e sempre esistita ma da noi come rimossa, messa in un angolo. Emerge un invisibile che ha sempre permeato il visibile, che è sempre stato un negativo nascosto, sia perché meno comunicato, sia perché utilitaristicamente rimosso. Il visibile diventa dunque, al nostro sguardo, un esperito nella sua totalità che include anche il suo invisibile negativo che inevitabilmente lo accompagna e ha un suo spessore proprio, la sua *membrure*, per dirla alla Merleau-Ponty. L'invisibile "a occhio nudo" tende a non fornire elementi di immedesimazione e ad essere così allontanato. E questo accade perché siamo abituati a conoscere l'altro da noi attraverso qualcosa di tangibile, di visibile. E quando questo visibile si fa più prossimo, anche soltanto a livello di immagine - sebbene non esaustiva in quanto fornisce in ogni caso una parzialità di percezioni - ci colpisce maggiormente, ci coinvolge emotivamente fino ad attribuirgli un'esistenza che prima avevamo magari accantonato o dato per scontata.

Riaffiora così, come in una sorta di ribaltamento di piani, il *perduto* insieme a istanze che non avevano un primato nella nostra gerarchia esistenziale. Ci troviamo obbligatoriamente a confrontarci con esse, sia in quanto colpiti dalla malattia in prima persona, sia in quanto parenti o amici di persone colpite dalla malattia, sia come personale sanitario, sia come lavoratori nei settori produttivi "in prima linea", sia come spettatori e potenziali contagiati. E per questo tutti coinvolti e intrecciati in rapporti di responsabilità (lat. *respondere/responsum*, «rispondere»,

«risposta»): ognuno di noi è eticamente chiamato a rispondere a qualcosa e a qualcuno tenendo conto delle conseguenze delle proprie azioni in nome dell'*altro* come valore da salvaguardare.

Parallelamente l'isolamento e la distanza sociale obbligano a una comunicazione e ad una relazionalità permesse e potenziate quasi esclusivamente dai *media*, il che espone al rischio di un'assuefazione a modelli simbolici e ad una diminuzione di capacità di comprensione dei dati dell'esperienza. Pertanto, esemplificando, pur avendo una consapevolezza maggiore della malattia e della morte, si rischia di viverle filtrate da dati e bollettini medici che forniscono grafici e numeri sterili; pur riscoprendo l'importanza dei rapporti umani, si rischia di oscurarne i contorni per la mancanza di una corporeità *presente*.

Ci troviamo senza dubbio in un momento storico di *crisi*, vissuto e percepito da ognuno di noi con un atteggiamento e una risposta diversi, con tempi di reazione diversi, ma che allo stesso tempo ci getta in un mare comune: il mare dell'*ignoto*, che provoca quella "*soffocazione*" di cui parla Seneca.

Lo scorrere frenetico dell'esistenza ha subito una repentina frenata, il nostro vivere spesso impostato "ritardando il ritardabile", per usare un'espressione di Borges, si è scontrato con un muro di realtà palpabile. Il tempo della vita di ognuno di noi è mutato. Ed è emerso con una forza sferzante il confronto con uno dei temi esistenzialmente centrali per l'essere umano: la libertà. Abbiamo improvvisamente subito e *percepito* le limitazioni imposte a livello governativo come limitazioni della nostra libertà, in questa accezione intesa come libertà - filosoficamente detta - *negativa*, come *libertà da costrizione subita* dall'essere umano nella sua capacità di operare (che differisce da quella *positiva*, la quale comprende il significato più ampio di libero arbitrio), libertà come assenza di coercizione. Ci siamo trovati mutilati, amputati, immobilizzati. Siamo stati obbligati a rispettare regole mediante sanzioni. E più le regole giorno per giorno aumentavano, più ci sentivamo fiere in gabbia. Lo scalpitare della nostra libertà aumentava, quasi come una forza cieca, fosse anche autoalimentata dalla pura ribellione: «Ma là dove il deserto è più solitario avviene la seconda metamorfosi: qui lo spirito diventa leone, egli *vuol come preda la sua libertà* ed essere signore del proprio deserto»³. Davanti al crescente senso di impotenza si corroborava, per contro, la libertà "leonina" delle metamorfosi nietzscheane, che include anche e soprattutto una libertà del "dire di no": «Crearsi la libertà è un no sacro anche verso il dovere»⁴. Ma se ci soffermiamo a pensare sul concetto di libertà, non possiamo non considerarne la sua accezione

³ F. Nietzsche, *Così parlò Zarathustra*, tr.it., Adelphi, Milano 2008, pp. 23-24, *corsivo nostro*.

⁴ *Ivi*, p. 24.

positiva, quella di libertà intesa come *libero arbitrio*, ossia come possibilità di decidere arbitrariamente tra due o più alternative (la *potestas ad utrumque* degli Scolastici). Questa libertà è quella per cui, davanti a una scelta, non vi è alcun condizionamento che implichi dall'esterno una differenza e che ci indirizzi a scegliere una cosa anziché un'altra. Filosoficamente si tende a parlare di "libertà *di*" in riferimento all'accezione positiva e di "libertà *da*" in riferimento a quella negativa. Nel primo caso l'accezione è sempre positiva in quanto si tratta di determinare l'oggetto del volere ed è il soggetto stesso a deciderlo. È forse - pensando a una possibile proposta teorica - con questa e grazie a questa libertà *positiva* che potremmo avere uno spiraglio all'interno del condizionamento obbligato in cui ci troviamo a vivere in questo momento storico. La libertà dell'uomo, infatti, non può essere interpretata soltanto come libertà di indifferenza. La libertà - per dirla con John Dewey, filosofo e pedagogista statunitense - è anche capacità dell'uomo di azione, di realizzazione, di adattamento e di *variazione progettuale*. La libertà è *capacità di misurarsi con le possibilità*, con l'*imprevisto* inevitabile degli accadimenti dell'esistenza. E la crisi, etimologicamente, (lat. *crisis*, gr. κρίσις «scelta, decisione», der. di κρίνω «distinguere, giudicare») si distacca dal significato negativo più in uso nel linguaggio comune: la crisi è una re-visione, è una fase di discernimento che potenzialmente può trasformarsi in un miglioramento, in una rinascita o anche soltanto in un consolidamento di valori che richiede necessariamente un confronto con la più intima profondità di noi stessi. Paradossalmente ecco che, da un "fuori" che muta nell'emergenza, sembra inevitabile un ritorno al "dentro". L'urgenza dell'esterno sembra non poter essere fronteggiata e vissuta senza un ripiegamento dell'io su se stesso in un confronto con i suoi valori, le sue paure, la sua quotidianità fatta anche di solitudine, insonnia, incubi, angosce e silenzio e con la sua visione del mondo.

Le parole de *La Nausea* di Sartre risuonano alla lettura con un'attualità sorprendente: «In queste ultime settimane si è verificato un cambiamento. Ma dove? È un cambiamento astratto che posa sul nulla. Sono io che son cambiato? Se non sono io allora è questa camera, questa città, questa natura»⁵. È giunto il tempo del ritorno su se stessi, il tempo silente dell'introspezione, un tempo denso, lungo, che si dipana in accadimenti apparentemente impercettibili che segnano, però, la coscienza in modo quasi indelebile.

Ci sono senza dubbio gravi limitazioni, privazioni (nell'accezione di assenze di qualcosa che *deve* esserci) e mancanze (nell'accezione di assenze di qualcosa che *non deve necessariamente* esserci) - pensiamo ad esempio all'impossibilità di

⁵ J.P. Sartre, *La Nausea*, tr.it., Giulio Einaudi Editore, Torino 2014, p. 15.

accedere alle strutture sanitarie per far visita ai nostri cari o all'impossibilità di partecipare ai funerali - che non trovano giustificazione se non facciamo l'immenso sforzo di agirle e di viverle in una nuova gerarchia di valori.

Certo è che, se la ripresa delle attività rappresenta un ignoto e costringe ciascuno di noi al permanere in un tempo di attesa e incertezza ponendoci davanti a uno scenario di incognite (economiche, professionali, relazionali, sociali, cliniche e sociosanitarie), il pensare alla ricerca di un nuovo equilibrio "del dopo" risulta pressoché inevitabile.

Riecheggia qui l'immagine dell'Ireneo Funes di Jorge Luis Borges, non tanto per la specifica condizione esistenziale in cui versa (paralizzato, senza speranza, nel letto di casa), quanto per la caratterizzazione di un'esistenza del "prima" e del "dopo", in questo caso in relazione a un incidente che lo costringe all'immobilità: «Per diciannove anni aveva vissuto come chi sogna: guardava senza vedere, ascoltava senza udire, dimenticava tutto, o quasi tutto. Cadendo, perdette i sensi; quando li riacquistò, il presente era quasi intollerabile tanto era ricco e nitido, e così pure i ricordi più antichi e banali»⁶. Qualcosa accade e ha la potenza di cambiare una prospettiva, un punto di vista dal quale guardare il mondo, un modo di approcciarsi al reale. Può essere un evento (positivo o negativo), può essere un'improvvisa e inspiegabile presa di consapevolezza, un *insight* - per utilizzare un linguaggio appartenente al mondo psicologico -, può essere un incontro, può essere una situazione di emergenza mondiale come quella che stiamo attualmente vivendo. Ireneo subisce un grave accadimento per la sua esistenza, ma è come se si risvegliasse dall'indifferenza, dall'inautenticità in cui si rende conto di aver vissuto fino a quel momento: «Poco dopo s'accorse della paralisi; la cosa appena l'interessò; ragionò (sentì) che l'immobilità era un prezzo minimo; ora la sua percezione e la sua memoria erano infallibili»⁷. Ireneo fa della sua provvidenziale memoria una nuova ragione di vita. E si spegne a ventuno anni. Per congestione polmonare. Quasi come se nel respiro fosse concentrato tutto il suo essere, come se quel respiro fosse la sua memoria. Un respiro che continua a mancare anche ora, in questo tempo scuro, un respiro che spegnendosi porta via i nostri cari, la nostra memoria di loro e il patrimonio umano che hanno incarnato. Incatenati da un senso di impotenza, guardiamo in un abisso che, mettendoci di fronte alla morte, al dolore e alla sofferenza, non fa però altro che rimandarci alla nostra autenticità, alla nostra stoffa, al nostro essere più profondo: l'essere *umani*. L'heideggeriano vivere-per-la-morte si concretizza in un imprescindibile pensiero

⁶ J.L. Borges, *Funes, o della memoria*, in J.L. Borges, *Finzioni*, tr.it., Einaudi, Torino 2014, p. 91.

⁷ *Ivi*, pp. 91-92.

sulla nostra finitudine, pensiero che - con un seppure impegnativo nuovo sguardo prospettico - ci rende consapevoli dell'esistenza della malattia come uno dei luoghi del vissuto dell'umano e della morte come mistero e compimento.

Il momento che stiamo vivendo può rappresentare un'occasione per entrare in questa nuova prospettiva che riempie di significato l'introspezione silenziosa, per educarci all'attesa e alla pazienza, per trafiggere la trasparente superficie del mondo facendone emergere un nuovo *sensò*.

In fondo, la grande battaglia della libertà e della speranza in cui ognuno di noi si sta sentendo coinvolto, non è altro che un titanico sforzo di far emergere, se non immediatamente una nostra forza effettiva, almeno la sua pensabilità come risorsa esistente nel profondo di noi stessi: «Il capitano guardò Fermina Daza e vide sulle sue ciglia i primi bagliori di una brina invernale. Poi guardò Florentino Ariza, il suo dominio invincibile, il suo amore impavido, e lo spaventò il sospetto tardivo che è *la vita, più che la morte, a non avere limiti*»⁸. La riscoperta di un approccio all'esistenza che guarda con occhio fermo la morte può rivelarsi la nostra vera vittoria e liberazione da una percezione del mondo come indeterminato, indistinto, subito dall'io e non interiorizzato, non agito in prima persona.

Il lavoro è senza dubbio faticoso, ma è soltanto nel momento in cui ci riscopriamo più *umani*, sia nella forte consapevolezza del nostro limite ontologico, sia nell'apertura alla responsabilità verso di noi e verso l'altro, che possiamo svelare a noi stessi, nutrire e coltivare la nostra più piena autenticità.

⁸ G. García Marquez, *L'amore ai tempi del colera*, tr.it., Mondadori, Milano 2019, p. 376.

Cosa succede?

Argia Mazzonetto¹

Il bisogno di fare ordine, la necessità che non accadesse a me, alla mia famiglia, è stato impellente, ancor prima della chiusura avvenuta in Lombardia il 24 febbraio con l'impossibilità di tornare a Scuola. Non potevo, non volevo, non concepivo proprio che mi sarei potuta ammalare o potessi essere io, veicolo di trasmissione per i miei fratelli o mia madre ottantacinquenne! A metà gennaio circa, filmati arrivati da un amico mi avevano allertata e così, prima che iniziasse tutto, non ascoltando nessuno e non capendo l'allegria collettiva nell'imminenza di quella che avevo visto nella morte filmata arrivata in chat, essere una tragedia, ebbene, mi sono isolata e con fare circospetto distanziavo frettolosamente ognuno si avvicinasse, infastidita anche perché avrei voluto gridare: "Ma non li avete visti i filmati voi?" Tale è stato lo spavento: cadaveri abbandonati sulle strade, uomini armati di ronda, urla durante i prelievi forzati, mi chiedevo se non fossero immagini di qualche film ancora non trasmesso. Era tutto vero. Il mio amico mi ha allertata, mi ha salvata. I primi acquisti? Disinfettanti per l'aria, depuratori per l'ambiente, gel per mani, pastiglie disinfettanti per la gola, salviette pregne di disinfettante, quando ormai anche nelle farmacie non si trovava più niente, sapone disinfettante, ogni genere di prodotti per non entrare in contatto con il virus, in quelle settimane, prima del blocco totale, mi pareva di cercarlo il virus, di stanarlo nelle sue possibili traiettorie e banalmente mi chiedevo se in qualche modo lo avrei visto in modo tale da poterlo calpestare, distruggere, annientare; mi muovevo velocemente, se camminavo, camminavo frettolosamente, se entravo nei negozi m'infastidivo della ressa e prima di risalire in macchina disinfestavo gli indumenti, gli interni dell'automobile e poi, sentito che anche le scarpe potevano essere potenziali trasmettitori, spruzzavo disinfettante, a cui non rinunciavo neppure adesso. In seconda battuta? Generi alimentari che rafforzassero il sistema immunitario, ho fatto tutto il possibile? Non ancora, sintomatologia non

¹ Docente alla Scuola Superiore di Secondo Grado: IIS "V. Floriani" – Vimercate – Istituto "Meroni" – Lissone. Counselor Filosofico in formazione al terzo anno del Master di Specializzazione in Counseling Filosofico SSCF & ISFiPP

compatibile con il Covid 19 ma tanto è bastato che mi sono imposta un auto isolamento per tutelare i miei cari, oggi sto bene.

Sono “solo” preoccupata. Lo spavento si è acquietato. Sono chiusa in casa ma in realtà, non sono mai stata così nel mondo e mi domando cosa sia realtà! La tecnologia mi consente d’incontrare persone d’ogni dove e tante alla volta, come fosse diventato normale una relazione così diseguale, mi sento alienata, è come guardarsi in uno specchio rotto e non vedere nessuno. Non mi piacciono le video conferenze, non mi piacciono le riunioni on-line, non mi piacciono le video lezioni siffatte e già qualcuno paventa che questa potrebbe essere la scuola del futuro: non è più educazione! E’ alienazione. Mi manca la realtà dell’aula. Ho nostalgia di rivedere in viso le persone. In pochissimo tempo, velocemente, ho dovuto imparare tutto sugli strumenti della DaD, realmente affascinante ma non da svolgere quotidianamente come unica attività per giorni, settimane e mesi. Insegnare è il mio antidoto alla noia, alla paura che è passata, all’incertezza che mi prende, all’angoscia per il futuro che mi assale. Alla tragedia dei morti si aggiungerà la miseria dei vivi? Ho paura perché se il mio vicino non sta bene, non posso stare bene da sola! Lo stiamo imparando, ce lo hanno insegnato i medici: quanti morti! E quindi? La solidarietà è un atteggiamento, un sentimento, avremmo bisogno di un nuovo vaccino ma contro l’egoismo, di Istituzioni lontane dai bisogni reali di persone che stanno male. La questione sociale, politica ed economica del nostro Paese assorbe molto del mio tempo e le riflessioni con amici interessati è sempre aperta, come la questione etica che elusa per troppo tempo, irrompe come necessità non più improrogabile nella condotta politica, così come nella gestione della finanza e se non si accetta di confrontarsi su questo tema dibattuto, le vicende prossime future sono a tinte fosche per tante, troppe persone. Se penso poi, come ipotizzano molti uomini di cultura e ultimamente anche scienziati, che questo stato di cose, questa orribile realtà esteriore fatta di dolore, morte, isolamento, distanziamento è frutto di un potere infausto che agisce contro l’uomo per interessi privatistici di varia natura, dalla sperimentazione, alla speculazione finanziaria, annichilisco sotto il peso della mia stessa impotenza e cerco di non lasciarmi fagocitare dalla mia stessa rabbia.

Hannah Arendt l’ho insegnata e mi mancano tanto i suoi pensieri vivificanti e veraci nella descrizione di una polis che accoglie il nuovo venuto al quale chiede: “Chi sei?” Responsabilizzando l’individuo davanti all’intera comunità accogliente e in ascolto. Nella cacofonia odierna la domanda terrificante è un’altra, urlata, ripresa, interrotta: “Cos’è questa cosa?” Sì, perché il virus è una cosa che è venuta ad uccidere noi esseri viventi che ci siamo dapprima adoperati nel conoscere le cose, poi le abbiamo utilizzate, le abbiamo raccolte, ce ne siamo circondati, ci hanno infine, sommersi, le cose, ed il virus ci soffoca. Purtroppo ho partecipato del

dolore per la perdita dei propri cari, nei miei studenti ho ascoltato il fiato spezzato, affaticato dalla malattia contratta, nei miei colleghi ho visto la pelle cerula, il biancore del viso e la tristezza negli occhi, ho ascoltato, ho prestato attenzione, ho condiviso tempo, video chiamate, chat ma ... tutto troppo poco.

Non vedo questa reclusione come possibilità.

Se posso mettere ordine nel microcosmo confusionario del mio mondo interiore non è così per quanti incontro, ai quali vorrei davvero rispondere sono come te, disponibile a risolvere un comune problema per stare meglio, per stare bene insieme; ho patito invece, perché ho conosciuto Maria, una donna peruviana clandestina, badante, trovatasi senza lavoro alla vigilia del blocco totale, mi ha lacerato il doverle dire: “Non posso fare nulla per te”. Sto aspettando, fremendo e sperando, ho bisogno di portare Maria da un comune ad un altro, da una signora anziana che l’aspetta per un lavoro, anche se clandestina. Un’orribile parola, clandestina, per dire che rifiutiamo le persone e definendole clandestine, le etichettiamo come delinquenti; non è questa la realtà nella quale voglio vivere, la stessa realtà che ha costruito in laboratorio un virus che seleziona le persone e le uccide, sollevandoci dall’incombenza di dibattiti sterili intorno all’eutanasia: questo virus ha semplificato oltre misura le aspettative di quanti ci volevano ignoranti; ci hanno coltivato tali ed ora, al riaprire, tra le attività fondamentali e primarie ci ricordano il gioco dell’Enalotto! Sarebbe una “puffosa” commedia dell’assurdo se non fosse che le persone muoiono davvero.

Tante persone ho incontrato nel video del mio PC, la parola ha viaggiato, il silenzio ha ascoltato il bisogno ed il dolore dell’altro, ho poca voglia di scherzare, rifuggo dai proclami, dal languore e dallo scalpore, invece, desidero capire come sia potuto succedere. Ho un lavoro che incombe e passioni trascurate. Un futuro incerto perché da me non dipende, in questa situazione.

La musica mi calma. La musica è il mio tempo interiore, la mia musica dell’anima, l’evoluzione creatrice per un corpo appesantito e affaticato; la cura più elementare del mio corpo però, non è secondaria, anzi, la postura prolungata, l’inattività forzata, obbligano ad una maggiore osservazione dei segnali di benessere che vengono a mancare e lasciano spazio a dolori sempre più noiosi. La voce di un corpo sano è il silenzio, nessuna sensazione propriocettiva particolare, tutto regolare, che bella, lontana sensazione! Curo il mio corpo perché da qui voglio uscire e pronta a ripartire, non sarà finita, ci sarà molto di cui stare attenta, ancora, per tanto tempo, avvenire.

I miei colleghi con i quali ora lavoro sono un dono per il quale ringrazio, non siamo divisi, anzi, per sostenere l’espressione e la partecipazione abbiamo rivolto un invito a lasciare testimonianza scritta di questo tempo, come esercizio

filosofico di autentica ricerca dell'essenziale, così è nata, una lavagna per noi. <http://www.iisfloriani.edu.it/unalavagnapernoi/> Se in una scuola ho condiviso attività nell'altra, ho imparato molto dal lavoro di gruppo: come comunità professionale ci siamo mossi da subito, fieri! La Scuola era bella, la Scuola l'ho riscoperta come luogo dove l'operosità è corale, un sentimento di appartenenza profondo mi lega all'unica Istituzione che come la Sanità avrebbe dovuto essere meglio difesa e più sostenuta, perché presidio di civiltà dell'umano, ma purtroppo, politicamente abbiamo colluso con interessi privatistici che nulla hanno fatto in questo senso, pubblico e comune. Non recrimino nulla. Constato una realtà brutta, un tempo pericolosamente esplosivo per l'insoddisfazione generale ed il dolore cieco che tutto investe. "Non ci sono soldi", in una società materialistica e nichilista come l'attuale quale fragoroso impatto può produrre, in persone incolte, arrabbiate, spaesate, isolate per necessità, involgarite da slogan irriflessi perlopiù urlati? Mi auguro di sbagliare, spero che si sbagliino le mie fonti ma la paura che avanza è quella di un tempo ben peggiore, io con me sto bene.

Ho fatto una sorta di calendario degli impegni per cercare di tenere un ritmo e avere un radicamento nel momento presente più pulsante e vitale sebbene senta e non ascolti una grande confusione dentro: logico ed illogico si fronteggiano, realtà e parvenza si mescolano e s'imbroglia, verità e menzogna sono al marasma ed intanto, le persone ci lasciano, se ne vanno altrove. Le mie chat sono affollate: da Asti a Londra, da Codogno a Foggia, sono strade aperte di informazioni, emozioni e condivise consolazioni per la perdita di persone care ed il mio animo piange con amiche rare e belle, colpite dalla sciagura di questa immane guerra e mi resta un dubbio atroce, che ci sia qualcuno e non qualcosa ad averla innescata.

La scrittura filosofica come ambiente emotivo sicuro al tempo del CoViD-19

Beatrice Anderlini¹

“Ogni momento della vita emotiva, [...], è una modalità, di relazione, di equilibrio o squilibrio, tra lo spirito e la vita.”

Max Scheler, *Il valore della vita emotiva*

“L’arte di scrivere consiste nel far dimenticare al lettore che ci stiamo servendo di parole.”

Henri Bergson, conferenza L’anima e il corpo

Il lavoro filosofico si deve mettere sempre alla prova con la realtà e l’attualità. In un momento storico dove un virus come il CoViD-19 ha letteralmente stravolto la vita di ogni singolo individuo, c’è l’urgenza di preservare il nostro vissuto, ovvero le nostre emozioni. Così la scrittura filosofica si rivela essere, nei giorni dell’isolamento, uno strumento d’aiuto per intraprendere un percorso di comprensione su ciò che si “sente”, si pensa e si vive nell’adesso.

Il silenzio della pagina bianca si rispecchia nel silenzio delle città. Sì! Le città sono silenziose al tempo del CoViD-19, ma un silenzio che fa rumore. Gli abitanti del quartiere si raccontano le loro giornate dalle finestre, escono sul balcone e osservano il palazzo di fronte, iniziando discorsi per ore ed ore...si vivono emozioni! Ma quelle emozioni non possono essere portate via dal vento della giornata che sta per finire, “Le emozioni designano il paesaggio della nostra vita spirituale e sociale. Come <<sommovimenti geologici>> che un viaggiatore può scoprire in un paesaggio, dove in precedenza si poteva scorgere una superficie piatta, le emozioni lasciano un segno nelle nostre vite rendendole irregolari,

¹ Laureata in Filosofia ed in Filosofia ed etica delle relazioni presso l’Università degli studi di Perugia, Counselor Filosofico in formazione (III Anno) SSCF. & ISFiPP

incerte, imprevedibili”, come afferma Martha C. Nussbaum nell’opera “L’intelligenza delle emozioni”. In quella pagina bianca bisogna provare a fissare le nostre emozioni, descriverle per portarle con noi un domani. Il silenzio della pagina bianca inizierà a parlare delle nostre emozioni vissute. Lo stupore, la collera, l’aggressività, la paura, l’angoscia, il fastidio, l’exasperazione, la gioia, il piacere-soddisfazione, il dispiacere, la vergogna, la tristezza hanno bisogno di un “ascolto comprensivo”, ovvero quella capacità di essere in grado di riprendere e riassumere ciò che abbiamo “sentito”. Il volto dell’altro, affacciato alla finestra, è l’esteriorità che si presenta con le caratteristiche dell’umiltà, della sobrietà e della vulnerabilità, così come umili e vulnerabili sono le sue emozioni. La scrittura filosofica, come ambiente emotivo sicuro, è un’idea per ascoltarsi ed ascoltare, uno spazio privato, ma ricco d’immagini vissute insieme. In questo periodo, caratterizzato dall’irruzione nella nostra esistenza di qualcosa di imprevisto come lo è una pandemia, ogni giorno sembra uguale all’altro, ma non è così, “nulla accade due volte né accadrà [...]. Non c’è giorno che ritorni, non due notti uguali, né due baci somiglianti, né due sguardi tali e quali”, come recitava la poetessa polacca Wislawa Szymborska. L’imprevisto ci tiene in ostaggio, ci inquieta, sta diventando la nostra ossessione, sta rimettendo in gioco le nostre convinzioni, idee, emozioni. Così dal momento che l’eccomi dell’imprevisto rappresenta un vero disorientamento esistenziale, la scrittura filosofica deve essere di aiuto come esperienza ed esercizio, per condurre un attento lavoro di comprensione del nostro stato emotivamente e esistenzialmente connotato. Foucault sosteneva che la scrittura intesa come esperienza, è allo stesso tempo una sperimentazione, poiché la persona che vi si implica non sa a priori, dove tale esperienza lo condurrà. Un processo mobile, che si pratica e crea ogni giorno. L’altro aspetto della scrittura filosofica su cui riflette il filosofo francese, è la scrittura come esercizio di sé su sé, strumento determinante per ciò che viene chiamato “soggettivazione del discorso”. La scrittura così, in quanto elemento fondamentale dell’ascesi filosofica non mira a strappare o svincolare il soggetto da se stesso, ma contribuisce alla sua positiva costruzione di soggetto in azione, un rapporto di sé con sé adeguato e completo il più possibile. Nella scrittura esercizio, la verità non si trova nell’avvenire, ma è lì, richiede lo sforzo di essere messa in pratica, diventando uno strumento per fronteggiare gli impresiti della vita. Una fusione dei modelli di scrittura presentati da Foucault, la fusione di esperienza ed esercizio, sarà determinante per mettere alla prova noi stessi, con i nostri limiti, le nostre emozioni e la nostra libertà. Per mettere nero su bianco la fisionomia delle emozioni vissute durante l’imprevisto CoViD-19, la loro urgenza e intensità, la loro tendenza ad assumere il controllo della personalità, spingendola all’azione con forza irresistibile; il loro rapporto con i legami importanti, in base ai quali la

persona definisce la propria vita; il senso di passività della persona di fronte ad esse; il loro apparente rapporto antagonistico con la razionalità intesa come freddo calcolo o analisi costi-benefici; lo stretto intrecciarsi di emozioni diverse, nell'ansioso alternarsi di speranza e paura, nel trasformarsi improvviso di speranza in dolore, nel dolore che cercando una causa si esprime come rabbia, nel fatto che tutte esprimono un amore di fondo; può essere di grande aiuto iniziare a scrivere utilizzando le metafore. Questa figura retorica che implica un trasferimento di significato, riesce a far sentire meno l'isolamento che si vive nelle nostre case al tempo del CoViD-19, in quanto anche questo sta assumendo per molti la connotazione di un virus velenoso e invalidante. Elisabetta Gola, nel suo "Che cos'è una metafora?", ricorda che noi ricorriamo all'uso delle metafore nel momento in cui non riusciamo a parlare in modo letterale di situazioni emotivamente complesse: di fronte ad un lutto, ad una grave malattia. Una delle funzioni che più viene riconosciuta alle metafore è quella esegetica: quando non si comprende qualcosa, perché difficile o perché è nuova per noi, l'immagine metaforica ci aiuta a costruire nuove idee partendo da concetti analoghi che presentino le stesse proprietà. Così scrivere delle nostre emozioni utilizzando le metafore potrà creare una nuova connessione tra il nostro mondo interiore e il mondo che è fuori. La fase metaforica, rappresenta un primo momento del lungo cammino da percorrere per riscoprire se stessi e comprendere l'intelligenza emotiva: competenza e caratteristica per affrontare con successo la vita.

Scrivere delle nostre emozioni è un riflettere non solo su loro ma con loro, è un "dialogo di riflessione" per porre in luce quelle allusioni, vaghe e sfuggenti.

Pertanto nel confrontare e maneggiare le emozioni, a questo punto, fondamentale è non dimenticare la così detta domanda semantica del "Che cosa ... significa per te?", per vivere autenticamente la sincerità dell'emozione. Dare voce al "sentito", trovare la parola giusta per fissarla sulla carta o su un foglio elettronico, significa applicare una sorta di riformulazione rogersiana: ridire con un altro linguaggio, in maniera più conscia e chiara ciò che si prova. Per far tutto questo bisogna mettere al primo posto la fiducia, affidarsi al proprio vissuto e non temerlo. La riformulazione, in questo caso la riscrittura, permetterà alla persona di veder apparire un nuovo significato dei suoi stati soggettivi, ritrovandosi al centro del significato stesso, riconoscendo ciò che è fondamentale per sé.

La possibilità della Filosofia nell'emergenza

Veronica Andorno¹

Il tentativo in questa sede è quello di rilevare il possibile ruolo della filosofia nell'emergenza attuale, se essa trovi spazio nell'affrontare alcune questioni che sono diventate pressanti, se essa sia indispensabile, auspicabile o se sia il caso di investire le energie nella scienza medica almeno fino alla fine dell'emergenza.

Il punto di partenza è gentilmente offerto dal Boccaccio, in quella monumentale raccolta di casi umani che è il *Decameron*. La raccolta delle cento novelle è contestualizzata in un'amenità localitativa campestre in cui alcuni giovani si ritrovano per far fronte comune alla peste del 1348 che stava devastando Firenze. Il racconto dell'epidemia che dilania la città è tratteggiato con crudezza, addirittura l'autore si scusa con il pubblico per le parole che introdurranno la I giornata. In tempi non sospetti potevamo pensare a un artificio retorico, ora viviamo sulla nostra pelle il dolore che comporta quell'evento grandioso (di portata) che conosciamo come pandemia. Boccaccio insiste dapprima sulla crudezza dei sintomi della peste, che trasfigurano i corpi e i volti delle povere vittime. Già nelle prime battute troviamo un inciso particolare: «mendicanti [inteso come medici, ndr] (de' quali, oltre al numero degli scienziati, così di femine come d'uomini, senza avere alcuna dottrina di medicina avuta giammai, era il numero divenuto grandissimo) non conosceva da che si movesse»², ironico. Cambia la malattia, cambia l'anno, la situazione sembra simile. Anche oggi l'impressione è quella di trovarsi di fronte a una moltitudine di esperti, reali o presunti, che sciorinano dati controversi, che predicano apocalittici finali o complotti di vario genere. Ma nonostante le schiere di illuminati, ancora non abbiamo soluzioni, ancora non sappiamo per quanto dovremo convivere con una situazione del genere, se settimane o anni. Appena qualche riga sotto

¹ Laureata in Filosofia, Counselor Filosofico in formazione (II anno) presso la Scuola Superiore di Counseling Filosofico & Istituto Superiore di Filosofia Psicologia Psichiatria

² G. Boccaccio, *Decameron*, Simplicissimus Book Farm, Milano 2001, p. 10.

Boccaccio ci racconta del contagio che trapassa dall'uomo all'animale, di come gli allevatori abbiano contaminato il bestiame e di come il fatto diventi vera e propria ossessione. Si apre dunque uno spaccato di società ai tempi della peste incredibile. Così come la malattia ha trasfigurato la pelle dei malati, così ha trasfigurato tutta una serie di norme civili di comportamento. Firenze è rovesciata, descritta come una novella Babilonia di dissoluzioni e dissacralità. È da sottolineare l'incisività di una malattia sulla quotidianità della società, come una pestilenza possa portare a ripensare e a ridescrivere quella che è una fisiologica (termine non scelto a caso) modalità di vivere. Perché stiamo vivendo un rovesciamento simile: certo, non assistiamo a episodi di ubriachezza e lussuria senza freni in dimore ormai vuote per via delle morti incipienti, ma osserviamo le vie pressoché vuote, ascoltiamo il silenzio delle strade, respiriamo un'aria diversa (più pulita). Ma non è una condizione pacificante, serena; è una tranquillità piuttosto tetra. Se dovessi scegliere un'immagine sceglierei quella dell'epidemia (guarda caso) descritta da Saramago nel suo romanzo *Cecità*: una visione bianca, lattea, che non conforta, ma spaventa più dell'oscurità. Un ultimo, terribile, parallelismo è rintracciabile nel trattamento della morte: immagini di tombe comuni, di morti isolati, ai quali non è più concesso neanche l'ultimo viaggio in compagnia dei propri cari. Per noi, che ci rapportiamo alla morte con la consapevolezza della sua presenza incombente come limite, come orizzonte comune, una simile dissacralità colpisce in modo peculiare, interrompe una serie di rituali che ci contraddistinguono come specie consapevole del ciclo vitale che va incontro alla sua naturale fine.

Come possiamo reagire, dunque, di fronte alla situazione attuale? Ammesso e non concesso che sia legittimo reagire in qualche maniera e non lasciarsi scivolare gli eventi. I ragazzi di Boccaccio si sono rifugiati nella tenuta in campagna con il corteo di servi; non male come quarantena. Ironia a parte, hanno cercato di riprodurre tutta quella serie di valori di cortesia e ingegno tanto cari al Boccaccio. Si raccontano storie, le commentano, ballano e cantano: vivono. Non credo che sia giustificabile una mera sopravvivenza che lasci fuori quelli che sono gli aspetti più godibili della vita. Non credo che sia possibile rinunciare alla filosofia per affidarsi solo alla medicina. Certo, ora come ora la scienza nella sua accezione più forte risulta avere la preminenza sul campo delle cosiddette "scienze umanistiche". Ma innanzitutto non dobbiamo tralasciare l'importanza di uno spirito critico che ci permetta di sbrogliare la matassa di informazioni, tecniche, specifiche, o addirittura tendenziose, che circolano in ogni dove. È poi auspicabile una reazione "umana", pena l'annichilimento della nostra vita psichica, mentale. Perché la salute del corpo non può essere portata avanti senza quella dell'anima, in quanto siamo un sinolo di entrambe. Ma andiamo al cuore della questione. Che posto ha la

filosofia in tutto questo? Anzi, prima: ha un posto? «Se si deve filosofare, si deve filosofare e se non si deve filosofare, si deve filosofare». Il buon vecchio Aristotele ci ha già risposto; di più, ci ha semplicemente fatto notare che nel momento stesso in cui ci poniamo la domanda in qualche maniera stiamo già problematizzando e quindi filosofando. Sembra un artificio retorico, ma non lo è. Innanzitutto dobbiamo passare indenni il periodo di distanziamento sociale, che con il passare dei giorni si fa sempre più gravoso. È vero che gli strumenti tecnologici odierni permettono di superare l'impasse della solitudine, ma alla lunga non possono sostituire la presenza, il calore della voce, la profondità dello sguardo, soprattutto il tocco (da mano carezzevole a mano untrice). Risuona allora il monito di Montaigne, quello di imparare a convivere con se stessi: «Bisogna avere moglie, figli, sostanze, e soprattutto la salute, se si può; ma non attaccarvisi in maniera che ne dipenda la nostra felicità. Bisogna riservarsi una retrobottega tutta nostra, del tutto indipendente, nella quale stabilire la nostra vera libertà»³ Fino a qualche settimana fa sarebbe suonata come una banalità, mentre ora siamo forzatamente messi davanti al fatto che nel corri-corri della contemporaneità non abbiamo approfondito abbastanza la pratica della convivenza col sé ventiquattr'ore su ventiquattro. Il *"non ho tempo"* che si trasforma in *"ho troppo tempo"*.

Ma perché la Filosofia?

Perché essa, nella sua valenza più pratica, ha sempre cercato di indirizzare l'uomo verso uno stile di vita che fosse imperturbabile e saggio e felice e indipendente. Non è casuale che del primo filosofo dell'Occidente, Talete, sia pervenuto un aneddoto per cui sarebbe caduto in un pozzo, intento nella speculazione: ci suggerisce il fatto che la filosofia non è un sapere che lascia indifferenti, bensì apporta qualcosa alla vita di chi li pratica. In questo senso credo che sia essenziale non dimenticarla, anzi coltivarla, nel tempo odierno. «Non si è né troppo giovani né troppo vecchi per la salute dell'anima [...]. Meditare bisogna su ciò che procura la felicità»⁴ La ricerca della felicità è strutturalmente connessa all'uomo, che non può dimenticarsi della sua componente emozionale. Una felicità equilibrata, non dimentica di ciò che accade intorno. Una condizione da cui osservare ciò che ci circonda, lo scenario distopico che ci para davanti; una sorta di faro interiore che permetta di illuminare l'oceano sconfinato e quindi di

³ M. de Montaigne, *Saggi*, I, XXXIX, trad. it. di F. Garavini, Mondadori, Milano 1970, p. 315.

⁴ Epicuro, *Lettera a Meneceo*, 122, trad. it. di G. Arrighetti, in *L'Etica di Epicuro e il problema del piacere nella filosofia antica*, Paravia, Torino 1990, p. 58.

osservarlo meglio, per evidenziarne limiti e criticità, per comprendere perché sottostiamo a determinate restrizioni ma per immaginare anche scenari nuovi.

Ci è stato ripetuto da “esperti” che è probabile che una situazione del genere si ripeterà, visti i cambiamenti climatici e le devastazioni ambientali che rendono più facili gli sconfinamenti dei virus da animali a uomini. La filosofia ci permetta allora di ridescrivere quella visione del rapporto uomo-mondo che guida la nostra quotidianità, di modo da renderci più consapevoli del nostro ruolo e dei nostri errori; intervenga nel cambiamento che sarebbe auspicabile all’uscita dalla pandemia.

Vorrei concludere riprendendo quella celebrazione dell’utopia di Ernst Bloch, che ha visto in essa non una mera illusione, bensì una forza propulsiva: *«L’importante è imparare a sperare [...] La coscienza utopica vuole spingere lo sguardo molto più in là, ma in ultima analisi solo al fine di penetrare la vicinissima oscurità dell’attimo appena vissuto, in cui tutto ciò che è è tanto operante quanto nascosto a se stesso. In altre parole: si ha bisogno del cannocchiale più potente, quello della coscienza utopica levigata, per penetrare proprio la prossimità più vicina. [...] Dunque l’indagine sulla coscienza anticipante deve servire fondamentalmente a far divenire psichicamente e materialmente comprensibili le immagini vere e proprie che ora seguiranno, anzi le riproduzioni di una vita migliore desiderata e anticipata. Dunque occorre che prendiamo atto di ciò che anticipa e che lo prendiamo sulla base di una ontologia del non-ancora»*.⁵

⁵ Bloch, *Il principio speranza*, tra. it. di E. De Angelis, Garzanti, Milano 1994, vol. I, pp. 15-17.

Tra distopie complottismo e paure esistenziali. Cronache dalle terre del confine

Alberto Donati¹

*“Il nostro rapporto con la verità passa attraverso gli altri.
O andiamo verso la verità con loro o non è verso
la verità che andiamo”.*

M. Merleau-Ponty, *Elogio della filosofia*

La distopia e la sua gemella felice, utopia, derivano da un sentire che affonda le radici nella Grecia antica. L'etimologia della parola infatti è una variazione di utopia letteralmente “non luogo”, con mutazione del prefisso u- “non” in dis- “cattivo” e “topos – τόπος – luogo”. Quindi luogo cattivo, luogo da tenere a distanza. Distanza: vi ricorda qualcosa in questo tempo dell'assenza delle relazioni sociali?

Il “luogo cattivo” dunque è il “topos” da distanziare. Cosa succede se quel luogo l'abbiamo immaginato - con l'aiuto della letteratura, del cinema e delle serie tv - introiettato e anticipato nelle nostre autonarrazioni e visioni notturne?

Dalle visioni distopiche, che in qualche modo interpretano una escatologia sociale al complottismo, che ne individua i mezzi, il passo è breve; solitamente quelle complottiste sono liquide, plastiche fluide come il fiume di Eraclito perché, contrariamente alla “realtà ufficiale”, sfruttano l'ambiguità e il dubbio come valori fondanti della conoscibilità fenomenologica del mondo e si presentano come “framework” per chiunque si senta smarrito, escluso o, più semplicemente, deluso

¹ Alberto Donati, Ravenna (6 settembre 1963), si è Laureato a Bologna in materie economiche. Appassionato di filosofia è il presidente dell'associazione culturale Agendafilosofica, con la quale organizza da 15 anni festival di filosofia ed eventi culturali. Lavora in un istituto di credito da oltre 30 anni. Dal 2019 frequenta il Master triennale di specializzazione in Counseling Filosofico (II anno) all'Istituto Superiore di Filosofia, Psicologia, Psichiatria (ISFiPP) di Torino.

dall'incapacità di individuare un confine tra i fatti e la propria capacità di produzione di senso. Ed è proprio grazie alla capacità di assumere forme distinte mutevoli, come un virus, che queste credenze generano, antropologicamente, un senso di comunanza e senso di appartenenza tra le persone, aiutandole a sentirsi meno sole, parte di una comunità di cercatori della verità. Veri interpreti del mito della caverna. Scopritori di verità – *aletheia* - apodittiche. Grazie a questa elasticità cognitiva ed emotiva, le teorie del complotto possono fondersi tra loro e convivere intrecciandosi in un tutto indeterminato: una persona che già crede che i vaccini provochino l'autismo, sarà più facilmente portata a credere che le malattie siano causate dai poteri forti per obbligarci a vaccinare i nostri figli. E come fanno poteri forti a causare le malattie? Con le scie chimiche e con il 5G, per esempio. Probabilmente queste forme, di grado e intensità diversa, di eterodossia culturale sono molto più presenti di quello che immaginiamo e forse fanno parte dell'esperienza del sentire umano da sempre.

In questi tempi dove Phobos e Deimos, la paura e il terrore, hanno iniziato a prendere il sopravvento nelle parole, grazie alla complicità di distopia e complottismo, nei gesti, con la distanza e la separazione sociale e nella richiesta di assicurazioni in merito alle previsioni di un futuro incerto, vi è spazio anche per domande molto più semplici e concrete in quel microspazio del quotidiano socialmente ridotto. Cosa accadrà al mio lavoro? Come posso pagare i miei impegni, i miei mutui, l'Università per i miei figli? I miei risparmi che fine faranno? Ci sarà un consolidamento del debito? Potrò usare i risparmi di una vita? Questi sono solo alcuni esempi delle molte domande che le persone pongono. E io, nel mio ambito lavorativo, come posso rispondere, come posso aiutare?

Ci provo! Ricorro a pillole condensate di *PEACE* – **P**roblema, **E**mozione, **A**nalisi, **C**ontemplazione, **E**quilibrio – il metodo della consulenza filosofica proposto da Lou Marinoff; con l'aggiunta di atti di gentilezza, come se fosse una pratica, stoica; sempre! Cerco di applicarlo tutti i giorni, con l'imprenditore angosciato, con il cassaintegrato che non riesce a pagare il mutuo, con la madre separata che ha un genitore in casa di riposo e deve scegliere *qui e ora* cosa pagare per sopravvivere; e con mille altre situazioni che hanno come minimo comune denominatore la paura. La mia pratica filosofica quotidiana è ascoltare, comprendere le visioni e le paure delle persone, di quel domani a tutti sconosciuto, cercando di portarle verso un luogo più sicuro dove la paura sia circoscritta; fornendo tutta la consulenza bancaria di cui sono capace, ma sapendo che prima della tecnica ci vuole una

consulenza umana, dove *empatia* e *simpatia*, nel più autentico senso etimologico del *syn pathos*: dell'emozionarci e dell'esserci insieme, devono avere la precedenza.

Ho scoperto che la **pratica filosofica** funziona! Sempre; non teoricamente, ma sul campo dove la probabilità di farsi travolgere dai flussi emozionali dell'alterità è facile e sarebbe molto più semplice adottare un approccio più "distaccato"; tecnico ed esoterico.

Forse il tempo che stiamo vivendo porterà nuove consapevolezze, la lentezza apparente del nostro vivere potrà servire per rimodellare la nostra trama del futuro e, forse, si potrà capire che il problema, non è tornare alla "normalità", come tutti i giorni sento, ma comprendere che la normalità è una parola dai confini semantici ambigui e soggettivi; e rappresenta *il* problema.

Quasi tutto, senza niente: esperienza d'isolamento

Monica Daccò¹

*Fra la notte e il giorno c'è un territorio indeciso. Non è luce né ombra: è tempo.
Io scrivo: parlo con me, parlo con te.
Vorrei parlarti con parole visibili e palpabili, con peso, sapore e odore come le cose.
Anch'io, parlandoti, divento un mormorio, aria e parole,
un soffio, un fantasma che nasce da queste lettere.
Memoria, cicatrice: da dove siamo stati strappati?
Cicatrice, memoria: sete di presenza, ricerca della metà perduta.
Tornare al giorno dell'inizio. Al giorno d'oggi. Io scrivo: parlo con te, parlo con me.
Con parole d'acqua, di fiamma, d'aria e di terra inventammo il giardino degli sguardi.
In alto le costellazioni scrivono sempre la stessa parola;
Noi, qui in basso, scriviamo i nostri nomi mortali.
Davanti a noi sta il mondo.
Forse amare è imparare a camminare per questo mondo.
Imparare a rimanere quieti come il tiglio e la quercia della favola.
Imparare a guardare. Il tuo sguardo semina. Piantò un albero.
Io parlo perché tu raccolga le foglie.*

Octavio Paz, Testimonianza (abstract)

L'io e il tu abitano il mondo in un orizzonte relazionale che coinvolge ogni esperienza di vita. La relazione è parola, gestualità, sensibilità al contesto,

¹ Monica Daccò (Novara, 8 marzo 1969) ha svolto un percorso di studi in ambito umanistico. Si è laureata in Lettere all'Università Statale di Milano e in Filosofia e Comunicazione all'Università degli Studi del Piemonte Orientale (Vercelli), discutendo una tesi di Filosofia Ermeneutica che presenta il pensiero della filosofa Luce Irigaray e analizza la sua teoria sulla differenza di genere. Lasciata la docenza nel 2013, si dedica allo studio e alla ricerca sui Linguaggi e sulla Comunicazione. Dal 2015 collabora con Carlo Vighi e crea con l'artista il nuovo linguaggio pittorico "Ipercontesto" che fonda la sua struttura sul dialogo tra arte e filosofia. Nel 2019 inizia il Master triennale di specializzazione in Counseling Filosofico all'Istituto Superiore di Filosofia, Psicologia, Psichiatria (ISFiPP) di Torino che concluderà il percorso della sua scelta di pratica filosofica.

pensiero che lavora con sentimento. Relazione è “Con”: un’esplorazione del mondo insieme all’altro, l’accoglienza e l’ascolto di una nuova prospettiva. Oggi il nostro orizzonte relazionale è traumaticamente cambiato, contaminato da un virus potenzialmente mortale, che ci costringe all’assenza e alla lontananza, fluttuiamo tra la stasi forzata dei corpi e l’iperattività del pensiero che affannosamente cerca una compensazione; sentiamo, in ogni istante, lo squilibrio del tempo attorno a noi e dentro di noi. Cosa possiamo fare? Cosa stiamo facendo? Se all’inizio ci siamo illusi di poter giudicare, controllare e catalogare un dramma che si svolgeva lontano da noi, come fossimo tutti esperti scienziati impegnati ad osservare gli esiti di un esperimento di laboratorio, dopo poche settimane siamo stati fagocitati tutti nella voragine dell’epidemia che si è trasformata, appunto, in pandemia. Il mondo in *lock down*: questo è il termine che riflette la condizione esistenziale di ognuno di noi, una chiusura che riguarda il nostro esserci come presenza nel mondo fuori di noi, ma che sta diventando anche isolamento del nostro mondo interiore, di un io che comincia a sentire l’affanno del proprio pensiero ripiegato su se stesso in un orizzonte d’azione sempre più angusto.

Costretti a condensare tutto e tutti nel medesimo spazio vitale, nelle prime settimane della quarantena impauriti e sconvolti per la tragedia che si stava consumando sotto i nostri sguardi impietriti, abbiamo accettato responsabilmente la sospensione di ogni pratica comunitaria, di ogni abitudine quotidiana, di ogni libertà che riguardasse i nostri spostamenti, le nostre frequentazioni, le nostre relazioni sociali: un tempo sospeso, una corporeità confinata in luoghi stagnanti.

Ci siamo comunque organizzati, molti di noi hanno saputo cogliere nel momento l’opportunità di riflettere, rivedere progetti, creare o ricreare quei legami familiari che nella frenesia del nostro vivere risultavano frammentati e subordinati ad altre priorità; tutti, o quasi, fiduciosi e convinti di un’uscita dall’emergenza relativamente veloce, auspicando un ritorno alla normalità senza troppi passaggi intermedi e senza troppe rinunce, così da archiviare il disastro, fra i tanti, nei secoli, che sono capitati “in sorte alle umane genti” di leopardiana memoria, e consegnare alla storia il drammatico capitolo di questo nuovo Millennio. Non avverrà così, non questa volta: l’illusione del controllo insieme alla speranza di poter immaginare il ritorno al prima apparentemente confortevole senza troppi traumi e senza sconvolgimento alcuno, manifestano, ormai, la loro inconsistenza e sulle macerie del mondo che fu, aleggia l’incognita di un futuro da ripensare in tutte le sue categorie assiologiche fondanti la nostra esperienza nello spazio pubblico e privato.

Progettualità e possibilità da ripensare e reinventare non solo per il non ancora, ma anche per il qui e ora in una condizione che in ogni istante ci costringe al

confronto con il limite e rende limitate le nostre risorse. Nei giorni di questa clausura il mio pensiero continua a ricercare nella filosofia consolazione e supporto e nella pratica filosofica lo strumento attraverso il quale posso portare aiuto a me stessa e agli altri.

Le visioni del mondo e il cambiamento nella storia degli effetti, l'affermazione gadameriana mi torna alla memoria rileggendo le pagine di un saggio di Alasdair MacIntyre² che qui cito brevemente:

“Immaginate che le scienze naturali debbano subire le conseguenze di una catastrofe. [...] Accadono sommosse su vasta scala. Laboratori vengono incendiati, libri e strumenti distrutti. Infine un movimento politico a favore dell'ignoranza prende il potere [...] Più tardi ancora c'è una reazione contro questo movimento distruttivo, e persone illuminate cercano di riportare in vita la scienza, pur avendo in larga misura dimenticato che cosa fosse. Non possiedono altro che frammenti [...] parti di teorie senza legami [...] strumenti il cui uso è stato dimenticato. [...] Ciononostante, tutti questi frammenti vengono nuovamente composti in un insieme di pratiche [...] Nessuno, o quasi nessuno, si rende conto di ciò che stanno facendo [...] i contesti che sarebbero stati necessari per conferire un senso sono stati smarriti, forse per sempre. [...] L'ipotesi che voglio sostenere è che nel mondo effettuale in cui viviamo il linguaggio della morale sia nello stesso stato di grave disordine in cui si trova il linguaggio della scienza nel mondo immaginario che ho descritto. Ciò che possediamo sono i frammenti di uno schema concettuale, parti ormai prive di quei contesti da cui derivava il loro significato. [...] Abbiamo perduto in grandissima parte, se non del tutto, la nostra comprensione, sia teoretica, sia pratica, della morale.”

Siamo ben oltre la visione di MacIntyre, ciò che è stato solo immaginato dal filosofo, purtroppo è avvenuto nella realtà, mettendo a nudo la fragilità del nostro “sistema mondo” e mettendo in discussione la struttura etica che presiedeva le nostre pratiche. La presa di coscienza della necessità di una ricostruzione e soprattutto di una guarigione attraverso un cambiamento radicale del nostro modo di pensare ed essere abitanti nel mondo, universalmente sorta all'indomani della catastrofe, si sta già scontrando con vecchie e malsane pratiche di *bio-potere* e di *bio-politica* (citando Foucault) che bruciano ancora sotto la cenere: il tentativo di restaurazione di un sistema distopico che da una parte impone e dall'altra non propone perdendosi in lotte di potere e inaridendo ulteriormente il terreno sul quale le nostre relazioni comunitarie languono paralizzate e ferite dalla pandemia. Un enorme e difficile lavoro spetta a tutti noi, privati della corporeità che nutre le nostre condivisioni e il nostro essere presenti gli uni agli altri in carne ed ossa, con la gestualità che è toccare il corpo per arrivare all'anima.

² Alasdair MacIntyre, *Dopo la virtù, Saggio di teoria morale*, ed. Armando, Roma 2009, pp. 29-30

Abbiamo compreso che abitare il mondo delle idee muovendo un pensiero che sappia giungere nella profondità strutturale dei concetti, non basta se poi resta monologo, o scambio filtrato attraverso dispositivi tecnologici; la fecondità del nostro esserci ha bisogno e desiderio del corpo, la nostra esperienza esistenziale vive in una soggettività incarnata che dona corpo al mondo e alle nostre relazioni. Sperimentiamo il limite, ammettendone la necessità, Kant³ lo comprese molto bene rivelandone il senso attraverso la celebre metafora del volo della colomba:

“Eccitato da una siffatta prova del potere della ragione, l'impulso a spaziare più largamente non vede più confini. La colomba leggera, mentre nel libero volo fende l'aria di cui sente la resistenza, potrebbe immaginare che le riuscirebbe assai meglio volare nello spazio vuoto di aria. Ed appunto così Platone abbandonò il mondo sensibile, poiché esso pone troppo angusti limiti all'intelletto; e si lanciò sulle ali delle idee al di là di esso, nello spazio vuoto dell'intelletto puro. Egli non si accorse che non guadagnava strada, malgrado i suoi sforzi; giacché non aveva, per così dire, nessun appoggio, sul quale potesse sostenersi e a cui potesse applicare le sue forze per muovere l'intelletto.”

Il bisogno di riprendere le fila delle nostre vite, delle nostre relazioni e dei nostri progetti interrotti bruscamente, non può essere semplicemente una ri-partenza da dove avevamo lasciato, con le stesse categorie: ciò che si è perduto ha rivelato deboli fondamenta e la crisi ci invita all'esplorazione di nuovi orizzonti in cui provare nuovi modi di vivere insieme. Io credo che la filosofia e la pratica filosofica possano essere validi strumenti per scorgere nuove prospettive, per ripensare il nostro abitare il mondo, per guarire le nostre ferite.

Ho scelto nel mio incipit le parole di Paz, una testimonianza dell'essere fondato sull'appartenenza e non sul possesso. Una testimonianza d'amore e di cura per l'essere, che passa attraverso la tensione tra il nostro essere finiti e la ricerca di infinito, eccedenza che risuona in noi, nella domanda, nell'ascolto.

Siamo tutti feriti, reciprocamente curiamo e veniamo curati in questo tempo in cui dobbiamo ricominciare *“ad imparare a camminare per questo mondo”* e Paz⁴ ci suggerisce che è l'amore ad insegnarcelo, quell'amore che può essere non solo *amore per la saggezza*, ma anche, nella sua più autentica esperienza, *saggezza dell'amore*, filosofia della cura.

³ Immanuel Kant, *Critica della ragion pura*, ed. Laterza, Bari, 2000, p. 38

⁴ Octavio Paz, *Testimonianza*, in *Il fuoco di ogni giorno*, ed. Garzanti, 1992

Il valore salvifico della frattura

Alice Fossati¹

Le crisi improvvise possono a posteriori svelarsi come epifaniche, come manifestazioni di senso.

È interessante notare la derivazione etimologica del termine “crisi” dal verbo greco κρίνω, il cui significato primario è “separare”, ma che si declina poi, con sfumature differenti, in “discernere”, “giudicare”, “scegliere”. Si stabilisce quindi un nesso diretto tra rottura, separazione, scisma, e riflessione, introspezione, decisione.

Tutto ciò che distrugge le certezze spinge a porre in discussione i principi fondativi. Il più grande pericolo, al contrario, è rappresentato dalla stasi, dal volo a mezz'aria, dalla consuetudine. Vivere nel tempo ordinario, in un perenne equilibrio può portare a un lento e inesorabile stillicidio. I momenti di rottura scarnificano e impongono la riflessione. Gli eventi inattesi che sconvolgono e turbano l'ordine, sia a livello teorico che pratico-esistenziale, creano conflitto, lotta e confronto e, di conseguenza, arricchimento.

Il discrimine sta nella consapevolezza, nella capacità di utilizzare la crisi come occasione di meditazione con presenza di sé. Il flusso continuo, il brusio si interrompe, e nel silenzio assordante è possibile porre attenzione al proprio mondo interiore e a quello esteriore, per verificare se vi sia tra questi accordo. È una sorta di tempo cairologico che indirizza all'esame della propria visione del mondo e dei principi che regolano la propria azione. In questo senso, la frattura può rivelarsi salvifica, può essere sfruttata come momento di rivoluzione ed evoluzione. Può portare a una maggiore auto-consapevolezza, a ravvisare una eventuale mancata coerenza tra il proprio sentire e il proprio agire. Si ha l'opportunità di vestire i panni dell'uomo in rivolta di Camus, dell'uomo che si

¹ Counselor Filosofico in formazione (II anno) SSCF & ISFIPP, laureata in Filosofia presso l'Università degli Studi di Torino.

oppone, “che rifiuta ma non rinuncia, tuttavia”². È un processo che richiede energia e coraggio interiore. Il rifiuto della realtà per come si mostra nel tempo attuale non conduce in questo caso nichilismo passivo, non alla resa ma sprona alla lotta. Fa sorgere il desiderio di trasfigurare il proprio modo di vedere, di sentire e di condurre la propria vita. Ognuno ha un proprio demone interiore, il dovere incessante è quello di scavare al proprio interno non per rifiutarlo ma per manifestarlo e dominarlo. L'uomo è per sua natura proiettato, vive nel presente, condizionato dal passato e in attesa del futuro. È inserito in una corsa perenne, in continua ricerca della propria identità nell'impossibilità di de-finirla in maniera stabile: rimarrà sempre qualcosa di non detto, di sconosciuto, di oscuro, che è esattamente ciò che ci tiene in vita.

In questo momento storico siamo coercitivamente sottoposti al confronto con il limite, con la nostra finitezza e precarietà. Inevitabilmente si prova paura, una Paura che sembra quasi personificarsi, che attanaglia, cattura e avvolge in modo codardo, nei momenti di maggiore debolezza. Sofferenza e timore non sono da rifiutare. Non bisogna rinnegarli ma stare al loro interno o, più propriamente, lasciare che ci avvolgano e entrino dentro di noi. C'è un passaggio di *Infinite Jest* di David Foster Wallace in cui si afferma che “il miglior modo per migliorare e stare meglio passa attraverso il dolore, non intorno il dolore o nonostante il dolore”³. Si può intendere il dolore in un senso duplice: il dolore come causa scatenante della rivoluzione e il dolore come effetto della stessa, quello insito nel e provocato dal cambiamento. Il dolore non può e non deve essere escluso dal percorso esistenziale ma integrato e sfruttato come catalizzatore per ricreare una nuova stabilità autentica, rispondente alla propria essenza. A contatto con la morte si ha l'occasione di riprogettare e riprogettarsi, per affermare coraggiosamente di essere.

La morte (o la sua allusione) rende preziosi e patetici gli uomini. Questi commuovono per la loro condizione di fantasmi; ogni atto che compiono può essere l'ultimo; non c'è volto che non sia sul punto di cancellarsi come il volto d'un sogno. Tutto, tra i mortali, ha il valore dell'irrecuperabile e del casuale. Tra gl'Immortali, invece, ogni atto (e ogni pensiero) è l'eco d'altri che nel passato lo precedettero, senza principio visibile, o il fedele presagio di altri che nel futuro lo

² A. Camus, *L'uomo in rivolta*, Bompiani, Milano 2018, pag. 17.

³ D. F. Wallace, *Infinite Jest*, Einaudi, Bologna 2017, pag. 534.

ripeteranno fino alla vertigine. [...] Nulla può accadere una volta, nulla è preziosamente precario⁴.

In questo estratto de *l'Immortale*, racconto di Jorge Luis Borges, la morte viene considerata come ciò che valorizza la vita: in rapporto ad esso, ogni attimo diviene il soggetto umano "preziosamente precario". La consapevolezza della limitatezza dell'esistenza umana, che si dispiega in un mondo finito e in un tempo limitato, è stimolo per conquistare sé stessi. Parafrasando il primo Heidegger, vivere per la morte, l'anticipazione della morte come possibilità certa e insormontabile, spinge l'uomo a rifiutare la dimensione impersonale del Si e ad abbracciare una vita autentica.

In questo tempo sospeso, l'instabilità esistenziale può servire da stimolo per riconsiderare le proprie priorità, per spingersi a un'analisi del proprio io in rapporto con sé e il mondo.

Nell'isolamento, inoltre, si riscopre, quasi paradossalmente, una dimensione comunitaria. Si ha una maggiore predisposizione a empatizzare con l'Altro in quanto immersi nella medesima situazione. Si ha la sensazione di essere monadi, rinchiusi nel proprio nucleo domestico, che condividono uno spazio emotivo in una sorta di reciproco rispecchiamento. Nel silenzio e nella lontananza si alimenta il nostro sentire emotivo.

Il 15 settembre 1946, Cesare Pavese annotò una riflessione che fu poi pubblicata ne *Il mestiere di vivere*: "Aspettare è ancora un'occupazione. È non aspettare che è terribile"⁵. C'è un modo proficuo e produttivo di vivere il tempo dell'attesa, ovvero quello che consiste nel pre-figurare, nell'anticipare servendosi della facoltà dell'immaginazione. Immaginare, pre-cedere, per poi concretizzare i propri progetti quando si entrerà nel tempo dell'azione.

⁴ J. L. Borges, *L'Aleph*, Feltrinelli Editore, Milano 2016, pag. 21.

⁵ C. Pavese, *Il mestiere di vivere*, Einaudi, Torino 1979, pag. 304.

I giardini di marzo

Marco Maffeis¹

“L’universo trova spazio dentro me... le mie mani non tremano più...”, canta Battisti. “Che anno è, che giorno è... i giardini di marzo si vestono di nuovi colori”. “In fondo all’anima, cieli immensi e immensi amori”. “Fiumi azzurri e colline e praterie, dove corrono dolcissime le mie malinconie”.

L’universo trova spazio dentro me.
Al rientro dal lavoro, i miei soliti 40 minuti di auto. Per una bellissima strada di montagna, panoramica, verde, profumata di primavera ormai avanzata. Riascolto Lucio e faccio mia questa splendida melodia. Ascoltandola, mi sembra di leggere nei pensieri non solo miei, ma di alcuni ospiti della Rsa che dirigo, nei pressi di Bolzano. Solitamente un’ottantina di anime ben accudite da un’ottantina di operatori socio-sanitari ed amministrativi.

Penso al mio universo interiore, e a quello degli ospiti. Persone umane di cui ci prendiamo cura, giorno per giorno, in tempo di COVID 19. Un campionario di umanità che rende tutti uguali in questa corsa contro il tempo per sconfiggere la malattia.

Guardando fuori dal finestrino, mentre guido, penso alla giornata, l’ennesima lunghissima giornata, passata in struttura. Penso alle mie spalle, doloranti. Perché, alla sera, questo maledetto virus te lo senti dentro, nelle ossa. Per fortuna niente febbre, sono asintomatico e negativo al tampone. Eppure c’è. Sarà la stanchezza, dici a te stesso. O l’immagine della Signora Luciana. Sguardo impaurito, pronta a lasciare la Rsa per andare all’Ospedale. Il suo ultimo viaggio. O il pianto a dirotto della figlia del Sig. Romolo, in video chiamata. Mentre grida al mondo il suo dolore perché il papà non la riconosce più.

Tutti gli ospiti della casa sono rinchiusi nella loro stanza. Confinati in uno spazio di 20 m quadrati, anche in due. Da tre settimane ormai. Di questi tempi, per loro la libertà è concetto ancora più astratto del solito. L’autodisciplina, richiesta a

¹ Counselor Filosofico in formazione (II anno) SSCF & ISFiPP, Direttore Servizi residenziali e semi-residenziali per anziani della Comunità comprensoriale Oltradige-Bassa Atesina in Provincia di Bolzano, laureato in scienze politiche internazionali

tutti per consentire il ritorno alla libertà di ognuno, si gioca in quei maledetti 20 metri quadrati.

È di oggi la notizia di altri tre collaboratori colpiti. Questa volta è toccato alla cucina. E siamo a 23. Si è aggiunto anche un ospite. E sono 18. Oltre agli ospiti, sei, che ci hanno già lasciato.

Sembra il Vietnam. Apocalypse now. Questo avanzare nella foresta, l'imboscata dietro l'angolo. COVID 19, una volta entrato in struttura, si diffonde ampiamente e velocemente. Non lo vedi ma c'è. Sulle cose, sulle persone, sul pavimento. Sulle tute che vestiamo. Dentro queste tute colorate di azzurro o bianco sgargiante sembriamo degli zombi vaganti. Professionali fino al midollo in questa fase di emergenza sanitaria, serviamo la cena in stanza, agli ospiti "confinati". I loro sguardi ti toccano nel profondo. C'è chi ti implora di poter tornare "al primo piano". Quando potrò tornare al primo piano, nella mia stanza, dice l'ex Sindaco, 98enne, in lacrime.

Dopo i trasferimenti forzosi attuati per raccogliere gli ospiti positivi al test in un unico nucleo abitativo, tante persone hanno dovuto lasciare casa propria: la loro stanza. Le loro cose. Raccolte nei sacchi neri, ordinatamente, all'ingresso della così detta "zona pulita". Anche loro, gli abiti, i libri, le immagini dei nipoti, della tanto amata Juventus, attendono di poter tornare a casa. E sembrano parlarti.

Questa sera, nel portare un piccolo omaggio pasquale ad ogni ospite, mi sono imbattuto in 50 e più sguardi. C'è chi ancora riesce a parlare. C'è chi parla con gli occhi. C'è chi non parla più. Avvolto nel proprio lenzuolo, in un sonno che dura ormai da tre settimane. Occhi socchiusi. Persi nel vuoto.

Mentre fuori dalle finestre i giardini di marzo sono ormai fioriti, vestiti dei loro colori, qualche ospite ha ancora il piacere di ammirarli. Si intravede ancora la bellezza e l'armonia che, nonostante tutto, ci circonda. Intorno a loro e dentro di loro. Il loro sorriso ci scalda il cuore e ci ricorda la nostra melodia di senso. Che cantiamo ogni giorno, venendo al lavoro, e che fonda il nostro essere. C'è ancora chi riesce ad apprezzare la gustosa minestra della cena. Che ti saluta riconoscente. Che trasmette calma interiore, quiete. Davanti al suo crocifisso. O alla foto dei nipotini.

Mi chiedo come poter essere di aiuto a chi dimostra irrequietezza, malessere, tristezza. Avendone ben d'onde. Magari avendo perso da anni l'uso della parola, o mantenendola solo in parte. Avendo perso le forze, fiaccato dal virus, dall'età, dalle malattie.

Come indicare la via filosofica al benessere di anime profondamente turbate dagli acciacchi della non autosufficienza e da questo spaventoso evento

imprevisto? Come smentire la profezia della “fine annunciata” da tutti i telegiornali e giornali, che raccontano delle stragi di anziani nelle Rsa? Quale ricetta di benessere e calma interiore, quale progetto di vita al tempo del Covid, rinchiusi in 15 metri quadrati? Come venire in aiuto di queste persone, dare loro ancora una speranza, nelle difficili condizioni di pericolo mortale in cui versano? Quale maieutica impiegare? Quale dialettica?

Non possono che tornarmi alla mente gli insegnamenti stoici: dopo un approccio empatico, di comprensione e solidarietà per la tristezza del momento, aiutare a prendere coscienza dell'impossibilità di evitare un male inevitabile. Che ormai abita in struttura. Che va cacciato con tutte le armi possibili ma che dobbiamo accettare. Perché ormai c'è.

Dopo averla pienamente accolta, cercare di scacciare la rabbia per la presenza di Covid19. Presenza ingombrante, forse un tempo evitabile, ma che ormai non dipende più da noi. E concentrarsi su ciò che ancora dipende da noi: la protezione individuale dal contagio, attraverso l'uso della mascherina e la permanenza nella propria stanza.

Aiutare la persona a padroneggiare il proprio “discorso interno”, a condurre con ordine i propri pensieri per approdare ad una trasformazione della sua rappresentazione del mondo. Aiutarla a concentrarsi sul momento presente, per riuscire a distinguere ciò che dipende da lei da ciò che non dipende da lei. Senza ammettere nel pensiero nulla che sia inammissibile.

Aiutarla a tornare a gioire, pensando a quanto sarà bello poter tornare all'aperto, in giardino, questa estate. Riportando alla memoria i bei momenti trascorsi all'aperto, l'estate scorsa; momenti che certamente ritorneranno. Cercando di diminuire il dolore per la situazione presente, provando a vedere il lato buono in quello che è successo: l'aria più pulita, la possibilità che i nipotini vivano in un mondo migliore, più consapevole dei danni che l'uomo sta causando sulla terra. Avere tempo per pensare a cosa dire di importante ai propri cari, quando sarà il momento di rivederli. Accettando comunque quello che accadrà. Magari con un tocco di epicureismo, esprimendo gratitudine profonda verso la natura e la vita che fanno offrirci incessantemente piacere e gioia. Come un buon piatto di spaghetti gustata guardando fuori dalla finestra.

Nel mentre passo in rassegna i miei pensieri, sto arrivando a casa. Mi tornano alla mente le anime che hanno chiuso gli occhi per sempre. Avvolti in quei lenzuoli impregnati di disinfettante. Senza alcuna manicure, senza gli abiti della domenica. Le salme, di solito, sono sempre eleganti. Nella loro maestosa dignità. Di questi tempi, nemmeno questo è più consentito. Anche i morti hanno perso la loro dignità.

Libertà, responsabilità e spirito critico - quando la filosofia si fa in pratica

Sara Marello¹

Lo scorso martedì 10 marzo una sola domanda martellante mi accompagnava lungo il tragitto casa-Studio “E adesso che succede?”, una breve riunione, il Direttore Sanitario quasi deciso a chiudere e io restia, dubbiosa, benché conscia del pericolo.

Non ero tranquilla, stava succedendo tutto troppo in fretta e invece di ragionare e confrontarci in un dialogo costruttivo, avevamo iniziato a dare troppa risonanza alle opinioni di tutti. Pressioni alla chiusura da parte di diversi collaboratori, che non riuscivano a comprendere i nostri dubbi, dal momento che per loro era chiara la decisione da prendere e le loro motivazioni ragionevoli e condivisibili, nulla da obiettare su questo, ma era la loro decisione, andava bene per la loro situazione, non per la nostra.

Eravamo consapevoli di cosa c’era in gioco e quale fossero le alternative: tenere aperto correndo tutti i rischi del caso oppure chiudere in attesa di tempi più sicuri?

Mentre discutevamo e immaginavamo tutti gli scenari possibili, il telefono, pesantemente silenzioso come mai prima di allora, squillò. Un paziente, una brutta caduta e, per quanto sofferente, la sua voce preoccupata divenne sempre più calma e sollevata quando la mia voce gli dice che sì c’è qualcuno può occuparsi del suo ginocchio.

A quel punto è stato “facile”, uno scambio di sguardi e la decisione venne presa. Apertura per le urgenze, i pazienti post-intervento e per coloro che avevano iniziato terapie che non potevano essere interrotte. Tutto sottotono, appuntamenti diradati, un paio di giorni di apertura, ma sentivamo che stavamo facendo la cosa giusta.

“Giusta”, ho usato volontariamente una parola così importante e filosoficamente immensa, perché mentre sono qui che racconto questa mia

¹ Laurea Magistrale in Filosofia e Storia delle Idee presso l’Università degli Studi di Torino. Counselor Filosofico in formazione (II anno) SSCF & ISFiPP - Torino.

semplice esperienza mi rendo conto che la nostra è stata prima di tutto una decisione di stampo morale.

Non abbiamo pensato ad altro se non a *“Che cosa è giusto fare? Come dobbiamo agire?”*. E' chiaro che da un certo punto di vista sarebbe stato molto più facile se fossimo stati obbligati a chiudere, oppure se avessimo avuto paura del contagio, perché il rispetto della legge o l'istinto di sopravvivenza avrebbero determinato, seppur in modo diverso ovviamente, la nostra scelta. Invece no, nessun condizionamento e nessuna costrizione, eravamo liberi di scegliere e consapevoli delle responsabilità che derivano da quell'esercizio di libertà.

Le responsabilità conferiscono dignità alla vita umana, dal punto di vista biografico segnano l'ingresso nella fase adulta, ma dal punto di vista esistenziale ricordano e fanno sentire l'onere del nostro essere agenti in mezzo agli altri, ciascuno di noi può fare e di fatto fa la differenza.

Se da un lato le circostanze ci hanno privato di una parte della nostra possibilità di azione e di scelta, dall'altro, se consideriamo l'evento come una riconfigurazione dello schema di gioco, è anche vero che la nostra libertà e il nostro poter essere sono sincategorematicamente infiniti, possiamo sempre immaginare e progettare un nuovo modo di essere al mondo.

Il modo di vivere nel mondo è solo e soltanto nostro, le circostanze lo possono ostacolare, possono farci deviare dal percorso immaginato, imporci una sosta o spingerci spediti verso il domani, ma in ogni momento siamo noi che abbiamo in mano il timone.

La prima impressione è quella di trovarci di fronte ad una forma di libertà residuale, siamo liberi dove ci viene concesso o riusciamo ad esserlo malgrado il progressivo sgretolarsi degli spazi d'azione e forse in alcune circostanze è l'unica libertà che possiamo esercitare. Il punto sta nel non trasformarla in abitudine, fondamentale è non dimenticarsi di com'era la vita prima e non smettere di immaginare come potrebbe essere diversa dopo.

Il rischio è alto, la gabbia in cui siamo chiusi per proteggerci dal pericolo potrebbe diventare il nostro habitat, che crediamo naturale o comunque più adatto a noi. Abbiamo ceduto parte della nostra libertà in nome di “un bene superiore”, magari la contingenza poteva anche giustificare la decisione, ma è importante tenere a mente che il contratto sottoscritto ha una scadenza e la negoziazione non è mai davvero conclusa, i costi e i benefici non sono calcolati una volta per tutte.

Questa pandemia è stata una grande occasione per esercitare e mettere alla prova il proprio spirito critico, sia per quanto riguarda il numero di notizie da cui siamo sommersi ogni minuto della giornata tra cui è difficile orientarsi nel tentativo di capire quello che sta capitando, sia nei confronti di coloro che veicolano tali notizie o che si trovano nella posizione di agire a livello sociale, politico o economico.

Non si tratta di essere in contrasto con qualsiasi cosa, per puro spirito di contraddizione, poiché anche la contrapposizione a tutti i costi risulta essere dannosa quanto l'adesione acritica alla narrazione che più ci alletta.

Essere critici non significa essere giudici, significa porre domande, dubitare e dialogare, la realtà ci impone di scegliere e lo dobbiamo fare a costo di sbagliare, ma proprio per questo dobbiamo essere consapevoli che ogni decisione non è altro che una certezza provvisoria che deve essere sempre interrogata e verificata.

Sono questi i momenti in cui è importante ricordarsi che filosofia e scienza sono alleate e non possono dimenticarsi l'una dell'altra, ad ogni affermazione la scienza chiede dati, dimostrazioni ed esperimenti di verifica, la filosofia argomentazioni e confutazioni, sempre alla ricerca del punto di vista contrastante che metta alla prova le proprie credenze. Chi erge le proprie opinioni a verità non si mette mai in discussione, cerca i cigni bianchi, le conferme e teme come il peggiore dei mali qualunque cosa che possa far vacillare le sue convinzioni; anzi di fronte al cigno nero, molto probabilmente, distoglierebbe lo sguardo, lasciandolo volare via per poi convincersi di aver preso un abbaglio. Questo è quello che deve farci paura.

Ecco dunque quello che auguro a tutti noi: la libertà della scelta e l'onere della responsabilità, l'errore che fa progredire la conoscenza e il dialogo interdisciplinare, che è il più potente strumento che abbiamo per affrontare una realtà che ci mette alla prova, ci ricorda che siamo fallibili e limitati, ma che è anche tutto quello che abbiamo e su cui possiamo agire per sopravvivere come Specie e realizzarci come Individui.

Sull'ozio come categoria esistenziale

Paolo Montecchio¹

Scopo di questo articolo è indagare, sotto una *prospettiva filosofica*, quella che potremmo chiamare la “categoria esistenziale” dell’*ozio*.

L’idea nasce da una presa di coscienza di un contesto sociale nel quale molti di noi ora si trovano a vivere, ovvero – com’è noto – un contesto nel quale le attività produttive sono ridotte al minimo quando non assenti, e vi è di conseguenza un “*ritorno a sé*”, un ritorno che, se è vero che può essere da una parte occasione di riscoperta del proprio Io, dall’altra è altrettanto indubbio che tale processo fa sì che l’essere umano sperimenti una certa condizione di angoscia, che può assumere le più svariate forme. Mostreremo in questo articolo che l’angoscia da una parte costituisce una categoria esistenziale fondamentale, anzi, è in qualche modo “la” categoria esistenziale più propria dell’essere umano; d’altro canto, mostreremo che è proprio nell’angoscia che la luce dell’Essere ha la possibilità più vera di rivelarsi.

Cercheremo inoltre di condurre quest’indagine esistenziale attraverso una prospettiva che vuol essere quanto più filosofica possibile, ciò significa che è necessario mettere tra parentesi innanzitutto precomprensioni e tesi d’essere che non appartengono alla filosofia: psicologia e “psicologismo”, sociologia e antropologia sono prospettive che, ferma restando la loro validità scientifica ed epistemica, e sebbene abbiano delle intuizioni interessanti, non perseguono il nostro scopo che si configura invece come indagine in certo modo “fenomenologica” del “senso” dell’angoscia, che – come cercheremo di mostrare - può avere la sua origine da una condizione che chiameremo di “ozio”.

Sgombrato quindi il campo da ciò che filosofia costitutivamente non è, cercheremo di mostrare qual è il percorso attraverso cui la nostra indagine verrà condotta. In primo luogo, cercheremo di fare chiarezza sulla categoria esistenziale dell’ozio come propria dell’essere umano (che seguendo il linguaggio heideggeriano a volte chiameremo Esserci, per evidenziare da una parte la connessione essenziale ed esistenziale che l’essere umano ha con l’Essere in quanto tale, ovvero nel suo modo di esistenziale che consiste nel suo aver-da-

¹ Laureato in Filosofia Teoretica presso l’Università degli Studi di Milano, lavora in ambito socio-sanitario, Counselor Filosofico in formazione (II anno) presso SSCF & ISFiPP - Torino.

essere che gli è proprio, e dall'altra per ricordarci che la prospettiva nel quale l'essere umano è indagato qui è quella filosofica, ovvero ridotto rispetto ai suoi caratteri di essere umano in una prospettiva "scientifica"), mostrandone lo slittamento di significato rispetto all' "otium" latino; in secondo luogo,osterremo che tale modalità di esistere (cioè l'oziare) ha il suo senso all'interno di un mondo che, se è vero che acquisisce delle forme storicamente determinate che gli sono proprie, è altresì vero che in ognuna di queste "ha luogo", "accade" un'apertura, e che è proprio questa apertura a contenere costitutivamente in sé in qualche modo il "germe" della modalità di esistere che nell'Esserci si esprime attraverso l'angoscia. In terzo luogo infine, cercheremo di capire che cosa è possibile fare di questa accresciuta consapevolezza, e quale possa essere il "senso" di quest'angoscia per noi.

Facendo un breve riferimento alla condizione di "lockdown" nella quale l'Italia si trova a versare a causa, com'è noto, della presenza del virus covid-19, è possibile sostenere che molte persone si trovano in una condizione di ozio, che definiremo in termini generali come astensione da un'attività. Già da questa definizione possiamo cogliere due proprietà costitutive filosoficamente rilevanti.

La prima, e più ovvia, è che l'ozio può essere considerata a buon diritto una categoria esistenziale in quanto l'essere umano vi si trova ad essere. Che sia una sua scelta o meno, che appartenga o meno alla propria progettualità, tuttavia è possibile concordare sul fatto che egli la viva: in termini heideggeriani, possiamo dire, l'Esserci, nel suo esistenziale, può sperimentare l'ozio come possibilità concreta del suo aver-da-essere.

La seconda considerazione è che l'ozio, come categoria esistenziale necessita costitutivamente del suo opposto, ovvero l'attività. Anche nel mondo latino il termine "otium" denotava astensione da un'attività. Seneca per esempio nel "*de otio*" intende questa astensione come necessaria ai fini della contemplazione del vero, e anzi sostiene che tale contemplazione è opportuno praticarla in solitudine («*tunc potest obtineri quod semel placuit, ubi nemo intervenit qui iudicium adhuc imbecillum, populo adiutore, detorqueat*»² 3). A chi sostiene che ciò andrebbe contro la dottrina stoica, che prevede invece la vita attiva come modo per realizzare se stessi, Seneca risponde che è necessario anche conoscere il bene per perseguirlo attivamente. Da ciò possiamo desumere un'altra importante caratteristica

² L. A. Seneca, *L'arte di ozicare – De Otio – De tranquillitate animi*, a cura di M. S. Abbate, Newton Compton s.r.l. Roma, 2014, p. 18. "

³ solo così potremo mantenere i fermi i nostri propositi, non avendo accanto nessuno che, sollecitato dalla grande massa che gli sta intorno, possa distoglierci dalla nostra decisione, ancora instabile all'inizio (tr. it. di M.S.A.)

dell'otium: esso non è lasciarsi andare alle passioni, né una pura contemplazione fine a se stessa. L'otium infatti è per Seneca finalizzato al bene, in primo luogo personale, ma in secondo luogo anche del mondo in cui ci si trova a far parte, nel caso specifico dello Stato e della Repubblica. L'azione per l'azione è infatti, per Seneca, tanto inaccettabile quanto una contemplazione fine a se stessa. Dice infatti il filosofo: «*aeque refert quo animo civilem agas vitam, an semper inquietus sis nec tibi umquam sumas ullum tempus quo ab humanis ad divina respicias. Quomodo res appetere sine ullo virtutum amore et sine cultu ingenii ac nudas edere operas minime probabile est (misceri enim ista inter se et conseri debent), sic imperfectum ac languidum bonum est in otium sine actu proiecta virtus, numquam id quod didicit ostendens*⁴ 5».

L'otium comunque, nel mondo latino, resta appannaggio di una classe sociale che era impegnata politicamente, e che comunque disponeva di mezzi che ne consentissero la fruizione con la giusta disposizione d'animo.

Nel mondo moderno si assiste invece ad uno slittamento del significato originario: da "otium" come contemplazione, ricerca in generale ma in particolare ricerca del bene in modo da poterlo applicare nella vita concreta, si passa ad intendere un'interruzione da un'attività che dev'essere produttiva. Questo ci dà lo spunto per trarne delle deduzioni filosoficamente interessanti. In primo luogo, notiamo come il linguaggio si trasformi a seconda di come il mondo si trasforma. Horkheimer ne "L'eclisse della ragione" descrive la società moderna in questi termini: «Nell'era della libera iniziativa [...] l'individualità fu subordinata nel modo più completo a una ragione preoccupata solo della propria sopravvivenza. L'idea di individualità si liberò allora di ogni elemento metafisico per diventare solo una sintesi degli interessi materiali dell'individuo»⁶. Ciò, per Horkheimer, ha condotto il liberalismo alla propria contraddizione: «il perseguimento dell'interesse personale isolava le monadi [i singoli individui,] l'una dall'altra, ma nello stesso tempo tendeva a renderle più simili l'una all'altra»⁷, con il risultato che

⁴ L. A. Seneca, *L'arte di ozare – De Otio – De tranquillitate animi*, a cura di M. S. Abbate, Newton Compton s.r.l. Roma, 2014, p. 20.

⁵ anche nella vita attiva bisogna vedere con quale disposizione vi si partecipa, se cioè ci volgiamo a lei solo per essere sempre in movimento, sì che non ci resti un briciolo di tempo per sollevare il nostro sguardo mortale alla visione di cose divine. L'azione per l'azione non è accettabile. Il giusto agire richiede anche l'esercizio della mente e l'amore per la virtù, che devono mescolarsi e intrecciarsi con lui; allo stesso modo una virtù passiva, che si chiude in sé stessa, pigramente, senza mai tirar fuori e mostrare agli altri il frutto delle sue esperienze e delle sue scoperte, è un bene sterile e incompleto. (tr. it. di M.S.A.)

⁶ M. Horkheimer, *Eclisse della ragione – critica della ragione strumentale*, tr. it. di Elena Vaccari Spagnol, Einaudi, Torino 1982, p. 121.

⁷ Ivi, p. 122.

l'individualismo sia solo una maschera, che rivela di fatto «il principio dell'uniformità si libera dalla maschera individualistica, è proclamato apertamente e innalzato al livello di un ideale fine a se stesso»⁸. In questa struttura sociale, «l'uomo comune trova sempre più difficile fare progetti non solo per i suoi eredi ma persino per il proprio lontano futuro. All'individuo contemporaneo si offrono forse più possibilità che ai suoi avi, ma le sue prospettive concrete sono a scadenza sempre più breve. [...] il soggetto individuale della ragione diventa un ego rattrappito, prigioniero di un fuggevole presente, che non sa più come far uso delle funzioni intellettuali grazie alle quali era un tempo capace di trascendere la sua posizione presente nella realtà»⁹.

È quella che Galimberti chiama la “*società della tecnica*”, nella quale «*l'individuo non diviene ciò che è, ma sceglie in base a ciò a cui è predisposto*»¹⁰ e allo stesso tempo, ciò che conta non è più la sua personalità, ma «la sua uniformità, che ne garantisce la sostituibilità per il corretto funzionamento dell'apparato». È interessante notare anche un'altra parola che ha subito uno slittamento di significato, ed è la parola *libertà*. Essa, in questo contesto, non significa più «espressione di sé [...] né si riferisce all'esercizio della scelta individuale al di là delle condizioni esistenti. [...] In una società complessa, la libertà è data [...] dall'eccedenza delle possibilità rispetto alle scelte che gli individui possono fare nel corso della loro vita. In questa situazione l'individuo è libero non per quel tanto di creatività che egli crede di poter riconoscere nella propria anima, ma per quel tanto di mobilità che gli è concessa dall'eccedenza [...]»¹¹ così che «per effetto dell'esteriorizzazione dell'anima e della conseguente deducibilità dell'individuo dall'insieme delle relazioni esistenti, l'antico “*conosci te stesso*” si traduce nella conoscenza del maggior numero di informazioni, che consente una maggior agilità di selezione in rapporto alle variabili»¹². Ed è qui che si affaccia con tutta la sua evidenza la contraddizione da cui deriva l'angoscia che si può esplicitare nella condizione data dall'ozio. L'ozio, nella società della tecnica, solo apparentemente è contrapposto alla nozione di attività produttiva: di fatto, per l'Esserci iscritto in un mondo che lo vede produttore o consumatore, l'ozio diventa un modo di consumare che a sua volta alimenta il suo essere produttore.

⁸ Ibidem.

⁹ Ivi, p. 122-123.

¹⁰ U. Galimberti, *La casa di Psiche*, Feltrinelli, Milano, 2017, p. 150.

¹¹ Ivi, p. 151.

¹² Ibidem.

Come dice Galimberti, *«l'io non esce dalla sua esistenza omologata. [...] Ciò è tanto più inevitabile quanto più l'apparato tecnico realizza la sua intrinseca tendenza, che consiste nel risolvere ogni residuo del mondo nel suo mondo»*¹³. L'ozio in questo contesto ha senso solo nel momento in cui esso rappresenta una fase della dinamica produzione-consumo, e la sensazione è che il tempo dell'ozio coincide con il tempo della libertà: libertà dagli impegni, possibilità di gestire il tempo secondo dei criteri che noi stessi ci diamo, possibilità di prenderci cura di ciò che noi stessi decidiamo avere un valore. Ma nel momento in cui dovessimo scardinare la dinamica del prendersi cura di un che di determinato, per volgerci al prenderci cura di noi stessi, qui sorge il problema. Non si intende qui tuttavia un prendersi cura di noi stessi come cosa tra le cose, ancorchè dotata di principium individuationis e pertanto singolare, unica ed irripetibile e propriamente mia, perché questo sappiamo farlo: molte sono le possibilità che ci vengono messe a disposizione e noi non dobbiamo fare altro che scegliere, ma un avere a che fare con noi stessi come luogo della verità nel quale l'Essere si schiude nel modo più autentico. È qui che l'io fa esperienza dell'angoscia come la condizione più propria, in quanto essa, dice Heidegger, «è esperienza di pura possibilità. Essa lascia l'Esserci in una situazione minacciosa e opprimente, perchè non ha i caratteri di un danno possibile ad opera del minacciato in vista di un particolare e determinato poter-essere. Il "davanti a che" dell'angoscia è completamente indeterminato [...] è il mondo come tale.»¹⁴. Di fronte ad essa l'Esserci in qualche modo rimane isolato, solo di fronte alla vastità della possibilità della completa indeterminatezza. «Nel "davanti a che" dell'angoscia si rivela il nulla e in-nessun-luogo», dice Heidegger, e in tale condizione «Ciò che opprime non è questa o quella semplice-presenza e neppure la totalità di esse come somma, ma la possibilità dell'utilizzabile in generale, cioè il mondo stesso.»¹⁵.

Va da sé quindi, che l'esperienza di mondo che si fa luce nel momento in cui ci volgiamo a considerare il rapporto che il nostro Io ha quando esperisce il mondo-come-tale preso nella sua possibilità più propria non è la stessa che esperiamo quando il mondo ci sta di fronte come, in un certo senso, semplice-presenza, un mondo nel quale le cose sono per noi utilizzabili nel senso che attribuiamo ad esse un valore ed una cura in quanto essi hanno un senso per noi che, tramite la nostra progettualità, ce ne serviamo. In "L'opera e la verità", Heidegger lo descrive così: *«Mondo non è il mero assemblaggio delle cose, numerabili o innumerabili, note e ignote. Ma*

¹³ Ivi, p. 159.

¹⁴ M. Heidegger, *Essere e Tempo*, tr. it. di P. Chiodi, Longanesi & C., Milano, 1985, p. 234.

¹⁵ Ivi, p. 234-235.

mondo non è neanche una cornice solo immaginaria, rappresentata in aggiunta alla somma dell'esistente. Mondo mondeggia, ed è più essente di tutte quelle entità percettibili, palpabili e afferrabili in mezzo alle quali crediamo di trovarci a nostro agio. Mondo non è mai un ostacolo, un oggetto che ci stia davanti e possa essere guardato. Mondo è il sempre inoggettuale, il sempre non-ostante al quale sottostiamo finché le rotte di nascita e morte, benedizione e anatema, ci mantengono deradicati ed estatici nell'Essere.»¹⁶. Di fronte a questo concetto di mondo inteso come pura possibilità, l'Io ha a che fare con l'esperienza fondamentale di verità intesa nel senso dell'Essere, ovvero come «contrasto reciproco tra luco e duplice nascondimento. La verità è l'arcicontesa durante la quale viene conteso e conquistato, ogni volta in una modalità particolare, l'aperto entro cui sta e in base a cui si trattiene tutto ciò che si mostra e si sottrae come essente»¹⁷. L'aperto come il campo delle infinite possibilità di cui l'Esserci fa esperienza nell'angoscia e che in qualche modo lo atterriscono e lo minacciano. La solitudine dell'Io di fronte al Mondo. Ma la verità in quanto accadimento è anche un atto creatore: non quindi produzione, come nella società della tecnica dove il prodotto è sempre un "qualcosa di meno" del soggetto che lo produce, ma creazione: un'operazione originaria che accoglie e in qualche modo fa rivivere in maniera originale l'accadimento della verità.

Se riusciremo allora a fare la verità in noi stessi, allora forse l'ozio non sarà più quella condizione esistenziale da rifuggire in quanto ci pone, soli e senza le sicurezze che ci vengono dal nostro ruolo all'interno della società, di fronte alla possibilità del nulla, ma potrebbe essere occasione per sentirci parte di un flusso creatore che ha bisogno anche di noi per potersi inverare, sempre e di nuovo, «secondo ciò che dev'essere»¹⁸.

¹⁶ M. Heidegger, "L'opera e la verità" in *Holzwege – sentieri erranti nella selva*, A cura di V. Ciceri, Bompiani, Milano 2014, qui p. 73.

¹⁷ M. Heidegger, "La verità e l'arte", in *Holzwege - sentieri erranti nella selva*, a cura di V. Cicero, Bompiani, Milano 2014, qui p. 113.

¹⁸ G. Colli, *La sapienza greca*, Adelphi, Milano 2018, p. 155.

Dicotomie e paradigmi di una pandemia

Luca Francesio¹

Un *atteggiamento filosofico* come pratica di vita è un *habitus* che non può essere mai smesso, e che impone di porre domande e perseverare nella ricerca delle risposte.

Come ci ha indicato Maurice Merleau-Ponty, la filosofia si colloca nel proprio tempo storico, ma senza accontentarsi di subire l'ambiente della circostanzialità storica : l'analisi filosofica permane in una sua intrinseca autonomia che la storia non può sostituire. La sua analisi si rivolge a quel potere di espressione che le altre forme simboliche si limitano ad esercitare, cercando di cogliere con rigore il momento nel quale il senso prende possesso di sé.

Per questo essa si compie rinunciando a coincidere con ciò che è espresso anzi, da esso deve allontanarsi per scorgerne il senso.

Ciò che è espresso è ciò a cui in modo ingenuo si concede l'assenso, in modo obbediente e meccanico. Assenso però che sovente crea le condizioni per la nascita di forme di disagio che possono anche evolvere in un generalizzato disagio esistenziale.

L'illusione della parola mistificante non ci mette al riparo dalla necessità tutta umana della ricerca di senso. Per questo il disagio è essenziale alla filosofia, e il tempo che stiamo vivendo, questo tempo di pandemia, è tempo di profondo disagio.

La pratica filosofica è chiamata a sostenere la sua parte, attraverso le sue proposte di analisi demistificatrice, e deve rispondere all'urgenza del momento.

Non si tratta di tentare un'interpretazione immediata di questo fenomeno perché solo la giusta presa di distanza nel tempo ci concederà di farlo pienamente, né una spiegazione, perché non rientra tra i compiti della filosofia, ma di aiutare le persone a chiarire le nozioni che vengono riversate come un fiume in piena nella

¹ Laureato in Filosofia e Comunicazione, Senior Relationship Manager, allievo del II anno del Master triennale di Specializzazione in Counseling Filosofico SSCF & ISFIPP.

loro coscienza dai media, e tentare di dissolvere quelle parole intrinsecamente vuote, come le definisce Simone Weil.

Che impatto sta avendo la narrazione della pandemia sulle coscienze individuali, e sulla coscienza collettiva di un mondo ormai iperconnesso? Quali strumenti concettuali e simbolici vengono impiegati nell'ordine del discorso, come direbbe Foucault? Quali effetti sortiscono? Essi sono i mattoni di quel linguaggio che non solo parliamo, ma che viviamo definendoci e definendo gli altri e il mondo.

Nonostante si riconosca la complessità del mondo, come ci ha magistralmente insegnato Edgar Morin, si sta facendo ricorso al più banale dei riduzionismi, evocando lo scenario dicotomico del conflitto tra noi e il nemico.

Lo scenario dello scontro evita la fatica di indagare l'estrema complessità dei rapporti umani e naturali, indicando un nemico su cui concentrare la lotta, un antagonista umanizzato a cui non si vuole riconoscere lo status di agente naturale, indifferente ai destini umani.

E il conflitto impone lo stato di eccezione sempre, come ci ricorda Giorgio Agamben in un articolo pubblicato il 26 febbraio, e lo stato di eccezione è fondato su drastiche limitazioni alla libertà personale.

Ma il vero elemento di inquietudine è la diffusione di uno stato di paura destinato a sedimentarsi nelle coscienze, che già ha avuto un precedente in questi anni di terrorismo religioso, stato di paura che si dispiega in stati di panico collettivi. Viene innestato nelle coscienze un circolo vizioso : le limitazioni della libertà vengono accettate in cambio del soddisfacimento del desiderio di sicurezza, indotto da coloro che intervengono poi per soddisfarlo.

Assistiamo alla nascita di un nuovo sillogismo, sul quale fondare un nuovo paradigma di potere basato sulla protezione della vita in senso strettamente biologico, sull'uso strumentale della scienza in campo medico e biologico da una lato e della tecnologia dell'intelligenza artificiale e dell'iperconnessione dall'altro.

Veniamo proiettati in un mondo nuovo!

Fino a ieri il potere aveva il volto di un capitalismo finanziario iper pervasivo, in grado di plasmare l'economia reale, come ampiamente documentato da intellettuali come Baumann e Gallino. Oggi avviene un salto di specie: è la scienza nelle sue manifestazioni in campo medico e biomedicale a diventare lo strumento del potere.

Il paradigma finanziario che obbligava alla circolazione continua di uomini e mezzi si è inceppato di fronte alla necessità della salvaguardia della sola vita, del *bíos* umano, di cui i governi si sono proclamati garanti assoluti, schermandosi dietro una nuova casta di tecnici, non più finanziari, ma biomedici.

L'esperienza stessa dell'uomo è invalidata dalle misure di distanziamento sociale che sacrificano la 'vita piena', che è ben di più della mera attività lavorativa.

Eppure il dibattito sembra limitarsi a un riduzionismo semplificatorio, che pone l'alternativa tra la morte per malattia e quella per fame. Il criterio discriminante appare esclusivamente essere la sola sopravvivenza dell'uomo, a costo di condurre un'esistenza di deprivazione.

Ma emerge un ulteriore aspetto, forse più problematico del precedente.

E' tutto tecnologico e rivoluziona il controllo sociale, che passa dal convincimento e dalla manipolazione dell'immaginario collettivo praticato attraverso la diffusione di messaggi a mezzo stampa, pubblicità e reti virali, alla misurazione dei comportamenti di massa realizzata con la nuova tecnologia 5G da un lato e l'intelligenza artificiale dall'altro.

La misurazione istantanea dei comportamenti umani, interpolata con i dati epidemiologici e sanitari costituirà la struttura invisibile che legittimerà le future decisioni del potere politico.

Se negli anni passati erano gli economisti a dettare l'agenda al potere politico, ora lo sarà una nuova tecnocrazia medica.

Questa fase di transizione, complessa e assolutamente opaca, condiziona le coscienze di tutti noi, perché la vita nella sua pienezza esistenziale viene sacrificata per garantire sé stessa nella sua mera accezione biologica.

Anziché condurre l'esistenza basandosi sull'autonomia dei comportamenti e delle relazioni umane, l'umanità ridotta a una condizione di minorità infantile sarà sottoposta al monitoraggio quantitativo continuo dei propri comportamenti, per disporre poi le opportune correzioni.

Mai come ora è indispensabile tornare a meditare sulle parole che Kant scrisse più di due secoli fa, rispondendo alla domanda su che cosa fosse l'Illuminismo.

'L'Illuminismo è l'uscita dell'uomo dallo stato di minorità di cui egli stesso è colpevole. Minorità è l'incapacità di servirsi della propria intelligenza senza la guida di un altro. Colpevole è questa minorità, se la sua causa non dipende da un difetto di intelligenza, ma dalla mancanza di decisione e del coraggio di servirsi di essa senza essere guidati da un altro. Sapere aude!

Abbi il coraggio di servirti della tua propria intelligenza! Questo dunque è il motto dell'Illuminismo.'

Vivere (o sopravvivere) ai tempi del corona virus. Impressioni di una counselor in formazione

Letizia Zoffoli¹

Mi chiamo Letizia Zoffoli, abito a Savignano sul Rubicone un paesino in provincia di Forlì-Cesena e sono una counselor in formazioni presso la SSCF. Nella vita di tutti i giorni faccio l'impiegata in uno di quei settori definiti "essenziali", va da sé che in questo momento sto lavorando e non "resto a casa".

Credo sia molto difficile affrontare questo periodo per chi è chiamato a restare a casa e può uscire a prender aria solo per fare la spesa, ma io posso raccontare solo la vita di chi a lavorare ci deve andare comunque.

La mia routine non è cambiata molto: casa e lavoro, ma come si lavora?

L'azienda in cui sono impiegata si occupa di riciclo e smaltimento rifiuti e disgraziatamente io sono al front office. Per ragioni di sicurezza è stata chiusa a chiave la porta dell'ufficio: così non solo tutti i documenti, ma anche tutte le richieste ed i colloqui passano tramite me e non più smistati tra i vari colleghi che normalmente se ne occupano. Metà dell'ufficio è in ferie forzate o lavora da casa e l'altra metà fa i turni così che spesso mi trovo completamente sola.

Io comincio a lavorare alle 12:30 e appena arrivo la prassi prevede che io sterilizzi tutta la postazione di lavoro perché prima ci ha lavorato la collega. Allora prendo i guanti lo spray igienizzante e la carta assorbente e comincio a pulire. Da prima il piano di lavoro poi tutte le attrezzature come telefono, citofono del campanello, tastiera del computer, mouse, penne puntatrice, timbri, sedia, qualsiasi cosa la mia collega possa aver usato e poi infilo la mascherina e comincio a lavorare o almeno ci provo.

¹ Laurea in filosofia, laurea magistrale in filosofia della conoscenza, della morale della comunicazione presso l'università "Carlo Bo" di Urbino, Counselor Filosofico in formazione (II anno) SSCF & ISFiPP

I vari autisti mi passano i documenti da una piccola finestrella che da su di una struttura di vetro esterna. Una volta quella finestra era sempre aperta ora invece è inesorabilmente chiusa: loro appoggiano i documenti su di un tavolo messo apposta, escono dalla porta ed attendono che io li prenda o glieli riconsegna solo dopo aver richiuso la finestra. Stessa procedura se occorre loro qualcosa: devono attendere fuori fino a quando quella minuscola finestra non si richiude.

Per parlarsi si urla tramite un vetro chiuso e comprendersi la maggior parte delle volte è difficile se non impossibile. Peggio ancora se ad aver bisogno è qualcuno che viene a caricare da fuori e non conosce la procedura e non rispetta le norme di sicurezza.

Così lavoro: mascherina, guanti, gel igienizzante e un vetro chiuso che rende la comunicazione quasi impossibile.

Lavorare così è quasi impossibile.

Questo mi ha dato modo di riflettere sull'alterità che in questo momento più che un motivo di arricchimento sembra essere diventata il nemico da cui difendersi.

Cos'è l'uomo se non da sempre un "animale sociale"? Siamo fatti per stare con gli altri per vivere di relazione.

Di questi tempi se abbiamo un contatto con qualcuno è severamente regolato (la mascherina, un metro di distanza) perché l'altro è potenzialmente il nemico, il portatore del virus, la causa di un possibile contagio. L'altro ci fa paura. Non riconosciamo più in lui la sua umanità che è uguale alla nostra umanità.

Siamo sempre più soli e abbiamo paura.

La paura del virus si è trasformata nella paura dell'altro del "non-io" e pensiamo: chissà dove è stato? chissà cosa ha fatto? sarà infetto?

Confesso che questi giorni sono estenuanti per me. Vivo questa paura sulla mia pelle e poi mi volto e mi guardo alle spalle: un ufficio deserto per paura del contagio e io lì in prima linea e sola, senza nemmeno qualcuno con cui scambiare due chiacchiere per passare il tempo e alleviare il pensiero che potrei ammalarmi. Vedo tutti tutelati tranne me, perché l'azienda deve andare avanti in un modo o nell'altro.

Mi trovo a vivere in un bipolarismo che mi porta alla schizofrenia: da una parte l'alterità pericolosa e minacciosa e dall'altra la solitudine più totale.

Come piccolo antidoto accendo la musica (tanto non do fastidio a nessuno).

L'unica cosa che mi consola e mi dà pace è la filosofia: al mattino studio, come non ho mai studiato prima e mentre sono immersa nei libri, nonostante la fatica,

trovo pace e non vorrei mai uscire per andare al lavoro. Vorrei restare lì con i miei libri, i miei autori e i loro concetti che mi danno l'ossigeno che mi serve per continuare a respirare.

Questo virus ha toccato un altro aspetto della mia vita la socialità. Venivo da un brutto periodo e stavo cominciando a riapirmi al mondo a ricominciare a vedere e stare con gli altri, con gli amici e invece...

L'unico contatto che possiamo avere con gli altri sono un messaggio o una chiamata, ma non bastano, non possono prendere il posto dei veri rapporti del vero stare insieme, del condividere.

Mi è stato detto da un amico che per rimanere in contatto basta whatsapp, ma questo come tanti altri mezzi tecnologici, sono solo mezzi, strumenti, non possono prendere il posto di un abbraccio o di una pacca sulla spalla quando ti servono.

Non avrei mai creduto di dirlo, ma fortunatamente vivo con la mia famiglia e questo mi aiuta tanto a non sentirmi sola. I primi giorni ho pensato che non saremmo sopravvissuti tutti e cinque in casa invece siamo di conforto l'uno per l'altro. Non so come riesca a sopravvivere chi vive solo e non può trovare conforto in nessuna persona fisica. Questo riavvicinamento familiare è l'unica nota positiva che rilevo da questa situazione che è sempre più assurda e paradossale.

Alle prime notizie del contagio, proprio perché mi sto formando con Counselor Filosofico, mi sono chiesta quanto ci avrebbero portato via e la risposta è stata: tutto! In primis libertà di movimento e diritto di lavorare, ma soprattutto la socialità.

Mi sono posta l'antica *domanda filosofica*: a cosa siamo disposti a rinunciare in nome di un bene superiore? Quanta libertà siamo disposti a cedere?

In situazioni normali nessuno di noi si lascerebbe dire dove può andare, quanto si può allontanare, in che perimetro deve restare, ci parrebbe assurdo e ci ribelleremmo con tutte le nostre forze. Eppure oggi lo facciamo in nome della salute comune (un bene superiore appunto, o presunto tale).

La stessa cosa vale per il lavoro: quale esercente o imprenditore accetterebbe orari imposti o addirittura la chiusura forzata della propria attività? Eppure oggi ubbidiamo.

Ma il bene più grande di cui siamo stati privati è la socialità: la possibilità di stare con l'altro, di condividere, di gioire e di soffrire con l'altro. Sì perché anche nella sofferenza siamo soli: soli nelle nostre case, soli i malati in quarantena, soli i malati nei letti di ospedale, con infermieri e medici giustamente tutti bardati che possono limitarsi a sorridere solo con gli occhi per tentare di far loro forza dietro

alle loro mascherine chirurgiche. Soli sono anche i defunti a cui viene negato anche l'estremo saluto da parte dei cari e degli amici senza la possibilità per loro di celebrare i funerali. Anche nella morte siamo soli. Non siamo mai stati così lontani e tutta la tecnologia del mondo non può rimediare a questa assenza incolmabile.

Questa situazione ci spinge a guardarci dentro a riesaminarci. Il mondo è fuori e noi siamo soli con noi stessi, ma se quello che vedessimo dentro noi stessi non ci piacesse o addirittura ci terrorizzasse e atterrisse? "E se tu scruterai a lungo in un abisso, anche l'abisso scruterà dentro di te." diceva Nietzsche. Se questo vuoto, questo nulla fosse la cosa peggiore che potesse capitare all'uomo? Cosa mi dice su di me e per me questo abisso che mi scruta dentro?

Io non ho risposte a tutte queste domande e credo nessuno le abbia. So solo che fa paura.

Noi Counselor e futuri Counselor Filosofici dovremo fronteggiare questa sfida: la sfida di dare risposta a questo vuoto esistenziale che qualcuno, forse, affronta per la prima volta nella sua vita, a tutto il non-senso ed al dolore che la malattia lascerà dietro di sé. Questi strascichi saranno lunghi e queste ferite difficili da rimarginare. Mai come ora mi sono sentita impreparata e ho trovato fondamentale il mio percorso di formazione presso SSCF.

Non so se, come molti dicono ne usciremo più forti e migliori, credo piuttosto che ne usciremo a pezzi e che questi pezzi saranno un complicatissimo puzzle da ricomporre.

Occorre poter tornare a guardarsi negli occhi e riconoscere un amico, potergli stringere la mano, poterlo abbracciare, poter andare a cena, a prendere un gelato, a fare una passeggiata con lui. Occorre ritrovare l'altro non più dietro ad uno schermo e non più come nemico per poter anche solo pensare di cominciare a ricostruire qualcosa. Se poi sarà migliore o peggiore di prima "Ai posteri l'ardua sentenza".

La mia vita quotidiana al tempo del coronavirus

Federico Bottigliengo¹

È molto difficile per me scrivere su carta riflessioni intorno a fatti personali, alla mia vita privata. Non sono per nulla abituato a farlo: per carattere sono riservato e ho la tendenza, sebbene non come un tempo, a tenere dentro di me i miei pensieri e le mie considerazioni; inoltre, benché mi piaccia scrivere, tale esercizio lo pratico esclusivamente per testi di lavoro, quale esito di studi e ricerche. Ho tergiversato in queste settimane, ho rimandato per giorni lo scritto e, ancora adesso, mentre batto i tasti del mio computer, percepisco una certa resistenza e non nego di essere scivolato più volte in distrazioni quotidiane. Insomma, mi sono somministrato un vero e proprio auto-sabotaggio.

Donde iniziare? Certamente dal trauma che ha cambiato drasticamente la mia vita attuale. «Cari tutti, in via precauzionale il Museo Egizio domani, lunedì 24, e martedì 25 rimarrà chiuso al pubblico. Tutte le attività didattiche sono sospese».

Da quel comunicato interno di febbraio fino a oggi, e ancora, verosimilmente, fino al 18 maggio, il museo rimane a tutti inaccessibile. Beffa del destino: il trimestre primaverile marzo-aprile-maggio è quello durante il quale l'istituzione è presa letteralmente "d'assalto" dalle scolaresche con un tripudio di visite guidate, laboratori didattici, lezioni di egittologia per varie fasce d'età. È il periodo in cui riceve la maggior parte degli introiti, che permettono la copertura delle spese dello staff interno, di manutenzione dello stabile e della conservazione dei reperti per tutto l'anno. Un guadagno che si aggira a poco meno di trentacinquemila euro al giorno, a fronte di spese mensili di circa mezzo milione. È il nostro momento – mio e dei miei colleghi liberi professionisti della didattica museale, a vari gradi di

¹ Egittologo, laureato in Lettere classiche a Torino, dottorato di ricerca in Egittologia all'Università "La Sapienza" di Roma. Dal 2001 è operatore didattico museale al Museo Egizio di Torino. Filologo, è specializzato nei testi funerari, particolarmente nelle stele funebri tarde e nei papiri dell'aldilà, Counselor Filosofico in formazione (I anno) SSCF & ISFiPP

specializzazione –, il lasso di tempo in cui, vivendo pressoché “murati” tra quelle antiche sale, prosciughiamo le nostre energie psicofisiche, per accumulare quasi la metà del fatturato annuale, che ci permette di pagare tasse e contributi Inps, inesorabili a fine luglio e a fine novembre, e soprattutto a superare indenni i mesi estivi, letteralmente “morti” dal punto di vista lavorativo.

Chiusura del museo. Chiusura delle scuole. Sospensione delle attività didattiche. Dramma.

La prima reazione è stata la paura: una morsa alla bocca dello stomaco e sudore freddo alla fronte, con conseguente mal di testa. Un classico per me. Da molto tempo mi rendo conto che la paura è l'emozione primaria a emergere prepotentemente, allorché accade un evento inaspettato o dagli esiti ignoti.

Posso solo ringraziare gli ultimi anni di lavoro interiore, di meditazione, di analisi bioenergetica e di confronto, che mi hanno permesso di gestirla in un tempo relativamente breve. Non ho pianto: purtroppo non sono riuscito a farlo. La tristezza è l'emozione sulla quale esercito ancora un eccessivo controllo: l'ultima volta che ho pianto, spontaneamente, singhiozzando libero, è stato il 18 febbraio del 2019. Ho addirittura segnato la data, perché è stata la prima volta in cui ho versato delle lacrime dal 2014; ci sono, però, riuscito solo dopo due anni di terapia bioenergetica. Prima del 2014, i miei pianti non si contano neppure sulle dita di una sola mano, a esclusione delle lacrime di bambino o ragazzino. Ad ogni modo, l'impatto è stato molto forte e la mia prima settimana si è alternata tra nervosismo, ansia e almeno uno sbotto di rabbia. Il mio pensiero fisso era, ovviamente, il lavoro o, meglio, la sua mancanza.

La meditazione ha certamente giovato e progressivamente ha portato i suoi frutti: è stato confortante percepire il suo effetto benefico su di me e, mentalmente, ho più volte ringraziato Ron Young, il maestro americano che me l'ha insegnata durante quell'ormai lontano corso di guarigione spirituale, che ho seguito nel 2015 a Trento.

La lettura e il confronto con amici e colleghi hanno fatto poi il resto: con la calma è giunta la progressiva accettazione della situazione e la volontà di trasformare la forzata inattività lavorativa nell'opportunità di portare avanti alcuni progetti “in cantiere”, che ancora non avevo avuto il tempo di concretizzare.

Desidero tuttavia essere chiaro su una cosa, e cioè il fatto di aver usato specificamente il termine “accettazione”: accetto ma non approvo per nulla la decisione governativa di porre in arresti domiciliari la popolazione, causando il

collasso dell'economia del paese, con metodo improvvisato e raffazzonato. E il dilagare della paura, sciaguratamente alimentata dai media, ufficiali e non, e dal proliferare delle cosiddette “fake news”, è cosa deplorabile e controproducente. Sono certo del fatto che uccida di più la paura che il virus.

In questi due mesi ho avuto solo un piccolo cedimento, verso l'inizio della quarta settimana di “quarantena” – uso il virgolettato, poiché il vocabolo implica l'isolamento (e l'osservazione) di coloro che sono ritenuti portatori di un qualche agente infettivo, non di un'intera popolazione, con sani e malati egualmente reclusi; senza dubbio, è più opportuno parlare di “arresti domiciliari” –, a causa della prolungata mancanza di contatto umano.

Vivo solo e la mia famiglia si trova in un altro comune, e i vicini di casa e gli amici nella mia stessa città li vedo molto poco e a debita distanza. Mi sono ritrovato a sperimentare addirittura un momento di cruccio, per il fatto di non avere un animale domestico – un gatto, naturalmente –, che certamente avrebbe attenuato il senso di solitudine. Il dispiacere è stato poi aggravato dalla mancata partecipazione in prima persona alle lezioni del master: durante il secondo incontro noi compagni di classe abbiamo avuto modo di “sciogliere il ghiaccio”, andando a mangiare insieme e a stringere rapporti di simpatia e amicizia, che avremmo desiderato coltivare e rafforzare durante i successivi incontri; e così pure l'interruzione del rapporto diretto con i docenti, sebbene inevitabilmente più formale, è stata fonte di grande rammarico. Non nego che sia stato per me una situazione molto triste il fatto di limitarmi a scambiare messaggi via chat o a seguire lezioni online.

È stato, pertanto, sorprendente scoprire quanto mi mancasse – e manchi tuttora – il contatto umano. Quando ero molto piccolo, in effetti, ero un bambino molto fisico, affettuoso, estroverso e, devo ammettere, alquanto vivace, ma col passare del tempo e, soprattutto, da quando ho imparato a leggere, mi sono sempre più distaccato dal mondo circostante, per immergermi in quelli, meravigliosi, che i libri dischiudevano dinanzi a me. Ricordo perfettamente i due aggettivi che la mia maestra delle elementari usò, per descrivermi sulla pagella di fine ciclo: schivo e riservato.

La situazione, poi, è peggiorata tre anni dopo, a seguito della morte di mio padre: da quel momento mi sono totalmente chiuso, metaforicamente “ibernato” in un blocco di ghiaccio, del quale ho fatto molta fatica a liberarmi, e solo negli ultimi anni. Ho riscoperto la gioia del calore umano, dello stare insieme, dell'abbracciarsi, del dirsi “Ti voglio bene” vis-à-vis; insomma, un progressivo ritorno al bimbo del passato. Certo, non sono ancora morbido, fluido e accogliente come vorrei, e so di avere ancora alcune “psico-rigidità”, e tuttavia lo

scambio diretto, fisico, con le persone è diventato per me molto rilevante e arricchente. E, soprattutto, la lettura, che un tempo era stata tutto il mio mondo, ora non basta più. È stata una scoperta dolcesamar.

Videochat, videoriunioni, videoconferenze sono state, e lo sono ancora, soluzioni a tampone a malapena sufficienti, per quanto fondamentali alla mia tenuta emotiva. Addirittura, la produzione onirica è giunta in mio soccorso: ho incontrato nei miei sogni più persone in queste ultime settimane, che nei mesi passati, e le emozioni che mi hanno trasmesso tali incontri sono comunque riverberate positivamente nelle ore successive al risveglio.

Un altro punto di riflessione che ho colto chiaramente è stato quanto fosse imponente la presenza del lavoro nella mia vita. Troppo, oserei dire: il museo, del resto, è aperto anche durante il finesettimana, e dunque trascorro molti sabati e domenica tra mummie e papiri. Normalmente, non ho molto tempo da dedicare a me stesso, dall'attività fisica alla cucina – non sono mai stato uno sportivo e ho sempre preferito coltivare l'intelletto a discapito dei muscoli, mostrandomi manchevole nei confronti della saggia indicazione romana “mens sana in corpore sano”. E così mi sono ritrovato, spronato da amici molto zelanti, a fare ginnastica pressoché tutti i giorni e a sperimentare ricette che, verosimilmente banali ai più, fino ad allora ritenevo inaccessibili, come la pizza, gli gnocchi o le frittelle di mele.

E dunque, a parte la nota malevola dell'assenza di lavoro, che di sottofondo inquina lo scorrere tranquillo delle mie giornate, posso ritenermi cautamente soddisfatto per la totale riappropriazione del mio tempo, dell'autonoma gestione degli orari in cui compiere le attività giornaliere e di tutti i momenti di pausa che desidero concedermi.

Ecco, sono giunto alla parola chiave. *Pausa*. Il momento più puro di ascolto di sé, quell'istante in cui ti rendi conto dell'assordante presente, l'attimo che ti permette di dare il via, costruttivamente, alla mossa successiva per la tua evoluzione. Che mi sono preso, tutto quanto, per prepararmi all'inevitabile incontro con il mio prossimo futuro.

Non desidero aggiungere altro, né scivolare in riflessioni di ordine politico-sociale. Del resto, la lettura, mia fedele compagna, mi sta chiamando e da buon “nerd” so già che trascorrerò la mia serata in qualche mondo fantastico, in compagnia di draghi e stregoni, dove il coronavirus non arriverà mai.

La Scomparsa di Antigone

Mario Cecere¹

Da oltre due mesi in Italia sono stati sospesi diritti fondamentali garantiti dalla Costituzione in nome di una “guerra ad un nemico invisibile”, l'applicazione di misure draconiane di quarantena ha confinato la popolazione nelle proprie case, con divieto assoluto di uscire dal proprio comune e con l'obbligo di motivare ogni spostamento; scuole di ogni ordine e grado, università, luoghi di culto, tribunali, negozi, ristoranti, bar, musei sono chiusi, tra le perplessità di qualche eminente costituzionalista, conferendo alle città un livido fascino crepuscolare.

Da due mesi i media sono come il duplice volto della Gorgone, che ipnotizza e terrorizza, pietrificando davanti allo schermo masse di spettatori in succube attesa del numero dei nuovi contagiati e dei decessi, che cresce di giorno in giorno. L'orrore dei cadaveri trasportati da furgoni militari attraverso città deserte, verso destinazioni ignote, l'abnegazione, questa sì eroica, di tanti medici e personale ospedaliero, la popolazione spaventata e sfuggente, i volti coperti da bende, la fila silenziosa per la spesa nei supermercati, le corsie simili a quelle degli ospedali; le testimonianze raccolte tra le lacrime degli operatori sanitari in prima linea, i racconti degli impiegati delle pompe funebri, l'incessante ripetizione dello slogan “andrà tutto bene”, a reti unificate, sui balconi delle case, dove grappoli di condomini simulano la partecipazione a riti propiziatori virtuali: poco alla volta si è palesata la rappresentazione dell'apocalisse, della morte, della fine di un mondo e di una civiltà.

Questa la rappresentazione mediatica, che ha assecondato un certo gusto catastrofista post-moderno, forse l'intuizione serpeggiante, dietro la patina del benessere illimitato e dell'ottimismo progressista, di un destino imminente sull'Occidente e sul mondo -ora come guerra mondiale, ora come olocausto

¹ Laureato in filosofia presso l'Università di Perugia ha viaggiato per il mondo e dopo alcuni anni di lavoro e studio a Parigi si è trasferito in montagna cercando di coniugare l'amore per la sapienza antica con quello per la Natura e le vette. Counselor Filosofico in formazione (I anno) SSCF & ISFiPP.

nucleare, ora come disastro ecologico, ora come pandemia virale- che mette fine ad una società in crisi permanente, “liquida”, effimera e retta, nel suo movimento storico, dalla logica nichilistica della tecnica, da una vitrea razionalità strumentale che procede a sanificarla dall’obsolescenza umana, modificandone l’ambiente che da materiale diventa sempre più virtuale e costellato di dispositivi che devono consentire la vita ad una nuova specie, inadatta ormai alla sopravvivenza se non in ambienti altamente sofisticati e asettici, uniformati dalla razionalità tecnoscientifica, ambienti lisci e privi di ogni porosità disturbante, su cui possano scivolare senza intoppi masse fluide di dati.

Nulla sarà più come prima?

Questa domanda, che inizia a circolare, forse è solo retorica, e dissimula in realtà una larvale presa di coscienza, come dopo l’11 settembre, quando tutto, effettivamente, non fu più come prima e quando “imparammo a convivere”, anche in quel caso, con un nemico insidioso che riusciva a manipolare sapientemente i codici simbolici della nostra società, scivolata in una guerra che già allora venne combattuta soprattutto attraverso i media, che ne amplificarono rifrazioni e deflagrazioni, ed il risultato fu il “patriot act”, una serie di misure speciali e controverse che rinforzarono considerevolmente i poteri di polizie e servizi di spionaggio per circa un decennio.

Se fosse stato ancora in vita, Jean Baudrillard avrebbe forse potuto aiutarci a meglio identificare le analogie tra quel decennio di “guerra al terrorismo”, una guerra al contempo virtuale e reale ad un nemico sfuggente e misterioso, e questa attuale al presente virus Covid19, con tutte le implicazioni antropologiche e sociali conseguenti.

Anche in quest’ultimo caso, tutto è un fitto mistero: dalla natura del virus- se ‘spontaneo’ o ingegnerizzato in laboratorio- alle modalità della sua diffusione, per cui non hanno mancato di fiorire anche teorie complottistiche sulla base anche di curiose coincidenze ed episodi anomali come ad esempio, si ricorderà, l’esercitazione militare per simulare una possibile minaccia batteriologica denominata “coronavirus” proprio nel settembre dello scorso anno, proprio a Wuhan, un mese prima dei Giochi delle Forze Armate cinesi nella stessa città e a cui parteciparono delegazioni di tutto il mondo: due mesi dopo, nell’ormai famosa città cinese, sarebbe stato registrato il famigerato “paziente zero”.

Ma non si dimenticherà nemmeno la mail spedita il 2 gennaio dall’Istituto di virologia di Wuhan al personale dei suoi dipartimenti in cui viene esplicitamente richiesto di non divulgare i dati sperimentali dei test, e che i risultati e le conclusioni relative a questo virus non siano pubblicati su mezzi di comunicazione autonomi. (Fonte: Tgcom24, 20febbraio 2020)

Tutti questi interrogativi, dubbi e sospetti, ne sono certo, sono destinati a rimanere sospesi, a fluttuare indefinitamente nell'infosfera, insieme ad altre miriadi di dati e frammenti contraddittori o concordanti, a spezzoni di verità ingegnerizzate, alimentando congetture che non troveranno conferme e contribuendo a conferire alla 'narrazione' quel sapore che ormai abbiamo imparato a conoscere, e con cui abbiamo imparato da tempo a convivere, quello della latitanza del vero, dell'equivalenza tra vero e falso, di reale e virtuale, di realtà e simulazione, che sembra essere la cifra della nuova società virtuale in cui siamo entrati.

E da qui la domanda: è necessario ancora distinguere tra verità e menzogna, tra realtà e simulazione? E chi può farlo? La scienza? La filosofia? La politica?

Storicamente è stata la filosofia a sollevare il più potente degli interrogativi, quello che ha determinato il corso di buona parte della storia dell'Occidente, ma oggi essa sembra avervi rinunciato, paga forse di adeguarsi alle mode culturali del tempo, che le garantiscono, se non altro, una remunerata sopravvivenza nelle accademie.

Ma il problema urgente dell'oggi non concerne solo lo statuto della verità ma anche quello dell'etica.

Se le immagini proiettate su tutti gli schermi dei furgoni militari con il loro carico di morte ci hanno profondamente turbato, cosa avrebbero potuto dirci le immagini mai andate in onda dell'atroce sofferenza dei contaminati, accatastati nei reparti di terapia intensiva, privati della vicinanza dei loro cari e morti in totale solitudine, a cui sono stati negati i conforti religiosi, un funerale, una sepoltura, per finire inceneriti? In Occidente, fino a poco tempo fa, per molto meno, avrebbero vibrato le corde della nostra più intima umanità, memori dell'eredità classica e della tragedia greca che fonda, con la sapienza civica di Roma antica, i confini e gli archetipi della nostra civiltà: Antigone, che esercita la pietosa cura del defunto, contravvenendo alle leggi scritte degli uomini per corrispondere a quelle non scritte degli Dei.

Scriva il filosofo Giorgio Agamben sul suo blog Quodlibet: "Com'è potuto avvenire che un intero paese sia senza accorgersene eticamente e politicamente crollato di fronte a una malattia? Le parole che ho usato per formulare questa domanda sono state una per una attentamente valutate. La misura dell'abdicazione ai propri principi etici e politici è, infatti, molto semplice: si tratta di chiedersi qual è il limite oltre il quale non si è disposti a rinunciarvi. Credo che il lettore che si darà la pena di considerare i punti che seguono non potrà non

convenire che – senza accorgersene o fingendo di non accorgersene – la soglia che separa l'umanità dalla barbarie è stata oltrepassata. Il primo punto, forse il più grave, concerne i corpi delle persone morte. Come abbiamo potuto accettare, soltanto in nome di un rischio che non era possibile precisare, che le persone che ci sono care e degli esseri umani in generale non soltanto morissero da soli, ma che – cosa che non era mai avvenuta prima nella storia, da Antigone a oggi – che i loro cadaveri fossero bruciati senza un funerale?

2) Abbiamo poi accettato senza farci troppi problemi, soltanto in nome di un rischio che non era possibile precisare, di limitare in misura che non era mai avvenuta prima nella storia del paese, nemmeno durante le due guerre mondiali (il coprifuoco durante la guerra era limitato a certe ore) la nostra libertà di movimento. Abbiamo conseguentemente accettato, soltanto in nome di un rischio che non era possibile precisare, di sospendere di fatto i nostri rapporti di amicizia e di amore, perché il nostro prossimo era diventato una possibile fonte di contagio.

3) Questo è potuto avvenire – e qui si tocca la radice del fenomeno – perché abbiamo scisso l'unità della nostra esperienza vitale, che è sempre inseparabilmente insieme corporea e spirituale, in una entità puramente biologica da una parte e in una vita affettiva e culturale dall'altra. Ivan Illich ha mostrato, e David Cayley l'ha qui ricordato di recente, le responsabilità della medicina moderna in questa scissione, che viene data per scontata e che è invece la più grande delle astrazioni. So bene che questa astrazione è stata realizzata dalla scienza moderna attraverso i dispositivi di rianimazione, che possono mantenere un corpo in uno stato di pura vita vegetativa.

Ma se questa condizione si estende al di là dei confini spaziali e temporali che le sono propri, come si sta cercando oggi di fare, e diventa una sorta di principio di comportamento sociale, si cade in contraddizioni da cui non vi è via di uscita.” (Giorgio Agamben, Una domanda, Quodlibet, 13 aprile 2020)

Se il distanziamento sociale dovesse finire col divenire la nuova norma su cui costruire la società di domani, questa tenderebbe probabilmente ad assumere i tratti di una società post-umana, una società di bolle virtuali, di monadi binarie in cui la nuda vita del bios, campo di applicazione di una scienza astratta, costituirebbe il mero supporto biologico della bolla virtuale delle attività solipsistiche neurocerebrali potenziate dalle applicazioni della tecnologia. Dal punto di vista del soggetto umano come lo conosciamo da Platone ad oggi ciò determinerebbe il ritirarsi della sua intenzionalità dal mondo, un ripiegarsi su di sé, da soggetto ad oggetto.

Per dirla con Galimberti: *“Un mondo inospitale, che non si lascia abitare, non sopprime l’esistenza, ma la costringe alla corda, la lascia esistere nelle forme dell’apprensione, dell’ansietà, della malattia.”*

Riflessioni sul Coronavirus

Anna Ceoloni¹

Personalmente in questo periodo sto soffrendo la difficoltà a progettare il futuro. L'incertezza su quando (e se) si tornerà ai tempi pre-crisi sembra rendere inutili gran parte degli obiettivi: quelli che normalmente scandiscono e danno un senso al proprio percorso di vita. In questi giorni in cui quasi tutte le attività sono sospese, anche il tempo sembra essere in pausa. Molti dei piani già in atto sono stati interrotti, altri vanno rivisti e, in più, sappiamo di non poterne fare di nuovi per il futuro. Penso che la sfida sia quella di porsi comunque dei traguardi, anche quotidiani, che siano sufficientemente appaganti per investire dell'impegno. Ma non è facile, considerando anche le limitazioni che riguardano la nostra libertà.

Credo che una delle cause di questa "*apatia*" sia l'impoverimento delle nostre esperienze. Chiusi in casa non possiamo vivere la varietà di stimoli sensoriali, emotivi, intellettuali che prima caratterizzavano la nostra vita quotidiana. Sono elementi che eravamo liberi di cercare ma che potevano anche di "capitarci" casualmente. Piacevoli o sgradevoli che fossero, credo rappresentassero un'importante risorsa per la vita emotiva. Mi sembra che questo periodo ci privi della possibilità di vivere emozioni e che senza di queste venga meno anche la capacità di reagire. Oggi le nostre giornate si sono schiacciate necessariamente su una routine in cui lo scorrere delle ore sta perdendo di significato. Non abbiamo molte occasioni per porre obiettivi, per impegnarci, per rischiare, per trarre soddisfazione o delusione da qualcosa.

Le nuove tecnologie ci permettono in molti casi di lavorare e di mantenere i contatti con amici e parenti, ma non credo possano sostituire quella varietà di esperienze che la vita "là fuori" è in grado di offrire. Tutte queste considerazioni non valgono per chi vive in prima linea questa emergenza, come gli operatori sanitari. Al contrario di chi è costretto a casa, la loro vita penso sia diventata

¹ Counselor Filosofico in formazione (I anno) SSCF & ISFiPP, laureata in filosofia all'Università di Torino, collabora per un giornale locale.

estremamente piena: in questo momento sono chiamati a dare forse più di quanto non possano, sia sul piano fisico che su quello emotivo. A emergenza finita credo saranno tra le categorie che avranno più bisogno di supporto per ritornare alla normale quotidianità.

Un altro elemento che mi ha colpito è il *valore* acquisito dalla comunità.

Mi riferisco in particolare a un aspetto: la motivazione con cui i governi di quasi tutto il mondo hanno deciso di imporre l'isolamento domestico. Alle persone che non rischiano danni seri da Coronavirus (cioè i cittadini in salute e non troppo in là con gli anni) è stato detto di rimanere a casa: non tanto per evitare che contraessero il virus (di per sé un fatto non preoccupante) ma piuttosto per non contagiare gli individui più vulnerabili. Ora, questa pandemia è stata paragonata alle guerre mondiali: spesso i mezzi di comunicazione usano questa metafora. Secondo me c'è però una differenza: ai tempi del conflitto le persone puntavano a salvare loro stesse, ma non erano tenute a proteggersi per aiutare gli altri. Oggi invece ci troviamo nella situazione un po' paradossale di essere obbligati a tutelare gli altri, come in una sorta di solidarietà imposta. A mio dire potrebbe essere uno spunto di riflessione sul legame, positivo o meno, che lega le nostre esistenze.

Ultimo tema che vorrei citare è il rapporto con la morte.

Tramite un mio parente ho conosciuto la storia di una donna anziana morta a causa del virus. Viveva sola in casa e a parte qualche acciacco conduceva una vita normale, quando a seguito del contagio è stata ricoverata ed è morta nel giro di pochi giorni. Il figlio non si capacitava dell'accaduto: non tanto per la perdita in sé quanto per il fatto di non aver mai potuto vedere sua mamma, né in ospedale né dopo la sua morte. L'ultima volta che l'aveva incontrata era in salute, due settimane dopo ha accompagnato la bara nella breve cerimonia di tumulazione. Credo che questo periodo sia uno dei pochi nella storia dell'uomo in cui non vengano celebrati riti funebri. Da sempre il commiato dai defunti è l'occasione per rielaborare il lutto, condividere il dolore con altre persone, esperire la loro vicinanza anche fisicamente. Non so se le cerimonie che potranno essere celebrate al termine dell'emergenza potranno colmare questi vuoti. Sicuramente per chi ha subito un lutto sarà importante ritrovare uno scambio e un contatto per esprimere ciò che, al momento, è costretto a tenere dentro di sé.

Riflettere durante il Coronavirus e l'isolamento sociale: sarà l'inizio di un cambiamento?

Debora Fariseo¹

I fiori, che nascono e crescono nel mio giardino, si stanno aprendo al sole primaverile: sembrano felici. Hanno anticipato la loro fioritura a causa delle mutate condizioni metereologiche e climatiche. Il giardino però è sempre lo stesso anche se a me sembra così diverso. Perché? Che cosa sta succedendo, sono forse divenuta improvvisamente più sensibile? Mi sono sempre piaciuti e amo la natura, a cui sento di appartenere, in tutte le sue manifestazioni esteriori. Però oggi appare tutto così diverso. Perché?

Non devo correre al lavoro, uscire in auto, andare ad un appuntamento. È come se il mondo si fosse fermato per lasciarmi il tempo di guardarmi intorno. Scopro l'importanza del cellulare che mi consente di tessere conversazioni con parenti, amici, persone non dimenticate ma allontanate a causa del frenetico correre che ci impone la vita di oggi. Posso dedicarmi alla lettura del mio libro acquistato tempo fa e riposto in attesa del "momento giusto".

Eccomi oggi sono questa persona, disposta ad obbedire alle imposizioni che lo Stato ci propina per uscire dall'emergenza sanitaria che stiamo vivendo il prima possibile e nel modo migliore.

Il Coronavirus ci obbliga a rispettare la Natura, ad osservare certe regole comportamentali ma ci consente, tuttavia, di riappropriarci della nostra interiorità e non solo, di leggere le varie sfaccettature della vita rimaste inevase per tante ragioni, ma delle quali, forse, la più importante è il vivere in una società che ha dimenticato certi valori, emozioni, carezze di un vivere in armonia con il vicino,

¹ Counselor Filosofico in formazione (I anno) SSCF & ISFiPP, laureata in Lingue e Letterature Straniere presso l'Università degli Studi di Pavia.

il piacere della musica, la pittura, la bellezza della vita e perfino il piacere del silenzio.

Bisogna cogliere questo momento come un regalo, anziché viverlo con disperazione: anche questo fa parte della vita, come le sconfitte e le vittorie.

La nostra vita è stata modificata, il nostro quotidiano ha preso una nuova forma e una consistenza anomala. E' svanita la sicurezza a cui eravamo abituati; sono state congelate le nostre abitudini.

Pianificare è diventato difficile: non si può programmare un fine settimana a lungo termine, una vacanza, una cena. Per la prima volta non abbiamo modo di guardare al futuro. Per la prima volta ci rendiamo conto che non tutto è nelle nostre mani, che non siamo poi così invincibili come credevamo. E' bastato un esserino microscopico per fare cadere tutte le nostre sicurezze e farci sentire così vulnerabili e fragili.

La vita non è un percorso lineare lungo il quale possiamo procedere liberamente, come ci piaceva credere. E' invece un cammino fatto di curve, soste, indietreggiamenti, accelerate, rallentamenti, deviazioni e ostacoli. Stare a casa ci ha obbligato a fermarci, a riflettere su ciò che facciamo, su ciò che è importante e su ciò che lo è meno o non lo è affatto. Possiamo usare questo tempo per analizzare la nostra vita, fare la classifica di ciò che è utile, essenziale, nocivo e controproducente per noi e la nostra salute psicofisica.

Queste settimane diventano così un mezzo attraverso il quale possiamo consapevolmente ristrutturare la nostra vita e cercare di capire cosa è importante e cosa è superfluo.

Attraverso la "consapevolezza", il vivere consapevole, possiamo iniziare il nostro nuovo percorso più armonioso ed equilibrato.

Sì perché tutto molto spesso si proietta al futuro, lo si pianifica senza pensare a vivere il presente. Ora invece che il futuro è incerto, per alcuni aspetti sia a livello economico che sociale, bisogna imparare a vivere il presente perché questo è la nostra unica certezza.

Dobbiamo fermarci a riflettere. Il cambiamento è ovunque in natura, nelle stagioni ad esempio. Nulla è statico ma tutto è in movimento. Il cambiamento è ciò che noi rifiutiamo perché è ciò che ci fa uscire dagli schemi, che ci priva della sicurezza. Il nostro corpo e la nostra mente amano le abitudini perché rassicurano e non ci obbligano ad osservare. Tutto è comodo.

Se ci soffermiamo a pensare vediamo che in natura il cambiamento è l'unica costante: il cambiamento aiuta la natura a evolvere e crescere, a modificare ciò che non va a favore di una situazione più vantaggiosa.

Allo stesso modo questo periodo deve essere vissuto come un'opportunità per capire ciò che non va, per modificare e procedere a un taglio di ciò che ci disturba di più a favore di scelte più idonee al nostro essere.

La nostra vita non è una fotografia ma un fluire continuo e noi siamo come nuvole che si spostano trasportate dal vento e assumono forme diverse.

Questo periodo di crisi deve quindi portarci a “rompere gli schemi” per permetterci di uscire, ove possibile, dalle forzature imposte dalla società o dalla nostra mente per seguire il nostro percorso e consapevolmente realizzare noi stessi.

Infatti non possiamo pensare mai di essere sempre e per sempre le stesse persone: le esperienze ci cambiano e le esperienze stesse, quelle che viviamo sono, a loro volta, sempre diverse. Così, è come se esistesse un continuo presente che paradossalmente non è mai lo stesso. Eppure, è di questo presente, cattivo o benevolo, che dobbiamo fare tesoro, ne cogliamo l'attimo, godiamo dei frutti subitanei della conoscenza, che, rinnovatasi, ci aiuterà in altri contesti.

Dobbiamo traslarci verso una realtà non puramente individuale, come per esempio le scoperte scientifiche in generale, a tutti gli studi che si stanno conducendo in questi giorni in merito al Coronavirus al fine di contrastarlo. Anch'esso evolve, evolverà, ma darà a noi una nuova consapevolezza ed intenzionalità, come singoli e come comunità.

In un momento come questo gioca a nostro favore la filosofia: “non si può discendere due volte nel medesimo fiume e non si può toccare due volte una sostanza mortale nel medesimo stato, ma a causa dell'impetuosità e della velocità del mutamento essa si disperde e si raccoglie, viene e va”.

L'espressione greca *PANTA RHEI*, che significa letteralmente «tutto scorre», esprime un concetto molto bello seppur complesso, quello del divenire, del mutamento continuo. E' proprio in questi giorni, quando tutto sembra avere ricevuto una brusca battuta d'arresto, il riaffiorare di queste antiche parole ci può aiutare a riflettere: prendere consapevolezza del fatto che gli eventi evolveranno e ci porteranno risultati anche positivi, come per esempio l'aver imparato a conoscere meglio una parte di noi, tenuta nascosta fino ad oggi, che emerge timida e spaurita, per poi mutare, diventare altro, reinventarsi.

In queste settimane di paura e angosce credo quindi che il “motto” di Eraclito possa essere assunto come una frase di buon auspicio affinché la tensione che attraversa noi tutti si allenti presto e che, mentre ognuno di noi si impegna a fare la sua parte restando a casa, si fermi il contagio. In realtà però è un’espressione che ci aiuta a sviscerare il coraggio e la forza per far fronte alla quotidianità stravolta dall’emergenza sanitaria portata dal Coronavirus.

Eraclito faceva propria l’idea profondamente metafisica, secondo la quale l’essere è fluire, è processo. Era certo che il mondo fosse in perenne trasformazione, un susseguirsi di dissolversi e risolversi con ritmo incessante, con moto infaticabile. La realtà appariva ad Eraclito in continuo divenire, in continua metamorfosi.

Tutto muta e passa da uno stato all’altro e il perpetuo fluire e trasformarsi della natura è il carattere distintivo della vita. Noi dobbiamo prendere spunto dalla natura e fare nostro il flusso perenne che ci pervade per affrontare questo periodo nel modo più proficuo e positivo possibile.

Di questo periodo dobbiamo cogliere l’armonia nascosta, e ineffabile, nel rinnovarsi a ogni istante dell’esperienza, di ogni esperienza, mai uguale a se stessa. È il messaggio fondamentale del *panta rhei* — tutto scorre —. Ed è questo che dobbiamo fare in questo momento di incertezza sociale.

Intanto che possiamo, cerchiamo di rendere il problema meno doloroso, quando è possibile, tanto noi non possiamo porvi rimedio. Credo che si debba imparare a guardarsi nello specchio della quotidianità, un *carpe diem* quotidiano per diventare migliori, cambiati quel tanto che basta per aprire di nuovo la porta alla libertà, quando sarà il momento: dobbiamo imparare che, come non è possibile ingabbiare la natura in sistemi e schemi, così anche noi dobbiamo cercare di vivere la nostra vita come un continuo cambiamento. Dobbiamo vivere il presente: non proiettarci al futuro e nemmeno vivere nel passato. Il presente è la nostra unica certezza. *Hic et nunc*. Qui e ora. Teniamolo a mente e facciamone tesoro.

Riflessioni ai tempi del Corona Virus

Sebastiano Favazzo¹

Gli avvenimenti degli ultimi mesi hanno fatto sì che emergessero degli aspetti peculiari della nostra esistenza che molti di noi consideravano indissolubilmente legati a ciò che ritenevamo essere la stessa essenza delle cose, salvo poi rivelarsi meri inquadramenti inerenti alla nostra particolare visione di mondo.

Personalmente, i pensieri che più intensamente si son fatti strada nella mia mente, reiterandosi nei contorti sentieri del monologo interiore, si possono collegare al tempo, all'utilità del "numero" e alla società odierna.

Il tempo

Per i greci dell'età classica il tempo era concepito come un'unità ciclica, compiuta in sé, in virtù della quale ogni giorno era diverso dal successivo e dal precedente: una visione sicuramente figlia di quella periodicità stagionale su cui gli antichi elleni edificarono una corposa mitologia e che agli occhi di noi neofiti cittadini del mondo può risultare per certi aspetti quantomeno romantica, nella misura in cui esorta anche i più poveri di spirito all'intraprendenza e li situa nell'incertezza di ciò che la giornata potrà loro riservare.

L'avvento dell'idea di vita terrena come opportunità di redenzione da un peccato originale di cui siamo portatori (concetto subdolamente traslato all'odierno campo finanziario-speculativo, in cui chiunque nasce è titolare di una parte di debito pubblico²), cambiò radicalmente l'idea di tempo e il nostro

¹ Specialista Pianificazione e Analisi, Laureato in Storia, amante delle discipline umanistiche, sono un grande appassionato di esistenzialismo e psicanalisi lacaniana. Considero la Filosofia la mia ancora di salvezza. Counselor Filosofico in formazione (I anno) SSCF & ISFiPP

² Non è la sede opportuna per alimentare diatribe sulla presunta inconsistenza della valenza stessa del concetto di "debito pubblico", tuttavia, in una azzardata visione molto personale, l'equivalenza debito pubblico/peccato originale risuona in modo molto potente.

percepirlo. Si affermò una visione cristiano-scientifica della temporalità (elegantemente illustrata da Umberto Galimberti in alcuni dei suoi saggi) che strutturò “passato-presente-futuro” secondo un paradigma nuovo, “peccato-redenzione-terra promessa” e che più in là divenne “errore-esperimento-progresso”.

L'uomo si protese verso il futuro ed iniziò dapprima a camminare, prendendo le distanze dai peccaminosi natali del genere umano; successivamente, pensò di dover iniziare a correre per distanziarsi sempre più da un vorace passato che era già diventato presente, dimensione di smarrimento e solitudine; lanciato in questa corsa, a mala pena si accorse che la tecnica, che adesso si chiamava tecnologia, stava con insistenza ambendo all'assoluto, tirando con arroganza dalle vesti del Dio Cristiano affinché questi si facesse da parte.

Essa, forte di una insita dinamica di autopotenziamento, bocciò tutti i riferimenti morali, etici, civili e religiosi che interferirono in qualsivoglia modo col suo dirompente accrescimento e divenne il nuovo dio. Del vecchio Dio cristiano mantenne le seguenti caratteristiche: assoluto, poiché gode di un'autoreferenzialità che esclude il contraddittorio; onnisciente, perché è in possesso di tutte le risposte; onnipotente, poiché può modificare a suo piacimento il mondo fisico; onnipresente, in quanto disponibile 24 ore su 24 e reperibile per chiunque. Inoltre dispensava conoscenza, felicità e conforto qui e ora: il tutto gratuitamente, scacciando di tal modo lo spauracchio del martirio sacrificale. O almeno così si crede(va).

E così il nostro tempo divenne la quotidianità che oggi conosciamo: l'immagine per taluni tanto cara della nonna che, recitando Ave Maria senza sosta, sgrana il Rosario alla finestra viene ben presto soppiantata dal business man in costante collegamento telefonico: sul tram, in metro o addirittura in bagno, posseduto da quella contemporanea frenesia che si mostra ostile all'oscillare indisturbato del pendolo di un orologio. Sono due icone sintomatiche della trasfigurazione di Dio, da Dio Cristiano a Dio Progresso: epicentri di sistemi totalizzanti che vanno alimentati, pena un ostracizzante esilio. In quest'ottica, il vecchio ateo assume i connotati dell'odierno “antisistema”: paradossi viventi che nuotano in un mare di cui loro stessi confutano l'esistenza.

Gli occidentali (e gli occidentalizzati) vivono il tempo settimanalmente. Siamo così abituati a percepirlo sotto questa forma che non ci sovviene nessun altro modo possibile di intenderlo. Il fine settimana è un'idea che genera in noi sensazione di sollievo e di auspicato riposo. In passato (e nei luoghi in cui è stato possibile mantenere vive le tradizioni familiari) la domenica era giornata conviviale, fatta di sorrisi, abbracci e affetti. Oggi è la giornata da sfruttare al

massimo, vuoi in termini di relax assoluto, vuoi come “gitarella” fuori porta, nel disperato tentativo di ritardare l'avvento del minaccevole lunedì: visitare, fotografare, mangiare, bere... fare il pieno, in preda ad una voracità bulimica che tenta di riempire dei silenzi che da tanto tempo abbiamo smesso di ascoltare. Nemmeno un minuto del week-end deve essere sprecato: la parola d'ordine è efficientare³. Assistiamo, in altri termini, a un'oggettivazione del tempo, cadenzato dall' implacabile ticchettio della lancetta dei minuti, dimenticando il significato intrinseco che lo stesso può rivelare. Chi di noi ricorda cosa stesse facendo giorno X a tal ora nell'anno XXXX? Sicuramente nessuno. Ma chiunque, tra noi, ricorda probabilmente il primo giorno di scuola, il primo dente da latte nascosto sotto il cuscino, la prima bicicletta,...

Per dirlo in altri termini, è l'attribuzione di senso a segnare il tempo e non viceversa. Ed è la temporalità a ricordarci che la lotta per l'autenticità, la decisione vitale per antonomasia, insomma, la sfida sul *come* affrontare l'esistenza è già stata lanciata e non è possibile sottrarvisi.

Il numero

Vediamo l'intensificarsi di un fenomeno che si era palesato in passato in ambito economico-finanziario: “La soggettivazione del numero”. Quotidianamente, molti di noi (taluni in maniera compulsiva) consultano nelle edizioni digitali online dei vari quotidiani, il numero dei contagi, il numero dei morti e il numero dei guariti da Covid-19. I più audaci si lanciano nell'impresa di collegare i dati e farli rivivere in infinite matrioske di variabili, affinché tutto torni, con il fine di dimostrare, a se stessi, che tutto è oggettivamente quantificabile e quindi gestibile, che basta applicare le corrette formule e le adeguate misure e il mondo, ciò che abbiamo deciso essere mondo, si plasmerà a nostro volere.

La variazione in positivo o in negativo di ciascuna di queste misurazioni suscita in noi un sentimento di sgomento o di speranza, a seconda dell'inflessione dell'iperbole. La variazione di quel numero porterà il rappresentante politico di turno a prendere una decisione piuttosto che un'altra; il cambiamento della costante convincerà o meno le Istituzioni Europee ad adottare misure per tentare di frenare l'avanzata di un imminente disastro finanziario. Da “soggettivo” (nella misura in cui sono io a decidere *perché* “numerare”), il numero diventa “soggetto” e

³ Che non a caso vuole essere un verbo e non un semplice sostantivo, quasi a sottendere l'insistenza dell'azione, che finisce per collassare su se stessa.

assume quasi le fattezze di un'entità che funge il ruolo di fonte normativa e decisionale.

Detto in altri termini, le nostre vite dipendono dalla mera oscillazione di quei numeri

Cos'è in questo caso il "numero"? E' la misurazione di un *quid* misurabile.

Dunque, misurare qualcosa presuppone che la cosa, l'oggetto di misurazione, sia in primo luogo un oggetto ed in secondo luogo "misurabile". Non possiamo misurare l'amore, la disperazione, la paura... possiamo percepirne l'intensità, ma percepire e misurare sono azioni che appartengono a due sfere nettamente distinte. Possiamo invece calcolare 5 litri d'acqua, ad esempio, proprio perché abbiamo deciso a priori che un litro sarà tante volte quante l'acqua colmerà un contenitore tarato senza versare dallo stesso una sola goccia. Se l'acqua raggiungerà o meno quella misura, non costituisce di per sé nulla di buono né di cattivo; può essere semmai utile (nel senso più pragmatico del termine) a noi, l'essere umano, il vero soggetto. E' un po' come l'architetto che si avvale di computi metrici per progettare un edificio: il fatto che moltiplicare base per altezza dia come risultato la superficie di un rettangolo è un valore "neutro", nella misura in cui sarà l'architetto in questione a dare la giusta rilevanza a tale calcolo, saprà lui quanto cruciale possa essere nel suo computo e ai fini del progetto...e sarà anche in grado di elaborare altre soluzioni tecniche qualora una di quelle usate non si allinei con l'idea del progetto che lui ha in mente.

Il numero è oggettivo nella misura in cui "non è soggetto": credo che questo sia il passaggio che si tende a disattendere. Quando parliamo di oggettività ci stiamo solo riferendo a una prospettiva, a uno dei tanti approcci al mondo: per comprenderlo è necessario sottrarsi a questa manichea battaglia campale che contrappone l'osservato all'osservatore, il soggetto all'oggetto e Dio all'uomo e allargare la propria visione delle cose al di là dell'esperibile a cui ci condannano i nostri a priori, azzardando ipotizzare un nuovo limite. Oggettività non significa né verità né realtà. Ciò che vediamo o misuriamo, non è di per sé né vero né certo, è semplicemente "visto" o "misurato": che poi sia possibile combinarlo con la nostra peculiare esperienza di mondo, è innegabile. Ma bisogna tener ben presente che si tratta di due fasi distinte.

La società odierna

Proviamo a traslare questo meccanismo assolutizzante alla tecnologia e al mondo consumistico: basta un semplice sguardo su Amazon per capire come la tecnologia non sia più solo uno strumento, ma sia diventato il vero e proprio soggetto (Dio), quasi avesse una volontà intrinseca. Avere l'ultimo modello di smartphone non corrisponde semplicemente a "servirsi" di un prodotto tecnologico: avere o non avere quel dato oggetto segna una netta divisione tra chi ce l'ha e chi no, tra chi sarà figo per il fatto di averlo (o non lo sarà perché non se lo può permettere) e chi sarà ancora più figo per il fatto di non volerlo acquistare. Acquistare o non acquistare diventa l'unica scelta possibile: la persona, che fino a poco tempo addietro coincideva in toto con il cristiano, ne abbandona i panni per vestirsi da consumatore.

Come nel caso della religione cristiana (e delle altre grandi religioni monoteiste che condividono la stessa matrice) per cui esiste il bene ed il male e le nostre azioni ci sospingono verso una o l'altra direzione, nel caso del Capitalismo, è lui stesso a riproporre uno schema dell'esistenza apparentemente duale: il mondo si divide tra consumatori e non consumatori. Chi non clicca, visualizza, pubblica o condivide, viene automaticamente tagliato fuori dalla fitta rete globale dell'esistenza.

Non viene messa in discussione la bontà/malvagità di tale sistema, ne viene semplicemente sottolineato l'aspetto totalitario (non a caso si è parlato recentemente di fascismo finanziario): da civiltà cristiana siamo passati ad essere una civiltà consumistica: qual è la novità? Al Cristianesimo riuscì, nonostante le resistenze, di imporsi su tutta l'Europa e parte delle Americhe (e non solo), ma non divenne un cristianesimo globale: non riuscì, per esempio, a consolidarsi in regioni in cui la vita religiosa trascendeva il sacro e veniva integrata nella quotidianità sotto forma di pratiche e rituali sino ad influenzare settori vivi della società come la scienza o la legge. L'azzardo di questa smisurata impresa di evangelizzazione non intacca l'aspetto spirituale di questa religione, nella misura in cui, oggi, il Cristianesimo è sicuramente la più brillante tra le religioni monoteiste nello sposare l'elemento dell'unicità e absolutezza del proprio Dio con la tolleranza verso gli altri culti: è il paradosso atavico che si risolve nel politically correct del "sei anche tu figlio di Dio, ma rispetto che tu creda altro". Ed in realtà, questo apparente nonsense altro non fa altro che riaffermare l'aspetto fortemente irrazionale della religione, che, lungi dall'essere sottoposta a disanima da parte della ragione, non obbedisce al principio di non contraddizione proprio perché non abita la dimensione terrena ma sacra, entrambe sfere il cui collegamento

dovrebbe essere sempre e comunque garantito e al contempo vigilato (con buona pace di tutti quei detrattori uomini di scienza che, per assurdo, si rivelano essere più cristiani dei cattolici stessi). Il Capitalismo invece, ormai, non solo si è esteso ovunque, ma è anche riuscito a cancellare dalla mappa dell'esistenza quei territori reconditi del nostro pianeta non interessati in quanto non (ancora) "sfruttabili". Esiste solo ciò che è asservito/asservibile al sistema. Il resto non è che non serva... proprio non esiste. Si passa dal "Penso quindi Esisto" al "Servo quindi Esisto": basti pensare a quanto sdegno suscita in noi l'idea di un individuo che non lavori, non studi e non si prodighi in nessuna attività produttiva per carpire la potenza pervasiva con cui questa idea ha travolto il nostro corredo intellettuale radicandosi, oserei dire, quasi a livello genetico.

Ogni uomo non deve semplicemente contribuire, deve volere contribuire, nella misura in cui volontà perde l'accezione volitiva e si tramuta in *funzione*. L'individuo è oggettivato, al pari dello spazio e del tempo: nel momento in cui una di queste variabili non si presta al gioco capitalista, cessa di esistere: questo probabilmente è il grande traguardo del Capitalismo.

Ciò è stato mio oggetto di riflessione in questo lungo periodo di quarantena

Prima di congedarmi, un ultimo ragionamento sulle domande e sulle provocazioni che spesso mi sento rivolgere da amici e colleghi, in relazione alle considerazioni che ho appena esposto. Si possono riassumere tutte nella seguente frase: "Cosa posso fare io? Non riuscirei di certo a cambiare il mondo" (come se esteriorizzare i miei pensieri equivallesse a sfidare un non ben identificato nemico o come se il pensiero stesso dovesse rispondere anch'esso a delle logiche utilitaristiche che ne validerebbero o meno la ragion d'essere).

In questa frase credo che si nascondano alcuni spunti di approfondimento molto utili. Come sempre accade, il problema sta nella formulazione della domanda. Basterebbe intanto riformulare il "cosa posso fare". Semmai sarebbe utile chieder(si) "cosa *voglio* fare": e già questa conversione della domanda darebbe adito ad intime introspezioni.

Il posso rilancia un'idea positivista di mondo, uguale e definito per tutti, retto da un principio logico-causale per cui ad azione corrisponde reazione. Una visione che tra l'altro va a nozze con il sistema economico imperante e che rimanda ad una

codarda/rassicurante delega/assoluzione in virtù della quale troppe e troppo complesse sono le leve che regolano il funzionamento del mondo fisico affinché un singolo uomo possa pensare di aver margine d'azione. Formulando la domanda in tal senso, continuiamo ad essere imprigionati all'interno della dimensione naturalistica di mondo.

Il volere invece, a mio avviso, intacca la sfera dell'intenzionalità, del desiderio, che poi è ciò che muove l'individuo a formulare la propria visione (in)completa di mondo. Se consideriamo il mondo una realtà ontologica inafferrabile, va da sé che l'unico terreno su cui è possibile agire è la visione di mondo che ognuno di noi matura: in tal caso allora ha più senso concentrarsi su ciò che vogliamo, su come vogliamo agire e non su quello che si possa o non si possa fare.

Se riuscissimo anche solo a scalfire i capisaldi di quelle che riteniamo essere le nostre certezze, magari potremmo pensare a nuovi modi di affrontare l'esistenza. In fin dei conti, citando una celebre frase: *“Non vediamo le cose come sono, ma come siamo”*.

Ritorno a se stessi come opportunità

Rebecca Impellizzieri¹

La situazione in cui ci ha catapultati, in modo abbastanza improvviso, l'insorgere della pandemia legata al Covid-19, ci ha posto di fronte a problematiche esistenziali piuttosto inedite.

Per quanto mi riguarda, inizialmente si è trattato di un cambiamento vissuto per alcuni aspetti in modo positivo: non avevo il problema dell'isolamento, essendo a casa con la mia famiglia, non ho avuto quello più pratico e potenzialmente molto impattante della perdita o riduzione del lavoro. Al contrario, la possibilità di usufruire dello smart working mi ha inizialmente regalato una nuova condizione di autonomia nella gestione del mio tempo. In questa prima fase mi sono ritrovata a riflettere su qualcosa su cui già mi ero interrogata recentemente: quanto ancora la vita che ormai 10 anni fa ho scelto per me stessa mi corrisponde? Ho avuto la conferma che dedicarmi a un lavoro a tempo pieno fuori casa, all'interno di un'azienda, perseguire con ambizione un ruolo di sempre maggiore responsabilità all'interno dell'azienda stessa, coltivare quotidianamente le relazioni con i colleghi, non sono più i miei obiettivi prioritari, anzi. Lavorare da casa mi ha permesso di trascorrere più tempo con mio figlio, vivere in modo più autentico le relazioni, avere una maggiore libertà di scegliere come coltivare il mio tempo, dedicando a ciò che davvero mi interessa leggere, ascoltare, su cui ho voglia di riflettere, le ore in cui sono fresca e riposata e non i ritagli della giornata carichi di stanchezza.

Credo che per molti questa pandemia abbia portato alla caduta di “veli di Maja”, aprendo nuove riflessioni esistenziali: tra questi chi, come me, ha avuto la conferma o magari per la prima volta l'intuizione del fatto che qualcosa nella propria vita debba essere ripensato, perché in questo tempo “bloccato” si è sentito più se stesso di quanto non lo fosse in una precedente routine fatta di mille gesti quotidiani privi di un significato profondo. In una lettera pubblicata il 21/03 da «Repubblica», lo scrittore israeliano David Grossman riflette proprio sull'impatto rivoluzionario che questa forzata “*pausa di riflessione*” potrebbe avere sulle relazioni

¹ Counselor Filosofico in formazione (I anno) SSCF & ISFiPP, laureata in Filosofia morale, attualmente lavora nel campo dell'editoria.

e l'esistenza delle persone: «Quando l'epidemia finirà, non è da escludere che ci sia chi non vorrà tornare alla sua vita precedente. Chi, potendo, lascerà un posto di lavoro che per anni lo ha soffocato e oppresso. Chi deciderà di abbandonare la famiglia, di dire addio al coniuge o al partner. Di mettere al mondo un figlio o di non volere figli. Di fare coming out. Ci sarà chi comincerà a credere in Dio e chi smetterà di credere in lui». E ancora: «Ci sarà chi, per la prima volta, si interrogherà sulle scelte fatte, sulle rinunce, sui compromessi. Sugli amori che non ha osato amare. Sulla vita che non ha osato vivere. Uomini e donne si chiederanno perché sprecano l'esistenza in relazioni che provocano loro amarezza».

Per questi uomini e queste donne, l'epidemia e il conseguente *ritorno a se stessi*, alla propria sfera di relazioni più autentiche, rappresenterà sicuramente un'occasione di ripensare la propria vita o di consolidare la strada già intrapresa in questo senso.

C'è però un'altra faccia dell'epidemia, che nel mio caso si è manifestata solo in un secondo momento e con il procedere dei giorni; nella mia mente hanno iniziato a insinuarsi dei pensieri molto negativi, accompagnati da sensazioni di disagio e straniamento che ho identificato principalmente come: senso di prigionia e assenza di libertà.

L'assenza di libertà si è fatta sentire in modo molto intenso il giorno in cui, in seguito a un litigio avvenuto in casa, ho realizzato a un livello più emotivo e profondo il fatto che, se anche avessi fortemente voluto uscire e andarmene, non avrei potuto. Fino ad allora mi ero come negata questa realtà, immersa com'ero nel mio tempo ritrovato. Ma in quel momento le sbarre si sono fatte sentire all'improvviso, molto forti. In quella vita stavo bene, ma non avrei potuto sceglierne una diversa, neanche per un'ora o per un giorno. Concentrarmi sull'assenza di una reale possibilità di scelta mi provocava una sensazione quasi fisica di panico. Ho cercato allora aiuto nella filosofia e ho riscoperto e sentito molto affine il pensiero del filosofo stoico Epitteto. Come Epitteto, anche io mi trovavo in una situazione in qualche modo di "schiavitù": non poter uscire, non poter vedere altre persone, essere imprigionata in casa erano, rispetto alle mie abitudini precedenti, una forma molto forte di riduzione delle libertà. Cosa potevo controllare rispetto a questa situazione? Solo una cosa, ossia la mia mente. Più forte era la mancanza di controllo su quello che accadeva esternamente e sul mio corpo, ossia sulla libertà del mio corpo di spostarsi/essere altrove, tanto maggiore poteva diventare il controllo della mia mente. La mente è il luogo di libertà che nessuno mai e in nessun tempo potrà sottrarci. La lettura di Epitteto è stata una sorta di biblioterapia. Innanzitutto nel *Manuale* il filosofo ci esorta a operare una

distinzione tra ciò che dipende da noi e ciò che, invece, non dipende da noi. Nel nostro caso appunto, ciò che non dipende da noi è la possibilità di uscire, mentre dipende da noi il come sentirci dentro le mura di casa: dobbiamo per forza viverle come una gabbia, come una costrizione? Non necessariamente. Non dipende da noi la situazione attuale, ed è dunque una strada vana e dolorosa il cercare di controllarla; in questo caso mi sembrava una riflessione che ben si applicava a un contesto di calamità e di contingenza inevitabile. Devo precisare infatti che in questa situazione personalmente non mi sentivo vittima delle scelte arbitrarie di uno Stato autoritario, ma protetta da misure che lo Stato non poteva non intraprendere e applicare per tutelare la salute dei suoi cittadini. La privazione delle libertà personali di tutti in questo specifico contesto si configurava, dal mio punto di vista, come l'unico modo per garantire diritti fondamentali quali quello alla sopravvivenza o a essere curati in ospedali non collassati per le troppe terapie intensive.

Ecco, a fronte di una situazione di privazione delle libertà come “male necessario” poco si poteva fare per cambiare la situazione, e anzi non era neppure consigliato. Se però non sempre è controllabile ciò che accade, lo è sempre il modo in cui viverlo. Lì c'è tutto il potere dell'essere umano. Questo passaggio del *Manuale* [5] mi è parso in quest'ottica particolarmente illuminante: «Ciò che turba gli uomini non sono le cose, ma i giudizi che essi formulano sulle cose. Per esempio, la morte non ha nulla di temibile, altrimenti sarebbe sembrata tale anche a Socrate. Ma è il giudizio che noi formuliamo sulla morte, cioè che essa è temibile, ad essere temibile nella morte. Pertanto quando incontriamo delle difficoltà e siamo turbati o tristi, non attribuiamo la responsabilità ad altri, ma a noi stessi, cioè ai nostri giudizi: è proprio di chi non è ancora stato educato attribuire agli altri la responsabilità dei suoi mali; è proprio di chi è all'inizio della propria educazione attribuirne la responsabilità a sé stesso; è proprio di chi ha completato la propria educazione non attribuirne la responsabilità né ad altri né a se stesso».

Questo nel nostro caso non vuol dire naturalmente ignorare la realtà o catapultarsi in un mondo parallelo estraneandosene, attraverso uno sforzo della mente che non sarebbe né sano né accettabile. Significa piuttosto accettare la realtà, concentrandosi su ciò che in essa si può fare: dentro le mura di casa, siamo liberi; con la mente, possiamo evadere; la pandemia è in atto, ma stiamo bene. Ho provato a sostituire al pensiero negativo e ricorrente dell'impossibilità di uscire quello presente della realtà intorno a me: la mia casa, i miei famigliari in salute. Questo voleva dire anche concentrarsi sul presente invece che su un futuro minaccioso o sospeso.

Credo che, in un periodo come questo, chi ha pratica di meditazione si sia trovato enormemente avvantaggiato: ho rimpianto di non aver mai trovato il tempo di dedicarmi a questa pratica, cosa che sicuramente farò una volta uscita dalla quarantena. La tendenza generale a riempirsi la giornata di attività mi è sembrata al contrario un modo per anestetizzarsi, un rifiuto di “cambiare passo”, di rallentare, in un momento in cui si era chiamati a farlo. Per quanto mi riguarda, la semplice consapevolezza di poter controllare la mia mente, il concentrarmi sul mio mondo interiore piuttosto che su quello esterno, accettando le emozioni che provavo ma evitando che producessero e alimentassero immagini negative e catastrofiche, mi ha aiutato a ritrovare equilibrio interiore in una fase in cui mi sentivo in balia degli eventi, o per meglio dire “in trappola”.

Ad oggi vivo bene la quarantena dal punto di vista mentale e cerco di convivere con l'incertezza che ci riserva il futuro, anche limitando i pensieri in questo senso. Mi è servito anche scegliere di dedicare solo un'ora al giorno all'informazione sulla situazione, per essere preparata e allineata, ma non continuamente bersagliata da notizie ansiogene: anche questa era una cosa che potevo controllare, l'effetto delle informazioni su di me, e ho cercato di farlo.

COVID 19

Valentina Motola¹

Sono arrivata a 39 anni essendo un'inguaribile sognatrice; ascolto molto gli altri, parlo tantissimo e ho sempre ottimi consigli per tutti, tranne che per me, naturalmente. Ho passato gran parte della vita a fare progetti, poi li ho ridotti al minimo, tanto non è mai andato nulla come progettato... Magari è andato tutto meglio, ma nel dubbio cerco di vivere un po' più alla giornata e spensierata. Come si dice: "Chi vuol esser lieto sia..."

Ho iniziato e abbandonato questo articolo più volte perché ogni volta mi sembrava di analizzare il problema da un punto di vista errato. Sono giunta alla conclusione che non ci siano punti di vista giusti o sbagliati, ma solo molteplici punti di vista.

Sono passati quasi due mesi da quando hanno messo in stand by le nostre vite, due mesi dai balli sul balcone pieni di speranza, due mesi da quel modo tutto italiano di socializzare dalle finestre pur di cercare e trasmettere speranza e allegria. Oggi non è più così, tutta il brio delle prime settimane si è spento lasciando per le strade e dentro di noi un silenzio quasi opprimente.

La prima volta che sono uscita a fare la spesa - un mese fa ormai - avevo la mascherina che mi impediva una normale visione, si spostava sempre, non riuscivo a respirare dal caldo e mi sono sentita come se non fossi in grado di fare la spesa. Non sapevo in quale scansia fossi, non sapevo se prendere un pacco di fagioli o prenderne dieci, avevo solo l'ansia di fare in fretta e di toccare tutto il meno possibile. E' stata l'esperienza surreale che abbiamo conosciuto tante volte nei film post apocalittici e viverla è stato davvero particolare.

Le prime settimane le ho prese come un dono, lavoro in un negozio anche tutti i week end, faccio turni sempre diversi e, a volte, il mio giorno libero cade dopo undici o dodici giorni dal precedente lasciandomi stremata. Ho deciso di sfruttare questo tempo a mio favore e di fare tutte quelle cose che non avrei potuto fare

¹ Counselor Filosofico in formazione (I anno) SSCF & ISFiPP, Laureata in Lettere e Filosofia

prima, ma mi sono accorta che per molte persone si trattava di fare qualcosa per “impegnare il tempo”, per non annoiarsi. Ma come? E tutte le cose che avremmo voluto fare prima? Tutti quei libri lasciati sullo scaffale, tutti quei film non visti, tutte quelle torte non fatte? Mi sono messa a riflettere per cercare di capire cosa stesse succedendo e sono giunta alla conclusione che il problema non sia il tempo in sé, ma l’averne avuto improvvisamente troppo! Se chiedessimo a un malato terminale quale desiderio vorrebbe realizzare, quasi certamente chiederebbe più tempo per vivere, per stare con chi ama... Certo, noi abbiamo avuto molto tempo e nessun modo per dividerlo, ma trovo quasi paradossale che ci si sia impegnati più a non annoiarsi che a fare qualcosa di produttivo per se stessi.

Forse il troppo tempo non lo sappiamo gestire, ci ritroviamo con noi stessi per 24 h al giorno e non sappiamo cosa dirci, non ci conosciamo.

Nella quotidianità siamo assaliti dalle cose da fare; ci manca il tempo, corriamo da una parte all’altra della città e rimandiamo il caffè con l’amica perché siamo stanchi, perché il tempo stringe o perché sappiamo che possiamo riprogrammarlo per la settimana successiva.

Cerchiamo tutti i giorni il modo di ritagliare dei minuti preziosi per noi e adesso che abbiamo tutto il tempo del mondo ci annoiamo e facciamo di tutto per far passare in fretta le nostre giornate.

Perché? Perché stiamo temendo la cosa che finora abbiamo più ricercato? Forse la verità è che siamo sempre insoddisfatti, sempre in cerca di altro, sempre in cerca di qualcosa di diverso, una via di uscita dalla nostra routine e quello che mi fa riflettere di più è che questo confinamento anziché farci ritrovare un rapporto con noi stessi, con le persone che siamo, con le nostre emozioni e con gli altri, sta esasperando noi e i nostri rapporti. Non siamo in grado di trovare un equilibrio nell’immediato, ci serve tempo; questo ancora di più mostra la nostra vulnerabilità e quanto le nostre giornate frenetiche, le corse contro il tempo e la quotidiana frustrazione siano per noi necessarie, quasi fosse un punto fermo il nostro essere in balia della routine. Quanto vorremmo averlo preso quel caffè, quanto vorremmo aver saputo che quel giorno “a domani” non avrebbe significato niente. Forse abbiamo sempre dato tutto per scontato, abbiamo fatto quello che non avremmo dovuto fare, quello che tanti filosofi redarguiscono... Abbiamo vissuto ieri, ci siamo preoccupati per il domani e abbiamo messo da parte il presente dandolo per scontato. Spero che tutti abbiamo imparato che quel caffè avremmo dovuto prenderlo e che la visita alla nonna che ci ha sempre annoiati, forse avremmo dovuto farla.

Ognuno ha reagito in maniera diversa a questa situazione straordinaria, ma ognuno ne uscirà cambiato; se in meglio o in peggio non saprei dirlo, certamente questa situazione ha creato delle persone diverse. Lo Stato ha messo a disposizione degli specialisti on line per aiutarci a vivere questa parentesi, per gestire le nostre paure e ansie e per aiutarci a capire cosa fare dopo. Moltissime situazioni sono tragiche, il lavoro di quasi tutti è stato fermato da un giorno all'altro mettendo molte famiglie nella situazione di non poter fare la spesa, molte persone hanno avuto dei lutti senza poterli vivere o elaborare perchè questo virus ha sconvolto le nostre vite e le nostre morti senza chiederci se fossimo pronti e no, non lo siamo stati. Tutto questo avrà delle conseguenze: quella che fino a poche settimane fa era la normalità, ci farà paura e non ci sentiremo più sicuri nel viverla. Sicuramente aumenteranno i pazienti in terapia, in cerca di risposte o in cerca di una strada per ricominciare.

Incredibile come tutti noi dovremo fare i conti con incertezze che fino a due mesi fa non avevamo e con paure che mai avremmo pensato di avere. Siamo tutti potenziali clienti di Marinoff perché tutti ci troviamo in un momento in cui tutto quello che avevamo ci è stato tolto senza preavviso e tutti noi dobbiamo gestire spesso soli- ansia, stress, noia, annichilimento, agorafobia, insicurezza e paura del cambiamento.

Un Counselor Filosofico sarebbe un ottimo amico in un momento in cui abbiamo tante emozioni dentro che non sappiamo gestire, emozioni che andrebbero sicuramente esaminate, capite e accettate prima che escano divorandoci. La società di oggi ci spinge alla fretta e in qualche modo tende ad omologarci e costringendoci ad avere sempre una parvenza di forza; le emozioni sono viste, a volte, come debolezze da nascondere e questo spingere sempre più in profondità quello che proviamo ha fatto sì che ne perdessimo il contatto. Siamo in un turbinio di sentimenti che non riconosciamo, che non sappiamo gestire in una situazione che ci impone di doverlo fare e lo fa all'estremo. Non siamo annoiati, siamo annoiatissimi, non siamo tristi, siamo tristissimi, non siamo in apprensione per il futuro, siamo in ansia.

Questo virus ha modificato le nostre vite e chi ha voluto trarre il buono lo ha fatto, ma sicuramente ci ha mostrato senza troppi giri di parole la nostra fragilità. La natura in poche settimane ha ripreso il suo spazio, paperotti girano indisturbati per le strade mentre noi siamo a casa a riflettere su quanto siamo fragili, su quanto siamo ingiusti verso l'unico mondo che abbiamo, su quanto questo virus abbia colpito noi e non il resto della natura. Sicuramente piano piano torneremo alla nostra solita vita, ci rialzeremo cambiati, ma in qualche modo anche sempre uguali

e tutto questo diventerà ben presto un lontano ricordo. La natura è fatta così, va avanti, va sempre avanti e segue il suo corso che si sia pronti o meno e in questo caso non esiterà a lasciarci indietro. Le cose capitano, I virus capitano, sta a noi cogliere il buono o il cattivo, la scelta e il peso da dare a ciò che accade stanno nelle nostre reazioni.

Se fossi già un Counselor Filosofico probabilmente direi questo ai miei clienti, direi di trovare un angolino tranquillo, mettersi in pace con loro stessi con gli esercizi che preferiscono, ascoltarsi e lasciarsi andare, sentire quello che li attraversa e vivere le emozioni che sentono senza paura, solo con la certezza che tutto andrà al meglio in un modo o nell'altro perchè il cambiamento e l'evoluzione sono compresi nella nostra natura.

Riflessione in quarantena: piovosa ironia d'aprile

Andrea Portigliatti Barbos¹

Sottofondo: rumore di pioggia, sorella (e professoressa e compagni) nella stanza accanto in video-lezione, Genesis – Supper's Ready².

Riassunto spunti: corpo/mente, macchina, rete, rituali.

Scrivo queste poche righe, che riceveranno una revisione e possibili aggiunte il 30 aprile, mentre fuori piove, a metà tra un libro e l'altro per una tesi che leggeranno al più quattro persone.

Il robot tagliaerba – lo chiamiamo Tino, il vicino lo chiama Pluto – avanza imperterrito anche sotto lo scrosciare che da ore ricorda ai miei concittadini di non uscire. Ma Tino non respira, non si ammala, al massimo si bagna, e finché i suoi sensori non rilevano una certa umidità, lui parte e lavora le sue sei ore, per poi ricevere vitto e alloggio. Le sue prospettive di carriera sono legate al posizionamento nel giardino anteriore o posteriore, ma gode di circa 3 mesi di vacanza nel periodo invernale. Con la velocità con cui l'erba cresce in questo periodo di alternanza tra pioggia e sole, sono grato che se ne occupi Tino.

È uno strumento che sostituisce il mio corpo, salvandomi dalla pioggia. Nello stesso modo, il tagliaerba tradizionale mi protegge dal dover recidere ogni singolo

¹ Classe 1996, residenza a Giaveno (TO), laureato in Filosofia con la tesi "Fenomenologia del Videogioco", laureando in Filosofia Teorica presso l'Università degli Studi di Torino, Counselor Filosofico in formazione (I anno) SSCF & ISFiPP.

² Genesis – Supper's Ready, <https://www.youtube.com/watch?v=e4HfFwVy-ho>

filo d'erba con le cesoie. E queste dal doverlo strappare con i guanti. Quest'ultimi, infine, dall'usare le mani nude.

La civilizzazione nel suo slancio verso il progresso (sia esso considerato positivamente o negativamente) punta a liberare sempre più l'uomo "civilizzato" dai bisogni del corpo e dal bisogno del corpo attraverso l'uso di appropriati strumenti. Rispetto ad anche solo un secolo fa, la tecnologia ha avuto una spinta esponenziale sulla quasi totalità degli ambiti, portandoci a ridefinire sempre più i concetti associati a quei campi. Quello che la fantascienza già sognava, la trasmissione delle menti, sembra ormai raggiungibile. Il progresso, si può dire, è il manifestarsi dello Spirito in quanto Geist, spirito, fantasma. Fantasma nella macchina che è il corpo.

Uno sguardo alla cultura greca ci rivela che il corpo non aveva importanza minore di mente e spirito. La ginnastica era una parte fondamentale dell'educazione dei giovani e della persona nella sua interezza, secondo l'ideale di *kalòs kai agathòs*, cui si unisce l'intellettualismo etico socratico (se si conosce davvero il bene, non si può volere il male). Già nei greci, tuttavia, era presente una distinzione che si sarebbe andata sempre più incrinando: il corpo è soggetto delle passioni, è passivo; la mente, al contrario, può controllare le passioni, è attiva, e di conseguenza, la mente controlla il corpo, e la mente virtuosa non si lascia controllare dai bisogni del corpo. Fantasma nella macchina.

Cartesio scinde totalmente corpo e spirito/mente. Il corpo non è altro che un involucro in cui / con cui la mente opera sul mondo esterno, che in ogni caso rischia di essere parzialmente o completamente falso, e dunque soltanto una conoscenza può essere salvata, penso dunque sono. Sono in quanto pensiero, in quanto mente. Non in quanto corpo. Fantasma nella macchina.

Il nostro corpo non ci consente di volare, né di esplorare gli abissi o spingerci fuori dal pianeta. La mente, al contrario, dopo aver usato i suoi strumenti iniziali, i suoi organi e articolazioni, ne crea altri, capaci di svolgere compiti inauditi per la mera carne. Ed ecco che la mente pian piano non necessita più del corpo per esplorare i suoi desideri (che sono nobili, a differenza di quelli del corpo, sensuali, inferiori), ma sfrutta questi artefatti per i suoi scopi, per spingere il limite sempre più lontano. Fantasma nella macchina.

La quarantena ci ha spinto ancora di più verso questa direzione. Il distanziamento sociale, l'allontanarsi fisico dagli altri, ha richiesto di sopprimere in toto la corporeità. In un'epoca come il ventunesimo secolo, lo sperimentiamo con frequenza, ma mai lo abbiamo fatto con tale continuità. Non ne siamo ancora pronti.

Tino l'assassino, l'altro nomignolo che, più che altro, ci serve per sospiare ogniqualvolta si blocca su di una buca lasciata da una talpa. Il crimine peggiore di Tino è stato spappolare una lumaca che per sbaglio aveva incrociato il suo cammino a spirale. Avesse preso una talpa avrebbe ricevuto una medaglia al valore; in questo caso, solo una lavata di lama. Per il resto, non esce mai dal giardino. Lavora da casa, è l'epitomo dello smart-working, con le sue sei ore al giorno, l'assistenza sanitaria e le ferie invernali. Fantasma nella macchina.

Non va a protestare in strada. Internet, o meglio, i social sono potenzialmente portatori di una democrazia quasi assoluta: consentono a chiunque abbia una connessione al web di poter esprimere la sua opinione e commentare l'opinione altrui, talora persino proteggendo l'identità reale con una falsa. Con lo schermo in mezzo, non c'è velo a ciò che si può dire, fare, essere. Interpretare il proprio pensiero, interpretare il proprio agire, interpretare un altro personaggio. Palcoscenico e piazza sono mischiati, e spesso domina la voce più forte. Perché anche la rete fa rimbalzare l'eco di alcune frasi, positive, neutrali o negative che siano, purché la gente le condivida. Un corpo condiviso si spezza, perde pezzi. La mente priva di corpo che viaggia per la rete può moltiplicarsi, caricarsi e scaricarsi nelle menti altrui, in tutto il mondo. Fantasma nella macchina.

Così le piazze delle città restano semi-deserte. Si nota di più quando un gruppo – anche piccolo – va a protestare la sua reclusione, senza mascherine né guanti, sbraitando a pochi centimetri o pollici di distanza. Libertà da, sogno americano. Non siamo privi dei nostri furbastri anche in Europa.

Il nemico (è una strana guerra, ma la propaganda c'è sempre) è stato chiamato scaltro, pur non avendo nemmeno un cervello. Un essere che è a metà tra il vivente e il non vivente, una capsula di proteine con un nucleo genetico che, come ogni creatura del mondo, punta a riprodurre i suoi geni. “Muore” per riprodursi, perché deve iniettare il suo codice genetico in quello di una cellula e riprodursi tramite essa. Un parassita. Una serie di informazioni dal corpo multiforme. Un algoritmo

capace di influenzare la realtà, di resistere e contagiare chiunque, in tutto il mondo. Fantasma nella macchina.

Con lo spazio della rete siamo senza spazio dove far stare il corpo. Stupido corpo che si ammala. Se fossimo soltanto una serie di informazioni in una capsula non rimpiangeremmo gli spazi aperti. Saremmo liberi nel cyberspazio. Fantasma nella macchina.

Tino si è bloccato, grazie al cielo ho una scusa per andare fuori, fuori dalla macchina. Metto in pausa i Genesis, non si sa mai.

Sembro più uno zombie che un fantasma in una macchina, ultimamente. Ma questo è tipico degli universitari. Esami posticipati, lezioni saltate, dispense che sostituiscono il contatto con il professore. L'università è migliore rispetto ad una pura formazione autodidatta soltanto per il confronto diretto con gli insegnanti, per la possibilità di usare strumenti e apparecchiature troppo costose se non inottenibili da un privato cittadino, e per la registrazione degli esami. Non è poco, ma due terzi delle sue peculiarità sono stati spazzati via dal nemico. E del terzo non eravamo nemmeno certi in tempo di pace.

Tempo, anche il tempo è alterato. C'è chi ne approfitta per lavorare quando gli fa comodo, c'è chi lavora senza sosta perché la routine è stata abbattuta dalla staticità dello smart-working. I contatti sono ridotti, i rituali annientati.

Senza i rituali appropriati, anche gli dei muoiono e il mondo collassa. Per questo Tino è una benedizione, per chi non ha un cane. Ha smesso di piovere, forse il quattro si esce. Maggio di maieutica?

“Pensare a” è “un prendere in considerazione ciò che ci riguarda”¹

Chiara Rossetti²

La crisi è sempre stata il luogo privilegiato dei filosofi da cui sono sorti pensieri propri e personali è bello poter pensare di poter essere tutti un po' filosofi.

In un momento in cui il quotidiano è sospeso, per ognuno di noi arriva la possibilità di tornare a pensare, il pensiero irrompe proprio quando tutte le categorie in cui avevamo incasellato il nostro mondo cedono e non possono più offrirci le sicurezze richieste.

Il pensiero di oggi è un pensiero diverso per il luogo da cui sgorga, per il tempo di cui si appropria e per gli oggetti a cui vuole rivolgersi.

Abbiamo visto arrivare la pandemia senza crederci veramente: sono un'insegnante, ma anche il vicesindaco di una località turistica, sono figlia, moglie, madre e sono un io, ognuno di questi ruoli mi ha portato ad osservare il vivere l'avvicinarsi del lockdown in modo diverso: un' inaspettata e piacevole sospensione delle attività didattiche, una stazione sciistica occupata da migliaia di persone che allungavano spensieratamente le loro vacanze, la totale inconsapevolezza di quanto stava accadendo di una malata di Alzheimer, il prendere coscienza che ci si sarebbe potuti trovare in prima linea, la spasmodica ricerca di informazione e notizie attendibili e la paura dell'ignoto.

Poi di colpo la notizia che le previsioni erano divenute realtà e che tutto veniva fermato per proiettarsi in una direzione nuova ed ignota.

¹ M. Heidegger

² Sono nata a Torino nel 1968, ma, a parte gli anni dell'Università, sono sempre vissuta a Bardonecchia. Sono laureata in Filosofia, con un corso di laurea, vecchio ordinamento, in Filosofia morale e, poi qualche anno fa ho conseguito una laurea magistrale in Scienze Religiose. Il mio attuale lavoro è l'insegnante di religione. Da qualche anno faccio parte dell'Amministrazione comunale: sono Vicesindaco e Assessore alla cultura. Counselor Filosofico in formazione (I anno) SSCF & ISFiPP.

L'unica certezza era l'abitare la propria casa, divenuta porto sicuro ed accogliente.

Io, personalmente, ho ridisegnato il mio modo di concepire spazio e tempo; mi sono riappropriata degli spazi di casa mia e dell'organizzazione del tempo della giornata.

L'inatteso è divenuto opportunità di riscoperta, di riflessioni su me stessa nello spazio in cui sono "costretta" a vivere e di ripensamento di tutto ciò che davo per scontato.

I primi giorni ho deciso di dedicarmi alle pulizie ... ho sempre immaginato la casa come uno specchio di noi stessi e il prendermene cura, come già in tempi normali, mi ha aiutato a cacciare i pensieri su cui normalmente rimuginavo e a creare nella mente uno spazio per affrontare il presente e il futuro.

Aiutata nuovamente da Heidegger, che afferma che non sappiamo abitare davvero perché ci sentiamo senza radici, ho deciso che questo fosse il momento di imparare a vivere davvero la mia casa e quindi la mia vita.

Ho cercato di creare una ritualità, varia e ricca, nel prendermi cura degli spazi affinché li sentissi sempre in armonia con me.

La mia preoccupazione era quella di cadere nel torpore e nella routine, avere l'agenda e quindi la giornata, dettata e scandita dai mille appuntamenti che dovevo per forza affrontare, ma che da dietro uno schermo, permettono tutta una serie di escamotage, per infrangere la realtà, allora ho sempre "giocato" al come se fossi in presenza e al come se intorno a me non ci fossero solo immagini, ma persone.

Anche quelle mattine in cui il lasciare l'abbigliamento comodo e informale mi pesava, dietro alla porta della stanza, risentivo il professore di Storia e Filosofia del liceo che ci raccontava le pagine di "Se Questo è un uomo" in cui Steinlauf insegnava a Levi il dovere di restare vivi, lavandosi, vestendosi e camminando diritti, non perché lo imponga la disciplina, ma per dignità.

Ovviamente è ben lontana da me l'idea di paragonare le due situazioni, ma soltanto indicare l'importanza che ha il prendersi cura di sé, che originariamente era proprio "l'arte di vivere", ovvero capire quali sono i propri valori e che cosa si desidera veramente.

Ho cercato di sfruttare questi giorni per dedicarmi agli "esercizi spirituali", suggeriti da Pierre Hadot, pratiche che ho fatto diventare, pressoché, quotidiane per conservare la giusta disposizione mentale e morale o per ritrovarla.

Gli esercizi spirituali permettono di affrontare ogni aspetto della vita quotidiana, perché la riflessione è costantemente calata nell'attività pratica, si può rivolgere a noi ma anche agli altri.

A questo proposito un aspetto che ho cercato di curare è quello della solidarietà, che oggi si manifesta, ironia della sorte, non nel tendere una mano, ma nel ricorrere ad altri stratagemmi: una telefonata, un messaggio o un post, una solidarietà, anche virtuale, insomma.

In qualità di assessore alla cultura del mio paese ho pensato di creare sulla Pagina dell'Amministrazione una rubrica, chiamata "la finestra" che ha lo scopo di stimolare la vicinanza solidale, tratto fondante della nostra comunità, anche virtualmente.

Grazie all'adesione di molti ogni giorno incontriamo persone diverse di cui poter assaporare consigli, parole, immagini, ricette e riflessioni e con cui poter chiacchierare.

Ogni domenica apriamo "LA FINESTRA SPIRITUALE": uno spazio curato dal nostro Parroco.

Il lunedì tocca alla " FINESTRA DELLA TRADIZIONE" : per tener vive e far conoscere le nostre usanze, peculiarità e caratteristiche.

Il martedì è la volta della " FINESTRA DELL'ANIMA" vedi a cura della nostra Psicologa.

Il mercoledì ci dedichiamo alla gola con la "FINESTRA DELLA CUCINA"

Il giovedì è il turno della "FINESTRA POETICA" a cura della Poetessa del Paese.

La "FINESTRA ARTISTICA" si spalanca il venerdì giorno in cui si mettono in mostra attraverso le foto tutti i lavori manuali più diversi prodotti dagli abitanti durante la settimana-

LA FINESTRA SUL VILLAGGIO del sabato è riservata alle riflessioni dei nostri Villeggianti, costretti alla lontananza.

Ovviamente questo non sostituisce i rapporti umani, ma porta molti a continuare a sentirsi comunità viva.

Le mie riflessioni, spesso, sono rivolte ad un sentimento di gratitudine per quello che ho, per dove vivo, per il lavoro che svolgo, che sebbene con un impegno diverso e non sempre leggero, mi ha permesso di non avere problemi economici, ma l'indole e l'impegno politico mi spingono, spesso, a rivolgere il pensiero, a chi questa quarantena, non ha potuto viverla come me.

Immagino gli stati d'animo delle famiglie e delle persone che si sono trovati a stretto contatto con la malattia, la sofferenza di chi non ha potuto stare vicino ai propri cari e le preoccupazioni di non riuscire ad affrontare il futuro e penso spesso allo slogan circolato un po' ovunque: "Andrà tutto bene". Certo come invocazione alla Speranza, anche come Credente, mi piace molto, ma a volte temo sia usato un po' come un mantra che consente di nascondere il problema e di vederlo come cosa di altri. D'altro canto l'esperienza mi ha dimostrato che la solidarietà non è solo virtuale, ma che l'epidemia ha rivelato che siamo un popolo pronto al volontariato. Questa convinzione spinge molti a pensare che forse il Covid ci insegnerà a diventare tutti più buoni. Chissà ...

Per ora quello che io ho notato è che siamo stati tutti separati gli uni dagli altri e che la mancanza di contatti e di rapporti ha rafforzato virtualmente l'unità, ma che il virus ha, anche, portato tanta diffidenza nei confronti degli altri; il guardare l'altro con sospetto, il timore che possa essere un portatore, temo ci allontanerà, ancora, per molto e ci sarà molto da lavorare anche per ristabilire un rapporto di fiducia tra cittadini, tra scienza e paziente, tra la coscienza e l'informazione.

La mia esperienza di abitante di una località a vocazione turistica mi ha fatto molto riflettere sul comportamento riservato ai non residenti: la caccia a chi- fino a poco prima osannato perché fonte di sostentamento-in un attimo diveniva possibile untore.

Mi interrogo spesso su come sarà la normalità e quale sarà la normalità: tutto sarà come prima o nulla sarà più come prima?

A parte gli sviluppi sociali ed economici che dovranno adeguarsi a nuove realtà, come saranno i rapporti umani, avvenuti per mesi tramite schermi e telefoni? hanno subito sicuramente una trasformazione ci siamo abituati a parlare con un'immagine e non con un corpo, un'anima e una mente, spingendoci, magari anche, a non misurare le parole, incuranti del sentimento dell'altro perché irreali.

Anche la didattica a distanza, che ha salvato l'anno scolastico, ha consentito la trasmissione di contenuti ma non quel rapporto umano che io credo indispensabile: una delle mie preoccupazioni maggiori è stata quella di trovare canali per mantenere i legami anche a livello umano con i miei allievi.

Tornando alle strategie da me adottate, per vivere proficuamente questa quarantena, ho cercato di riprendere relazioni autentiche, anche in ambito familiare e di rimetterle al centro della mia vita; ricucire il rapporto con mia figlia e cercare di colmare l'abisso che si era aperto tra di noi è diventata una priorità, l'avvicinarmi a lei, pur da lontano, mi procura un sentimento di serenità e di positiva attesa del momento in cui la fisicità sarà il giudice delle mie aspettative.

Lo sguardo dell'altro che permette di guardarci dentro, suggerito da Levinas, l'ho cercato spesso in quello della mia mamma ammalata di Alzheimer; purtroppo questo sguardo mi ha riflesso una me che non mi piace per niente e su cui mi impongo di lavorare, ma purtroppo i sentimenti predominanti sono ancora quelli della rabbia, della frustrazione, della vergogna e della non accettazione di una persona diventata estranea.

Il vivere questo periodo di clausura mi ha permesso di dedicarmi ad attività che mi piacciono tanto ma che era molto tempo che non potevo svolgere: la pittura, la cucina, il giardinaggio ed il bricolage in generale. La realizzazione di qualcosa di bello fa pensare alla concretizzazione di un'attività spirituale che prima era solo dentro di noi e poi diviene un oggetto di cui godere per sempre o almeno momentaneamente: una mano interpreta lo spirito e diventa prosecuzione del pensiero.

Nelle attività poietiche, che tanto mi hanno aiutato, un accenno vorrei fare anche alla scrittura a mano che oltre ad essere un piacevole esercizio estetico è l'unico mezzo che mi permette di comprendere ed esplicitare le emozioni che sto vivendo.

Un piccolo accenno vorrei rivolgerlo anche alla ricerca, che ho cercato di perseguire, dell'informazione corretta: l'invito che mi sono rivolta è quindi quello di esercitare il diritto di accettare o rifiutare le notizie, facendo delle scelte oculate che andassero ad alimentare la parte "costruttiva" del cervello e non quella "distruttiva".

Le informazioni che ho cercato sono state quelle che avrebbero potuto aiutarmi, come cittadina e come persona, a comprendere ciò che sta accadendo e quindi a mettere in atto tutte le misure precauzionali, fisiche e psicologiche, determinanti, per supportare le istituzioni nel difficile compito che si trovano ad affrontare e a tutela della mia e della altrui qualità di vita.

Avviandomi alla conclusione di questo lavoro alcuni pensieri vanno anche alle motivazioni per cui ho voluto essere molto ligia alle indicazioni governative, uscendo davvero solo per reali e comprovati stati di necessità:

- ho sempre pensato che chi ricopre un determinato ruolo debba essere un esempio ed ho voluto esserlo per mio figlio, per i miei alunni e per i miei concittadini. Si può fare quello che viene richiesto senza sentirsi manipolati soprattutto se la posta in gioco può essere la vita degli altri.
- ho difeso e sperimentato il concetto di libertà personale inteso come "libera di essere libera da me" quando la libertà ha a che fare con la mia

volontà. Tante volte si pensa di essere liberi soltanto nel momento in cui si riesce a fare quello che veramente si vuole, una situazione come questa invece ti fa riflettere su come si possa essere liberi nel momento in cui si è in grado di accettare le regole senza cadere in una sorta di depressione o di voglia di evadere ad ogni costo, ma trasformando le norme in mezzi per raggiungere una libertà più grande che non lede ma anzi favorisce quella degli altri.

- sono stata abituata alle regole, la costrizione non l'ho sentita come una mancanza di libertà ma come l'opportunità di esser "*faber*" del mio tempo, per vivere al meglio il presente e proiettarmi con speranza al futuro.
- ho voluto accettare, quello che ora non posso cambiare, senza sentirmi impotente ma con la certezza che un disegno, che adesso mi può anche sfuggire, si comporrà nel modo migliore come un puzzle, che pian piano prende forma, grazie anche al mio contributo e dove migliore non sempre è ciò che avremmo voluto ma è ciò che ci porta ad essere quell'io unico e irripetibile che veramente siamo.

L'altro lato del covid-19

Lidia Soverini¹

Questo strano momento lo immagino impresso sui libri di storia come lo sconvolgimento di certezze ed equilibri.

E' strano piombare di botto nella completa impotenza quando si è abituati a pensare all'essere umano come grande potenza. Tutto si ridimensiona: desideri, bisogni, gli ego; si aprono di più gli occhi verso ciò che abbiamo dato a lungo per scontato.

Isolamento

In esso prende spazio il tempo che dilata le giornate e sembrano non finire mai. Giornate fatte delle medesime ore che, in precedenza, non ci sembravano mai abbastanza per portare a compimento tutte le intenzioni del quotidiano, così fitte di riempimenti che impegnavano la nostra attenzione in un flusso continuo di azioni.

La vita del singolo è diventata parte del meccanismo stesso e si è adattata in funzione di esso. Equilibri piuttosto confortevoli che hanno funto da pilastri attorno ai quali l'esistenza di ognuno si è sviluppata, come un'edera che non sa stare in piedi da sola. Punti saldi, provenienti dall'esterno, intorno ai quali potevano districarsi (e intricarsi) traguardi, soddisfazioni e aspettative.

Ma quando il meccanismo si ferma, quando l'intera macchina subisce un arresto forzato, cosa succede al singolo? Cosa succede a questo ingranaggio, ancora ben funzionante, che non ha più una macchina dentro la quale funzionare?

¹ Laureata in Filosofia (Storia delle Idee Filosofiche e Scientifiche) all'università di Bologna. Insegnante certificata di Danza Egiziana e Mediorientale, Movimento Consapevole e approcci Mente-Corpo, Counselor Filosofico in formazione (I anno) SSCF & ISFiPP.

Adattamento

Ho osservato con viva curiosità (specialmente grazie ai social, in cui si ha la possibilità di scrutare gli stati d'animo di persone anche al di fuori della propria cerchia) come le reazioni a questo isolamento forzato fossero delle più variegate.

Mi sono concentrata specialmente su chi è costretto alla clausura, su chi ha dovuto circoscrivere il suo mondo e il suo lavoro alle quattro mura della propria abitazione.

Durante le prime settimane si è attraversata la tipica fase di "adattamento" in cui gli equilibri sconvolti necessitavano di un notevole sforzo per essere rivisti e rinnovati, causando un forte stress, ad esempio per quelle famiglie con figli piccoli improvvisamente a casa da scuola.

Chi si occupava di parenti anziani a distanza, invece, ha dovuto delegarne la cura ai vicini o adempiere alle loro necessità rispettando quel distanziamento sociale imposto come unica precauzione possibile nei confronti dei "soggetti deboli". Ho letto di persone che lasciavano la spesa ai genitori o ai nonni sul davanzale della finestra, rigorosamente chiusa, due volte a settimana o all'occorrenza; altri hanno scelto di trasferirsi provvisoriamente in famiglia per passare il periodo di quarantena senza preoccupazioni di questo tipo.

Ognuno è riuscito in qualche modo a trovare una certa stabilità in questa difficoltà ma, dopo averla raggiunta, dopo essersi "accomodati" nel nuovo quotidiano, cosa è cambiato?

Il Tempo e il Sé

Sottraendo alle nostre giornate tutto il sottraibile ci siamo trovati di fronte ad una grande quantità di "tempo vuoto" e, d'istinto, con esso è sopraggiunta la necessità (forse per abitudine) di riempirlo. Una necessità abortita dalle circostanze stesse perché ogni spinta in avanti, ogni progetto perseguibile, ogni stimolo o riscontro proveniente dall'esterno ha subito un arresto.

In questa fase non possiamo attuare progetti, possiamo solo pensarli. Non possiamo attuare cambiamenti, possiamo solo prenderne coscienza. Non possiamo attuare la modalità del “fare”, possiamo solo “essere” e questo “essere” credo porti con sé notevoli difficoltà.

Essere chi? Chi sono? Cosa voglio e perché lo voglio?

Quest’ultima domanda è emblematica perché, in condizioni normali, volere una cosa porta automaticamente all’adoperarsi per ottenerla. Al momento invece siamo fermi in un continuo presente che ci costringe a stare con le nostre voglie, a stare con i nostri intenti e con le nostre intenzioni sospese. Questo “*stare con*” ci obbliga a passare più tempo con ciò che vogliamo e con la sensazione che ci spinge a volerlo. Una sorta di frenata che ci trattiene in compagnia di queste sensazioni più a lungo di come forse faremmo normalmente nel quotidiano e questo ci costringe a conoscerle più a fondo.

La spinta che in precedenza ci proiettava verso il fuori, verso l’adempimento, ora si direziona verso l’interno con la medesima potenza. In fin dei conti, se i cancelli verso l’esterno sono chiusi, il dentro è l’unica direzione percorribile. Questo può generare frustrazione e insofferenza, abituati come siamo a “volere - quindi - muoversi per ottenere”. Così abituati all’azione, questa stasi pone la necessità di un nuovo atteggiamento per affrontare volontà che cadono in un apparente vuoto che, altrettanto apparentemente, le vanifica.

Nella nostra società il “vuoto” (il “niente”, il “nulla”) è qualcosa di inammissibile. Viene ricollegato alla pigrizia, all’inutilità, ci fa sentire non bravi agli occhi di un meccanismo che ci vuole sempre in movimento.

Questa posizione ha creato crisi molto forti perché ci porta ad avere a che fare col nostro essere, una confidenza un po’ raffreddata dalla quotidianità.

Stare con sé stessi può essere doloroso, possono emergere sensazioni alle quali non si aveva dato sufficientemente spazio in precedenza; possono venire a galla ricordi che giustificano le attuali necessità, portandosi dietro anche sensazioni spiacevoli alle quali avevamo scelto (consapevolmente o meno) di non prestare troppo ascolto per spirito di auto conservazione o, forse, per tutela di noi stessi e di quell’equilibrio che tanto ci rasserenava.

Il processo di “presa in visione” di ciò che siamo ha bisogno di tanta onestà e tanto coraggio per venire alla luce ed essere sinceramente accettato. In fin dei conti si sa che il nostro giudice più severo siamo proprio noi stessi!

Ma, dal momento che si accoglie il proprio essere, nel bene e nel male insieme, senza giudizio, è anche più facile avere a che fare con questo spazio vuoto che ci viene concesso.

Il Vuoto come Possibilità

Questa “sospensione dell’azione” che, di primo acchito, identifichiamo col “nulla”, in realtà è “qualcosa”. E’ un processo di sottrazione (della volontà e dell’azione) non privativo perché lascia spazio al manifestarsi del non razionale. Lasciarsi andare all’umiltà del non sapere è un darsi possibilità non contemplate.

Questo vuoto, se si sospende la rassicurante necessità automatica del riempirlo con l’azione, lascia spazio a ciò che la non azione porta a manifestarsi.

La fenomenologia insiste molto sulla reciprocità tra l’essere e le cose, dove io mi pongo nella disposizione di assumerle ma le cose stesse vengono a darsi a me, in base ad una priorità naturale, aggiungerei, non mentalizzata.

Credo sia necessario comprendere come, spesso, volontà e ragione possano essere una falsa scorciatoia della ricerca autentica.

Le tecniche meditative che ho incontrato, lungo il mio percorso, si basano esattamente su questo: prendersi il tempo di esperire la non azione, semplicemente “stando”. Porsi in un atteggiamento di osservazione passiva, come essere spettatore di ciò che il proprio corpo e la propria mente manifestano, sospendendo sia il giudizio che la volontà di cambiare ciò che emerge, ciò che si sente e si percepisce. Assumere il proprio stato d’essere nella sua forma, nel suo essere stesso, così com’è. Solo in seguito, dopo averlo osservato, farci i conti e considerare le possibilità di agire o non agire su di esso o in base ad esso.

In base a ciò che ho esperito, ho concluso che il vuoto non è mai un nulla assoluto ma uno spazio reso disponibile al manifestarsi di ciò che la ragione non riesce a cogliere. Siamo mente, corpo, forse spirito. La mente conosce delle cose ma anche corpo e spirito ne conoscono e credo debbano essere lasciati liberi di esprimersi attraverso i loro linguaggi primordiali e sensibili.

L’essere umano è un terreno sondato solo in parte, nella sua complessità e cela un sapere al quale serve un canale per venire alla luce, una potenziale sorgente dalla quale attingere idee e suggerimenti per curare o, per lo meno, placare le “affezioni dell’anima”.

ViverSI nel presente

In conclusione ciò che sento di suggerire è di andare oltre al panico e alla paura di questo vuoto, semplicemente lasciando che sia. Lasciando che questo incontro con la parte più profonda di noi stessi semplicemente avvenga, qui e ora, in questo presente che tende a dilatarsi oltre al tempo a cui siamo abituati e che si manifesti per il tempo necessario.

Accoglierlo come un vivere la calma del “momento per momento”, con le incognite del non conoscere la direzione né l'avvenire ma con la consapevolezza di avere gambe e piedi con i quali camminare o anche solo stare semplicemente dritti senza necessariamente pilastri esterni ai quali delegare il totale sostegno del nostro essere. Non siamo un'edera!

A due mesi dall'inizio della pandemia le certezze sono ancora assenti e assente è anche il piano per il futuro. Lavoro, studio, tempo libero, eventi ludici, vita sentimentale, tutto è stato toccato da questo virus che continua tutt'ora a buttarci nell'incertezza, nel non poter pianificare a lungo termine. Al momento possiamo vivere giorno per giorno i piccoli obiettivi quotidiani, le voglie che sorgono dalla noia. C'è chi ha riscoperto le gioie della cucina, la creatività dell'arte, il piacere nel rivivere nuovamente la famiglia. C'è chi invece ha scoperto il disagio della propria condizione proprio perché costretto a viverla a pieno. Tutto questo, però, è qualcosa di esistente, qualcosa che il tempo vuoto ha fatto sì che emergesse per essere visto, assunto come tale ed eventualmente aggiustato. Credo sia un grande privilegio poter individuare cosa è gratificante più di altro e cosa è un intoppo a questa gratificazione. Non si può agire su ciò che non si conosce.

Attraverso questa idea, in questo periodo di isolamento, ho compreso cosa stessi facendo per abitudine e cosa per interesse reale. Ho rivalutato la mia persona per ciò che sento e non per ciò che credevo fosse giusto che io sentissi. Ho capito cosa fosse superfluo nel meccanicismo della mia visione della vita quotidiana e cosa fosse invece necessario, caro e imprescindibile a me come individuo.

Confido che queste riflessioni possano permanere nel tempo, che possano resistere al tanto atteso ritorno alla normalità, che divengano doni preziosi per il futuro. Di certo lo sono per il presente e, criticità o no, è proprio nel presente che si sviluppa la nostra vita.

C'è sempre un altro lato della medaglia.

All'improvviso?

Anna Cristina Tavazza¹

Senza rumore, senza apparente preavviso: il Covid-19
Impercettibilmente e lentamente arriva da lontano; esplode ed introduce
una rottura con il nostro quotidiano. Fissa la nostra attenzione

Abitiamo in un risultato: è emergenza

Mi fermo, insieme all'Italia

Stupita. Sospesa.

Il mio pensiero per ora tace

Divento ospite di un Tempo tutto a disposizione

Casa-Orto-Giardino-Garage-Cantina-Spesa: al momento questa è la mia nuova
geometria; non mi pesa, perché ho da tempo cose in sospeso da fare e colgo
l'occasione per metterci mano a fondo.

Ancora ferma, ma ora con il mondo intero: pandemia

Più si allarga il raggio d'azione del virus, più il nostro palcoscenico si restringe

È cambiata la geografia di tutti i corpi nello spazio

Mentre l'umanità è amputata della socialità -e non solo- la sbandierata retorica
dell'“Andrà tutto bene” avanza e si converte in mantra.

E allora mi bussa una sensazione e le apro: il processo di mascheramento del
reale è iniziato e mantra come questo non fanno che inaugurare l'inizio della
sospensione del giudizio e della riflessione.

Che cosa andrà bene, di preciso?

¹ Laureata in pedagogia, con approfondimenti nella terapia della famiglia e nelle dinamiche comunicative all'interno dei sistemi, con incursioni nella pnl, nei corsi per formatori, nella pedagogia steineriana, nei corsi di teatro, nei corsi di massaggio. Attualmente insegno in una scuola primaria. Counselor Filosofico in formazione (I anno) SSCF & ISFiPP

Scampoli di pensieri, figli di una mia momentanea auto-legittimazione all'inconcludenza riflessiva che mi concede di non cucire concetti e conclusioni, galleggiano a singhiozzo su un rumore di fondo dalle mille voci:

Emergenza/Necessità

Insinuante linguaggio bellico

Cinesi/Americani

Quarantena

Quarantena: ginnastica per pesi massimi

Libertà/Costrizioni/Confinamenti

Tempo: continente da esplorare

Tempo: siamo sorprendentemente liberi, tanto il tempo è come ce lo raccontiamo e come noi lo percepiamo

Tempo: rischia di diventare un cerchio: mattino-pomeriggio-sera colazione-pranzo- cena

Tempo: si restringe, si allarga, s'inabissa

Tempo: è troppo e in quel troppo naufraghiamo

Tempo: costruzione di un nuovo copione personale per farlo fruttare e non perderlo

Tempo: bello averne così tanto, una ricchezza tutto sommato

Durata/Ritmi

Spazio/Limite

Solidarietà/conflitto

Equilibrio/Ricerca della giusta misura

No sport

Trasformazione dei legami familiari/Prossimità forzate /Lontananze forzate/Solitudini

Distanziamento sociale: no abbracci- no baci,-no strette di mano-no vicinanza dei corpi

Vuoti: scuole/strade/negozi/teatri/musei/cinema/bar/ristoranti/luoghi di ritrovo

Riduzione: Confinamento/Confinamenti nel confinamento (anziani e malati)

/Isolamento

Meno globali e anche meno onnipotenti

Paure/Rabbie/Dolore

Morte: Morti in solitudine/Morti con Virus/Morti di virus/Morti per
ingiustizia sociale (i non assistiti)

Certezze/false certezze

Intasamento ospedali

Disorientamenti/Impotenze

Futuri incerti/Perdite di senso/Perdite di significato

Tutto ha un senso, la natura si ribella

Mascherine/guanti/volti coperti

Violenza/Menzogne/Verità?

Manipolazione dell'informazione/Imbavagliamento dell'informazione alter-
nativa/Oscuramento emittenti libere/Democrazia?

Fase1

Non sono spaventata

Non perché la situazione non sia degna del mio spavento casomai, ma perché -quando mi trovo in un imprevisto scomodo, o grave- rimango in una sorta di sospensione temporale in cui navigo non sospinta inizialmente da alcun pensiero preciso. Né da opinioni.

E' un sistema rodato, che non ho idea da dove mi arrivi. Ma sempre so dove mi porta.

Rimango immersa in una sorta di Senza-Tempo, seduta sull'oasi del Non-So, consapevole -per esperienza- che è così che io trovo le mie nuove, intime coordinate.

E so che arrivano. Non le cerco, non saprei cosa cercare e dove cercarle: arrivano e basta.

Uno stallo apparente, fertile, in cui il mio unico merito è stare in ascolto con tutta me stessa di Me Stessa.

Una rendersi disponibile alla possibilità di non coincidere con la situazione: mi disadatto momentaneamente.

Poi mi rimodulo.

Rieccomi.

Aumento la mia verticalità: leggo, studio, scambio pareri con mia figlia e con i miei amici, cucino con mia figlia, lavoro da casa, mi tengo informata, o disinformata. Scrivo. Mi stufo dei pareri: miei e altrui. Provo a mettermi nei panni dei partner che devono stare a lungo separati; nei panni dei commercianti angosciati; di chi ha persone care in terapia intensiva; di chi è intubato e non può ricevere visite; di chi non ha potuto salutare una persona cara che è morta; di chi è morto in solitudine; delle persone costrette ad una vicinanza forzata e penso che per nutrire affetti, riscoperte a parte, occorranza anche distanza e separazione. E via immedesimandomi.

Divago. Guardo film. Coccolo i gatti. Rifondo dei pareri. Cerco humus nei miei guizzi riflessivi contraddittori. Mi sento fortunata. Mi sento un po' in colpa a sentirmi fortunata. Poi faccio pace col senso di colpa e mi sento fortunata e basta. Poto il fico.

E poi pratico una ponderata disubbidienza che mi permette di prendermi cura di me stessa con serenità, sapendo che il mio disubbidire non mette in pericolo né me, né il prossimo, essendo non lesivo del suo diritto alla sicurezza: abito in una zona verdeggiante, a qualche minuto dalla città, ma anche a qualche metro dalla possibilità di "fuga" lungo sterrati non frequentati che, tra gli alberi e una fitta vegetazione che la primavera ha fatto esplodere giusto in tempo, portano nelle vicinanze delle rive del fiume che attraversa la città.

Così riservo anche un po' di spazio alla mia orizzontalità e a giorni alterni mi riconcedo questo riaffratellamento con la natura, di cui sento veramente molto la mancanza. Mi ricarica e le sono grata, come sempre.

La rassegnazione acritica mi richiederebbe più energia della disubbidienza.

Mi richiede molto meno dispendio di energia uno strappo che mi faccia uscire dai vincoli che la situazione impone se i vincoli, portati all'estremo, sono palesemente irragionevoli e lesivi in modo insensato della mia libertà di decisione.

Sempre per predisposizione personale, senza quindi alcun merito, mi conduco un giorno alla volta, non perdendo però di vista il binario che ho impostato, ma senza impiccare l'esistenza alla smania di volere a tutti i costi delle certezze.

Diciamo che in geometrie preordinate e preconfezionate (persino da me stessa) mi sento soffocare, mentre invece la possibilità di sorprendersi mi è di respiro ed è un modo per sintonizzarmi, creare e agire.

Mi dà sicurezza sapere che posso concedermi uno scarto, perché mi si ri-ossigenano i pensieri e l'azione e magari si creano le condizioni per affacciarmi su possibilità inattese, o per scorgere -in me- risorse inaspettate.

Così, posso essere una responsabile custode di me stessa. E quindi di mia figlia

Il rumore di sottofondo continua ad accompagnare le mie giornate:

Vaccino/Non vaccino/Consenso libero /Beneficio collettivo? /Case farmaceutiche

Tamponi/esami sierologici

Comunità vulnerabile/Comunità atomizzata/Comunità tenuta all'oscuro e manipolata

Totalitarismo dei media

Ulteriore imbavagliamento dell'informazione alternativa a quella ufficiale: sempre di più l'unica riconosciuta e legittimata.

Riaperture Scaglionate? /Uscite per scaglionamenti d'età?

Stai ancora a casa/stai nel tuo comune/stai nella tua regione/chiedi il permesso

Braccialetti/app immune/chip/droni

Libera scelta?

Qual è, ora, la giusta misura?

Abbassamento calcolato del livello cognitivo pericoloso chi ne è portatore e per la comunità

Costituzionale/non costituzionale/Carta dei diritti fondamentali della UE

Dichiarazione dei diritti dell'uomo

Calpestamento di convenzioni internazionali/dei diritti dell'uomo/dei dati ufficiali/del buon senso

Accentuazione crescente del divario economico

Educazione all'ignoranza

Media compiacenti/ Finti dibattiti?

Ancora distanza sociale

Annunciata la fase2

Continueremo ad essere figli di un atomismo minore: individui-particelle che non possono aggregarsi?

Non più soggetti, ma individui isolati che si rifugiano nella comunità virtuale: ma cosa c'è di comunitario nel sostituire un'esperienza vissuta in presenza, con una esperienza surrogata che ha a che fare più con l'assenza che con la presenza?

Saremo in grado di uscire da questo simulacro di comunità, una volta spogliati dalla paura?

In che modo ricostituiremo una comunità presente a se stessa e così coraggiosa da uscire dall'imbozzolamento nebbioso della paralisi figlia della paura, per impegnarci a scegliere e ad agire?

O, aspettando Godot, i più avranno radicato- compiacenti- delle abitudini?

Perché i fatidici ventisette giorni, utili ai comportamenti per trasformarsi in abitudini (così almeno sottolinea certa teoria), li abbiamo largamente oltrepassati: siamo oltre la circostanza e la comunità potrebbe esser entrata nell'area dei comportamenti fissi.

Educati ogni giorno a vivere nello spavento, celati da una mascherina che ci copre metà volto ed elimina l'olfatto, abbiamo gradualmente impostato un silenzioso alfabeto che centellina al cervello-mente l'informazione che gli altri sono non-annusabili e temibili, quindi da evitare.

Fino a che punto abbiamo interiorizzato gli imperativi del distanziamento sociale?

Ci faremo abitare da una componente autistica pensando di essere al sicuro?

Vivere nello spavento e nella diffidenza reciproca è una miscela perfetta verso l'implosione di una comunità

Questa situazione sarà stata integrata in una comune maniera di vedere le cose e la rinuncia alla libertà personale sarà vista come una "possibilità" per avere-salva-la-vita, e non come una mostruosità?

La realtà aveva degli odori, dei gusti, delle temperature, dei contatti; ora la realtà è fatta di immagini di un Durante.

Dove siamo trascinati in questo durante? Da quali correnti?

Se la comunità riuscirà a scrollarsi di dosso lo spavento, avrà voglia e interesse -ora- a stare nell'ascolto globale e non solo parziale?

Sarà così responsabile (e quindi libera) da voler individuare almeno lo spruzzo sufficiente che le faccia capire che tipo di correnti sotterranee ci stanno trascinando da tempo in un processo silenzioso di deriva? ...così, tanto per non ritrovarci poi catapultati, per inerzia, in un risultato confezionato da cui non riusciremo a districarci?

Come fare? Quali aspetti custodisce e cela questa matryoska di correnti silenziose in cui siamo inseriti? Quali pulsioni, quali aspetti, quali contraddizioni, quali brandelli?

Che cosa le implica una nell'altra?

Quel che sta accadendo oggi, da un certo punto di vista, è che si sta forse portando all'estremo –accelerato dall'emergenza virus- un processo verso cui questa società ci fa tendere da tempo? Vale a dire all'evaporazione dei rapporti intersoggettivi?

L'idea stessa di "comunità" è in pericolo?

L'idea stessa di democrazia come mezzo per promuovere una comunità di soggetti è in pericolo? O è già tramontata?

Cosa fare, insieme, per fare emergere intelligibilità diverse?

Come potremmo riorganizzare le nostre risorse e metterle al servizio della comunità, consapevoli ovviamente del gioco delle influenze e delle coincidenze che tutti i fattori del mondo esercitano reciprocamente gli uni sugli altri?

Come potremmo creare uno ying e uno yang tra fattori di sano adattamento e fattori di "estroversione"?

Come mantenerci vitali e non perdere di vista né la nostra personale Itaca né, quindi, l'Itaca della comunità in cui siamo inseriti?

Riflessioni al tempo del Coronavirus

Federica Troncia¹

È la sera del 9 marzo 2020 quando Giuseppe Conte annuncia a tutti gli Italiani che “purtroppo tempo non ce n’è”. Troppi malati, troppi morti. Il 10 marzo, tutta l’Italia, è costretta ad imparare una nuova parola: “*Lockdown*”, protocollo di emergenza che impedisce alle persone di muoversi da una determinata area per salvaguardarne la salute e, in taluni casi, la vita stessa.

L’11 marzo l’Organizzazione mondiale della sanità dichiara: pandemia.

È iniziata la trasformazione dell’Italia, fuori e dentro, nasce il decreto *#IoRestoA Casa: spostamenti possibili solo per comprovate ragioni di lavoro, casi di necessità e motivi di salute, stop a tutti gli assembramenti anche all’aperto e nei locali, chiusura delle scuole e università e il mantra diventa distanza...“almeno un metro di distanza”*.

Le Borse entrano in una fase di volatilità senza precedenti.

In questo contesto storico senza precedenti, oltre all’epidemia, inizia quindi a diffondersi la paura. Emergono paure correlate alla percezione del rischio, il rischio di essere contagiati, il rischio di perdere qualcosa: beni materiali, persone care e quasi sempre la nostra vita; ancora oggi, infatti, una delle più grandi paure è quella della morte. Una paura che dilaga, per lo più, per una mancanza conoscitiva sull’argomento provocando disorientamento, incertezza e confusione. Tutto questo, tra l’altro, alimentato dalla sovra-informazione: morti, picco epidemico, contagi e dalla manipolazione delle informazioni stesse: accuse, complotti, strumentalizzazioni, interessi oscuri. La sensazione è quella di non essere più padroni del mondo ma soprattutto di se stessi.

Ma la paura e la disperazione non possono certo essere la soluzione.

Come affrontare quindi questa situazione, oggettivamente critica e difficile?

La risposta è certamente soggettiva, la scelta di come affrontarla dipende da ognuno di noi. Sta a noi decidere il modo in cui declinarla, decidere come e che

¹ Laureata in Economia Aziendale presso l’Università di Torino, Counselor Filosofico in formazione (I anno) SSCF & ISFiPP.

tipo di *contaminazione positiva* inserire all'interno delle nostre vite in questo periodo. La scelta dei contenuti che leggiamo o che decidiamo di ascoltare o non ascoltare va ad interagire con la nostra mente e a definire chi siamo.

Nasce quindi l'esigenza di riflettere e di un (re)agire consapevole ed è qui che la Filosofia può venire in aiuto.

Filosofia intesa come guida all'arte di vivere, di agire e di stare al mondo, e in questo concetto diventano sempre più importanti e predominanti i concetti di: *resilienza, scelta, atteggiamento e responsabilità*.

Per quanto mi riguarda ho trovato grandi insegnamenti e una sorta di serenità nel leggere "*Lettere a Lucilio*" di Seneca, e tra tutte, nei passi della prima lettera ho trovato molti dei sensi di questa quarantena:

"*Ita fact, mi Lucio, indica te tibi et tempus [...]* ", rivendica te a te stesso, ossia afferma a te stesso il diritto di possederti, e fai in modo di non essere posseduto dagli altri uomini e dalle cose;

"*Et si volueris attendere, maxima pars vitae elabitur male agentibus magna nihil agentibus tota vita aliud agentibus [...]*", la massima parte della vita ci vola via mentre facciamo il male, buona parte mentre non facciamo nulla, tutta la vita mentre facciamo tutt'altro.

Seneca in tutte le sue lettere esorta Lucilio ad essere costantemente desto e quindi sveglio. Ma spesso "svegliarsi" non è affatto così semplice, ci vuole un input che arrivi dall'esterno, qualcosa che ci dia una scossa.

E allora? Quale momento migliore di questo per "svegliarci" e trasformare in azione tutti i buoni propositi? Quale momento migliore di questo per guardarsi allo specchio e definire la nostra persona, la nostra direzione?

É in un contesto in cui vengono a mancare delle cose che è facile capire che cosa è importante.

Non c'è bisogno senza mancanza, è affrontando la paura che si impara il coraggio, è controllando la rabbia che si apprende la grinta, è nei momenti nella tristezza che si diventa riflessivi, ogni battuta di arresto può diventare un trampolino di lancio. Nessuno vive senza sofferenza ma dipende che cosa vogliamo fare di questa sofferenza, se prenderne ispirazione per diventare persone migliori o se vogliamo restare sul divano e lamentarci dando la responsabilità a qualcun altro di come stiamo vivendo.

É in un momento come questo che in qualche modo possiamo "estrometterci" dalla società ed essere obbligati a restare con noi stessi e quindi ad essere

responsabili decidendo in prima persona da cosa farci contaminare. E qui entrano in gioco altre due concetti: la solitudine e la libertà.

La solitudine che ti isola e tu stesso diventi l'unico catalizzatore della tua attenzione, colui che sceglie quali *input* far entrare nel proprio *mindset* oppure colui che subisce solamente i condizionamenti. Sempre di più la tecnologia ci spinge verso la direzione che abbiamo già preso, i motori di ricerca ci spingono ogni volta verso gli stessi risultati, verso quei contenuti che essi già prevedono corrispondere ai nostri gusti, la nostra ricerca viene limitata a ciò che abbiamo già cercato e vissuto e finché cercheremo, leggeremo, ascolteremo solo contenuti che vanno a rafforzare le nostre idee senza innescare in noi il dubbio, la ricerca verso opinioni diverse che ci spingano a riflettere e a pensare in maniera complementare, o anche opposta o differente, a ciò che già pensiamo, resteremo sempre chiusi nelle nostre stanze, abitative e mentali.

Avere del tempo libero può quindi essere una bellissima trappola, tutti chiediamo libertà ma la verità è che la libertà è difficile da gestire.

La libertà ti chiede di pensare con la tua testa, richiede studio e pertanto disciplina.

Secondo il pensiero di Jean-Paul Sartre, *“siamo condannati ad essere liberi”*.

Ogni volta che facciamo una scelta nessuno può scegliere al nostro posto, anche scegliere di non scegliere o far scegliere a qualcun altro, questa sarebbe la nostra scelta.

La libertà comporta quindi l'essere responsabili delle proprie scelte e questo può portare ad uno stato di angoscia. Un'angoscia che può essere trasformata in qualcosa di costruttivo grazie allo studio e alla ricerca dei propri significati.

Penso che ci sia una costante tra tutti i grandi pensatori e filosofi: sono tutti appassionati della crescita, sono esploratori dell'ignoto, dell'incerto. È proprio la ricerca consapevole che può aiutare l'uomo ad uscire dalla propria ignoranza e a intraprendere un viaggio alla scoperta delle proprie verità. Ma può diventare difficile comprendere come avere quello stesso atteggiamento, come avere quello stesso interesse nello scoprire. Forse bisogna solo avere coraggio. Tutte le volte che, deliberatamente e volontariamente si decide di “fare”, automaticamente si innesca un cambiamento che a sua volta genera entusiasmo e che di conseguenza crea una soddisfazione interiore.

Entusiasmo: dal gr. ἐνθουσιασμός, der. di ἐνθουσιάζω «essere ispirato», da ἔνθεος, comp. di ἐν «in» e θεός «dio». È avere “Dio dentro di sé”.

L'entusiasmo è il risvegliarsi di una forza interiore, di un sentimento che porta essere “più grandi” di quanto sospettassimo.

Il senso della mia quarantena è stato quello di essere entusiasta di un cambiamento, l'aver vissuto in prima linea/persona la velocità di adattamento "al nuovo" all'interno della mia realtà lavorativa. Ho fatto parte della piccola percentuale di persone che, per motivi di lavoro, non ha vissuto un vero e proprio isolamento all'interno della propria abitazione ma bensì all'interno della propria realtà lavorativa. Ho compreso che il fattore di sopravvivenza darwiniana, almeno nell'ambito lavorativo, non è più la forza ma bensì la velocità di adattamento.

Non è sempre il pesce più grande che mangia il pesce piccolo a risultare vincitore, ma il pesce più veloce ad adattarsi che vince sul pesce lento. Ed ecco nuovamente il concetto di tempo.

L'importanza di porre attenzione al momento presente, essere svegli ma soprattutto fluidi per adattarci al cambiamento e cercare di vivere ogni situazione con il giusto atteggiamento e la giusta predisposizione.

Eraclito con l'espressione *Panta Rei* ci insegna, in primis, a non avere paura del cambiamento in quanto è inevitabile, tutte le cose sono soggette ad evoluzioni e cambiamenti, l'uomo non può mai fare la stessa esperienza due volte, il tempo non si può fermare, tutto passa e qualcosa che oggi sembra importante, domani potrebbe non esserlo più. Non dobbiamo quindi rimanere troppo attaccati alle cose, alle situazioni e agli eventi ma, seppur con difficoltà, dobbiamo lasciar fluire. In questo momento, più che mai, le aziende devono creare fiducia, relazioni, devono anticipare i bisogni del cliente, tranquillizzarli e dar loro valore. Al centro di tutto rimane sempre l'emergenza umana, creare valore sia all'intero dell'ambiente lavorativo che fuori.

Ed è proprio in questo momento di cambiamenti all'interno dell'ambito lavorativo che ho potuto riflettere su quante analogie possono esserci tra una crisi personale e una crisi aziendale/finanziaria, da entrambe possono nascere le migliori opportunità di crescita: una crescita personale o la nascita di un nuovo business.

In entrambi i casi bisogna avere coraggio, il coraggio di affrontare un rischio, il rischio di esplorare percorsi nuovi. Bisogna definire la propria direzione, il proprio *why*, i propri valori.

Alla base di ogni successo personale o di business c'è una storia, un punto zero da cui tutto ha avuto inizio; una situazione di crisi, un disagio, il bisogno di dover trovare una soluzione ad un problema e, per definire la direzione bisogna aver ben chiaro il punto di partenza, ovvero i propri valori.

Inoltre è fondamentale aver chiara la nostra definizione di successo, perché altrimenti ci troveremo ad aver lavorato per quella di qualcun altro, probabilmente

non coerente con la nostra, allontanandoci sempre di più dalla nostra completezza, felicità.

Definiti direzione e valori, entrambi soggettivi, ciò che bisogna fare è agire, attuare una strategia che ci aiuti a raggiungere il nostro obiettivo.

Quale *case story* più concreto rispetto a quello che stiamo attualmente vivendo?

Per quanto mi riguarda l'emergenza coronavirus ha già trasformato il mio ruolo all'interno dell'azienda per cui lavoro dandomi la possibilità di allenare le mie competenze trasversali, rendermi consapevole delle mie carenze e dandomi nuovi stimoli e interessi. Le priorità si sono trasformate in un giorno e l'istinto di sopravvivenza ci ha portato a reinventarci.

Dal 10 marzo, mentre quasi la totalità degli Italiani è stata costretta all'isolamento, io sono stata in continuo movimento e mi rendo conto di vivere questa riflessione con stati d'animo contrastanti.

Da una parte provo gratitudine, la realtà esterna è sempre fonte di ispirazione e di idee mentre dall'altra parte continuo a chiedermi come sarebbe cambiato il mio lockdown se avessi dovuto vivere un vero e proprio isolamento tra le mura di casa e mi chiedo a che tipo di ansie latenti sarei andata incontro.

La cosa più difficile è stare con i propri pensieri e siamo spesso disposti a qualsiasi tipo di *divertissement* pur di non rimanere in silenzio ad ascoltarci e ad osservarci.

E mentre scrivo, esercizio tra l'altro spesso consigliato al fine di attivare processi di comprensione, mi rendo conto di aver paura di aver perso, in qualche modo, un'occasione per allenare la mia disciplina. Mi domando come avrei organizzato le mie giornate ma soprattutto come avrei gestito il mio tempo. Domande curiose a cui però non so se voglio ipotizzare risposte, preferisco non soffermarmi su ciò che sarebbe stato ma bensì su ciò che è, sulla mia reale e attuale esperienza.

Ciò che nasce da questa mia ultima riflessione è la voglia di trasformare in azione quanto di interessante posso aver riportato, frutto di una ricerca di contenuti, letture e di ascolti effettuati in questo periodo. Ho quindi appena deciso di concentrarmi sulla mia auto-disciplina, auto-impormi una quarantena, quaranta giorni in cui iniziare ad allenare quotidianamente la mia ricerca filosofica attraverso la *meditazione* e affrontare quel silenzio tanto temuto.

Nasce spontanea un'ultima riflessione, ovvero quanto lo scrivere dovrebbe rientrare tra le azioni quotidiane, un esercizio che può essere considerato come una forma di meditazione, uno strumento che mi ha aiutato a far chiarezza e a trovare creativamente idee per la soluzioni ad un disagio.

È giunto quindi il momento di fare i bilanci della mia esperienza al “tempo del coronavirus” ammettendo di aver avuto il privilegio in questo periodo di vedere con ottiche diverse ciò che ho e ciò che, non ancora ho. E mi sento grata di aver tratto considerazioni positive a tutto questo cambiamento, poiché definitivo come dice Petrarca, “*la vita fugge, et non s’arresta un hora*” ed è troppo breve per restare a guardare chi intorno a noi è triste alzando le spalle, *domani andrà meglio*.

È tempo di crisi per la nostra visione del mondo (?)

Annarita Dibenedetto¹

Premetto: io adoro stare a casa e amo stare da sola.

In questi giorni di quarantena, tuttavia, la prima è diventata un'imposizione e la seconda un'impresa ostica. L'impossibilità di scegliere pende greve sulle teste di ciascuno di noi, obbligandoci a una rimodulazione identitaria: io, ad esempio, entro le mura domestiche sono abituata ad essere moglie, madre, ma ora devo chiedere asilo anche per poter essere il "resto": lavoratrice, amica e figlia che non abbandona i propri cari. Sono necessitata a ricalibrare i miei spazi mentali. Nei primi giorni, faticavo a tenere tutto assieme entro queste pareti; poi ho compreso che non sono le nostre abitazioni i confini e i limiti della nostra identità, bensì le crepe che – sotto i colpi di questa inusuale situazione storica – si sono create all'interno della mia visione del mondo. Consapevole di ciò, mi sono adattata, cercando di attivare le risorse interne atte a fronteggiare la crisi. Paura, angoscia – dettata dall'invisibilità di ciò che ci minaccia – e preoccupazione per il futuro hanno inferto un duro colpo a quello slancio vitale che connota i nostri giorni, spesso inconsapevolmente. A volte ho come l'impressione che, sino ad ora, la mia vita sia stato un'accurata opera di mandala, e che ora il vento – e non il mio soffio o la mia mano – l'abbia vanificato. Insomma, la sensazione è quella della perdita di controllo della propria esistenza. Ma noi sappiamo che l'esistenza è autentica non perché la controlliamo, bensì perché scegliamo di accettare anche il limite e l'angoscia che possono contribuire a definirla. Viviamo una *situazione limite*, che ci pone al cospetto del nostro essere-per-la-morte. Ma possiamo cogliere la sfida e sfruttare l'angoscia esistenziale che ne deriva?

Emozioni e determinati sentimenti si mettono di mezzo, non lo nego. Diamo loro un nome: nervosismo e frustrazione; il primo perché ci sono troppe cose da

¹ Counselor Filosofico Professionista ISFiPP, Docente del Laboratorio di lettura testi, Tutor del Master di specializzazione in Counseling Filosofico SSCF & ISFiPP, collabora con la casa editrice Loescher in qualità di redattrice autoriale ed editoriale.

tenere assieme, appunto (i compiti a distanza per i figli, faccende domestiche, mancanza di spazio e tempo in solitudine per elaborare e decomprimere i pensieri), la seconda perché, preda del primo, si rischia di perdere qualcosa (non riuscire a seguire come si deve i figli perché bisogna telelavorare, telefonate con i genitori anziani mancate, cura della casa, etc.). Paura, ansia e terrore, foriere di domande e pensieri trasudanti angoscia: “e se mi ammalassi?”, “cosa accadrebbe se dovessi morire? che ne sarà di mia figlia?”, “che morte terribile sarebbe? non potrei salutare nessuno: morirei in solitudine”, “devo proteggere mia madre, che è anziana... ma, se non la vedo, si sentirà sola”, etc. Insomma è crisi. E, almeno all’inizio, ho dovuto lottare per non cadere nella ruminazione mentale, in questi mantra negativi fatti di pensieri ossessivi che rischiavano di rendere ancora più ostica l'accettazione del momento attuale, rovinando proprio ciò che, invece, è nelle mie mani: il presente.

Pian piano si è fatta strada la forza, la voglia di non perdere il Senso di questi giorni. Sembrerà banale, ma non ho fatto che accettare i limiti in cui mi imbattevo: non potevo essere tutte quelle “Annarita” contemporaneamente, bensì potevo semplicemente consentire a ciascuna di esse di vivere l'attimo per cui era chiamata: madre, quando mia figlia deve fare i compiti e necessita della mia presenza per giocare o stare semplicemente in compagnia; moglie quando si tratta di ascoltare un marito che, ogni giorno, esce esponendosi al contatto con l'altro; figlia e lavoratrice ... Insomma, anche se non agivo tutti i miei ruoli in ogni singolo giorno, mi permettevo così di vivere quelli prioritari rispetto al momento, perdonandomi per aver dovuto mettere da parte gli altri. Le priorità.

Questo a livello pratico e per quanto riguarda la mia vita di singolo individuo. Ma poiché so di essere quello che sono anche in virtù del rapporto con gli altri, non posso indulgere nell'autoreferenzialità. Perché mai, in altre circostanze (storiche), mi sarei permessa di parlare di me. Invece ora me lo concedo in quanto so e vedo che i vissuti individuali parlano a gran voce in tale momento situazionale: la pandemia, che ci accomuna tutti in una situazione di “gettatezza”, ci ricorda che “gettati” siamo *ab origine* e, paradossalmente, ci fa uscire dall'uniformità gregaria apparente per lasciar parlare ognuno con se stesso. Per questo io credo che, ciascuno di noi e a seconda delle proprie caratteristiche, stia avendo la possibilità di dialogare autenticamente con la propria interiorità. Siamo obbligati, difatti, al silenzio, lontani dai *divertissement* cui siamo abituati, impossibilitati a stordirci per non sentire. È un appello ad ascoltarci, a confrontarci con ciò che siamo e che con l'esistenza che conduciamo. Un'opportunità di bilancio sull'autenticità o inautenticità delle nostre esistenze.

Questo dialogo interiore, volto alla chiarificazione di una visione del mondo messa alla prova, ci fa aprire per la prima volta a un incontro nuovo con l'altro, più significativo. Siamo immersi nel mondo e ne abbiamo consapevolezza. Grazie ad essa, entriamo in relazione con un atteggiamento rinnovato, ancora più empatico. Possiamo conoscere l'altro, condividere le paure o le speranze legate alla situazione che ci accomuna; siamo quasi immersi in una sorta di cosmico dialogo di counseling filosofico: tutti pari, accomunati dal "problema". Si scoprono nuove opportunità ed emergono gli sforzi per tenerci assieme, anche in mancanza della presenza corporea: i mezzi informatici sono, finalmente, riapprezzati nella loro utilità originaria (metterci in comunicazione/relazione), si pensano soluzioni fruttuose per portare avanti i nostri progetti esistenziali (lavorare, studiare, reperire risorse di prima necessità). Il superfluo è, poi, bandito, e l'essenziale emerge dallo sfondo in cui è stato celato (un esempio banale è l'andare a fare la spesa: non tutti i giorni, e – quando la fai – compri il necessario). Insomma, dobbiamo far ricorso a tutte le nostre risorse interiori per spuntarla sull'Angoscia, che – se non colta come opportunità – ci farebbe soccombere passivamente al momento. Lottiamo per continuare a realizzare i nostri progetti esistenziali.

Counselor Filosofici e professionisti della relazione di aiuto, avvertono l'appello alla coerenza: non possiamo non essere filosofi ora, dobbiamo incarnare quello in cui crediamo e viverlo. È un'ulteriore occasione per lavorare su noi stessi, per procedere nel cammino della consapevolezza, cosa che ci permetterà di svolgere in maniera ancora più fondata il lavoro in cui abbiamo fede e che, soprattutto, abbiamo scelto.

Stiamo affrontando un momento che ci rammenta la nostra finitezza, di cui dovremmo essere consapevoli, ma che tendiamo – nel quotidiano – a rimuovere; non possiamo sapere cosa sarà e ci sentiamo impotenti al cospetto di questa spada di Damocle che pende sulle nostre vite. Di recente, per il corso di Lettura Testi, ci siamo confrontati con l'*Elogio della Filosofia*², di Maurice Merleau-Ponty. Questo testo, come evinto dalla discussione in merito, è ricco di spunti di riflessione attuali rispetto al nostro tempo. Dalla *Post-fazione*, di Carlo Sini, traggo la seguente citazione, per concludere questo *excursus* personale sulla mia personale visione del mondo messa alla prova dal confronto con la dimensione di finitezza ricordataci dal Covid 19: «Nell'Elogio della Filosofia, Merleau-Ponty avvia una riflessione su quale sia l'essenza e la funzione del pensiero filosofico sia nell'ambito del sapere e della cultura, sia più in generale nella vita. Il sapere filosofico ha la sua origine nella condizione costitutivamente umana del non-sapere [...]. In questo senso la Filosofia non può mai venir ridotta a scienza, così

² Merleau-Ponty, *Elogio della Filosofia*, editore Se – Piccola Enciclopedia, ed. 2008.

come il non-sapere umano non può mai venir “risolto” in un sapere certo e definitivo. Questi due aspetti, tuttavia, non costituiscono per Merleau-Ponty un limite e una negatività assoluta [...]. Il rapporto dell'uomo con la verità, con il suo modo di avere il mondo, l'espressione profonda della sua libertà vivono e sussistono solo nello scarto e sul fondamento della finitezza di ogni esperienza, nel suo carattere mai risolutivo e mai decisivo. [...] La Filosofia si colloca, come la vita di ogni uomo, fra la trascendenza assoluta del valore e l'immanenza universale della storicità. Fra questi due assoluti, che peraltro si richiamano e si compenetrano reciprocamente, la vita dell'uomo, al di là di astratte ideologiche contrapposizioni ed esclusioni, di fatto si apre sempre di nuovo un varco che è il principio stesso di ogni concreta esperienza e di ogni linguaggio creativo [...]. Merleau-Ponty rivendica il senso della Filosofia ritornando [...] alla figura di Socrate. Proprio l'esempio di Socrate induce a rammentare che la Filosofia non è un libro, una disciplina, una mera scrittura, ma è un carattere di vita e un'esperienza. Nel suo “senso”, cioè, la Filosofia non è mai una dottrina, ma uno stile interpretativo in atto, un atteggiamento descrittivo rivolto al mondo e a noi stessi, e da questo punto di vista la Filosofia è sempre fenomenologica».³

Questo brano ci ricorda le coordinate cui far affidamento per non smarrire la via: *Socrate, Filosofia come stile di vita e atteggiamento filosofico*.

Bibliografia

Bergson, H., *L'energia spirituale*, Raffaello Cortina editore, 2008

Heidegger, M., *Essere e tempo*, Longanesi, 2005

Jaspers, K., *Psicologia delle visioni del mondo*, Astrolabio Ubaldini editore, 1983

Merleau-Ponty, M., *Elogio della Filosofia*, editore Se – Piccola Enciclopedia, 2008

Torre, M., *Esistenza e progetto. Fondamenti per una psicodinamica*, Edizioni Medico-Scientifiche, 2015.

³ Op. cit., *Post-fazione* a cura di Carlo Sini, pp. 79-81.

Parole silenziose

Mariacarla Zunino¹

Per fortuna il cielo in questi ultimi mesi (accidenti, mi soffermavo per quantificare il tempo, ma non sono neanche due mesi di isolamento forzato!) è stato azzurro per molti giorni; non che non ami la pioggia, anzi, a Torino, al di là delle inondazioni, è sempre benedetta perchè ci protegge dai danni dell'inquinamento, lava l'aria, pulisce le strade, aiuta la vegetazione... eppure... nei momenti più bui, quando il silenzio anomalo di corso Francia era interrotto solo dalle sirene delle ambulanze, quando attraverso i media eravamo travolti dall'affanno di chi era impegnato in prima linea nell'aiuto ai malati e dai carri dell'esercito che trasportavano feretri da una regione all'altra, quando abbiamo toccato con mano la nostra precarietà di creature; beh, in quei momenti quel cielo azzurro ha nutrito la speranza che ci potesse essere un domani. Quel cielo azzurro ha protetto la nostra umanità e l'ha custodita.

Scrivo in un tempo in cui si sta organizzando quella detta "fase 2"; una fase in cui ci si arrovela su come poter convivere con il virus che ha cancellato il nostro tranquillo tran. Sì, perché una cura certa non esiste ancora e il vaccino è un miraggio, un anno, forse di più perché sia pronto, ipotizzano gli scienziati, ipotizzano, appunto, quindi ancora un' estate, un autunno, un inverno, una primavera... in questo tempo immobile, in cui tanto si dice e si ascolta, ma l'agire è limitato tra le mura domestiche, rifletto su quanti sentimenti e su quante emozioni ci hanno travolto a partire da febbraio 2020... emozioni e sentimenti collettivi ma, alla fine, individuali ed intimi.

E penso a quante parole abbiamo messo in campo per dare vita alla nostra interiorità, per poterla condividere con l'altro perchè con gli incontri limitati, distanziati e protetti da maschere, il linguaggio del corpo si è ammutolito: le nostre mani non stringono più e le nostre braccia non avvolgono più il corpo di parenti e

¹ Counselor Filosofico Professionista SSCF & ISFiPP, Laureata in filosofia, docente del Laboratorio di Meditazione Filosofica e del Gruppo Supervisione casi SSCF & ISFiPP

amici, la mimica facciale è appannaggio degli incontri virtuali. Il sentire passa solo attraverso la parola.

Parole donate, come quelle dei testi sacri e delle guide spirituali, che hanno accarezzato il cuore e goccia a goccia tenuta viva la speranza.

Parole cercate, per darci una spiegazione di ciò che stavamo vivendo, per affrontare una quotidianità fatta di equilibri da bilanciare, o ancora per mettere in atto ricette culinarie da sperimentare o per proseguire in casa un minimo di attività fisica.

Parole dette, a coloro che, molto avanti negli anni, hanno visto infrangersi il sogno della vacanza al mare, oppure che da una casa di riposo non si capacitavano di non poter più fare il giretto in cortile.

Parole ascoltate, come quelle dell'amica che pur avvezza ad affrontare a denti stretti e con coraggio le prove della vita, si trova di fronte ad un'incognita economica per la ripresa del suo salone di parrucchiera; oppure quelle di chi, nell'imminenza di un trasloco nell'appartamento tanto sognato, aspetta, circondata da scatoloni, due pigiami e un frigorifero imprestato dalla vicina, di poter di nuovo circolare liberamente.

Parole taciute con la lingua, ma che urlavano nel petto tutta la partecipazione al dolore dell'umanità intera a cui mai, come in questo tempo, abbiamo sentito di appartenere e di dividerne il destino, al di là di differenze di Stato o di colore di pelle.

Parole, insomma, che potessero raccogliere e mettere in ordine tutto quel materiale in bilico sul farci impazzire, morire di crepacuore o divenire bulimici.

Tutta quella moltitudine di parole, però, anziché produrre intorno rumore, sono rimaste come sospese nell'aria, senza suono.

Ognuno di noi ne ha trattenuta qualcuna tra le tante, forse quelle che in questo momento storico di pandemia si sono incrociate con la propria personale

esperienza di vita, che si sono appiccate al cuore e che infine, tutte rinchiusse nel silenzio dell'anima, aspettano un tempo per rinascere.

Mi piace pensare, ed è il mio auspicio per il futuro, che ci fermeremo ad ascoltare quel silenzio e, ringraziando la vita per il dono di esserci ancora, andremo a riprenderle ad una ad una, una parola alla volta e le indagheremo con calma e rispetto, sul sentiero della conoscenza di sé, riconoscendole come eco di una moltitudine di voci, un arcobaleno che, attraverso di noi, raggiungerà coloro che, attenuata la tempesta, ci interpellano alla ricerca di senso e significati.

Le parole che io custodisco sono queste:

fiducia; solitudine; stupore; timore; affanno; fedeltà; creatività; tristezza; condivisione; precarietà; dono; attesa; riorganizzazione, rumore; silenzio; morte; risurrezione; ascolto; riconoscimento; appartenenza; pietà; lacrime (tante) di gioia, di commozione, di dolore, di impotenza, di gratitudine; delusione; bontà; amore; speranza.

“L’essere umano ha la capacità di adattarsi a situazioni difficili ed imprevedibili e in questi mesi siamo diventati l’oggetto di un esperimento psico-socio-culturale senza precedenti. Ognuno di noi ha cercato mezzi per sopravvivere, non solo fisicamente, cercando di evitare un virus, ma anche intellettualmente.

Chi ama la cultura, chi ama leggere, scrivere e studiare, poteva non essere toccato da tutto ciò, ritirandosi ed immergendosi nella solitudine della propria casa. Ma chi ama la cultura ha anche bisogno di interazione, di dialogo e di confronto.

La nostra Rivista è quindi la dimostrazione di sopravvivenza del nostro pensiero, della nostra attività intellettuale e di ricerca, che si può attuare e concretizzare solo nell’unione e nel confronto tra le nostre differenti menti.”

Nuova Rivista di Counseling Filosofico
www.sscf.it

Copyright © ISFiPP Edizioni 2020

ISBN 978-88-903567-6-6

ISBN-A 10.978.88903567/66

