

SOMMARIO

L'EVANGELO NELL'ANNO pag. 2
Gérard Bessière – Angelo Casati – Hyacinthe Vulliez

I DUE VOLTI DELLA SOLITUDINE

I. PREMESSE pag. 4

1. Quando dico solitudine (*Carlo Carozzo*); 2. Solitudine e contributi di filosofi (*Francesco e Guido Ghia*).

II. SOLITUDINE NEMICA, ASPETTI SOCIALI pag. 8

1. Gli anziani (*Luigi Ghia*); 2. Educare alla solitudine a scuola e in famiglia (*Andrea Bobbio*); 3. Immigrazione, tra solitudine e integrazione (*Giorio Ghia*).

III. SOLITUDINE AMICA, FORME PERSONALI pag. 16

1. Solitudine, solitudini (*Vittorio Soana*); 2. Un'amica silenziosa (*Mario Cipolla*); 3. Solitudine e relazione (*Elena Zucca*); 4. Solitudine e silenzio (*Luciana D'Angelo*); 5. Solitudine ontologica (*Maria Pia Cavaliere*); 6. La musica? Che c'entra? (*Maurizio D. Siena*).

IV. SOLITUDINE NEGATA pag. 31

1. Il conformismo (*Maria Grazia Marinari*); 2. L'iperattivismo (*Giovanni Zollo*).

V. RAGIONI ED EFFETTI DELLA SOLITUDINE NEGATIVA pag. 34

1. Nel deserto relazionale (*Mario Cipolla*); 2. A rischio di devastazione (*Vito Capano*).

VI. IPOTESI DI AFFRONTAMENTO pag. 39

1. Come semi (*Renzo Bozzo*).

VII. FEDE E SOLITUDINE pag. 42

1. La solitudine di Gesù (*Paolo Arzani*); 2. Solitudine e preghiera (*Gian Battista Geriola*); 3. Solitudine e meditazione (*Rosaura Traverso*); 4. La solitudine del teologo (*Antonio Balletto*).

QUALCUNO CHE CI ASCOLTI pag. 48
Mario Cipolla

CENTROSINISTRA A RISCHIO DI SFASCIO pag. 48
c.c.

LA VITTORIA DELLA LUCE pag. 48
Gérard Bessière

L'uomo è costruito per stare in compagnia con il proprio simile. Parlare, condividere un'esperienza, collaborare, darsi una mano per uscire da situazioni difficili fa sentire vivi e l'esistere assume un senso profondo. Forse perché contraddice questo suo bisogno fondamentale, la persona teme la solitudine, in particolare nelle anonime metropoli del nostro tempo.

La solitudine, infatti, le appare come un vuoto che può inghiottirla, una forma del nulla, per questo tende a rimuoverla o a sfuggirla, rifugiandosi nel conformismo del "così fan tutti" oppure nell'iperattivismo dove ogni spazio è occupato dall'agire. Eppure nei fatti essa è una *dimensione fondamentale dell'essere umano*: siamo soli alla nascita, soli nelle decisioni importanti, soli nel dolore, soli nella morte, soli spesso nella comunicazione stessa quando il tuo dire non passa o prevale l'incomprensione.

Questa ineluttabilità fa paura perché ci si può sfuggire solo per ambigue vie traverse che poi aggravano la situazione perché nel conformismo emerge un "falso sé" e nell'iperattivismo uno stordimento nell'azione.

D'altra parte, la *solitudine è ambivalente*: c'è anche una solitudine positiva che corrisponde a un bisogno altrettanto fondamentale per l'uomo. Unicamente da soli, infatti, è possibile creare, ideare un progetto, pregare ed entrare in contatto profondo con se stessi per conoscersi e fare il punto sulla propria vita. Altri sarebbero un intralcio.

La solitudine, così, può essere "*un crogiolo di umanità*". Quella stessa negativa che rimandandoti al limite, all'impotenza, alla fragilità spinge a fare i conti con la realtà della nostra precarietà, anche se non sempre ci si riesce e vi sono solitudini soltanto schiacciati con esiti patologici. Anzi, in situazioni di pesanti solitudini di fatto, come dopo la perdita del partner e quando ci si trova senza sostegni affettivi, la persona può scoprire in se stessa risorse e capacità inaspettate che attingono al profondo del sé.

A maggior ragione è "crogiolo" la solitudine positiva come luogo della creatività, della libertà, della riflessione: tra dimensione sociale e quella di solitudine può, quindi, stabilirsi una *complementarietà*: la solitudine offre alla socialità la dimensione dell'interiorità e quella sociale arricchisce con l'apertura ad altri mondi umani.

È quanto è accaduto allo stesso Gesù che amava ritirarsi in solitudine a pregare dove, secondo Chersteston, sperimentava un'immensa gioia trasfigurante nella comunione con il Padre e ha conosciuto insieme la tremenda solitudine della Passione culminata nel grido sulla Croce: "Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?".

A questo punto estremo non soltanto i suoi, ma lo stesso Padre era diventato assente, addirittura la fonte della sua gioia e della sua forza si era eclissata e Gesù era sbattuto contro la durezza del nulla, mentre attorno il male trionfava.

Tuttavia secondo Luca è morto in pace, affidando la sua vita nelle mani del Padre. Quel Padre che è sempre con noi e può essere paradossalmente nostro sostegno intimo nel momento del suo silenzio. Può, perché questo è afferrabile solo nella fede. Una fede sensibile e profonda al punto da leggere la Presenza nella stessa asprezza dell'Assenza.

l'evangelo nell'anno

UN SEME DUE VOLTE FECONDO

Gesú ha raccontato la parabola del seminatore. Gli evangelisti, qualche decina d'anni piú tardi, hanno scritto la parabola del seminatore. Gli specialisti che analizzano questo testo ci rivelano *differenze d'orientamento* tra questi due momenti.

Quando Gesú racconta la parabola, riassume in maniera immaginifica i diversi atteggiamenti che la gente ha preso davanti al messaggio. C'è contemporaneamente scacco massiccio e promessa di un ricco raccolto. Gesú constata le opposizioni, gli entusiasmi effimeri, e la fecondità già tangibile. Malgrado il seme perduto, si vedrà una bella messe. È una parabola di *speranza*.

Dopo Pasqua, il contesto è cambiato. I discepoli vivono nella presenza del Cristo resuscitato. La parabola è attualizzata per questo tempo nuovo, in funzione delle comunità cristiane di allora. Piú che sulla speranza, l'accento è messo sulle *disposizioni intime per accogliere la parola*. Le diverse situazioni in cui il seme è annientato evocano le defezioni dei cristiani o la loro perdita di sapore. Matteo insiste sulla necessità di «comprendere» la parola, per portare frutto.

Messaggio di speranza malgrado gli scacchi apparenti del Vangelo, richiamo a essere vigilanti per accoglierlo con tutto il nostro essere? La parabola cumula questi due significati per noi. È per sempre seme fecondo. *Gérard Bessière*

IL GRANDE PAZIENTE (Mt 13, 24-43)

Uscí il grande seminatore: era la parabola della scorsa domenica. Oggi potremmo proseguire e aggiungere: uscí a seminare un uomo paziente, il grande paziente.

È un altro modo – voi mi capite – di interpretare la “grandezza”. Nel modo piú comune *la grandezza non viene avvicinata alla pazienza*; piú che i pazienti, forti sono considerati gli sradicatori: il male c'è? Via! La zizzania c'è? Va sradicata.

La grandezza di Dio

Questa non è grandezza secondo la Bibbia, perché questa non è la grandezza di Dio. La grandezza di Dio e per Dio è ben altra!

Gli impazienti, *gli sradicatori sono uomini e donne dallo sguardo ristretto*, per loro esiste *solo l'attimo presente*, sono gli uomini e le donne del “tutto subito”. Non sanno che di ciò che sta sotto i loro occhi c'è un prima e c'è un dopo.

Grandi per Dio si è quando si ha uno sguardo grande: di questa *grandezza che nasce dallo sguardo grande* parlava oggi il libro della Sapienza. Tu, Signore, sei grande perché ti curi di tutti, «...il tuo dominio universale ti rende indulgente con tutti. Tu, padrone della forza, giudichi con mitezza; ci governi con molta indulgenza».

È interessante ripensare questi verbi, che sono i verbi di Dio, i verbi della grandezza di Dio.

“Prendersi cura di tutti”: è il mio verbo? “Essere indulgente con tutti”: è il mio verbo? “Giudicare con mitezza”: è il mio verbo?

Il modo di agire di Dio non è solo grandezza da ammirare. È, secondo il libro, insegnamento: «Con tale modo di agire hai insegnato al tuo popolo che il giusto deve amare gli uomini; inoltre hai reso i tuoi figli pieni di dolce speranza perché tu concedi dopo i peccati la possibilità di pentirsi».

Uomo giusto, secondo il libro, è *colui che ama gli uomini. Figli di Dio*, secondo il libro, coloro che sono pieni – ne portano il segno negli occhi – di dolce speranza, *coloro che sempre concedono*, come Dio, una nuova possibilità, *una nuova carta da giocare all'altro*.

Nel regno di Dio, tre condizioni

Dentro questa visione biblica di Dio e dell'uomo, dentro questa concezione biblica del significato vero di grandezza, – di grandezza di Dio e di grandezza dell'uomo – Gesú ha raccontato la splendida parabola del grano e della zizzania e vi ha aggiunto le due altrettanto splendide parabole del piccolo seme di senapa e del frugolo di lievito nella farina.

Siamo sempre nell'ottica del Dio paziente, della donna paziente, dell'uomo paziente: il Dio, la donna e l'uomo che hanno lo sguardo largo. Non siamo nello spazio moderno del “tutto subito”, siamo nello spazio umano e divino del bambino che è atteso per nove mesi, e spesso è atteso per anni e anni prima di quei nove mesi: forse dovremmo imparare molto da questa *attesa* materna e paterna.

La prima parabola evoca come condizione naturale la “*mescolanza*”, anche quella tra bene e male, tra buoni e cattivi. Notate che Gesú sapeva bene che a volte negli orti è necessario – il contadino lo fa – togliere l'erba che soffoca i buoni germogli. Proprio per questo diventa piú interessante e piú significativo il fatto che dica: nel regno di Dio, non cosí, ma come nel campo in cui zizzania e grano crescono insieme. Guai agli sradicatori – e ce ne sono stati e ce ne sono –, guai a quelli che vogliono pronunciare giudizi definitivi, prima del giorno della mietitura: il giudizio spetterà a Dio e di lui è scritto: «Tu, padrone della forza, giudichi con mitezza».

La seconda parabola evoca la condizione della “*piccolezza*”. Siamo impazienti perché vogliamo subito l'albero, e forse anche i frutti.

No. Intenerisciti, nel regno di Dio, per i piccoli germogli, anche dentro di te, intorno a te, nella tua famiglia, nella società, non essere di quelli che sognano cose mitiche, vistose. Osserva con attenzione e prenditi cura del piccolo seme che è in te, intorno a te.

La terza parabola evoca la situazione della “*invisibilità*”: ci sono forze invisibili, segrete, silenziose. Chi si accorge della forza del frugolo di lievito nascosto dalla donna nella pasta?

Il regno di Dio ha questo stile – e quanto di noi e delle nostre cose andrebbe verificato su questo stile! –. Non ama gli sbandieramenti, le esterofore, la teatralità, ama essere forza segreta, nascosta, silenziosa. Ama essere dentro, perduto nella pasta.

Angelo Casati

GESÚ SULLE DUE RIVE

Gesú, moltiplicando i pani, ha appena ottenuto un bel successo. Potrebbe approfittarne. Ma no! Obbliga i suoi discepoli a imbarcarsi per raggiungere l'altra riva del lago. L'altra riva? *Quando si è sull'altra riva, non si vede piú «la propria riva» alla stessa maniera.* Quale idea del pianeta può avere la formica finché trotterella sulla nuda terra, con le sue zampette minute? Prender distanza, andare lontano, è una necessità per vedere e guardare altrimenti. Da piú lontano, vedere piú vero.

Gesú non poteva accettare che i discepoli piú vicini considerassero come un semplice nutrimento materiale il pane che egli aveva largamente distribuito; che lo ritenessero, lui, un meraviglioso panettiere capace di nutrire le folle con qualche pane unicamente.

Poco dopo, non potrà tollerare di piú che essi lo prendano per un fantasma quando lo vedranno avvicinarsi loro, camminando sulla superficie del lago. Sarebbe spettro, un falso, un'illusione? «No, sono io, non abbiate dunque paura! Io, come mi vedete e mi sentite quando sono sulla riva». *L'inatteso sconvolge la visione ordinaria delle cose. L'invisibile, sorgendo bruscamente nel visibile, non è meno reale del visibile.*

Gesú, l'imprevisto, l'imprevedibile, chi è dunque? La sua identità infastidiva i suoi contemporanei i piú vicini come i piú lontani, e infastidirà gli uomini di tutti i tempi. Di conseguenza, è stupefacente che Pietro perda terreno sulle acque e affondi un istante nell'oscurità dell'incomprensione?

Gesú, lui, l'uomo e il Dio, è sempre sull'altra riva: è sulle due rive a un tempo. Non può accettare la stretta corazza delle parole e delle definizioni. Quando lo si dice uomo, certi pensano che si diminuisca di altrettanto la sua divinità. Quando si afferma che è Dio, altri si immaginano che si riduca di altrettanto la sua umanità. Passare dall'umanità alla divinità di Gesú, poi dalla sua divinità alla sua umanità, come si passa da una riva all'altra, e cosí, indefinitamente. È questo andirivieni che ancora la fede nella verità del Dio di Gesú Cristo. *Hyacinthe Vulliez*

LA SPROPORZIONE DELL'AMORE (Mt 20, 1-16)

La prima reazione è di sconcerto.

E lo sconcerto non è solo dei servi della prima ora: «Questi ultimi – dicono – hanno lavorato un'ora soltanto e li hai trattati come noi che abbiamo sopportato il peso della giornata e il caldo».

Anche noi, anche noi lettori del Vangelo di Matteo – confessiamolo – poco o tanto patiamo lo stesso scandalo, lo stesso sconcerto, la stessa meraviglia.

«Una sola ora di lavoro» – diciamo noi – «non merita la stessa paga di un'intera giornata!».

Vedete, alcuni commentatori hanno cercato di attutire, di attenuare lo sconcerto. Ma l'operazione è ambigua, equivoca. Il padrone – dicono – *tratta anche gli ultimi come primi* perché, dopo tutto, non è colpa loro se nessuno prima li ha ingaggiati. E dunque è giusto, è secondo giustizia.

Ma, con queste o simili interpretazioni, si tenta di ricondurre la parabola entro i binari della giustizia umana, mentre la parabola vuol proprio segnalare una logica diversa, quella di Dio.

«I miei pensieri» – è scritto nel rotolo del secondo Isaia – «i miei pensieri non sono i vostri pensieri, le vostre vie non sono le mie vie – oracolo del Signore».

Guai se vacciniamo della sua diversità la logica di Dio, se la ricatturiamo nei nostri binari; la logica di Dio va oltre. Certo, non nel senso che Dio è contro la giustizia: sarebbe disgustoso urgere verso l'immagine di un Dio dispotico, arbitrario, indisponente.

Il Dio di Gesú Cristo non è senza la giustizia, ma non si lascia imprigionare negli spazi, a volte ristretti, della nostra giustizia, o meglio, della nostra «proporzionalità».

Ma, a guardar bene, la regola interiore, *l'anima profonda dell'amore* – e Dio è amore – non è forse la «sproporzione»? Se in un amore non c'è un qualche brivido di sproporzione, ditemi che amore è? È un contratto. Una volta si parlava di contratto anche per il matrimonio. Ma il contratto è la proporzione: io ti do tanto, tu mi dai tanto.

E invece qui, nella parabola, non c'è la proporzione: hanno lavorato un'ora soltanto, ricevono un denaro che è il prezzo giusto di un'intera giornata.

Dio è oltre

Ma Dio – intende dire la parabola – Dio è oltre, oltre nel senso della bontà, della gratuità: di *una gratuità che non contraddice la giustizia, ma ne dilata gli spazi.* Ed è – notate bene – è in questi spazi, negli spazi dell'oltre – l'oltre della bontà, della gratuità, della sproporzione dell'amore – che noi, in qualche misura conosciamo il Dio di Gesú Cristo. Se rimaniamo al di qua, nella nostra ristretta giustizia, nella nostra rigida proporzionalità, Dio non lo conosciamo. Dio diventerebbe sí, prevedibile, ma sarebbe niente piú che la nostra impoverita immagine.

E dunque, ecco una prima conseguenza: *non impoverire Dio, non impoverirlo della sproporzione, non pretendere di capire tutto, non defraudarlo della imprevedibilità del suo amore, anzi incantarci a contemplare la sua sproporzione, il suo eccesso nell'amare, che, tra l'altro, ci riguarda perché anch'io sono, poco o tanto, un operaio dell'undicesima ora.* E Dio, per fortuna, non usa con me la proporzionalità.

E c'è una seconda conseguenza, che solo accenno: i figli chiamati a imitare, a specchiare il Padre che è nei cieli. Mi viene spontaneo chiedermi: *io che immagine rimando?* Sono l'uomo della rigida proporzione? A misura corrisponde misura! C'è nella mia vita il segno dell'eccesso?, della sproporzione dell'amore?

Vado oltre? O, a ben guardare, anch'io ho l'animo dei servi della prima ora, che, badate bene, non si lamentano di quello che ricevono, ma di quello che ricevono gli altri.

Protestano. «Li hai fatti» – dice il testo greco – «li hai fatti uguali a noi». Ecco l'imputazione.

Come se – guardate la stoltezza, la nostra stupidità! – come se il valore di quello che abbiamo tra le mani dipendesse dal fatto che gli altri non l'hanno.

Abbiamo bisogno che gli altri ci invidino per essere sicuri di valere qualcosa agli occhi degli altri.

È il segno della meschinità.

Insegnaci, Signore, la tua sproporzione.

Angelo Casati

I DUE VOLTI DELLA SOLITUDINE

I. PREMESSE

1. QUANDO DICO SOLITUDINE

Come l'esperienza dell'amore o del dolore, della gioia o della tristezza, anche quella della solitudine ha interrogato l'umanità da millenni. Ne parla già la Bibbia, affermando che «non è bene che l'uomo sia solo» (*Gen 2,18*) ed è ben presente nella cultura greco-romana con analisi illuminanti anche per oggi.

Scrivo, per esempio, Marco Aurelio: «Alcuni vanno alla ricerca di luoghi in cui ritirarsi: in campagna o al mare o sui monti. Però è quanto mai sciocco dato che tu puoi, in qualsiasi momento, ritirarti in te stesso. Perché in nessun luogo più tranquillo e calmo della propria anima ci si può ritirare» (*«Pensieri»*, Mondadori, 1989, pag. 161).

Adesso che spesso "calmi" non siamo, ma ansiosi, avremo più di un'obiezione, valida non in sé, perché è fondata l'osservazione di saggezza di Marco Aurelio per cui ci illuderemmo di trovar pace alla nostra agitazione in campagna o sui monti. Dopo un po' ce la ritroveremmo dentro. Per questo, forse, ci riconosciamo di più nella problematicità di Montaigne che scrive: «Ritiratevi in voi, ma prima preparatevi a ricevervi. Sarebbe una pazzia affidarsi a voi stessi, se non vi sapete governare» (*«Saggi»*, Mondadori, p. 325).

Oggi, infatti, abbiamo paura della solitudine e del silenzio che l'accompagna. Tant'è vero che pure su una spiaggia deserta ci portiamo dietro la nostra radiolina e anche nel silenzio più di stare in compagnia di noi stessi per conoscerci un po', preferiamo, in genere, sdraiarsi al sole per rilassarci. Il che non è privo di valore.

Sia come sia, ha un senso affrontare una tematica antica forse quanto l'uomo? Noi pensiamo di sí, perché le questioni di sempre presentano un volto segnato dal tempo in cui si vive.

Parlare della solitudine, perché?

Una prima ragione sta nel fatto che la solitudine è *dimensione costitutiva della persona*. Ne siamo coinvolti tutti perché essa è "ontologica", alla radice insuperabile. Come ha scritto Quasimodo: «Ognuno sta solo sul cuor della terra/ trafitto da un raggio di sole:/ ed è subito sera». Cercare di indagarla è quindi un modo per leggere qualcosa di un aspetto di fondo della propria vita, che può aiutare a gestirla meglio.

Attualmente, poi, c'è un dato nuovo di realtà: la persona del nostro tempo appare frequentemente a disagio sia nella solitudine che nella relazione, osserva lo psicanalista Denis Vasse:

«Tutto avviene come se l'uomo d'oggi fosse scosso da una duplice incapacità: quella di vivere con gli altri e quella di vivere solo. Non sopporta se stesso più di quanto non sopporti gli altri. È un carosello infernale che lo fa desiderare infinitamente di essere in tutt'altra parte che quella in cui precisamente si trova» ("Dall'isolamento alla solitudine", in AA. VV. *«La solitudine»*, Ave, 1966, pag. 21).

Oggi, inoltre, per la prima volta nella storia la solitudine ha assunto una valenza sociale. Vi sono intere fette della

società costrette, in vario modo, a una solitudine forzata. E precisamente anziani e bambini, le due fasce più deboli e non produttive. I giovani vivono in gruppo, ma sono isolati rispetto alla società che non se ne interessa. E qualcosa di analogo accade a quegli immigrati a cui, di fatto, è impedita l'integrazione e quindi il riconoscimento sociale.

Essa, infine, molto spesso è percepita con una *connotazione unicamente negativa*, mentre nella realtà si tratta di una esperienza ambivalente. In ogni caso, ecco quattro buone ragioni per esplorarla un po' e annullare quell'immagine drammatica che oggi la caratterizza.

Un'esperienza ambivalente

C'è una solitudine *positiva*, una solitudine serena, creativa, quieta, libera e liberante, fattore importante di crescita personale. È la solitudine in cui si entra per pensare, per ritrovare se stessi, conoscersi, immergersi nel silenzio e lasciare che emerga una parola dal profondo di sé, per contemplare o pregare. È una *solitudine scelta* dalla persona, che può sempre sospenderla per entrare in relazione.

Questa capacità di essere soli è *gratificante e feconda*, apre alla vita, *permette di proteggersi dall'invasione del mondo esterno* tanto più importante oggi vista la prepotenza della comunicazione mediale, che tende a omologarci e a sostituirsi alla nostra interiorità, e ci *preserva*, insieme, dal pericolo della strumentalizzazione. Se sto bene con me stesso sono facilitato nel riconoscere l'altro come distinto da me, non avrò bisogno di impormi a lui nell'organizzare la mia giornata perché non so stare da solo e, contemporaneamente, non permetterò che mi tiranneggi. Sarò, in sostanza, più libero.

Anzi, ho letto che secondo Winnicott, psicanalista e teorico inglese, *la capacità di star bene da soli è uno dei segni più importanti della nostra maturità affettiva*.

Al contrario, la solitudine percepita negativa diventa insopportabile perché essa «genera angoscia, depressione, terrore, catastrofe» (V.L. Castellazzi *«Dentro la solitudine»*, Città nuova, II ed., 2000, p. 23) in quanto senza la presenza dell'altro ci si sente incapaci di vivere. Poiché, secondo Castellazzi, non è stata elaborata in modo adeguato la separazione durante la prima infanzia, «le fantasie che vi sono sottese sono di inghiottire l'oggetto e di esserne inghiottito. In entrambe le situazioni non c'è possibilità di relazione; da ciò un disperante senso di solitudine» (*idem*).

C'è, quindi, una solitudine sana, lieta, "creatrice di forze" scrive la Dolto, e una frustrante, demoralizzante, "decreatrice" (Dolto), «che incupisce e spinge al rifiuto del mondo esterno...» (Castellazzi, *cit. p. 12*), che forse è più corretto indicare come "isolamento".

Solitudine e isolamento

Già le due parole suggeriscono che solitudine e isolamento vanno distinti perché si riferiscono a esperienze incomparabilmente diverse tra loro, come del resto fanno gli autori che ho prima citato.

Solitudine è *la condizione esistenziale della persona che vuole ritirarsi in se stessa* per pensare, interrogarsi, giocare etc. e indica una *temporanea sospensione della relazione con la realtà esterna*, sia essa il mondo o l'altro.

Non si tratta di chiusura dentro di sé, in realtà si rimane in rapporto con il proprio mondo interiore abitato da figure positive interiorizzate. È una “sospensione” scelta e finalizzata a uno scopo creativo, per questo è gratificante, a volte proprio aurorale, cercata come respiro interiore.

È possibile, scrivono gli studiosi, a chi si accetta nella propria differenza grazie a una “separazione” riuscita nella prima infanzia. Per questo è in grado sia di evitare la relazione fusionale con l'altro, sia la sua assenza fisica vissuta come distruttiva.

L'isolamento, invece, indica una *condizione esistenziale dove la persona è emarginata oppure un'assenza di scambi con l'esterno*. La prima è una situazione *subita* proprio malgrado, la seconda con varie gradazioni di *patologia*.

Il primo è un *isolamento forzato* a cui sono costretti le fasce e i singoli più deboli della società come handicappati, anziani, malati cronici, carcerati, appunto le persone di fatto emarginate, non è detto che sfoci in patologie, anche se l'isolamento forzato le può favorire.

Il secondo è invece quello della persona che di fatto «nega la possibilità di apertura all'altro, considerata un'alterazione (...) L'isolamento e il mutismo vanno di pari passo perché la relazione con altri trova la sua espressione nella parola» (Vasse, *cit.* p. 22). Può andare dalla persona che ha paura di stare da sola e allora vive con altri in famiglia, ma non parla, o quasi, a patologie estreme come la ricerca «compulsiva dell'isolamento per schizoidia o il rifiuto di entrare in rapporto con gli altri per paranoia» (Castellazzi, *cit.* p. 13).

Chiavi di lettura

Come credo già emerge dalle osservazioni precedenti, le chiavi di lettura del quaderno sono sostanzialmente tre.

Una è che *di fatto la solitudine è inevitabile*: «Nel profondo del nostro essere noi siamo soli. È quindi una forzatura sostenere che la solitudine sia un frutto tipico del nostro tempo; se mai possiamo dire che l'attuale modo di vivere ne ha oscurato il volto amico, mentre ha alimentato e ingigantito il suo versante negativo» (Castellazzi, *cit.* p. 15).

Se mai *tipico di oggi è l'isolamento a cui portano la società di massa e l'individualismo* che parcellizzano l'esistenza, ciascuno cacciato nel proprio appartamento come accade nei grandi, anonimi palazzi delle nostre metropoli. È la *folla solitaria* di cui parlava Riesman già negli anni cinquanta. Non è solitudine perché poi ognuno ha o può avere più rapporti da quelli familiari alle relazioni amicali.

Una seconda chiave è *la fecondità e la necessità della solitudine* che contribuisce in misura notevole a personalizzare, a far acquisire autonomia e una maggiore capacità di relazione: solitudine e rapporto sono infatti due poli indissociabili di una vita sana e in evoluzione.

Una terza è la *distinzione solitudine-isolamento*, del tutto centrale anche per cercare di comprendere qualcosa di sé e discernere tra apertura alla nostra interiorità e chiusura isolazionistica.

Nell'insieme, così, il sommesso invito di questo quaderno è di cercare e valorizzare i tempi di solitudine positiva. A maggior ragione per chi cerca di diventare cristiano perché, come ci ha insegnato Gesù, *la preghiera personale può essere una delle esperienze più profonde di incontro con Dio*. E al pari del Maestro da questi spazi, o anche attimi, di silenzio ricevere luce, forza, gioia.

Carlo Carozzo

2. SOLITUDINE, CONTRIBUTI DI FILOSOFI

Il tema della solitudine non ha, di per sé, fornito occasione per grandi trattati filosofici. E la spiegazione è facilmente intuibile dal fatto che la filosofia, nella sua più autentica essenza, nasce dal *dialogo*, dal *simposio*, dalla *convivialità interrogante*.

Eppure, anche nel dialogo, nella necessaria comunicazione e nello scambio di domande e idee, la filosofia *presuppone* la solitudine. L'uomo che si interroga, che si confronta con maestri e compagni di viaggio, ha infatti, sempre e comunque, dietro di sé il momento in cui *si è trovato solo con se stesso*, in cui, in solitaria, ha dovuto e deve mettersi faccia a faccia con *l'angoscia che sgomenta*, con *il desiderio che arde*, con *la nostalgia che intristisce...*

Lo comprendiamo immediatamente: la solitudine nell'accezione della filosofia è uno stato di animo *differente* dal senso di *isolamento e di umiliante marginalizzazione* studiato dalla sociologia o dalla *patologia della relazione* e dalla *difficoltà della comunicazione interpersonale* fatte oggetto di analisi a opera della psicologia.

Tre tipologie

Bene conosceva la distinzione tra la solitudine nel suo significato psicosociale e in quello filosofico *Karl Jaspers*, un pensatore che proveniva anche, non a caso, da studi psicologici e psichiatrici. Nella sua opera principale, pubblicata nel 1932 con il semplice titolo di *Filosofia*, Jaspers distingue varie forme di solitudine, che si potrebbero sintetizzare nelle tre tipologie seguenti:

- *la disperazione e l'angoscia* al cospetto dell'*abisso*, del *senso del vuoto*, della *vanità del tutto*. È la solitudine ben nota ai poeti, ai mistici, ai profeti, a coloro che nitidamente avvertono la loro inadeguatezza di uomini di fronte all'immensità dei compiti che li attenderebbero per rendere più umana la propria e l'altrui esistenza... *Dovrei fare in questo modo, ma non ce la faccio, l'impegno è troppo grande, mi sento solo e come abbandonato*. È, per dirla con l'espressione di *Soeren Kierkegaard*, uno *stadio rivelativo*, un momento cioè che mi rivela, come in un cielo tempestoso improvvisamente squarciato da un lampo di luce, qualche cosa sulla mia esistenza, sul mio vivere in questo mondo;
- *il situarsi al di qua del sapere costituito*, una solitudine che prepara un *nuovo ingresso* e un *nuovo inizio* nella scienza e nel pensiero. È lo stato d'animo ben noto a coloro che *inaugurano cammini fino a quel momento inesplorati*, i precorritori, gli “inventori”, gli scienziati. Come il *Galileo* immortalato da Brecht, un uomo solo, costretto all'abiura, ma convinto che da questa sua solitudine non potrà che sortire, gradualmente, una nuova comunione di idee. O come l'*Amlèto* immortalato da Shakespeare, tormentato dal dubbio, perché consapevole che qualunque decisione assumerà comporterà *conseguenze irrevocabili*, e ancor più lacerato per l'incapacità dei consimili di *comprendere la gravità di una simile situazione*, in cui anche il non decidere è in realtà già un decidere;

– *l'accesso irrinunciabile verso la piú profonda comunicazione.* Soltanto chi, nella solitudine, ovvero nel *confronto solitario con se stesso*, abbia trovato e confermato motivi profondi per *dire di sí all'esistenza* può aprirsi a una comunicazione con gli altri, una comunicazione che non sia un semplice cercare nell'altro *conferme* per se stesso o, peggio, l'usare *strumentalmente* l'altro per raggiungere i propri obiettivi, ma un *costruire un dialogo come occasione di crescita e di autenticità.*

Caratteristica comune di queste tre tipologie di solitudine è quindi di *istituire un nesso pressoché inscindibile tra solitudine e condizione umana.* Condizione umana contrassegnata da un *apparente paradosso*: l'uomo è *solo* di fronte alla *gravità del momento della decisione*, ma nello stesso tempo è consapevole che non può vivere nella solitudine totale perché *ha bisogno degli altri*, la *socievolezza* è cioè *componente irrinunciabile del suo essere.*

Apparente paradosso. Perché, di fatto, *solitudine di fronte al momento grave del decidere per sé e per la propria vita e socievolezza come base di una comunicazione che è irrinunciabile per il nostro essere* non si escludono, ma al contrario si integrano. La solitudine è il *presupposto per l'autonomia*: soltanto chi ha "fatto i conti" con se stesso riesce poi a gestire, a mettere ordine nella propria vita; nel contempo, l'autonomia presuppone la *consapevolezza dell'altro*, dal momento che il darsi da sé norme di azione – questo il significato di *autonomia* – non può prescindere dal *rispetto fondamentale della libertà altrui*, sul cui riconoscimento si basa, peraltro, la mia stessa libertà.

Solitudine e solipsismo

È in specifico con l'affermarsi dell'*età moderna* che la filosofia e la cultura hanno cominciato a fare consapevole esperienza del *solipsismo*. *Solus ipse*, il solo io individuale è il garante della *coscienza*, la quale è appunto sempre *coscienza del singolo*. Da *Cartesio* e da *Malebranche* in poi, verso la fine del diciassettesimo secolo, è l'io, attraverso l'attività del pensiero, a costituire l'*unico fondamento evidente di tutte le nostre conoscenze.*

In questa accezione, quindi, *solipsismo* non è sinonimo di *pensare soltanto a se stessi*, bensí di *aver soltanto in se stessi il fondamento del pensare*, ossia la condizione di possibilità del pensiero. *L'io penso, dunque io sono* di *Cartesio* ha senso proprio se si sottolinea che la *coincidenza di pensiero ed essere* avviene *dentro* e non *fuori* il medesimo io, è cioè *garantito* dal comune soggetto, ossia appunto dall'io.

Si possono abbozzare molte ipotesi sul motivo per cui sia proprio l'età moderna ad avvertire questa necessità filosofica di *porre l'io al centro di tutto*, necessità che invece la nostra epoca, come vedremo, sembra aver rigettato. La piú suggestiva ci sembra quella che fa riferimento proprio alle condizioni che originano, convenzionalmente, ma anche *strutturalmente*, il sorgere dell'età moderna.

La *scoperta di un nuovo mondo*, le Americhe, rappresenta, sotto il profilo antropologico e culturale, un vero e proprio *momento di passaggio*, una *cesura tra il vecchio e il nuovo.* La comprensione di sé dell'uomo europeo poteva fino a quel

momento essere guidata da una certa percezione di *unitarietà.* *La mia cultura*, egli idealmente si diceva, *ha valore universale.* Infatti, se pure guardava attorno a sé, a oriente per esempio, era soprattutto per *ritrovare il nucleo germinativo di quella sua cultura*, le origini della classicità e del cristianesimo, nucleo germinativo che poi la grande tradizione scolastica europea aveva saputo far fruttificare. È soprattutto in forza dell'esigenza di *tenersi ancorati a quel nucleo germinativo* e di continuare a tenere lontano con la penitenza lo scongiurato pericolo di un mondo che doveva finire e che invece continuava a vivere, che il Medioevo ha conosciuto per esempio la grande espansione dei *pellegrinaggi.*

Ora invece si doveva guardare a Occidente. E qui non si vedeva nulla che avesse a che fare con la storia e con il mondo del presente e del passato. Era appunto un *mondo nuovo.* La percezione dell'unitarietà cominciava a *incrinarsi*, a *frantumarsi.* Tanto piú che, nel giro di sessant'anni dal viaggio rivoluzionario di Colombo, l'Europa cristiana si era vista costretta ad assistere, al proprio interno, con *Lutero* prima, con *Calvino* poi, a una profondissima lacerazione. Adesso neppure piú la cultura cristiana europea appariva unita, anch'essa era *frantumata, scissa.*

Di fronte alla vastità di un mondo ignoto, di fronte al venimento dell'unitarietà del cristianesimo europeo, l'uomo moderno si scopriva improvvisamente solo. Doveva trovare *altri principi universali.* Non poteva piú farlo guardando attorno a sé, perché anzi questo sguardo produceva solo *angoscia sgomentante*, e doveva quindi farlo *guardando dentro di sé.* Di qui, il *solipsismo*, la nascita, tutta moderna, dell'*individualismo*, del *principio di individualità.*

Egoismo o cura dell'altro?

Ma allora: se il solipsismo diventa il *punto di partenza*, l'approdo qual è? La costituzione di una nuova comunione, di una nuova *unità*, di una rinnovata *cura e attenzione per l'altro*, per il *diverso da me*, o necessariamente solo l'*egoismo* e l'*attenzione per il proprio particolare?*

Domanda che, tra fine diciottesimo e inizio diciannovesimo secolo, si presenta in tutta la sua urgenza all'*idealismo tedesco*, in particolare a *Kant*, *Fichte* e *Schleiermacher*, che, ciascuno secondo la propria peculiare prospettiva, affiancano comunque al principio dell'io, garante del principio dell'autonomia (del conoscere, dell'etica e della religione), l'idea di un *imperativo morale*, di una *intersoggettività* o *socievolezza* che costituisce l'essere piú profondo dell'uomo come un *essere con gli altri.*

Ora, fa parte dell'esperienza comune constatare come vi siano strutture che non possono risolversi nel semplice riferimento all'io: il *linguaggio*, il succedersi e concatenarsi degli *eventi storici*, le *organizzazioni sociali* sono espressioni del fatto che il solipsismo può esistere in teoria, ma che nella pratica l'uomo *non è mai solo*, vive in un *sistema di interdipendenze e interconnessioni*, che la sfera della coscienza è costituita, piú che da un io, da un *noi intersoggettivo*, secondo l'espressione del fondatore della scuola fenomenologica *Edmund Husserl.*

Le società nascono e si sviluppano in base alla *divisione del lavoro*, alla *ripartizione delle funzioni, dei ruoli e*

dei compiti. E una società è dunque tanto più complessa, quanto è maggiore il livello delle interdipendenze al suo interno: oggi, nessuno di noi riuscirebbe a immaginarsi totalmente *autarchico*, ossia in grado di far fronte da solo al soddisfacimento dei suoi bisogni primari. Nutrirsi, vestirsi, ripararsi dalle intemperie: nessuna di queste tre esigenze basilari può essere assolta senza pensare al *coinvolgimento di altri*, a una *concatenazione di processi*, a una *rete di rapporti*. Per mangiare la carne, ho bisogno di qualcuno che me la venda, di un altro che abbia macellato il vitello, di un altro ancora che lo abbia allevato, di un altro che abbia prodotto il mangime di cui il vitello si è nutrito ecc. ecc. ...

Ecco dunque che, accanto all'io e al noi, viene a porsi quella che Martin Heidegger ha chiamato la *struttura della cura*. L'esistenza dell'uomo, il suo *esser-ci*, il suo situarsi qui e ora, si rivela come uno stato di dipendenza: si è *assegnati e consegnati* al mondo in cui si vive, ma è proprio questo dipendere strutturale dal mondo in cui si è *gettati* a consentire l'*apertura* verso l'altro.

Maestri del sospetto

Il Novecento, e in particolare la sua seconda metà, che si suole definire *età del postmoderno*, è segnato da un *sospetto radicale* nei confronti del principio dell'io e dell'idea di coscienza. Secondo una felice indicazione di Paul Ricoeur, i maestri di questo sospetto possono essere rinvenuti già verso la conclusione del diciannovesimo secolo: Marx, Nietzsche e Freud.

– Marx mette in crisi la centralità dell'io sottolineando come alla base della società non stia il principio della soggettività, ma la *struttura economica dei rapporti di produzione*, nel cui processo l'io si *aliena*, diventa cioè "altro da sé": l'oggetto che l'uomo lavoratore produce non serve più a soddisfare i suoi bisogni, ma diventa *merce*, vive cioè di vita autonoma, regolata dalle leggi dello scambio. Tale *struttura* si *rispecchia* poi in ogni realtà e attività umana e sociale, condizionandone la forma e l'esito;

– Nietzsche mette in crisi la centralità dell'io sottolineando come la verità che si offre all'evidenza della coscienza in realtà *non esiste*, è *niente*, puro *nichilismo*, il *prodotto di tavole di valori predominanti* e quindi l'effetto di un *gioco di forze* guidato dalla *volontà di potenza*;

– Freud mette in crisi la centralità dell'io sottolineando come *l'io non sia padrone nemmeno a casa propria*, dato che a condizionare l'agire umano non è l'intenzionalità razionale della sua coscienza, ma sono piuttosto – come bene dimostrano i *sogni*, i *lapsus*, gli *atti mancati*, i *sintomi nevrotici* – le *pulsioni irrazionali dell'inconscio*, un'energia vitale che non possiamo definire altrimenti che per ciò che non è (il non-conscio, la non-coscienza).

I maestri del sospetto introducono quindi a una *nuova forma di solitudine*: non la solitudine dell'uomo che si scopre isolato nell'affrontare il proprio destino, ma la

solitudine sconsolata di chi scopre la *perdita e l'illusorietà della propria libertà*. L'uomo si percepisce *non più libero*, non più in grado di *determinare i propri atti*, sottoposto a miriadi di condizionamenti, economici, sociali, morali, psicologici... L'uomo è solo perché *pensa di essere libero*, vuole esserlo, eppure non lo è, e non sa più come *ricquistare la propria libertà*.

L'io e il tu

Lo sgomento della perdita della libertà, la scoperta, da sempre ben nota ai poeti, ma fattasi improvvisamente lancinante proprio nel passaggio tra diciannovesimo e ventesimo secolo, che si può *godere anche di ciò che non si desidera*, di ciò che non è *eticamente umano*, che esiste un attaccamento a un *godimento maligno, eccessivo, rovinoso e distruttivo che tende a ripetersi*, al di là del principio del piacere e del desiderio – secondo un processo descritto letterariamente nei *Fiori del male* di Baudelaire o nella *Ricerca del tempo perduto* di Proust, e analizzato psicologicamente nella *coazione a ripetere*, connessa alla pulsione di morte, di cui scrive l'ultimo Freud – sono dunque le *cifre* più crude e crudeli della solitudine dell'uomo contemporaneo, che, di fronte alla *responsabilità* della propria vita, preferisce piuttosto *lasciarsi vivere*, abbandonarsi *come un automa* alla frenesia del quotidiano e al succedersi apparentemente assurdo degli eventi.

Sarà forse per questo che buona parte della cultura filosofica novecentesca si è affrettata a decretare la *morte del soggetto*, la *detronizzazione dell'io*, proponendone in molti casi la sostituzione con il *tu*, inteso come *antidoto al solipsismo radicale*. Non l'io, non il soggetto, il singolo, ma l'altro, il suo volto, il suo costituirsi appunto come tu, devono essere posti al centro della riflessione filosofica.

Da Martin Buber a Emmanuel Lévinas, è soprattutto il pensiero ebraico a mettere in rilievo questa assoluta *ineliminabilità* della *alterità*. È il volto dell'altro, il tu che ho di fronte, a costituirmi come individuo etico. Al di fuori della relazione con l'altro, con un tu, vi è unicamente *sopraffazione*... Ma, ci chiediamo, in questo caso il tu non rischia di diventare un *rifugio*, un *alibi* per la mia incapacità di *guardarmi in faccia*?

Davvero affascinante lo scandaglio sulla solitudine lungo i fondali del pensiero filosofico di tutti i tempi. Si parte dalla constatazione che la filosofia non sulla solitudine si fonda, ma sulla *compagnia* degli uomini, per scoprire che è proprio tale compagnia a sembrare tanto difficile all'uomo contemporaneo e che la solitudine non segna altro che lo *smarrimento della propria libertà*...

Forse, vivere la solitudine come momento positivo e di crescita di umanità può allora significare *ricuperare il coraggio* di vedere nel volto dell'altro non lo specchio infranto delle mie proiezioni, di *ciò che io vorrei essere*, lo strumento per verso della mia realizzazione, ovvero l'*anestetico* dei miei sensi di colpa di fronte al *mio solipsismo*, ma il collocatore con cui ricostruire insieme l'*autenticità più profonda del nostro essere uomini*.

Francesco e Guido Ghia

II. SOLITUDINE NEMICA, ASPETTI SOCIALI

1. GLI ANZIANI

“Io sono stato quello che tu sei, tu sarai quello che io sono”. Nel grido spesso silenzioso o poco ascoltato di un anziano nei confronti di un giovane stanno tutte le contraddizioni, le ansie, le paure, le amarezze e i rancori inconfessati della persona avanti negli anni. Essa vive anche, è vero, momenti di grande gioia, di serena nostalgia, di tenerezza profonda, ma occorre ammettere che questi sentimenti si avviano a diventare, in una società complessa come la nostra, sempre più rari.

Mi propongo di delineare brevemente in prospettiva sociologica il tema della *solitudine dell'anziano* esaminando dapprima l'anzianità nelle sue manifestazioni fenomenologiche, tentando poi una valutazione del dato, e formulando infine alcune proposte per contribuire a trasformare un presunto “problema” in una vera risorsa sociale.

1. Fenomenologia della condizione anziana in Italia.

Alcuni dati

Verso la fine degli anni '80, la popolazione “over 65” in Italia era di 7.664.000 unità (1). Oggi, secondo i più recenti dati Istat, supera i 10 milioni di soggetti all'interno di una popolazione di circa 58 milioni di unità. Si tratta di un fenomeno di imponenti proporzioni. Un italiano su 5 raggiunge oggi i 65 anni e il 5% della popolazione raggiunge gli 80 anni. Negli ultimi dieci anni la vita media si è allungata di circa 2 anni (77 anni per gli uomini e 82.9 anni per le donne: in Europa, aspettative di vita migliori si riscontrano per gli uomini solo in Svezia [77.7 anni] e in Spagna per le donne [83.1]). Inoltre, i più recenti studi di geriatria e di gerontologia confermano che si sta allungando anche il limite massimo di sopravvivenza. Nel futuro avremo cioè sempre più ultracentenari.

L'Italia continua a essere all'interno dell'Unione Europea il Paese con popolazione più anziana. Al 1° gennaio 2003 l'indice di vecchiaia (il rapporto percentuale tra la popolazione con 65 e più anni e quella di età compresa tra 0 e 14 anni) risultava pari a 133.8 % (Nord=157.3; Centro=159.5; Sud=102.9): ogni 100 bambini/ragazzi esistevano cioè in Italia circa 134 anziani. Al 1/1/2004, con una sostanziale stabilità dei minori sotto i 15 anni, il valore stimato era di 135.4 (1/1/1980=57.9).

Quanto “pesano” socialmente gli anziani sulla popolazione “produttiva”? L'indice di dipendenza (il rapporto tra gli over 65 e la fascia di popolazione compresa tra i 15 e i 64 anni) è in crescita, essendo passato dal 20.3% del 1/1/1980 al 28.9% del 1/1/2004. Analogo andamento si riscontra relativamente all'indice di dipendenza totale (il rapporto tra la popolazione 0/14 anni più gli over 65 e la popolazione da 15 a 64 anni) che è in crescita costante dal 1/1/1990 e raggiunge al 1/1/2004 il valore del 50.2% contro il 46.0 del 1/1/90 (ma al 1/1/80, quando si risentivano ancora gli effetti del *baby boom*, era del 55.4%).

Consideriamo la componente femminile del “pianeta anziani”. Una donna, oggi, condivide una parte sempre maggiore della vita con il *partner*. Le donne in età compresa tra i 65 e i 69 anni che vivono sole sono in diminuzione (21.2%) così come le donne che vivono come componente aggregato di famiglie di discendenti o di altri parenti. Se ci spostiamo sul segmento *over 75* le donne sole sono però il 49.3% contro il 18.9% degli uomini. Come affrontano questa fase dell'esistenza? In condizioni di salute migliori rispetto al passato, grazie anche ai progressi della medicina, ma ancora con un alto indice di malattie invalidanti. Inoltre, in solitudine, la malattia incide maggiormente su di esse perché non sufficientemente sostenute da reti di solidarietà che in qualche misura potrebbero alleviarne il peso. Dal 1985 al 2000 le famiglie con anziani *aiutate* si sono praticamente dimezzate in termini percentuali, passando dal 30.7% al 16%. Pur in presenza di migliori condizioni di salute rispetto al passato e di più diffusi servizi privati (le cosiddette “badanti”), il progressivo invecchiamento della popolazione apre scenari inquietanti, in una situazione di drastica riduzione del *welfare*.

2. Un grido poco ascoltato

a) Il disagio dell'essere anziani

Il significato dei termini anzianità e vecchiaia è in continua evoluzione. Non sempre l'uomo ha conosciuto la vecchiaia. Oggi, almeno in Occidente, viviamo più a lungo rispetto al passato, ma conosciamo davvero il fenomeno della vecchiaia? Conosciamo l'invecchiamento, i suoi sintomi e spesso le sue crudeltà, ma ne conosciamo poco la genesi, perché i segni che delimitano questa condizione fanno parte di quei segreti imperscrutabili conservati con cura gelosa. Un'indagine condotta con i modelli sociologici è pertanto molto limitativa se non intervengono anche altri apporti, in particolare della psicologia sociale, attenti alle singole storie di vita.

La vecchiaia inizia da *ferite narcisistiche*, quando ci sembra di essere svuotati di senso, e prive di significato ci paiono le nostre azioni. Il momento del *pensionamento* – se non adeguatamente preparato con progetti di vita alternativi – è spesso un evento traumatico, perché sconvolge abitudini consolidate sulle quali riposano le nostre sicurezze esistenziali. Anche sui luoghi di lavoro manca spesso il rispetto, non solo formale, per l'anziano. La ferita narcisistica più imponente è la *consapevolezza di essere sopportati, e non accolti*. I giovani hanno spesso altri interessi, altri orizzonti, un altro linguaggio. La “saggezza” non è più un punto di riferimento. Conta l'efficienza fisica e mentale di chi lavora e produce. Guai ai deboli.

b) La solitudine dell'anziano

La vecchiaia è un *tempo ambiguo e di forti contrasti*. Per questo, il dialogo con l'anziano risulta spesso difficile (2). La solitudine ne cauziona la comprensione. Che cos'è la solitudine? un dato ambivalente.

Esiste, certo, una solitudine scelta come *stile di vita* per favorire esperienze di senso significative, per vivere cioè

una pienezza di esperienza, per esempio la solitudine monastica. Ma, nell'accezione di "essere" o "sentirsi" soli, che qui ci interessa, è una condizione psicologica che nasce dalla mancanza di significativi rapporti interpersonali o dallo scarto tra le relazioni umane che un soggetto desidera avere e quelle che effettivamente ha. Questo modello di solitudine richiama alla *finitezza dell'esperienza individuale* e alla *necessità delle relazioni interpersonali e sociali*. La patologia dell'assenza di queste relazioni – uno *svuotamento dell'esperienza* – è la *percezione del mondo come ostile*, che induce a un progressivo ripiegamento su di sé, fino alla prigionia nella propria individualità ritenuta l'unico luogo in cui poter dare un senso al proprio esistere.

Restando nell'ambito di queste definizioni generali tenterò ora di individuare una tipologia della solitudine dell'anziano, basandomi sui dati di una ricerca sul campo del sociologo Silvano Buralassi (3).

- *La solitudine "occasionale"*. È la solitudine di persone che si sentono sole in relazione al tipo della vita sociale odierna. Esiste tutta una vasta gamma di sensazioni, collegate con bisogni reali, ai quali l'anziano non riesce a dare risposte soddisfacenti: la mancanza di affetto, di relazioni; l'incapacità di vivere in compagnia; richieste di aiuto inesprese e non soddisfatte; difficoltà di dialogo e di condivisione; il senso profondo di una più complessa inutilità; la perdita della memoria e l'incapacità di esprimersi adeguatamente; la stanchezza cronica; il dolore e la sofferenza intima per la perdita dei propri cari e dei propri amici.
- *La solitudine stabilizzata*. È una forma di solitudine abituale, quotidiana, che non si configura in forme gravemente patologiche, depressive. Non porta alla disperazione, pur creando disagio. È l'angoscia dello stare soli. È un fenomeno in crescita ed esiste purtroppo la ragionevole aspettativa che nel futuro si estenda ancora maggiormente.
- *La solitudine strutturale non voluta né ricercata*. È la forma strutturale della solitudine destinata a configurarsi in forma di vera e propria patologia. Può essere considerata l'esito finale dello stato di abbandono in cui vengono lasciati molti anziani, soprattutto nei periodi estivi, un abbandono che porta spesso a morti solitarie, come riferisce la cronaca. Le cause di questo tipo di solitudine possano essere, nell'ordine: 1) la perdita o la rarefazione di relazioni con persone affettivamente significative; 2) la drastica diminuzione di occasioni di socializzazione (per traumatismi gravi); 3) il pensionamento, con conseguente perdita di un ruolo sociale e di relazioni di colleganza e amicali.

c) *La solitudine della coppia anziana*

Anche le coppie anziane possono soffrire di solitudine. Possiamo suddividerle in tre categorie (4).

La prima è rappresentata da marito e moglie di salute cagionevole o con gravi disabilità. Dipendenza psicologica, pessimismo, irritabilità sono le note caratteristiche di questa coppia, in "depressione costante", che sperimenta la disperazione del vivere e la voglia di morire.

La seconda è rappresentata dalla coppia lieta di vivere e soddisfatta: marito e moglie si dedicano entrambi a varie attività, spesso a livello di volontariato; amano viaggiare; fanno progetti. Si tratta di una coppia ben integrata, che vive la solitudine solo occasionalmente, che ha imparato a invecchiare. I sociologi indicano una correlazione positiva tra progettualità e ideali, in particolare tra progettualità e scala di religiosità.

La terza è la coppia anziana che gode ancora di buona salute, ma che è tuttavia insoddisfatta, rassegnata, indifferente a tutto: una solitudine sistematica, abituale, quotidiana, che abbiamo definito con il termine di "solitudine stabilizzata", di difficile soluzione. Spesso a fare da detonatore a questo tipo di solitudine è la cosiddetta "sindrome del nido vuoto" che insorge quando i figli escono di casa e i coniugi si trovano a dover riempire di senso il tempo non più assorbito dai compiti di cura.

d) *La solitudine dell'anziano istituzionalizzato e della sua famiglia*

In caso di coabitazione di genitori anziani (o di un genitore) con i figli sposati possono insorgere conflitti non facilmente governabili, soprattutto in rapporto a situazioni patologiche a livello cognitivo, alla perdita dell'autosufficienza, o a ragioni economiche. L'esito di questi conflitti è spesso l'istituzionalizzazione dell'anziano. Si tratta di un avvenimento vissuto con sofferenza sia dall'anziano che dalla sua famiglia per l'intrecciarsi di dinamiche contraddittorie: sensi di colpa e di sollievo; atteggiamento ipercritico verso l'istituzione e disinteresse.

3. *E il pubblico?*

Il lavoro di cura prestato dalla famiglia è insostituibile. Ma la famiglia è sempre più fragile, i legami tendono a spezzarsi e i compiti di cura nei confronti di un anziano hanno una durata assai più lunga di un tempo. A fronte della ridotta capacità della famiglia di produrre *family care* ne aumenta la domanda. Si rende perciò necessario che il pubblico (e il privato sociale) si attrezzino per affrontare il problema in chiave globale e non meramente assistenziale. Indichiamo alcune piste di un possibile percorso con riferimento a quattro indicatori di disagio.

a) *La perdita dei ruoli produttivi e sociali*

Il disagio degli anziani è direttamente correlato con la perdita dei ruoli sociali; sotto questo profilo il pensionamento rappresenta una transizione significativa. Le istituzioni pubbliche più sensibili sono già in grado di affrontare questo problema affidando ad anziani volontari alcune attività sociali. Abbastanza recente, per esempio, è l'istituzione nei quartieri cittadini della figura del "nonno civic", o dell'accompagnatore museale, ma vi è ancora tutta una serie di ruoli espressivi, collegati con la capacità dell'anziano di essere portatore di eredità e di memoria (compresa la memoria "locale"), che potrebbero essere utilizzati (animazione di feste locali, predisposizione di sagre commemorative, ecc.).

b) La perdita dell'autosufficienza nelle pratiche quotidiane

Si tratta di un disagio espresso da gradi differenziati di dipendenza dell'anziano: difficoltà nell'alzarsi da letto, mangiare, camminare in casa e fuori, lavarsi, vestirsi, usare il Wc, fare le pulizie di casa, fare le scale, fare la spesa, servirsi dei mezzi pubblici, ecc. Purtroppo oggi il *welfare* non interviene sufficientemente per riconoscere l'importanza di azioni preventive e riabilitative volte a ridurre la dipendenza dell'anziano, per favorire i vari *servizi alla persona* in aiuto al mondo vitale della famiglia. Occorre promuovere i *diritti di cittadinanza*.

Va poi rivalutato il "privato sociale" sia professionale che volontario per la gestione dei servizi sociali e di cura degli anziani non autosufficienti. In questo va sottolineato il diritto dell'anziano di essere informato sulla diagnosi dei suoi disturbi, sulle terapie cui viene sottoposto, il diritto alla *privacy*, il diritto insomma di essere considerato una persona (il signor Rossi, non il numero 34...). A questi diritti corrisponde peraltro il dovere dell'anziano di sottoporsi ai controlli medici opportuni nonché alle cure riabilitative che possono ridurre la sua dipendenza e quindi il relativo costo sociale.

c) L'aumento accelerato dell'isolamento involontario

La vedovanza presenta un sommerso di sofferenza e di disagio spesso sconosciuto. Non sempre oggi le strutture di ricovero e di istituzionalizzazione presentano livelli sufficientemente accettabili di qualità. Quando poi gli anziani non sono istituzionalizzati e vivono soli in casa si pone il problema della *sicurezza*. Andrebbero dunque favoriti i centri di cura domiciliare e di assistenza giornaliera che devono poter prestare i loro servizi anche di notte e nei *week-end* (l'incubo degli anziani!).

Sarebbe inoltre utile ed educativo stimolare con adeguati sgravi fiscali i servizi permanenti di vicinato, i programmi di ospitalità periodica e di collocamento nelle famiglie, le cure a domicilio anche a livello intensivo per evitare e prevenire le lunghe ospedalizzazioni. Per gli anziani istituzionalizzati è indispensabile che gli istituti si adeguino a uno standard di qualità che è ancora lontano dall'essere raggiunto (alcuni sono dei veri e propri *lager*, come si apprende spesso dalla cronaca).

d) Le disegualianze disfunzionali e le ingiustizie sociali

Quando si parla di "condizione anziana" occorre infine considerare che esistono alcune variabili in grado di accentuare o ridurre il disagio a essa connesso. Si tratta di variabili culturali, ma soprattutto di variabili strutturali, riducibili con scelte politiche mirate, che non siano solo lusinghe. Anche l'esperienza insegna che esiste una correlazione positiva tra buone condizioni economiche ed elevata qualità della vita: allo stesso modo, le condizioni di ineguaglianza e di ingiustizia possono accelerare i processi di invecchiamento incrementando il disagio della condizione anziana. Fra questi: la durata della vita sulla base delle variabili professionali (a esempio certi lavori invalidanti); le disegualianze fiscali; le disegualianze delle condizioni abitative; le disegualianze nella distribuzione territoriale e sociale dei luoghi di accoglienza (vi sono città in cui l'istituzionalizzazione è spesso legata a lunghe liste di attesa).

Per concludere

Se vogliamo considerare l'anziano non un "fenomeno" da studiare, una persona e non un utente dei servizi o un assistito, dobbiamo liberarci da alcuni pregiudizi e stereotipi.

Il primo stereotipo è la *tentazione terapeutica*. Essere anziani o vecchi non è una patologia. Anche di fronte a un anziano malato o portatore di un *handicap* è fuorviante porsi come "chi lo assiste", ma occorre privilegiare il compito di accompagnamento, o di riduzione del disagio (pur senza essere degli specialisti).

Il secondo stereotipo è quello dell'*inutilità dell'anziano*. Essere giovani viene spesso associato all'essere attivi e quindi in grado di dare qualcosa a qualcuno. Essere anziani richiama invece l'idea della passività: essere pazienti e accettare di ricevere. È questo un concetto difficile da accettare per un anziano. Occorre progettare una relazione personale e sociale basata sulla *reciprocità del dare e del ricevere*.

Il terzo stereotipo è quello della *sicurezza esperienziale*. Si tende a considerare l'anziano come portatore di un'esperienza in grado di affrancarlo dalle insicurezze dell'età giovanile. Non è sempre così. La vecchiaia è sì l'età dell'esperienza, ma anche quella degli interrogativi (talvolta lancinanti) sull'esistenza, nei quali il problema religioso e il problema del senso si pongono in tutta la loro drammatica evidenza.

Che fare?

In conclusione pare oggi necessario:

1. Recuperare il concetto di *family care*. La famiglia deve cioè ridisegnarsi come la rete relazionale e il supporto più valido per la salute globale dell'anziano. In questo compito non può però essere lasciata sola, ma la sua azione deve coordinarsi con gli ambiti sanitario e socio-assistenziale e recuperare ciò che il *welfare* non sa o non vuole dare, dal momento che considera la famiglia non come unità sociale, ma come la somma dei singoli componenti.
2. Recuperare il concetto di *assistenza informale all'anziano* prestata anche da non specialisti in ambito di volontariato sociale.
3. Recuperare la *positività della presenza sociale dell'anziano* mettendosi nei suoi confronti in una posizione di ascolto empatico per fare emergere le sue insospettite ricchezze.
4. Ripensare l'*assistenza all'anziano morente* attraverso un percorso intimo, personalizzato che riduca l'angoscia della morte. Questo percorso, se fatto in famiglia, è fonte di arricchimento reciproco molto superiore a quello ospedaliero in cui spesso la morte viene sterilizzata.
5. Non deve infine essere sottovalutata l'*educazione gerontologica dei giovani* (la "geragogia") perché l'invecchiamento più che una tappa della vita è un processo al quale occorre prepararsi fin da giovani. Non basta infatti, "invecchiare" ma occorre "invecchiare bene".

Luigi Ghia

(1) Dati del Consiglio d'Europa.

(2) Chi - è un paradosso solo apparente - riesce meglio in questo compito è l'adolescente. Sia l'anziano che l'adolescente, infatti, sono alla ricerca di un nuovo equilibrio. Entrambi sono tentati dall'immortalità e patteggiano continuamente con l'angoscia della morte. Entrambi si interrogano sul senso della vita e hanno una comune nemica: la monotonia depressiva. Per loro è di notte che affiorano le angosce più profonde.

(3) Silvano Burgalassi, *Solitudine e solitudini*, Pisa, ETS 1993.

(4) La tipologia è proposta da Galli (1986) e da Lehr (1979)

2. EDUCARE ALLA SOLITUDINE A SCUOLA E IN FAMIGLIA

L'educazione al senso di solitudine costituisce una tensione pedagogica che dovrebbe innervare la relazione di cura fin dall'infanzia. Il bambino, infatti, «interpretando a proprio modo le risposte ambientali, ci dimostra di essere soggetto attivo autodeterminantesi in relativa libertà di scelta fin dall'inizio, e di avere una sua propria originale tendenza a svilupparsi in persona umana, che chiede a chi lo cura di adattarsi in reciprocità ai suoi bisogni» (Romanini, 1999, p. XIV).

La valorizzazione della volontà, la possibilità di percepirsi centro autonomo di iniziativa e di scelta, con i propri ritmi e la propria sensibilità, costituiscono per il bambino i presupposti per l'avviamento a un'esistenza autonoma e felice. Stringere senza costringere, abbracciare senza precludere, baciare senza divorare, questi sono gli impossibili pedagogici da cui la relazione educativa non può prescindere. Ricorda al proposito F. Dolto rivolgendosi ai genitori:

«Quando andate a prenderlo al nido, per prima cosa evitate di baciarlo; parlategli, e parlate anche con la persona che si è occupata di lui durante il giorno, per sapere come è andata; vestitelo delicatamente, senza precipitazione. Non cedete al desiderio di baciarlo. Otto ore per un bambino piccolo corrispondono a sette o otto giorni per un adulto. Vi ha dimenticato, non vi riconosce preso com'è da un'altra atmosfera. Quando è in uno stato di necessità, il bambino si getta sul biberon: se siete voi a gettarvi su di lui, sarà per voi cibo o come un biberon, egli si sentirà divorato. Dunque, restituitelo lentamente alla dimensione della vostra relazione con lui, parlategli, vestitelo e portatelo a casa» (Dolto, 1991, pp. 231-232).

Star bene da solo, fondamentale per il bambino

Come lucidamente afferma M. T. Romanini, non esiste possibilità di portare avanti un rapporto di attaccamento se non si è capaci di vivere piacevolmente la solitudine. Se si sta bene da soli, liberi dai fantasmi del castigo o da fantasie proibite o paurose, non è difficile stare con gli altri perché, superato il bisogno della conferma altrui, se ne può godere la presenza senza preconcetti. Ne consegue che «i bambini hanno bisogno di stare soli sentendosi adeguati e soddisfatti nella solitudine, hanno bisogno di imparare a prendere decisioni da soli e di portarle a termine da soli e da soli compiacersi di quanto deciso e fatto, hanno bisogno di imparare a strutturarsi il tempo da soli e di annoiarsi senza per questo cadere in panico o in atti auto o etero distruttivi.

Quando da piccoli s'impara quest'intimità con se stessi senza legare la solitudine alla noia, alla colpa, o peggio alla carenza di affetto, quando, in altre parole, s'impara che il mondo è interessante e non noioso e che pensare e fantasticare è divertente, che si è capaci di fare parecchio

di quello che si vuole e, soprattutto si è amabili e amati, la via dell'identità sessuale è preparata» (Romanini, 1999, p. 91).

Un'educazione equilibrata, quindi, come affermano S. Woolams e M. Brown, «non comporta la necessità di carenze (termine tecnico che sta per "riconoscimenti" verbali e non verbali, positivi e negativi; *n.d.r.*) così intense quanto l'educazione di un bambino spaventato. I bambini sani non sono vigilati così spesso, né si interferisce con loro o si dice loro cosa devono fare, e quando li si accarezza questo viene fatto con meno intensità.

Il bambino spaventato riceve un'innaturale numero di carenze, ma alla fine impara ad aspettarsele e si convince che queste sono vitali. Nel ricercare avidamente delle carenze, si comporta come se dovesse costantemente provare la sua esistenza e appartenenza. Invece ha bisogno di imparare che le carenze positive sono disponibili e che non è necessario aumentare costantemente le interazioni interne o esterne per ottenere rapidamente una grande quantità di carenze. Una volta che si è convinto di esistere e di appartenere, invece, smette di cercare di provarlo, si può rilassare e godere un po' di pace interna e di serenità, esprimendo realmente ciò che vuole e gradisce e liberando la sua creatività» (Woolams e Brown, 1988, p. 91).

La solitudine nella famiglia

La solitudine nella famiglia costituisce una delle forme di sofferenza più tipiche della nostra epoca. L'unicogenito, infatti, sconta la sua condizione di privilegio e iperprotezione con una segregazione istituzionale nelle mura domestiche, con l'iperprogrammazione del tempo libero e con una sostanziale riduzione del suo spazio vitale.

Il declino della società fraterna contribuisce in modo decisivo alla frammentazione affettiva delle tante solitudini del bambino. Essa, infatti, si presenta con caratteristiche formative tali da risultare indispensabili ai fini della positiva organizzazione dei soggetti in età evolutiva e dei genitori medesimi (Pati, 1995, pp. 140-141).

Il figlio unico è solo, privo di occasioni di gioco, di confronto con le differenze, senza scambio di esperienze con fratelli (e spesso con cugini) coetanei dai quali imparare la condivisione, la rivalità, la complicità, la solidarietà. Nella condizione di primogenito perpetuo le sue richieste sono soddisfatte anticipatamente, la qual cosa lo può limitare nella tensione a desiderare o a impegnarsi per raggiungere qualcosa (Iori, 2001, pp. 196-197).

La solitudine mediatica e televisiva e il veloce transito oltre i frammenti delle unioni familiari spezzate e smarrite costituiscono gli altri sfondi delle potenziali solitudini infantili. Simbiosi non risolte e dipendenze sempre più inestricabili divengono allora i segni di un'educazione fallita, che confonde l'autonomia con l'autosufficienza nella dipendenza di un legame esclusivo e soffocante, eppure sideralmente lontano.

La solitudine nella scuola

L'asilo nido e la scuola dell'infanzia, solitamente, costituiscono i primi contesti d'apprendimento istituzionale. In essi viene messa alla prova la qualità dell'attaccamento e, nell'ansia di separazione, si manifestano i sentimenti del lutto e della perdita. I fenomeni relazionali, allora, intervengono ad arginare l'ansia, «consentendo di passare per quella forma intermedia di comunicazione che dal gioco si diffonde in esperienze culturali di ogni tipo, poiché, se è una gioia nascondersi, è pure un disastro non essere trovati» (Aliprandi, 1998, p. 205).

Con l'esperienza culturale, la capacità di dilazionare il soddisfacimento degli stimoli e la capacità di sublimare le pulsioni si sviluppa nel bambino la possibilità prima di acquietarsi nell'isolamento, quindi del giocare da solo (gioco egocentrico) e, infine, di giocare con gli altri.

Anche il gioco di classe misura l'autonomia del gruppo e il suo livello di coesione interna: «Le persone responsabili debbono essere disponibili quando il bambino gioca; ma questo non vuol dire che la persona responsabile debba entrare nel gioco dei bambini. Quando un organizzatore è costretto nella posizione di animare il gioco, questo significa che il bambino o i bambini non sono in grado di giocare in senso creativo» (Winnicott, 1990, p. 97).

La capacità di giocare, infine, con il periodo di latenza si trasforma in laboriosità ludica: «A questo stadio il fanciullo impara ad amare sia l'apprendere che il giocare e a imparare con maggior lena quelle tecniche che sono in linea con l'*ethos* della produzione. (...) la prima forza che si sviluppa in questo stadio è la competenza, forza che fa capire come nella sua crescita l'uomo debba a poco a poco integrare i più maturi metodi per verificare e padroneggiare il *fattuale*, nonché per condividere il *reale* con quanti partecipano alla stessa situazione produttiva» (Erikson, 1984, p. 72).

Andrea Bobbio

Bibliografia

- Aliprandi M.T. (1998), *Winnicott: l'emergere dell'esperienza del Sé*. In E. Pelanda (a cura di), *Modelli di sviluppo in psicoanalisi* Milano, Cortina, pp. 191-225.
 Dolto F. (1991), *Le parole dei bambini*, Milano, Mondadori.
 Erikson E.H. (1984), *I cicli della vita*, Roma, Armando.
 Iori V. (2001), *Fondamenti pedagogici e trasformazioni familiari*, Brescia, La Scuola.
 Pati L. (1995), *La politica familiare nella prospettiva dell'educazione*, Brescia, La Scuola.
 Romanini M.T. (1999), *Costruirsi persona*, Milano, La Vita Felice.
 Winnicott D.W. (1990), *Gioco e realtà*, Roma, Armando.
 Woolams S. e Brown M. (1988), *Analisi Transazionale*, Assisi, Cittadella.

3. IMMIGRAZIONE, TRA SOLITUDINE E INTEGRAZIONE

L'immigrazione è un fenomeno complesso che richiede un approccio globale in grado di considerare le numerose variabili che lo contraddistinguono.

Secondo una stima dell'Unesco un essere umano su 35 è un migrante internazionale. Il numero di immigrati nel mondo è più che raddoppiato nel corso di una generazione, raggiungendo la cifra di 175 milioni, il 3 per cento della popolazione mondiale.

Molte di queste persone vivono e lavorano lontano dalla propria terra di origine per necessità più che per libera scelta, spesso in situazioni di precarietà, di svantaggio, di discriminazione.

Alcuni dati, a livello mondiale...

Come si presenta oggi il fenomeno dell'immigrazione?

Un primo dato riguarda il numero di migranti che per circa il 56% è concentrato nei paesi in via di sviluppo e per il restante 44% si distribuisce nei Paesi più ricchi; però in questi Paesi l'incidenza degli immigrati sui residenti è quasi del nove per cento contro l'uno per cento negli altri Paesi.

In Europa si trova un terzo degli immigrati del mondo, divisi tra l'Europa Centro Orientale (29 milioni circa), Unione Europea (27 milioni) ed Europa Occidentale (2 milioni e mezzo). In questi stime non si tiene conto del fatto che molti cittadini stranieri hanno ottenuto la cittadinanza, per cui, ad esempio, nell'Unione Europea il numero di immigrati scende a 20 milioni.

Altri dati ci consentono di osservare il fenomeno immigrazione a livello mondiale: nell'America del Nord vi è circa un quarto della popolazione migrante nel mondo, il 23,4% del totale. Negli Stati Uniti vivono circa 35 milioni di cittadini stranieri, nel Canada 6 milioni, 4,7 milioni in Australia, 5 milioni e 700 mila in America latina.

In Asia sono 48 milioni circa, in Africa i cittadini stranieri sono 16 milioni, concentrati soprattutto in Costa d'Avorio e Burkina Faso.

Nell'Unione Europea sono la Germania, la Francia, il Regno Unito e l'Italia i paesi a maggiore densità di immigrati. Russia, Ucraina, Polonia e Bielorussia sono le nazioni dell'Europa Orientale che ospitano il maggior numero di migranti.

...e in Italia

In Italia si possono individuare due periodi in cui l'immigrazione è stata più consistente: prima del 1992 gli stranieri del Nord Africa rappresentavano la gran parte di migranti per lavoro nel nostro Paese, mentre nel biennio 2000-2001 i trasferimenti più consistenti provengono dai Paesi dell'Europa Centro Orientale (in media circa 35000 per anno nel biennio considerato).

Sono oltre un milione e 300 mila i cittadini stranieri residenti in Italia al censimento del 2001, anche se si stima che,

La solitudine e la libertà, indissolubilmente legate, sono come il fuoco, che può scaldare o distruggere, purificare o bruciare, far vivere o morire. La solitudine può essere un'opportunità o un pericolo, uno stimolo o un veleno. Noi affermiamo che non è una sostanza neutra, ma un sale. Naturalmente, se il sale perde il suo sapore, diventa inutile e pesante, il contrario di uno stimolo a vivere.

(Punto 4 del "Manifesto della solitudine", a cura delle Associazioni francesi Unassol e Solitudini e dipendenze. Trascritto integralmente nel libro di Jean-François Six, «La solitudine», ed. Ellelédici)

trascorsi ormai tre anni dalle operazioni censuarie, la popolazione immigrata sia pressoché raddoppiata.

Inoltre è significativa la presenza femminile: i due terzi dei cittadini peruviani sono donne, come pure dei residenti provenienti dalle Filippine e quasi la metà degli stranieri di origine cinese.

Le motivazioni che spingono masse così ingenti di persone a lasciare la terra d'origine per luoghi spesso lontani sono soprattutto la prospettiva di un'occupazione, attraverso la quale provvedere al sostentamento della propria famiglia. Sono le guerre, la povertà, la disoccupazione, i diritti umani calpestati gli agenti scatenanti più gravi dell'immigrazione. Lasciare il Paese in cui si è nati, la propria famiglia e le proprie abitudini non può essere considerata una scelta, è quasi sempre una costrizione.

Diversità culturali e religiose

La presenza di diversi gruppi etnici all'interno di un territorio apre problemi legati alla compresenza di culture diverse e di religioni diverse.

Il riconoscimento delle diversità culturali e religiose sta alla base di una società multietnica che sempre più necessita di essere costruita, pensata, progettata nella sua complessità.

Con l'immigrazione molte identità entrano in contatto accentuando i rischi di etnocentrismo e di intolleranza. L'unità e la compattezza della struttura sociale può essere garantita dal *requisito della reciprocità*. Da una parte si richiede un impegno all'ospitalità controbilanciato, dall'altra, da un impegno all'accettazione delle regole della collettività ospitante. In questo senso si può parlare della costruzione di una cultura del rispetto reciproco.

Dal punto di vista religioso l'immigrazione significa la crescita di una società multireligiosa.

Una breve panoramica ci consente di constatare la realtà di questa affermazione.

L'Islam costituisce oggi la seconda religione italiana, espressa non soltanto dai credenti provenienti dai Paesi islamici, ma anche dalle conversioni (circa cinquantamila) di italiani alla fede coranica. È ormai esperienza comune la nascita di moschee non solo nei quartieri metropolitani ma anche nei piccoli paesi della provincia.

Anche se le cifre non sono sempre concordanti si ritiene che siano circa un milione gli islamici in Italia, con la peculiarità di rappresentare, rispetto agli altri Paesi europei, una realtà meno compatta e più frastagliata.

Tra le religioni non riconducibili al ceppo ebraico-cristiano primeggia quella buddista, che è in crescita, sia per un certo fascino esercitato dai messaggi religiosi provenienti dall'Oriente, sia per motivi più esterni di una nuova coscienza ecologica e pacifista, sovente ispirata ai valori buddisti, sia per interessi di natura diversa che vanno dal bisogno di spiritualità e di meditazione, all'attenzione alla medicina, alla cultura, alle occasioni che, per turismo o per lavoro, favoriscono la frequentazione dei luoghi d'origine del buddismo.

Vi è un crescente interesse anche per l'ebraismo e per la cultura ebraica nelle diverse sfaccettature – nella letteratura, nel teatro, nella musica – anche se, numericamente, sono pochi gli ebrei italiani.

E, infine, la chiesa Ortodossa, la cui presenza è resa consistente dagli arrivi degli immigrati delle regioni dell'Est europeo.

Convivono, accanto alle religioni che vantano una presenza storica, quelle che hanno assunto una dimensione consistente con i flussi migratori. È una situazione "in progress" che contraddistingue una condizione di fatto di pluralismo religioso e che, quasi contraddittoriamente, rende vitale un clima religioso che sembra sempre più orientato verso un processo di secolarizzazione.

L'integrazione

Le prime analisi sociologiche sul fenomeno dell'immigrazione e della conseguente pluralizzazione etnica, si fondavano sul concetto di *assimilazione*, ossia i vari gruppi etnici presenti all'interno di società a volte molto differenziate, come per esempio quella americana, si sarebbero poco alla volta assimilati socialmente e culturalmente fino a dissolversi nella società più ampia, annullando le diversità di cui erano portatori.

Questa prospettiva teorica, esplicitata dalla scuola di Chicago nei primi decenni del Novecento, si è rivelata insufficiente a descrivere in modo compiuto il fenomeno della compresenza di diversità etniche. Si è sviluppato il concetto di *integrazione* che ha riconsiderato l'immigrazione dal punto di vista della partecipazione attiva alla società di cui gli immigrati sono entrati a fare parte, senza per questo abbandonare le proprie specificità etnico-culturali.

Si è così abbandonata l'idea etnocentrica di superiorità di una cultura rispetto a un'altra riconoscendo il diritto all'esistenza e alla dignità di ogni sistema di valori.

In questa ottica l'integrazione viene intesa come un fatto di adattamento reciproco che coinvolge sia i migranti che gli autoctoni e può essere attuata sulla base di tre livelli fatti propri anche dal Consiglio Europeo:

- *livello dell'integrazione civica*, intesa come inserimento del migrante in un sistema di cittadinanza di diritti e di doveri, condiviso con gli autoctoni. Questa forma di integrazione prevede una presenza attiva del cittadino immigrato, che diviene responsabile rispetto alla comunità locale e nazionale in cui si trova a risiedere, e partecipa direttamente alla vita civile e politica;
- *livello dell'integrazione culturale*, che implica la tutela e la valorizzazione delle diverse espressioni culturali e sistemi di valori in una prospettiva di scambio e di comunicazione interculturale;
- *livello dell'integrazione sociale*, che prevede l'accesso del migrante al sistema di protezione stabilito dal *Welfare State*, realizzando una situazione di uguaglianza di opportunità socio-economiche e la costruzione di una rete di relazioni entro cui il migrante possa rispondere ai suoi bisogni di socialità.

Esempi di integrazione

Su queste basi si può affermare che sono in corso, in Italia, processi di integrazione.

Un'indagine condotta in una zona del Sud Piemonte, che comprende una quarantina di piccoli comuni a vocazione preminentemente rurale, evidenzia molto bene i problemi connessi all'integrazione e può essere citata come esempio di un percorso in atto di integrazione.

Si tratta di una ricerca centrata sul tema dei bisogni e delle risorse di una comunità, che vede nell'agricoltura la sua principale fonte di sostentamento, e sulle caratteristiche della popolazione viste attraverso la lente della percezione dei fattori che in generale connotano la qualità della vita.

L'aspetto dell'immigrazione e delle modalità di integrazione delle persone straniere è emerso in modo evidente nel corso della ricerca, anche considerato che, per quei territori, si tratta di un'esperienza assai significativa che si protrae da parecchi anni. Basti pensare che mentre in Italia, dopo la regolarizzazione dei cittadini extracomunitari prevista dalla legge Bossi-Fini, la quota dei cittadini stranieri sulla popolazione italiana ha raggiunto circa il 5 per cento, nella zona in questione la presenza di immigrati supera il 10 per cento della popolazione.

In ogni comune sono presenti extracomunitari, spesso raggruppati per etnie fino a formare comunità nelle comunità. I gruppi più numerosi sono costituiti da immigrati provenienti dal Marocco e dalla Macedonia.

Tante sono le differenze culturali, etniche, religiose, gli stili di vita e i comportamenti che vengono messi in campo.

Oltre la metà delle famiglie considerate nell'inchiesta afferma che gli immigrati presenti nella propria zona di residenza sono *abbastanza* integrati. È una ammissione che vuol dire che si sta realizzando un processo di integrazione vero, significativo, che è proprio dei piccoli centri rurali.

Molti immigrati, soprattutto quelli che provengono da realtà scarsamente urbanizzate, hanno saputo inserirsi bene negli spazi occupazionali liberi.

L'invecchiamento della popolazione porta a una continua riduzione della mano d'opera locale destinata ai lavori agricoli, che non è più rimpiazzata dai giovani ormai orientati verso altri settori occupazionali. D'altro canto con l'aumento della popolazione anziana cresce la domanda di assistenza e di cura da parte degli anziani.

Gli immigrati si rendono disponibili a soddisfare queste due esigenze. È sempre più frequente nelle campagne il ricorso a mano d'opera extracomunitaria ed è altrettanto consueto vedere donne immigrate che svolgono il lavoro di assistenza familiare a tempo pieno agli anziani.

Attraverso modalità occupazionali basate sulle attitudini e sulle capacità lavorative degli immigrati si attuano quei processi di scambio e di relazione che portano all'integrazione degli immigrati nella comunità locale e a un loro riconoscimento come risorsa.

Questi processi sono facilitati dalla possibilità degli immigrati di accedere in loco a corsi di alfabetizzazione che aiutano a superare la barriera della lingua e anche dalla presenza di mediatori culturali che svolgono un prezioso lavoro che aiuta ad affrontare le difficoltà burocratiche o di interazione con la popolazione del posto.

Va pure ricordato, a questo proposito, che a livello istituzionale l'Ente locale gestore dei servizi socio-assistenziali coordina un progetto, assieme ad altri partner, che rientra nell'iniziativa dell'Unione Europea denominata "Equal" e

che prevede la sperimentazione di risposte innovative alle emergenze occupazionali delle fasce deboli della popolazione al fine di incidere in maniera diretta sulle politiche attive nel mondo del lavoro. In questo contesto gli immigrati godono di una particolare attenzione.

Insieme al lavoro dipendente sorgono anche le cosiddette "imprese etniche", ossia ditte di imprenditori immigrati che operano nel campo del commercio, delle costruzioni e delle attività commerciali. Anche se bisogna sottolineare che non sempre l'accesso da parte degli immigrati al lavoro autonomo rappresenta l'aspetto del miglioramento sociale. Chi non trova sbocchi nel mercato del lavoro può rivolgersi al lavoro autonomo come forma di auto-impiego, sovente precario e poco redditizio pur consentendo di generare un minimo di reddito. Si può verificare che la micro imprenditoria immigrata favorisca immigrazione irregolare, lavoro nero o forme di sfruttamento.

Un esempio interessante, in questo caso positivo, di impresa etnica è stato riscontrato ancora nella zona della ricerca, unico per ora nel suo genere, e consiste nella recente apertura di un negozio di generi alimentari tipici dell'area balcanica. Vengono posti in vendita da una coppia di giovani coniugi macedoni i prodotti provenienti dalla Macedonia, dalla Croazia e dalla Slovenia, con molto interesse non solo delle persone provenienti da quelle aree, ma anche della popolazione locale: venendo a contatto con questa realtà imprenditoriale si può osservare che vi è una indubbia capacità di intraprendenza nel mettere in atto una iniziativa commerciale come pure si può scorgere tanta speranza nel futuro.

La solitudine

La descrizione del rapporto tra immigrati e società di inserimento deve tenere conto di un percorso verso l'integrazione che segue tre tappe: dagli episodi di intolleranza e di discriminazione che si verificano nei rapporti con i cittadini e le istituzioni, fatti sovente di diffidenza e di incomprensione, alla fase in cui si instaura un clima di accettazione reciproca fino alla concreta esperienza di convivenza comune e di integrazione reciproca.

In questa oscillazione tra il polo dell'esclusione e quello dell'accettazione si delinea l'esperienza di solitudine dell'immigrato.

Ci sono molti esempi che possono aiutare a comprendere la solitudine degli stranieri di fronte ai comportamenti discriminatori ancora molto radicati nella nostra società:

solitudine di fronte al lavoro: l'accesso al lavoro significa prevalentemente per l'immigrato essere dedito a occupazioni precarie, temporanee o non qualificate, come pure essere facile preda dello sfruttamento, del lavoro nero se non della criminalità;

solitudine di fronte al problema casa: l'accesso alla abitazione rappresenta uno dei problemi più impellenti che l'immigrato in Italia si trova ad affrontare, a fronte di un'offerta di edilizia pubblica insufficiente e di una consistente presenza di edilizia privata di tipo speculativo i cui effetti si traducono in sovrappollamento e personalizzazione. L'aspetto discriminatorio è più evidente se si pensa che per i cittadini immigrati il posses-

so di un'abitazione stabile è uno dei requisiti indispensabili all'ottenimento e al rinnovo del permesso di soggiorno; *solitudine di fronte al problema famiglia*: è la mancanza di autonomia nel vivere una dimensione familiare autentica. Quasi sempre con l'immigrazione le famiglie subiscono una forzata frantumazione. E la precarietà del lavoro e dell'abitazione non aiutano certamente a operare il ricongiungimento.

È una solitudine che riguarda anche la gran parte degli immigrati, per lo più donne, che lavorano nel settore domestico che vedono coincidere lo spazio di lavoro con lo spazio di vita, senza un confine che separi i due tempi, che dovrebbero rimanere divisi, con un isolamento da parenti, amici, affetti.

Sempre nel quadro dell'immigrazione femminile è solitudine l'esperienza delle donne avviate alla prostituzione coatta che rappresenta una vera e propria forma di schiavitù e riduce le persone, con i metodi della violenza fisica o morale, alla perdita della capacità di autodeterminazione.

La pratica dell'accoglienza

Quali indicazioni si possono trarre da questi numerosi problemi? Forse, in sintesi, la capacità di riuscire a coniugare il principio dell'integrazione con la pratica dell'accoglienza e dell'emancipazione. Su questa traccia è necessario che si orientino le politiche sociali per affrontare concretamente la questione immigrati.

Accoglienza volta a superare la logica, troppo spesso "di emergenza", di risposta ai problemi più impellenti posti dall'arrivo degli immigrati, pensando di favorire l'orientamento, l'accesso ai servizi, gli ambiti socio-relazionali. Senza trascurare un orizzonte più ampio che riguarda gli immigrati "di lunga durata", cercando di migliorare e consolidare la loro posizione sociale attraverso politiche di emancipazione.

Un esempio di pratica integrativa è dato dalla parrocchia del quartiere San Salvario di Torino, che ha una popolazione di extracomunitari tre volte superiore alla percentuale dell'intera città. Lì si pratica l'accoglienza a 360 gradi mettendo a disposizione persone e servizi, affrontando in concreto una effettiva ricerca di lavoro, mettendo in contatto domanda e offerta. Questo metodo significa qualificare il servizio, particolarmente per colf e badanti e le famiglie che offrono lavoro si rivolgono direttamente alla parrocchia.

È, evidentemente, un lavoro di supplenza, ma anche necessario e richiesto e che integra opportunamente l'intervento pubblico che pure esiste.

Si tratta di un'esperienza che aiuta a riflettere sull'importanza dell'accoglienza praticata come modello di integrazione sociale.

Giorgio Ghia

Riferimenti bibliografici

- Brunetto Salvarani, «Per amore di Babilonia», Edizioni Diabasis, Reggio Emilia 2000.
 Caritas/Migrantes, «Dossier statistico 2004», XIV Rapporto, Idos, Roma 2004.
 Cisa Asti Sud, «La qualità della vita nel Sud Astigiano». Ricerca su bisogni e risorse di una comunità, Nizza Monferrato 2004.
 Don Piero Gallo, «Il Bronx di San Salvario», su *Famiglia Domani*, 2, 2004.
 Istat, Annuario statistico italiano, 2004.
 Istat, «La popolazione straniera residente in Italia», 2004.
 Progetto Equal, «Tante Tinte. Integrazione sociale e lavorativa degli immigrati», Torino 2004.
 Progetto Etnequal Social Communication, «Nessuno è fuori luogo», Roma 2004.

III. SOLITUDINE AMICA, FORME PERSONALI

1. SOLITUDINE, SOLITUDINI

“*Vi sentite soli?*” Accendete la radio o la televisione, fumate una sigaretta, spettegolate con gli amici, andate al cinema, correte dietro ai guru, i nuovi padri spirituali: in questo modo tutta la vita diventa una fuga da se stessi. Le fughe sono rispettabili, anzi socialmente approvate ed economicamente costruite: siamo il prodotto di un processo globale.

Il proprio lavoro, i propri interessi, i propri doveri, i rapporti, le proprietà che costituiscono gli aspetti in cui l'io si esprime generano una frustrazione, un dolore o altro, che si manifestano come vuoto, una segreta mancanza.

La solitudine, prodotto di pensieri, sentimenti e comportamenti in reazioni di fuga, di rigetto, di contrazione o di enfaticizzazione, è un processo di isolamento che si mette in atto in tutte le relazioni, come risposta inadeguata o di difesa dei propri affetti innati.

L'uomo è stato capace di trovare alla solitudine varie vie di fuga: religiose, economiche, sociali, politiche, ma non è stato educato ad affrontare la realtà delle sue sofferenze. Per la psicologia la sofferenza è prodotta da problemi di attaccamento che, all'inizio, è l'elemento costitutivo dell'io. Nel tentativo di reagire al sentirsi isolati, alla paura di non avere rapporti e di non appartenere a nessuno, alla percezione della mancanza di legami significativi si trovano sostituti: regole, ideologie, persone, fedi religiose ecc...

Un'altra causa di solitudine è la perdita di prestigio, di potere, di cose o persone che si pensa di amare. Altri elementi di solitudine sono il rifiuto o il timore di sentirsi rifiutare, il fallire o temere di fallire, l'abbandonare o il sentirsi abbandonati.

Queste forme sono presenti nella vita quotidiana quando l'ambizione, il bisogno di possedere, le invidie, le gelosie e le preoccupazioni alimentano solo i desideri dell'io.

Costruire il proprio io è necessario e costituirlo adeguato è opportuno; rimanervi legati è fonte di sofferenza e produce solitudine.

L'uomo, nella costituzione di sé, parte dall'isolamento e nel processo di costruzione, rispondendo alla fame di stimoli e di struttura, cerca gratificazione nelle sue relazioni con sé, gli altri e il mondo. Questo processo viene chiamato anche strutturazione del tempo e inizia con l'isolamento, attraverso le ritualità, utilizza passatempi, sviluppa una propria occupazione, che può essere la parte creativa del sé e ricerca nella soddisfazione dei suoi bisogni e desideri intense modalità di rapporti. Alcuni sono validi e costituiscono stati di benessere, altri sono espressivi dei suoi blocchi e sono stati di solitudine. L'uomo è nella ricerca dell'intimità dove il suo stato di benessere possa trovare compimento, ma questo processo non è ancora superamento della solitudine.

Nell'attaccamento si trova sicurezza e nell'intimità appagamento, ma sottostanti l'attaccamento sono presenti paura, ansia, sofferenza e nell'intimità è presente il rischio della

verità di sé e dell'altro e la paura della perdita di sé e dell'altro.

In questo lavoro parto dalla considerazione dello stato di solitudine per procedere alla lettura degli affetti innati in rapporto alla stessa.

Lo stato di solitudine

Si parla di stato di solitudine perché ogni uomo è solo: lo è quando si trova con gli altri, lo è quando è da solo fisicamente, indipendentemente dal fatto che lo percepisca o no.

Questo esser soli si può considerare su *due valenze*: una *positiva* e una *negativa*. La prima è una solitudine serena, riflessiva, in pace: è una condizione di interiorità in cui o si sta riflettendo o non si sta pensando a nulla.

Quella negativa è certamente una solitudine non tranquilla, non serena.

La persona può essere con gli altri, ma nella realtà il suo pensiero, la sua emozione e il suo comportamento sono altrove. Tante sono le situazioni in cui questo accade: si avverte l'impossibilità di comunicare qualcosa di sé, perché non sarebbe capito o accettato oppure si è presi dalla preoccupazione, spesso mascherata dal sorriso.

Nella solitudine positiva c'è un *atteggiamento* più fluido, più libero, di apertura all'altro, perché questa parte dalla serenità e da una vita interiore profondamente vissuta; in quella negativa si è in relazione con l'altro, ma sempre con l'attenzione rivolta a quella parte di sé che resta nascosta, perché non può essere comunicata, o a quella dell'altro che resta chiusa e non fruibile. Anche se la persona non sta mettendo una maschera e la parte di sé che comunica è vera, resta pure un'altra parte che non viene alla luce; qualche volta è, invece, l'altro che non vuole stare in relazione e la sua porta viene trovata chiusa.

Talvolta c'è pure una *solitudine esistenziale* percepita dalla persona, ma il contenuto le rimane sconosciuto e cieco e affiora solo un senso di angoscia. La fonte è ignota: si coglie come una parte di sé con cui bisogna convivere, ma, certamente, con difficoltà. È una situazione che può creare atteggiamenti disfunzionali che impediscono l'armonia interiore. È questa la solitudine più pericolosa.

C'è pure uno *stato sociale di solitudine*, prodotto dalle disuguaglianze, ben simboleggiato nel contrasto tra lo squallore, il grigiore, la sciatteria delle periferie, dove è ancora annidata la povertà, e lo scintillio, l'opulenza, lo sfarzo del centro.

C'è, infine, anche uno *stato di solitudine della natura* inquinata e saccheggata, dove la naturalità della fauna e della flora si trovano nell'impossibilità di manifestarsi.

Nell'insieme, la solitudine come stato negativo di bisogno o di difficoltà si vive con fatica.

La solitudine rispetto agli affetti innati

Secondo la concezione umanistica ci sono nove affetti innati costitutivi della persona nei quali si manifestano i bisogni dell'essere. Nel vissuto di ciascuno di essi si esprimono forme di solitudine significative sia nella valenza positiva che negativa.

La *vergogna*, che esprime come dimensione positiva l'*integrità*, presenta la solitudine nel tratto del *nascondimento* di ciò che si è deturpato e di cui si ha vergogna: una parte di sé e dell'altro è stata violata e quindi l'io ha perduto la sua integrità.

La violenza esercitata è come una pelle strappata alla persona che non potrà mai togliere da sé questa sensazione.

La *rabbia* manifesta la dimensione negativa della *non riuscita*. Come rabbia di *ingiustizia* desidera che giustizia sia fatta, in quanto rabbia di *frustrazione* vuole che questa non esista; ancor più forte è la richiesta del *rancore* che si rifugia nel passato per qualcosa che gli è stato tolto, mentre nella *sfida* l'altro occupa lo spazio che si percepisce come proprio.

La risposta positiva alla rabbia è la *compiutezza* in vista dell'autonomia, ma nella realtà si vive violenza, si vive rifiuto, si vive abbandono, si vive fallimento: in queste quattro situazioni c'è una profonda solitudine. Là dove si è esercitata violenza se ne percepisce la durezza, dove si è vissuto e dato rifiuto si vive l'incapacità di relazione, nell'abbandono si è totalmente soli, nel fallimento ci si sente nessuno: sono tutte esperienze di grande solitudine.

Nella *paura* la posizione positiva è la *sicurezza*: chi non ha paura è sicuro, mentre quella negativa è l'*incertezza* in cui si esprime la propria solitudine. Lì si percepisce che nessuno può aiutare e comprendere. Qui si coglie tutta l'oggettiva difficoltà di appoggiarsi su qualcosa che si sente di non avere.

E in questo si è profondamente soli.

Quando ci si trova nella *tristezza* o nel *dolore* emerge l'aspetto della *sopraffazione* perché i lutti che avvengono e le ferite che lacerano fanno percepire il senso del proprio morire e, in questo, si è soli. Si sente preclusa la possibilità di salire allo stato di serenità. È il dolore della separazione. "Predisposti al dolore" è addirittura l'annuncio dell'angelo a Adamo ed Eva: "Farai nascere nel dolore" perché la vita ne è costellata.

In questo soffrire si è soli.

L'altro può stare vicino, ma non può entrare nel dolore personale. Al massimo se ne può parlare. E in questo ci si sente sopraffatti.

C'è il *disgusto*, il rifiuto a distanza, attivato dal senso dell'olfatto, che si connota positivamente nell'attrazione esercitata dal profumo. Profumare è una caratteristica della natura, l'uomo ha raccolto i suoi odori e ha fabbricato i profumi, ma ha perso il senso dell'olfatto.

La natura sprigiona odori: anche il nostro corpo odora, talvolta puzza perché è sporco e questo fa allontanare; si prova disgusto, si rifiuta la persona che puzza poiché fisicamente disgustosa: ed eccola lasciata sola.

Un altro affetto innato è il *rigetto*, il rifiuto al contatto, attivato dal senso del gusto: la sua dimensione positiva è il *gustare o l'assimilare* – per esempio, gustare un buon cibo – mentre l'aspetto di rifiuto è il *vomitare*, il rigettare. Dal punto di vista fisico è il corpo che non ce la fa più a ricevere cibo perché non riesce a gustarlo e ad assimilare le cose e le rifiuta. Viviamo in una società in cui siamo disgustati da molti avvenimenti e li rigettiamo e in questo aspetto siamo profondamente soli.

C'è poi la *meraviglia*, un affetto neutro che può essere sia positivo che negativo. L'aspetto positivo è l'apertura, che ha

nel dubbio il suo stimolo, positivo nell'interrogarsi e negativo nel blocco scettico. Qui emerge la desolazione del nostro ricercare: "Ho cercato, ho cercato e non sono approdato a nulla." La ricerca che apre e il dubitare che manda avanti ponendo interrogativi fondati sono propulsivi: una volta che ci si è aperti, ci si apre ad altre dimensioni. Nella desolazione si vive la solitudine del vano ricercare e di un dubbio che, sistematicamente, chiude.

Uno degli affetti innati positivi è il piacere che si vive nella dimensione della intimità, mentre la sua assenza genera privazione: la mancanza di piacere è percepita come solitudine. Chi non è capace di provare piacere si sente vuoto, senza alcun contatto.

L'altro affetto positivo è l'interesse. Ha come elementi espressivi sani l'eccitazione e l'entusiasmo, mentre l'aspetto negativo è l'apatia. Qui si è nella solitudine, senza luce; lo sguardo è triste, spento; non c'è nulla o nessuno per cui valga la pena di esistere: tutto è futilità.

Gli elementi positivi, che corrispondono alla solitudine sana, appagante, costituiscono la risposta agli affetti innati, quelli negativi danno la connotazione di quanto ci si possa sentire soli, quindi non sereni, a disagio, in quanto la risposta dell'io è inadeguata.

La solitudine è la percezione della sofferenza che è dentro di sé come vuoto.

La spirale di entrata e di uscita dalla solitudine

Propongo la spirale come simbolo ed elemento di risposta alla solitudine. Nella realtà dei fatti, essa è come un serpente che, raccolto in spirale, è in uno stato di quiete e, con la testa sopra di essa, osserva o dorme. In questo caso è una spirale chiusa, ma attenta. Il serpente si dispone così sia in entrata sia in uscita: allora è naturalmente in una spirale dinamica.

Utilizzo l'espressione "entrata" e "uscita" perché qui c'è tutto il processo della solitudine: nella spirale di entrata si affonda nella difficoltà di esprimere l'affetto innato; nella spirale in uscita si è aperti e si risponde positivamente alla qualità propria di quell'affetto.

Nel vivere questa dinamica a me sembra positiva sia la spirale in entrata che quella in uscita: in entrata perché è una spirale di quiete e in uscita perché è una spirale dinamica: una di pausa e una di azione.

In sé nessuna delle due è negativa. Lo diventa la spirale di entrata quando tende a chiudersi e a infossarsi nella dimensione negativa dell'essere; diventa negativa la spirale in uscita quando va a cercare elementi negativi. Ma è positiva la spirale in entrata quando accetta di vivere un affetto innato e poi di abbandonarlo per passare a un altro e permettersi di stare nella quiete, come nella pausa del respiro, per poi passare a un altro; ed è positiva in uscita quando va a cercare altre cose di cui ha bisogno.

La solitudine diventa stato se la chiudiamo in un confine, mentre è una potente forza se l'accogliamo come una possibilità di pausa o di sviluppo. È la base in cui si esprime la propria energia e dove si possono vivere tutti i propri affetti: una sofferenza per far sé che la paura sia affrontata, la rabbia diluita, la vergogna liberata, il disgusto permetta di odorare,

il dolore sia lasciato e si possa accedere, attraverso la ricerca, a ciò che permette di provare piacere e di gioire. È questa la dinamica.

Se si è in questa dinamica si può essere in una situazione di quiete o attività, ma si parte da una condizione di solitudine, perché ogni atto dell'essere proviene da una percezione di sé che è un atto di solitudine profonda e positiva. Come pure ogni atto di non essere parte da una solitudine e si avvia con atti di chiusura verso il vuoto di sé.

Il superamento

La solitudine che comunemente viviamo è superabile attraverso l'intimità con se stessi o con l'altro, e quella ontologica? La percezione esistenziale di essere profondamente solo nell'universo che è quella che determina in radice la nostra angoscia? Io penso di sí, il processo è simile, ma diverso perché sono altri i suoi contenuti.

Il primo passo è vedere la solitudine, non fuggirla perché la paura va sempre guardata in faccia e la solitudine nasce da una paura e appartiene alla dimensione dell'angoscia. Occorre vederla, ossia darsi il permesso di osservarla, di viverla, di pensarla e quindi di cogliere il vuoto che le è proprio.

Il secondo passo è di afferrarla, di entrare a contatto con il vuoto: è accogliere questo vuoto, accettare la fatica e la sofferenza che questo comporta. È un vuoto ontologico della nostra esistenza, è la percezione del non senso delle cose, della vita, il non senso di tutto: questo vuoto lo posso sentire, lo posso attraversare in quell'angoscia profonda che produce. "Quando ho solitudine, io sono vuoto". Solo quando si capisce il vuoto, quel vuoto e quella solitudine cessano.

In questo percepire c'è un passaggio, il terzo, che avviene con naturalezza all'interno del processo, di scoprirsi uno con se stessi, gli altri, la natura. Non sono in relazione di intimità come nelle nostre comuni solitudini, ho invece la percezione esistenziale di una unità, di un'apertura che va al di là, di una unicità.

Questo lo vediamo bene nell'arte. Il poeta fa un grande passaggio tra la profondità di quello che sente e la espressione di qualcosa che unifica: penso, per esempio, all'infinito di Leopardi, c'è dentro questa esperienza.

In questo processo la condizione fondamentale è fare silenzio. Abbiamo la possibilità di entrare a contatto con la solitudine ontologica, di entrare nel vuoto, di percepire la nostra unicità a partire dal silenzio, come scrive Leopardi.

Sono attimi, momenti non totalizzanti per sempre perché continuiamo a essere presenti nella nostra vita con le difficoltà e sofferenze che vi appartengono, ma tutto questo ci dà un profondo senso di pace, di grande benessere.

Questo stato armonico integrale è l'unicità. Lì l'intimità è oltrepassata, ma è presente, lì tutte le solitudini sono attraversate e sono presenti perché dagli affetti e dalla separazione viene la luce, la loro unica unità.

L'unicità è uno stato in cui tutte le influenze sono finite, quelle esterne e quelle interne.

L'unicità è la percezione dell'unità dell'essere che trova nella ricerca dell'integrità di sé e nell'apertura all'incontro la possibilità di manifestarsi.

2. UN'AMICA SILENZIOSA

L'individuo non è fatto per la solitudine, ma per la relazione che, di volta in volta, arricchisce, rallegra, consola oppure stressa. Ma anche la solitudine ha un suo valore. Ci sono solitudini di fatto inevitabili e pesanti, solitudini-condanna, come quella dell'anziano solo, del malato, dell'emarginato. Se ne parla in altri articoli. Se tuttavia in tema di solitudine, si vuol puntare l'obiettivo sulla persona normalmente inserita nella dimensione relazionale o su quella che, pur con un buon potenziale relazionale, circostanze temporanee più o meno lunghe – come esigenze di lavoro in altra città o paese o ambiente “difficile” – relegano in situazioni con poche o nulle possibilità di relazione, il discorso è più complesso.

Nella prima ipotesi, spesso l'uomo o la donna, per bilanciare le – diciamo pure – per “disintossicarsi” dalla fitta rete di relazioni, che per motivi di lavoro o di obbligo sociale, volenti o nolenti, debbono tessere, possono avvertire l'esigenza di rifugiarsi in un momento di pausa e di riflessione in solitudine. Nella seconda ipotesi è importante per l'individuo essere soprattutto aperto all'eventuale relazione, essere disponibile e non chiuderle la porta in faccia. Poi, se la relazione deve nascere, nascerà. Inseguire a ogni costo caparbiamente una qualsiasi relazione, si risolve in una quanto mai sterile fuga dalla solitudine, che invece non dovrebbe essere fuggita come una vera maledizione, ma affrontata.

Purtroppo, relazioni e solitudine sono nella mentalità dei più considerati “status” e chi si trova in solitudine si attira la commiserazione altrui (quello è solo come un cane!), mentre vantare molte relazioni, anche artificiose e superficiali, viene considerata cosa importante e chi le pratica ritiene di godere di maggior considerazione. Qui dunque la solitudine si presenta come causa di frustrazione.

Ascoltare se stessi

Tuttavia la solitudine può rivelarsi una grande amica e in tre momenti fondamentali, che personalmente l'individuo in questo aspetto positivo della solitudine, si riassume nel trionfo *solitudine-riflessione, solitudine-creatività e solitudine-libertà*.

Qualcuno ha detto che ascoltare se stessi è la chiave per imparare ad ascoltare gli altri e il proprio se stesso ciascuno lo può ascoltare soltanto in silenzio, fuori dal chiacchiericcio che il rapporto con gli altri comporta, rapporto piacevole e anche vivificante, complementare al quale, tuttavia, si rivela fruttuoso uno “stacco” in compagnia di noi stessi. Chi affronta spazi di solitudine e sa farseli amici gode di una serenità sconosciuta a chi, preso dal panico del sentirsi solo, tenta di riempire a ogni costo i “buchi neri” dei momenti di non relazione.

Ma, come per ogni altro amico, anche l'amica solitudine va conquistata. Dirò di più. Siccome normalmente viene presentata come una brutta bestia, questa va “addomesticata” o, per meglio dire, va “addomesticato”, va sfatato quel luogo comune che la dipinge come tale. È come aver a che fare con un grosso cane che, per aspetto e taglia, può incutere

timore, ma che, all'atto pratico, si rivela il più affettuoso e fedele degli amici.

Molti non sperimentano quanto risulta stimolante qualche quarto d'ora di riflessione e di colloquio con se stessi e quanto può essere rassereneante sognare sulle ali, per esempio, di uno struggente brano musicale e quanto può sbrigliare la fantasia il ritirarsi in solitudine per leggere un bel romanzo, dando magari inconsciamente una fisionomia, un volto ai personaggi creati dall'autore o immergendosi psicologicamente nelle situazioni cui vanno incontro i protagonisti e raffrontandole qualche volta con le proprie personali esperienze. Uno può essere portato a pensare: io in quella situazione che avrei fatto? Questo tipo di solitudine apre una finestra sul mondo dell'immaginazione. Ma non tutti sono in grado di apprezzarla.

C'è un piccolo, piccolissimo segnale, che a molti parrà banale, ma che è abbastanza significativo, in una certa moda corrente nell'architettura d'interni. C'è in alcuni la tendenza a fare di tutto l'appartamento un ambiente unico, dall'entrata, al soggiorno al salotto, escluse le camere da letto. La soluzione è esteticamente accettabile per case piccole e piccolissime alle quali conferisce maggior respiro, perché, in caso contrario, ci si troverebbe davanti a una serie di “buchi”. Ma ho visto applicare tale soluzione anche in appartamenti grandi e grandissimi. Stento a capire tale orientamento, perché un familiare può avvertire l'esigenza di ritirarsi in solitudine per leggere studiare o altro, mentre un altro guarda la tv e un terzo vorrebbe ascoltare musica. Al contrario, tale soluzione nega a priori la possibilità di una rinfrancante solitudine, di una libera scelta. Che poi uno possa stare in solitudine anche facendo una passeggiata in riva al mare è vero, ma per certe cose è indispensabile l'ambiente raccolto.

La “dieta” dell'anima

Naturalmente si intende la solitudine come parentesi. Una bella definizione di questo stato temporaneo l'ha data Francesco Algarotti, scrittore del '700, grande viaggiatore che, nonostante le difficoltà dell'epoca, era arrivato persino in Russia in diligenza. Fu fatto diplomatico da Francesco II di Prussia, perciò uomo di grande esperienza di vita e di grandi relazioni, il quale, in una lettera al padre, nel definire la solitudine scrisse: «La solitudine è la dieta dell'anima».

Trovo l'accostamento bellissimo. Uomini di pensiero, letterati, artisti, che nel corso dei secoli hanno apprezzato o esaltato la solitudine, l'hanno concepita però come un intervallo del comportamento umano, che ha tuttavia bisogno di relazioni e non come stile costante di vita. Per tornare alla definizione dell'Algarotti, la dieta è una salutare parentesi di digiuno, ma se si digiuna sempre, si muore.

È ancora più esplicito Milton che nel suo “Paradiso perduto” dice: «Talvolta la solitudine è la miglior compagna e un breve ritiro sollecita a un dolce ritorno». La sosta prima di tornare alla relazione. La solitudine perciò nel pensiero di costoro, si rivela uno “stacco”, un ricaricare le batterie, un rinnovare le energie per poi dedicarsi nuovamente alla relazione. È paragonabile a una condizione di stress o di panico

in cui si consiglia di fare un profondo respiro che neutralizza la tensione.

C'è poi chi si ritira in solitudine per pregare o chi la cerca come antidoto a un mondo che lo ha deluso, che non sente più suo e cerca, trovandolo, un aspetto amico della realtà che lo circonda. Ciò vale per persone cosiddette "normali". Pensiamo anche a chi è costretto a indossare quotidianamente una maschera di fronte agli altri. Per costui la solitudine oltre che amica, è sorella, è un vero balsamo.

Creatività

Ma la solitudine, specie se si prolunga nel tempo, può anche rivelarci spazi impensati di creatività. Quella creatività che si esprime in solitudine, elemento indispensabile per creare, perché è l'aspetto che favorisce la concentrazione permettendo alla potenzialità creativa di esprimersi, di venire alla luce, favorendo l'intuizione che rappresenta l'inizio della creatività. Non si crea tra la folla, nella babele, nel brusio, anche se la creatività si avvantaggia della relazione, perché è destinata a maturare in due tempi, dei quali il primo è appunto la relazione, l'osservazione della realtà che ci circonda, il contatto umano, l'ispirazione. La metabolizzazione di questa esperienza avviene grazie alla sensibilità, che funge come una sorta di reagente psico-chimico che innesca la creatività.

Il contatto, la relazione può invece stabilirsi con la natura. Basti pensare ai poeti che, osservandola, hanno composto bellissime liriche. Oppure con lo sviluppo della propria curiosità intellettuale, che spinge verso ricerche, studi, approfondimenti. Ricordiamo tutti il famoso pittore Ligabue, considerato il capostipite dei naïf nostrani, dalle cui opere traspaiono solitudine e angoscia e che di relazioni umane ne aveva poche o nulle, ma il cui contatto con la natura lo induceva a rappresentare luoghi a lui familiari, popolandoli però di improbabili animali feroci, cromaticamente vivaci, decisamente violenti e di profonda suggestione. Relazione profonda con la natura, ricreata fantasiosamente in solitudine.

E chi può dimenticare lo scrittore Emilio Salgari, i cui romanzi d'avventure facevano impazzire di gioia i ragazzini della mia generazione e dipingevano luoghi, paesaggi e personaggi che l'autore non aveva mai conosciuto direttamente, ma appreso da libri, documenti e racconti altrui. Egli infatti non aveva mai messo il naso fuori dalla propria città. Fantasie creative dunque, elaborate nella ricerca in solitudine.

Ma parlare della creatività esclusivamente di scrittori e artisti rischia di risultare riduttivo. *Anche la persona comune può essere potenzialmente creativa.* Ognuno di noi è circondato da una determinata realtà, da individui che a volte sono veri e propri personaggi, da avvenimenti o da frutti della creatività altrui. Qualcuno può limitarsi a osservare semplicemente i fenomeni che lo circondano e subito dopo rivolgere il pensiero altrove oppure essere dotato di quella particolare sensibilità, ovvero di quel reagente psico-chimico che determina la metabolizzazione della realtà osservata in senso creativo. Ci sarà chi userà pennelli e colori, chi uno strumento musicale o carta e penna o la macchina fotografica o che inventerà semplicemente storie col pensiero fantasticando, oppure, perché no, ci sarà chi userà il forchettone

di cucina, creando nel campo del più nobile fra i mestieri domestici: la gastronomia.

Esperienze diversificate

Certo che, per apprezzare appieno la solitudine creativa, è necessario possedere risorse interne. Chi è dotato di una certa curiosità e vivacità intellettuali, cose peraltro diverse dall'intelligenza, è tentato di buttarsi in nuove esperienze profondamente diverse dal lavoro che svolge o che ha svolto in passato, per soddisfare la propria passione creativa in chiave esperienziale. Infatti molti avvertono la spinta verso esperienze diversificate, altri no. Certo, tornando a parlare di creatività, si può anche creare in gruppo.

Pensiamo a un *team* che lavora a un determinato progetto, ma la creatività capace di dare all'individuo una sensazione di benessere è soprattutto la creatività al singolare, in solitudine. Personalmente sono molto sensibile nei riguardi del terzo aspetto della solitudine amica, ovvero del binomio solitudine-libertà, che ritengo assai importante. Mi è capitato per ragioni di lavoro, oltreché per interesse personale, di andare un po' in giro per il mondo. A volte si era tra più colleghi, perché gli aspetti del progetto da approfondire erano molteplici. Quando mi trovavo in un Paese o in una città dove non ero mai stato e che conoscevo poco, terminato il lavoro, cercavo di vedere le cose notevoli o curiose del posto. C'erano colleghi che più o meno avevano anch'essi le stesse curiosità, lo stesso interesse, altri invece non subivano alcun richiamo dalle cose che avrebbero potuto vedere.

Solitudine libertà

Per questo preferivo, quando era possibile, andare in giro da solo, a costo di affrontare il disagio in un Paese la cui lingua non conoscevo. Ricordo le difficoltà incontrate a Berlino-est (c'era ancora il muro) dove, a parte i funzionari con cui trattavo e i *receptionist* dell'albergo, che masticavano l'inglese, tutti parlavano solo tedesco, che io non conosco. Ma preferivo andar solo e arrangiarmi in qualche modo pur di poter girare a mio piacimento e scoprire cose magari piccole, ma significative ai miei occhi.

Anche nei viaggi cosiddetti organizzati a volte è meglio defilarsi dagli itinerari programmati e previa opportuna documentazione, seguire percorsi alternativi. Pure nella propria città, se la compagnia è numerosa, in cui uno vorrebbe fare una certa cosa e un altro cosa diversa, solo sganciandosi si riesce a fare ciò che si preferisce. Ci sono poi momenti in cui è opportuno essere soli per assaporare la bellezza dello spettacolo della natura o delle opere della creatività umana, anche se a volte tale godimento si può gustare in compagnia di una persona capace di condividere con noi le emozioni. In ogni caso, il modo di fruire della solitudine amica è cosa massimamente, sommamente, estremamente soggettiva. Solitudine-riflessione, solitudine-creatività, solitudine-libertà, tutte solitudini positive, amiche, concepite come parentesi nei riguardi della relazione. Costituiscono quella solitudine che fece dire a qualcuno: "...che piacevole sorpresa scoprire alla fine che da soli non siamo poi così soli...". *Mario Cipolla*

3. SOLITUDINE E RELAZIONE

Nodi in una rete di relazioni o esseri soli?

In quanto esseri umani non siamo semplicemente definiti dal nostro corpo e dalle nostre attitudini fisiche e mentali, ma siamo anche la somma delle nostre relazioni con genitori, amanti, figli, amici, colleghi di lavoro, etc. Ognuna di queste relazioni ci rimanda un'immagine di noi stessi, a volte la determina, e tutte queste immagini compongono il nostro io.

Non è possibile descrivere un essere umano senza delineare le sue relazioni: può accadere di rimanere senza relazioni per periodi anche lunghi (persone naufragate su un'isola deserta, o in isolamento punitivo), ma è una situazione in cui è difficile mantenere l'equilibrio. Anche nelle problematiche familiari e sociali è stata da lungo tempo compresa la necessità di ragionare non sui singoli individui, ma sulla relazione in se stessa. Una coppia, una famiglia, un gruppo, sono entità complesse, che non possono essere descritte semplicemente in termini delle singole componenti: si parla di "costellazioni familiari", di reti di relazione, che vengono anche studiate con modelli.

Per un altro verso, tuttavia, di fronte a certe situazioni della vita ci ritroviamo individui singoli e soli: di fronte alla morte, alla malattia, alla sofferenza fisica, a una difficoltà che possiamo superare solo con le nostre forze. Una frase di una famosa canzone di De Andrè, dice: "Quando si muore si muore soli". In questo senso quindi la solitudine sembra essere una condizione esistenziale inevitabile, e quella di non essere da soli solo un'illusione che ci aiuta a vivere. Le relazioni possono aiutarci, ma in queste situazioni percepiamo nettamente la *virtualità* del nostro essere in relazione, e tutta la fragilità del nostro essere individui, corpi in isolamento.

Desiderio di relazione ...

Secondo il mito platonico, ognuno di noi cerca "l'altra metà" che lo completi. Più in generale, abbiamo dentro di noi una brama di relazione, un bisogno di superare la fragilità di cui si diceva prima, e il modo per trovare questo conforto sembra essere la relazione, che tende in questo caso verso l'unione stretta con un altro essere umano e quindi il superamento della solitudine esistenziale. Di questa solitudine soffriamo forse fin dalla nascita, con l'uscita dal grembo materno, e la relazione anche fisica con altri individui ci fa provare un'illusione di superamento che ci conforta.

Sperimentiamo un'esperienza di fusione con il rapporto sessuale, con la vicinanza fisica, con la relazione di coppia in cui possiamo sentirci un tutt'uno con l'altro. Il desiderio di relazione intesa soprattutto come ricerca di un partner sessuale/affettivo è molto pressante oggi e spesso pensiamo che sia *il* nostro problema, e che quindi trovare la persona giusta possa essere la risposta a tutti i nostri malesseri.

In senso più lato, oggi la nostra idea di persona di successo implica anche l'aver molte relazioni, l'essere molto cer-

cati dagli altri. La tecnologia moltiplica gli strumenti che ci consentono di "essere in" continuamente, dalla posta elettronica agli Sms. Soprattutto tra i giovani, una persona "di successo" riceverà molte chiamate al cellulare o molti messaggi.

Riassumendo, il desiderio di relazione nasce sia dal bisogno di eliminare la solitudine esistenziale, sia da un'effettiva importanza di una rete di relazioni affettive per il nostro benessere, sia in parte da un'immagine ideale di persona inserita positivamente nel contesto sociale a cui vogliamo conformarci.

Questo desiderio di relazione ci spinge a cercare un partner, a coltivare le amicizie, anche a compiere tutta una serie di riti sociali che sono necessari per continuare a giocare il ruolo che ci si aspetta da noi nella "rete" di cui parlavamo prima.

...ma anche desiderio di solitudine

Tuttavia, spesso questa ricerca di relazione diventa una fonte di stress, una fatica, quasi un lavoro aggiuntivo, per vari motivi. Nelle relazioni più intime e quotidiane (partner, marito, figli, ...) entra in gioco la *disillusione/delusione* (il partner non corrisponde alle nostre aspettative, e/o non soddisfa le nostre esigenze) e l'*oppressione/soffocamento*, che nasce dal non poter più completamente gestire le cose come vorremmo. Dobbiamo trovare un'intesa su che cosa mangiare, come arredare e tenere in ordine la casa, quali attività svolgere nel tempo libero, quali amici frequentare e quando. Diventa necessario trovare un'identità e delle abitudini di coppia, di famiglia, di gruppo. In questo caso, per reazione, *il desiderio di solitudine è soprattutto desiderio di autonomia*, di non ingerenza (o forse vorremmo che gli altri si adeguino a come *noi* vogliamo che siano le cose?).

Una forma emblematica di questo dilemma tra desiderio di relazione e desiderio di solitudine è l'interrogativo: vivere con qualcuno o vivere da soli. Certamente desideriamo vivere con qualcuno per avere compagnia, per un aiuto nei problemi quotidiani di gestione di una casa, perché (nel caso di un partner) vivere insieme è un elemento importante di quella fusione di coppia che cerchiamo. Tuttavia, sappiamo tutti quanto fastidio ci possono dare le piccole abitudini e manie dell'altro che non sono in accordo con le nostre: disordinato se noi siamo ordinati, frenetico se noi amiamo fare le cose con calma, etc.

Con persone con cui abbiamo una consuetudine meno quotidiana, invece, c'è un problema di tipo diverso: la relazione, anche se di fondo vissuta come piacevole, rappresenta sempre una piccola fatica. Certamente ci fa piacere uscire a cena con amici o avere un ospite a casa, ma se siamo molto stanchi, stressati o tristi possiamo percepirlo come un peso. La sensibilità in questo senso varia anche molto a seconda del grado di introversione/estroversione di una persona, ma in genere l'attività sociale, anche se è un piacere e un bisogno importante per il nostro benessere, richiede una dose non piccola di tempo ed energia mentale, e include anche tutta una serie di doveri e riti che in situazione di stress

possono diventare molto pesanti. Non per nulla in caso di depressione/esaurimento l'attività sociale scompare.

In conclusione, *abbiamo un immenso desiderio di relazione* (per non essere soli), *ma la presenza degli altri può rapidamente diventare deludente, opprimente, affaticante.*

In questo caso il desiderio di solitudine diventa pressante.

All'estremo, la superesposizione sociale (cioè, il non avere mai un momento per se stessi) alla lunga diventa insostenibile e proviamo un bisogno quasi fisico di un momento di pausa, di silenzio, di raccoglimento delle nostre energie interiori.

Soprattutto in questo momento storico, in cui è raro che le persone vivano in situazioni con lunghi periodi di solitudine, come poteva essere per un contadino nell'ottocento, ma al contrario il lavoro e il tipo di vita in genere ci portano facilmente ad avere moltissime relazioni a vario livello, anche non molto coinvolgenti sul piano affettivo, ma piuttosto connesse a degli obiettivi, può essere difficile scegliere quanto tempo ed energia vogliamo investire in queste e quanto invece salvaguardare il nostro bisogno di solitudine.

Paura della solitudine, ma anche paura della relazione

Abbiamo paura della solitudine perché da soli siamo più esposti al pericolo, non abbiamo nessuno che ci possa aiutare nelle difficoltà della vita, curare se siamo malati, etc.

Questa paura è del resto motivata, in quanto la solitudine corrisponde a un aumento di rischio reale: per esempio, se viviamo da soli potrebbe capitare di sentirci male e che nessuno ci soccorra in tempo.

La relazione ci dà sicurezza, la solitudine aumenta il pericolo. La solitudine ci costringe a tenere sempre un po' più alto il livello di guardia, perché non c'è qualcun altro su cui fare affidamento. Molte persone, per esempio, non dormono bene se sono in casa da sole. Questo pur piccolo aumento della sorveglianza a lungo andare logora: le statistiche dicono infatti che, nonostante tutti i conflitti e le tensioni presenti nella maggior parte dei casi, le persone sposate vivono in media più a lungo.

Oggi poi c'è davvero molta paura della solitudine e ricerca di relazioni (anche, come detto prima, attraverso Internet, messaggini, etc.). Le trasformazioni socioculturali, come l'indebolimento della coesione familiare (nuclei familiari piccoli, relazioni meno stabili), il diminuito inserimento in situazioni comunitarie come il quartiere, la parrocchia, il gruppo politico, l'aumentata durata della vita (per cui le relazioni importanti possono venire a mancare) sono caratterizzate da un impoverimento delle reti relazionali, e vengono vissute con ansia.

La parola "solitudine" evoca vissuti di chiusura al rapporto, isolamento, prigionia, difficoltà. Si vuole *esorcizzare il mostro*, siamo portati a considerare ovvio questo bisogno di connessione, questa smania di vivere inseriti in una rete di relazioni. Lo stare da soli ha un connotato altamente negativo.

Tuttavia, a questa pervasiva paura della solitudine si accompagna spesso anche una *paura della relazione*, che rende questa frenetica ricerca di contatti superficiale e poco

appagante. Molte persone vivono apparentemente una vita sociale intensa, ma in realtà non hanno nessuno con cui parlare veramente. Temiamo l'intimità, perché significa essere nudi di fronte a un altro individuo, mostrare i nostri lati sgradevoli, e anche esporsi al rischio che l'altro possa ferirci o abbandonarci. Oggi la relativa libertà sessuale e la maggiore possibilità di troncamento relazioni in caso di insoddisfazione e allacciarne di nuove sicuramente sono un aspetto positivo rispetto al passato. Questo ha portato però anche ad avere un maggior numero di persone che non vogliono o non riescono a impegnarsi in una relazione affettiva profonda, e preferiscono affidarsi a rapporti più "leggeri", concentrando magari la propria energia sul lavoro o altre attività di espressione più individuale.

Anche se non rientriamo in questa categoria, in tutti noi credo sia presente una certa paura o per lo meno pigrizia rispetto alla relazione autentica. Nella nostra vita quotidiana siamo continuamente presi da un vortice di impegni, di lavoro, di gestione della casa, anche di tipo sociale. Lo spazio per le relazioni vere, che pure dovrebbero essere uno degli obiettivi più importanti per il nostro benessere, si concreta al più in qualche sprazzo di comunicazione, magari inaspettato. In genere diciamo sempre *che non abbiamo tempo*.

In molti casi il lavoro o altri impegni analoghi diventano una scusa per giustificare il fatto che non cerchiamo di avere relazioni soddisfacenti. Anche quando siamo in relazione, per esempio in famiglia, è facile che le attività gestionali prendano il sopravvento sul tempo dedicato veramente al dialogo.

Si giunge quindi al paradosso che in quest'epoca caratterizzata da una grande abbondanza di canali di comunicazione, facilità di spostamenti, e anche in parte una certa liberalizzazione nei rapporti, vi sia anche una grande paura delle relazioni.

Chi la teme, chi la evita...

Le persone sono molto diverse rispetto alla loro percezione di relazione e solitudine, tant'è vero che la tendenza a ricercare il contatto sociale è una delle dimensioni fondamentali rispetto alle quali si differenziano le personalità. C'è chi non sopporta la solitudine e chi non sopporta troppi contatti. Alcune persone hanno una necessità impellente di vivere costantemente insieme agli amici, al gruppo, ai colleghi, etc., e temono sopra ogni cosa l'isolamento. Altri vivono gli obblighi sociali come appuntamenti fastidiosi e pesanti.

La differenza è netta a partire dagli aspetti più fisici: per alcuni è tranquillizzante dormire con qualcuno, per altri è un fastidio; alcuni amano il contatto fisico ed esprimono la loro affettività in questo modo, altri odiano essere toccati. Un altro aspetto collegato è la necessità di parlare: alcune persone non tollerano il silenzio e lo riempiono costantemente con chiacchiere su ogni argomento.

Come già dicevo, il diverso grado di socialità è ben noto agli studiosi della personalità ed è una delle componenti fondamentali (insieme con l'intraprendenza, il dinamismo,

la dominanza, etc..) del tratto dell'estroversione. Un punto da sottolineare è che dalle ricerche psicologiche non sembra comunque che questo tratto sia collegato in alcun modo al grado di equilibrio personale. In altri termini, non c'è alcuna motivazione per valutare positivamente o negativamente la maggiore o minore disposizione alla solitudine: i solitari non sono più disturbati degli altri. Dovremmo probabilmente accettare il fatto che gli altri possono essere molto diversi da noi rispetto a questa dimensione.

Solitudine = mancanza di relazione?

Il termine solitudine porta frequentemente con sé un connotato negativo. Diciamo che siamo soli se *non* c'è una relazione che vorremmo avere: se non abbiamo un partner, se non abbiamo amici, se non abbiamo alleati nel mondo del lavoro. La solitudine è quindi definita per contrasto con una situazione, ritenuta normale, di relazione. Oppure, diciamo che siamo soli se una relazione è finita, soprattutto se in modo non voluto: questa è la *solitudine da abbandono*, la *solitudine luttuosa* che si associa alla perdita di una persona cara, o alla fine di un rapporto. *Solitudine* quindi *definita per negazione, come perdita di relazione, o mancanza di relazione*.

Non sempre però l'esperienza della separazione e isolamento dagli altri provoca disagio: c'è una solitudine che può essere ricercata attivamente. C'è una *solitudine felice*: oltre alle attività più ovviamente legate a momenti individuali (leggere, sentire musica, dipingere, scrivere, ...) si può scoprire il piacere di fare tante cose da soli, come andare al cinema, al ristorante, viaggiare. Personalmente non ho mai viaggiato da sola e non mi sentirei di farlo, tuttavia ho avuto un'esperienza di solitudine che ho trovato estremamente illuminante quando ho passato tre mesi per lavoro all'estero. In un Paese lontano dal proprio, con i contatti con le proprie relazioni limitati al telefono e all'e-mail, la sensazione immediata è quella di chiedersi: ma chi sono io? Esiste ancora un mio io se non c'è nessuna delle persone, o delle situazioni e abitudini di sempre? Poi ci si rende conto che c'è una propria individualità che si mantiene e che nella nuova situazione possiamo crearci abitudini assolutamente da zero senza dover tener conto di nessuna aspettativa precostituita.

Nel mio caso è stata un'esperienza piccola e molto tranquilla, ma posso immaginare come possa essere un'esperienza forte, soprattutto per una donna, fare un lungo viaggio da sola. Chi lo ha fatto riferisce in genere che i contatti umani non mancano: in effetti una persona che viaggia da sola facilmente non è in solitudine, ma in una prospettiva di apertura.

È possibile pensare quindi a *due modalità* non in contrapposizione, ma *complementari*? La *relazione* rappresenta *l'apertura ad altri mondi umani*, un'apertura in cui ci confrontiamo con l'altro, lo accettiamo e cresciamo nel confronto. Questo implica però un continuo compromesso, e un rischio di alienazione e perdita di identità. Quindi la spinta alla solitudine è sana, come lo è quella verso il contatto: ci apriamo all'altro, ma vogliamo mantenere i nostri confini.

Nella *solitudine* abbiamo invece *totale libertà*. È una presa

di coscienza dolorosa, ma inevitabile, che costituisce una spinta vitale al nascere e al fiorire dell'individualità. Aiuta a prendere coscienza del proprio essere distinto dagli altri e a definire i confini del proprio Io. Ci porta una spinta all'interiorità e alla ricerca della verità di sé. Se non siamo capaci di solitudine la relazione diventa dipendenza, e viceversa una vita prevalentemente in solitudine sarebbe molto povera, ci sarebbe il rischio della misantropia.

Se invece c'è complementarietà l'esperienza della solitudine dà qualcosa all'esperienza della relazione e viceversa: *la solitudine ci riporta all'interiorità* e aumenta la nostra capacità di lettura del mondo esterno (la persona molto sociale corre sempre il rischio della superficialità). Viceversa *il contatto sociale dà* nel momento della solitudine *molta ricchezza*: ci fa sentire che il nostro mondo interiore non è solo nostro.

In definitiva, l'ideale sarebbe essere capaci di godere entrambe le cose: piacere della solitudine, piacere della relazione. Purtroppo spesso (quasi sempre?) siamo invece dibattuti tra due negatività: paura della solitudine e paura della relazione, peso della solitudine e peso della relazione.

Elena Zucca

4. SOLITUDINE E SILENZIO

Introduzione

Perché abbiamo sentito la necessità di parlare del silenzio? L'intento è soprattutto di valorizzare una dimensione dimenticata, svalutata come altre in quest'epoca, non per nostalgia o forse anche per questo, ma perché crediamo che sia essenziale all'equilibrio, alla vita umana.

In fondo la legge contro l'inquinamento acustico si propone di tutelare da un lato il nostro udito e dall'altro il silenzio che evidentemente è considerato un bene come le piante, l'aria, l'acqua.

Da Picard, medico svizzero poi scrittore, cito:

«Nulla ha tanto mutato l'essenza dell'uomo quanto la perdita del silenzio. Né l'invenzione della stampa, né la tecnica, né l'istruzione obbligatoria hanno tanto radicalmente mutato la fisionomia umana quanto la perdita di ogni relazione con il silenzio. Quanto il fatto che il silenzio non esiste più come una cosa affatto naturale. Naturale come le nubi del cielo, come l'aria. L'uomo che ha perduto il silenzio non solo ha perduto con il silenzio una sua proprietà, ma è stato modificato in tutta la sua struttura. Una volta il silenzio ricopriva tutte le cose. L'uomo doveva cominciare col rompere il velo del silenzio prima di potersi avvicinare a un oggetto. Il silenzio stava persino dinanzi ai pensieri che egli volesse pensare. Lentamente e timidamente un uomo penetrava in un pensiero o in una cosa. Nel moto che va da un pensiero all'altro c'è sempre il silenzio e così nel moto da una cosa all'altra. Il ritmo del silenzio scandisce il movimento.

In questo mondo il silenzio è stato bandito perché non era lucrativo, perché si limitava a esistere, perché non se ne ricavava nulla. Ma forse esiste ancora un po' di silenzio: come si è lasciato agli indiani un poco di spazio nelle povere riserve così oggi il silenzio è stato relegato nei chioschi, in clausura». (*Da una conversazione a cura di Weick e Andriotto registrata dalla radio*).

Il silenzio partoriente

Il silenzio uniforma, compatta, avvolge un po' come l'aria. Il silenzio c'è prima di noi, prima della creazione e il big bang iniziale è partorito dal silenzio. La natura si rigenera nel silenzio.

Le piante germogliano, fioriscono, si spogliano e riprendono il ciclo nel silenzio. C'è chi dice che le piante crescendo emettono un suono che solo i poeti e i musicisti sanno ascoltare e prestano voce a quel silenzio gravido che diventa le Quattro stagioni di Vivaldi o l'Infinito di Leopardi.

Dunque il silenzio è un'entità? Dice Picard: «Il silenzio non consiste soltanto sul fatto che l'uomo smette di parlare. Il silenzio è più di una semplice rinuncia alla parola, più di un semplice stato nel quale l'uomo possa trasporre quando meglio lo aggrada. Certo, dove finisce la parola inizia il silenzio. Ma il silenzio non inizia *perché* finisce la parola. Inizia in quanto solo allora diventa evidente. Il silenzio è un fenomeno a sé stante. Non è dunque identico alla sospensione della parola, non è qualcosa di ridotto, bensì qualcosa di intero, qualcosa che sussiste per sé; è creativo come la parola e foggia l'uomo come la parola, sebbene non nella stessa misura.

Il silenzio appartiene alla struttura fondamentale dell'uomo» (Max Picard, «*Il rilievo delle cose*», Ed. Servitium, pag. 94).

L'onore del silenzio

Sperimentiamo la maestosità del silenzio nei cimiteri. Gli eleganti cipressi, i lumi, i fiori, il bianco delle pietre fanno eco a quel silenzio pregnante che contiene vita e morte.

Onoriamo la vita dei morti col silenzio. Nelle cerimonie pubbliche, nelle ricorrenze, nei funerali minuti di silenzio sono il riconoscimento più alto per le persone che si sono distinte per coraggio, bravura, disponibilità o anche solo per essere state vittime innocenti di catastrofi naturali o di ferocia da parte degli uomini.

Agli eroi viene tributato l'onore del silenzio.

Per affermare un valore indiscusso si evoca un testimone muto.

Al silenzio si affidano il rispetto, la stima, la gratitudine, l'amore di tutta l'umanità lì rappresentata.

Ciascuno consegna se stesso al silenzio a cui tutto converge e che tutti stringe in un unico abbraccio.

Anche al dolore tributiamo silenzio. Davanti alla sofferenza le parole perdono la loro baldanza, si fanno sussurri, balbettii fino a tacere per fare emergere una presenza silenziosa, gratuita, umile testimone di un legame originario che ci fa uguali e comunicanti nell'essere.

Forme di silenzio

Fin qui ho estratto parole per descrivere il silenzio-silenzio quello che fa parte della struttura ontologica. Ordinariamente si mettono in atto forme più sfumate e frammentate consapevolmente o meno come accade per ciò che si ritiene scontato.

Si fa silenzio per concentrarsi: per leggere, scrivere, ricordare, per tutte le espressioni creative, per il gioco. Per potenziare l'aspetto, la facoltà su cui si è concentrati si mettono a tacere tutte le altre.

Per creare "suspence" il buio e il silenzio la fanno da protagonisti e la "suspence" cattura, proprio quello che cerca di fare l'oratore di lungo corso quando distribuisce il discorso di pause allusive e significativi silenzi. In questi casi il silenzio sottolinea, amplifica, fa scoppiare la parola di senso o l'avvenimento di significato.

Si tace per rispetto della dignità propria o dell'altro. Si tace davanti a una gioia, a una disgrazia, una precarietà o una ingenuità. Si rinuncia anche a farsi le proprie ragioni davanti all'indigente e ad avanzare facili complimenti davanti a un'opera d'arte.

Una volta, nel passato, quando si andava lontano da casa, non ci si sentiva per mesi, addirittura per anni. La povertà di mezzi di comunicazione, ma anche l'ignoranza, tanta gente non sapeva né leggere né scrivere, e anche l'indigenza economica impedivano facili contatti. E c'era subito il proverbio pronto per l'occasione: "Nessuna nuova, buona nuova". Come a sancire la positività del silenzio rispetto allo strepito di una cattiva notizia, tanto le cattive notizie prima o poi arrivano.

Questo schema è ancora valido oggi. *Si tace quello che funziona e quello che va a buon fine*. Per esempio la pulizia degli alvei dei fiumi non si vede e non si sente. Il giorno in cui il fiume straripa verrà gridato ai quattro venti che gli alvei non erano stati puliti. Si tace la presenza e si grida la mancanza. Così accade anche per le persone intorno: si danno per scontati fino a quando, morti, si rimpiangeranno.

C'è poi il *silenzio di indifferenza*, dove ciò che accade non accende né parole né emozioni: "chiuso in oblio mortale, indifferente il mondo tace". Non mi ricordo più chi è l'autore di questi versi, un poeta che descrive bene la glaciale estraneazione che si affaccia sull'abisso dell'inesistenza.

È l'assordante silenzio di cui si parla oggi per denunciare una colpevole ignoranza rispetto a gravi situazioni che gridano giustizia e soccorso.

Ci sono poi i *silenzii di ostinazione e di ricatto* come in un duello dove chi parla per primo perde e si sottomette all'altro. Oppure i *silenzii di punizione*: ti privo del saluto vuol dire ti privo del mio riconoscimento, anzi ti nego come persona. Arma potente il silenzio per ferire, umiliare, la si può usare impunemente senza lasciare tracce.

Mettiamo in scena il silenzio quando sentiamo le parole inadeguate o altri suoni importuni oppure come efficace strategia.

Importanza e valore del silenzio

Come la solitudine cosí il silenzio fa emergere piú nettamente la realtà, le cose, le persone.

Evidenzia lo spessore o la fragilità, mette le cose al loro posto e le fa essere per quello che sono. Forse per noi umani può essere il tramite di un ricongiungimento con la terra, con l'universo, con i milioni e miliardi di stelle che si muovono nella galassia in perfetto silenzio, sostanza della consistenza.

Prima della parola, dell'utilità, dell'amore, del dolore c'è il silenzio. Impossibile pensare e parlare senza intervalli di silenzio. Impossibile una musica senza pause.

Il silenzio è l'utero della parola, dell'espressione artistica, del pensiero. La meraviglia, lo stupore, l'estasi nascono dal silenzio.

Tra le cime dei monti il silenzio solenne del maestoso spettacolo induce il silenzio della meraviglia, la solitudine trova la sua pace, l'essere incontra la sua origine e sta pago, nel silenzio che lo avvolge.

Attimi di eternità dove il tempo è solo quello dell'esserci e il fare coincide con l'esserci.

Parola e silenzio

La parola dice l'oggetto, lo rappresenta.

Tuttavia, la parola non esaurisce l'oggetto. Lo scarto tra la parola e l'oggetto è il silenzio.

Tra il dire e il fare c'è di mezzo il mare.

Tra la parola e il suo oggetto c'è di mezzo il silenzio.

Anche nella conoscenza piú profonda e nelle parole piú vere e rispondenti la realtà di noi stessi va oltre, non si esaurisce nelle parole. Il silenzio custodisce la pienezza, il non detto preserva l'essenza. La descrizione piú attenta e minuziosa, l'analisi piú acuta e approfondita, le parole d'amore piú sincere potrebbero mai esaurire la realtà di una persona? E lo vorremmo davvero?

Non è proprio lo scarto di silenzio il nocciolo della libertà, quello che assicura di non essere cosificati?

Come è vero che la parola toglie dall'indistinto è altresí vero che il silenzio nasconde il segreto originario della realtà.

Ci si può chiedere che c'entrano le parole nella solitudine e nel silenzio? Negli anni passati abbiamo vissuto il mito della trasparenza, della comunicazione, del parlarsi per risolvere qualunque tipo di problema. Ora siamo forse piú disincantati, abbiamo sperimentato che ci si può ingannare e autoingannare anche con le parole.

Difficoltà a far silenzio

Alcune persone si addormentano solo davanti al televisore.

Vuol dire che il silenzio turba? Inquieta? Opprime?

Di solito diventa oppressivo quello che è imposto cioè quando non ci sono alternative.

Il silenzio prolungato può disintegrare l'unità, l'equilibrio, l'identità della persona. È una delle forme piú crudeli di tortura chiudere una persona in una stanza senza né suoni né ru-

mori. La persona prima si dispera, poi diventa un tutt'uno con quello che c'è intorno, non si differenzia, non sa piú chi è.

I trappisti, gli eremiti, i monaci scelgono il silenzio e la solitudine per cercare un contatto piú profondo con Dio, ma la loro tensione verso Dio non avviene perché si sentono soli, ma vogliono ripulire la vita dalle distrazioni, i rumori dentro e fuori per poter accogliere la Presenza. Proprio questo è il punto: il contatto. Comunemente nella solitudine esplose la mancanza di contatto, il silenzio la espande e scatta il tentativo di ridurre l'immenso spazio che si apre davanti a noi. Rischiamo di sentirci sospesi nel vuoto, inesistenti. *Ciò che si paventa di piú nel trovarsi soli forse è proprio il silenzio.*

Con un certo umorismo si può osservare che nella cultura del soggettivismo e individualismo trovarsi da soli con il proprio io non dà molta soddisfazione. Abbiamo cosí bisogno di mediazioni come coltivare hobby o altre attività che ci rassicurino sull'appartenenza a una cultura. Per esempio, sto dentro la cultura dell'efficienza se mentre leggo e sfaccendo ascolto musica, se prendo il sole facendo cruciverba. Fare piú cose contemporaneamente sembra dare un particolare brivido di adeguatezza.

Il silenzio è inadeguato per il nostro mondo che ci vuole produttivi e vincenti, mentre al silenzio possiamo solo consegnarci come ci si abbandona al sonno. Solitudine e silenzio lasciano sguarnita la persona: inutilità e non senso, fragilità e paura aleggiano attorno pronte a occupare la parte migliore. Prestigio e grandiosità, successo e denaro perdono potere.

Non è facile pervenire a una solitudine abitata dal silenzio perché non c'è soltanto un chiasso esterno, ma anche, forse, soprattutto, quello interno. Appena si spengono i suoni esterni ecco affiorare e talvolta esplodere quelli interiori: sequenza di pensieri, di immagini, spezzoni di ricordi e... rimpianti, ansie e preoccupazioni, ritorno del rimosso, forse. Sta di fatto che invece della quiete che prelude alla pace ecco, al contrario, sbucare paure e salire come nebbia l'angoscia. Da questo si fugge ai primi sentori a rifugiarsi nella musica, in una telefonata, nella tv.

Se si vuole davvero vivere il silenzio si può lasciarli cadere. Si sa che arrivano, si sa che vanno, finché la mente purificata e rafforzata sta finalmente nel silenzio, aiutandosi con tecniche di respirazione e rilassamento. Può succedere di entrare in contatto con il silenzio e fare... la pace, qualche attimo di pienezza, un batter di ciglia.

Silenzio e dolore

Non si può non parlare del dolore in questo contesto che insieme al silenzio mi sembra il grande escluso dalla nostra cultura. Non è ammesso nelle nostre conversazioni se non per indicare strategie di superamento. La linea di demarcazione è sottile perché da un lato si va a finire nel vittimismo e nel compiacimento narcisistico e dall'altro si ignora sistematicamente ogni situazione concreta di sofferenza.

Il dolore della solitudine è muto, e non per mancanza di comunicazione.

È troppo intimo il dolore! Accettare di sentirlo è fare contatto con se stessi, è riconoscere nel silenzio acuto e lacerante

la propria condizione umana intessuta di incontri e di separazioni. Troviamo immagini significative nel Piccolo Principe che qui sulla terra fa degli incontri e instaura legami e poi riparte per il suo lontano pianeta dove vive solitario con la sua rosa portando con sé l'intimo, l'essenza degli amici lasciati.

Tacciamo il dolore per vergogna, ma anche per pudore. C'è un modo di parlare di malattie, disgrazie, depressione pseudoscientifico o enfatico che brutalizza e annichilisce l'anima; allora sí, meglio soffrire in solitudine. Per accostarsi al dolore occorre togliersi le scarpe e avvicinarsi in punta di piedi senza risposte prefabbricate. Risposta non c'è o forse chissà! Il dolore è il grido silenzioso che attraversa la terra, possiamo solo accoglierlo come accogliamo un bambino in pianto fra le braccia.

Solitudine e silenzio

Terminando queste riflessioni si potrebbe dire che apparentemente solitudine e silenzio si coniugano mirabilmente nella buona e nella cattiva sorte, a tratti coincidono tanto da non distinguere il profilo dell'una e dell'altro.

Nella maggior parte dei casi l'una o l'altra sono di troppo. Di solito al più ci si attrezza per sopportare la solitudine, ma il silenzio appare un inutile ospite importuno e come tale va neutralizzato. Oppure si cerca il silenzio scegliendo adeguata compagnia. Quando si fanno giorni di ritiro in silenzio di solito non si è soli e il contesto è rassicurante e protettivo. Ciò che turba è il senso dell'inutilità che ci rimandano sia la solitudine che il silenzio, perciò se sono condizioni per raggiungere uno scopo si affrontano di buon grado come i viaggi in macchina o in treno, gli spostamenti ordinari e straordinari avvengono in solitudine, ma non ce ne lamentiamo.

Mi sono meravigliata tante volte a vedere in treno persone sole che non parlano, non leggono e non guardano neppure dal finestrino. Sono semplicemente in attesa per ore di arrivare a destinazione. Nella solitudine non funzionale il silenzio tocca l'interiorità ed è di questo che ho cercato di parlare di più.

L'interiorità è così sconosciuta che quando si fa sentire ci inquieta. Arrivano fantasmi, pensieri ostili, sentimenti graffianti e per scacciare quelli torniamo al fare, al rumore, all'utile. Si può almeno coltivare il desiderio di imparare a vivere armoniosamente tutte le dimensioni che l'essere contiene. Così imparare a gustare il silenzio come si ascolta una musica può diventare un orizzonte verso cui dirigerci. Può diventare un'oasi di quiete in cui ritrovarsi come in un tempio. La solitudine si dilata, respira e viene abitata dal silenzio che incontra l'essere ed è l'abbraccio, la penetrazione, l'armonia. La nostra forza sta dentro di noi ed è una forza silenziosa che si esprime poi in varie modalità. Il silenzio nella solitudine è proprio quella cosmica forza misteriosa per cui nasciamo e per cui moriamo, sta dentro di noi e poi forse va anche oltre noi.

Luciana D'Angelo

5. SOLITUDINE ONTOLOGICA

«Ognuno sta solo sul cuor della terra
traffitto da un raggio di sole:
ed è súbito sera»

Salvatore Quasimodo

Alla radice soli

Indipendentemente dalle intenzioni del poeta, mi sembra che questa poesia fotografi un *dato di fatto*: ciascuno di noi è solo. Questo non vuol dire che siamo relegati nel deserto o in un angolo sperduto, che non abbiamo relazioni, che non siamo capaci di amore e di apertura, ma che *la solitudine ci è connaturata*, è una *dimensione costitutiva del nostro essere*, non qualcosa che ci è possibile prendere o lasciare. Poi ci saranno anche solitudini imposte dall'esterno o altre volute personalmente, solitudini che sentiremo negative o positive a seconda degli stati d'animo, del carattere, del modo di affrontarle – ne abbiamo già parlato – ci sarà chi è più solo, emarginato, isolato e chi invece è sostenuto da una molteplicità di rapporti e di presenze... Nulla però ci permette di sfuggire alla solitudine ontologica.

Soli nei momenti cruciali della vita

Nasciamo soli: il nostro venire al mondo è un'esperienza di distacco dall'utero materno. *Per esistere*, dunque, *abbiamo bisogno di separarci*. L'esperienza della solitudine va di pari passo con l'approfondirsi della percezione di noi stessi. E tutta la nostra vita, di tappa in tappa, di crescita in crescita, è un *susseguirsi di separazioni*, piccole o grandi che siano. E a ogni tappa corrisponde una solitudine specifica (1). Si passa – per citarne solo alcune – dalla percezione di sé in simbiosi con la madre alla comprensione di essere distinto da lei (la "fase dello specchio", verso gli otto mesi); dal calore protettivo del nucleo familiare all'ambiente, inizialmente sconosciuto, dell'asilo o della scuola; dall'abbandono fiducioso alla guida di genitori e nonni alle ribellioni adolescenziali – prime affermazioni della propria autonomia –; dalla vita in famiglia al riparo dalle preoccupazioni all'incontro col competitivo mondo del lavoro – che talvolta implica anche cambiare città o Paese – o al mettere su casa propria o a cominciare una vita di coppia.

Diventare adulti è accettare di separarsi e pure in qualche caso di opporsi, di deludere le aspettative dei propri cari per far venir fuori quello che si è, di affrontare la solitudine (2). Talora è più doloroso, altre volte la gioia di un nuovo incontro o dell'avventura ha il sopravvento sull'angoscia dell'allontanamento.

E così via fino all'*ultimo, drammatico sradicamento* che è quello della *morte*. Anche quando accompagniamo un moriente, a un certo punto dobbiamo lasciarlo andare, pure se siamo lì e gli stiamo tenendo la mano: egli dovrà partire da solo per l'ultima avventura.

Soli con la nostra unicità

Ma queste separazioni esteriori non sono che il riflesso di una solitudine più profonda dovuta alla nostra *originalità e irripetibilità*.

Io sono io perché sono *diversa* da tutti gli altri, sia pure in una sostanziale somiglianza, *separata*, sebbene disponibile e aperta alla relazione.

«Con ogni uomo viene al mondo *qualcosa di nuovo che non è mai esistito*, qualcosa di primo e unico» osserva Martin Buber (3). E questo è insieme bellissimo e un po' temibile: ci responsabilizza, ci mette da soli di fronte alla vita e al futuro.

Il mio modo di vedere, di sentire, di relazionarmi con questo o quell'individuo può essere simile a quello di altri, ma mai uguale.

Posso avere attinto ideali, valori, comportamenti dalle varie persone che mi hanno educato, in mezzo a cui sono vissuta, ma il modo di intenderli e attuarli è solo mio.

I miei desideri, le mie attese, i miei sogni posso talora condividere con qualcuno, ma sempre con sfumature differenti.

L'altro è sempre altro da me: può sembrare un bisticcio di parole, in realtà sul vocabolario leggo che "altro" significa persona "distinta", differente.

Ci fa paura però prendere atto fino in fondo di questo, preferiamo ingannarci e fare come se non fosse così. Perché altrimenti – osserva Rainer Maria Rilke (4) – siamo «presi dalle vertigini; ché tutti i punti, su cui il nostro occhio usava riposare, ci vengono tolti, non v'è più nulla di vicino, e ogni cosa lontana è infinitamente lontana». Ci coglie un'incertezza senza uguali, un abbandono all'ignoto quasi annientante, come se fossimo improvvisamente portati sulla cima di un'alta montagna e guardassimo sotto temendo di cadere.

«Nascono allora straordinarie immaginazioni e strani sensi continua Rilke –, che sembrano crescere sopra ogni misura sopportabile. Ma è necessario che consumiamo anche *questa* esperienza. Noi dobbiamo accogliere la nostra esistenza quanto più ampiamente ci riesca; tutto, anche l'inaudito, deve essere ivi possibile. È questo in fondo il solo coraggio che a noi si richieda» (5).

Credo che tutti abbiamo provato queste sensazioni di angoscia e di abbandono, come muri che si ergono attorno a noi, quando prendiamo atto di questa solitudine congenita, radicale e ineluttabile, specie quando ci addentriamo nell'ignoto, però spesso non riusciamo neanche a esprimerle. Per questo ho usato le parole di Rilke e prima quelle di Quasimodo, perché, come nota Musil, il poeta è «l'uomo che più di ogni altro è cosciente della solitudine senza scampo dell'io, nel mondo e fra gli uomini».

E sempre per evocare questa solitudine ontologica dell'essere umano, l'interiorità impenetrabile di ciascuno nella quale si fa esperienza della propria unicità, dell'essere se stessi, ma anche della propria sperduta piccolezza di fronte all'immensità dell'universo, vorrei riportare un passo de "La steppa" di Cechov:

«Quando a lungo si guarda il cielo profondo, senza staccare gli occhi, non si sa perché i pensieri e l'anima si fondono nella coscienza della nostra solitudine. Ci si sente irrimediabilmente soli, e quanto si era prima considerato vicino, come se fosse cosa propria, diviene infinitamente lontano e senza più valore. Le stelle che guardano dal cielo già da migliaia di anni, lo stesso incomprensibile cielo e la caligine, indifferenti alla breve vita dell'uomo, quando si stia a faccia a faccia con essi e si cerchi di indagarne il senso, opprimono inesplicabilmente l'anima col loro silenzio; e viene in mente la solitudine che attende ciascuno di noi nella tomba, e l'esistenza stessa della vita si presenta terribile, disperata».

alla ricerca di chi siamo

Ovviamente non è detto che guardare un cielo stellato o qualche altra meraviglia della natura debba per forza farci sentire soli. Tuttavia è *più facile accorgerci della nostra solitudine strutturale nei momenti forti, di dolore o di gioia*, che nel tran tran superficiale e affannoso del quotidiano. Quando gli eventi tristi o luminosi ci spingono nella profondità di noi stessi percepiamo che siamo soli perché esistiamo, perché siamo unici, perché siamo finiti, siamo soli con le nostre scelte, con il nostro destino, con il nostro mistero (6).

Le età della vita in cui si soffre di più di solitudine sono infatti quelle in cui *si affrontano le questioni di fondo*: quando cominciamo a chiederci *chi siamo* e a darci risposte provvisorie che rivestiamo però di assoluto – le crisi adolescenziali – o nei *tempi di bilanci*, come nel pieno della maturità quando, raggiunti alcuni degli obiettivi che ci eravamo proposti e avendo rinunciato di fatto ad altri – magari anche con una certa serenità –, ci aspetta ancora un lungo tratto di strada nell'esistenza cui dare senso, accettando noi stessi e chi ci sta vicino. O quando tutti i giochi sembrano fatti e si è costretti a prender atto che la giovinezza e l'età adulta non torneranno più, mentre il lavoro e i ruoli che giustificavano il nostro esistere di fronte a noi stessi cominciano a venir meno. Sempre che non si fugga dalla solitudine di queste valutazioni cercando di ringiovanire ai propri occhi intessendo relazioni sentimentali sempre con compagni che hanno vent'anni di meno (tipico della crisi dei 50 anni) o con la ricerca ossessiva di potere, di incarichi, di riconoscimenti (più frequente nell'età del pensionamento) (7).

Accogliere questa *solitudine* sostanziale è il *prezzo della nostra identità* – altrimenti cadremmo nel conformismo per fuggire dall'angoscia che ci provoca (come ci farà vedere Maria Grazia) – e anche *della nostra libertà*.

Soli di fronte alle decisioni

Sì perché – come osserva Heidegger – si scopre la solitudine proprio al momento di prendere *decisioni dalle quali dipende la propria esistenza*, soprattutto quella di abbandonare l'inautenticità per vivere una vita autentica.

In quei momenti non si può guardare verso l'esterno, ma solo penetrare in se stessi: *nessuno ci può consigliare e aiutare*. Siamo noi a doverci assumere la responsabilità. Nelle cose più profonde e importanti siamo indubbiamente soli. La presenza di un altro può favorire l'approfondimento interiore: chiedendogli consiglio, raccontandogli la situazione, possiamo chiarirci, guardar le cose con più lucidità, ma la decisione *spetta solo a noi...* ed è sempre in minore o maggior misura un salto verso l'ignoto.

Non possiamo delegare a nessuno di scegliere per noi. Se no diventiamo gregari, non persone. Questo atto di libertà è la nostra grandezza, ma talora ci spaventa.

Scrive Etti Hillesum; «La nascita di un'autentica autonomia interiore è un lungo e doloroso processo: è la presa di coscienza che per te non esiste alcun aiuto o appoggio o

rifugio presso gli altri, mai. Che gli altri sono altrettanto insicuri, deboli e indifesi. [...] Ci si sente a volte disperati, soli e *impauriti*, ma anche indipendenti e orgogliosi. Sono affidata a me stessa e dovrò cavarmela da sola» (8).

Nella comunicazione un indicibile

È una solitudine che non possiamo scrollarci di dosso pena il non essere, l'annullarsi in una fusione. D'altra parte abbiamo visto con Elena che, perché ci sia vera relazione, occorre che si incontrino due unicità. Se no c'è possesso, asservimento dell'altro o dipendenza.

La relazione fa sí che la solitudine possa essere un po' condivisa, che ciascuno possa assumersi un pezzo di quella dell'altro. Confidare i nostri stati d'animo, le nostre paure, i nostri desideri li fa entrare a far parte della vita dell'altro.

Tuttavia credere che l'amore possa cancellare del tutto la solitudine esistenziale è un'illusione. Anzi talora la si può sperimentare proprio al vertice della comunicazione con l'altro.

«Siamo protesi a capire e a farci capire, tuttavia con la sensazione di non raggiungere mai appieno l'obiettivo. Nella nostra comunicazione aleggia costantemente una difficoltà d'immediatezza e di trasparenza. In ogni nostro rapporto, nonostante tutto, si annida sempre una traccia d'incomunicabilità. Anche nella relazione piú intima avvertiamo che c'è una distanza che non è possibile colmare.

Al di là delle buone intenzioni, ciò che è *detto* è sempre avvolto da un *non detto*. [...] Anche nell'incontro piú profondo c'è un qualcosa che è a noi inaccessibile. Avvertiamo che è impossibile riuscire a condividere pienamente l'esperienza del nostro mondo interiore con un'altra persona. Forse solo nella fase dell'innamoramento si ha l'illusione che ciò avvenga» (9).

La relazione, quindi, non salva dalla solitudine ontologica e lo sguardo altrui (nonostante sia uno sguardo d'amore) non coglie niente piú di quello che non sia già "evidente".

«Neppure l'amico piú caro, la moglie piú amata, la sorella a noi piú legata, la madre piú dolce, il padre piú attento vedono nel profondo del cuore, nell'intimo piú nascosto di noi stessi, totalmente sottratto agli sguardi dell'altro» (10).

Alcune esperienze limite

Le esperienze piú radicali non sono dunque comunicabili. Nell'*amore* c'è un profondo del sentire che resta per sempre inespresso. Si prova sí il desiderio di partecipare all'amato/amata il sentimento prorompente, di dire quello che egli/ella suscita in noi, chi è per noi, ma per quanto si faccia, per quanto siamo sensibili, per quanto ricco sia il nostro vocabolario resta sempre una sensazione di incompiutezza. Siamo ai confini del mistero. Non solo quello divino, ma pure quello umano è ineffabile.

Qualcosa di analogo accade per un'altra esperienza limite, quella del *dolore*. Stare vicino a chi soffre, accogliere il suo sconforto, le sue lamentele, la sua paura, la sua disperazione, il suo grido, sarà certamente di sollievo per lui, gli resti-

tuirà per un attimo il sorriso, l'angoscia potrà forse svanire, ma il dolore resta irrimediabilmente suo: egli sarà solo con il suo soffrire.

Lo stesso *mistico* al massimo dell'intensità, profondità e vicinanza dell'esperienza di Dio dirà con Giovanni della Croce "nada", "nada", "nulla", "nulla": la massima unione con Dio, la massima intimità con lui è spesso "noche obscura".

Il profondo proprio perché profondo è inesprimibile. Anche il *poeta* non può che ricorrere ai simboli piú lievi, alludere soltanto ricorrendo alle immagini piú intense... È la solitudine insuperabile che si sperimenta proprio nel suo contrario, la comunicazione. L'uomo è solo sulla terra. "È", verbo da prendere alla lettera. Tra il suo essere e la realtà rimane un muro, sebbene sottile, invisibile.

Siamo mistero

Ciascuno di noi, infatti, è mistero all'altro e anche a se stesso.

Mistero di unicità, d'ineffabilità e d'inaccessibilità. Di cui talora faremmo volentieri a meno.

Noi invece ci facciamo idee di noi stessi e degli altri e quando ci/li scopriamo diversi ci sentiamo soli, persi, smarriti.

È la fatica piú grande accettare la diversità dell'altro, i suoi ritmi, il suo mistero senza sentirci traditi, abbandonati...

L'altro per quanto ci capisca non può arrivare al nostro intimo. Ma talora siamo anche noi a non volerlo fare penetrare...

L'esperienza della solitudine "metafisica" scaturisce dal fondo del nostro essere, dal nucleo piú intimo, dal mistero di povere creature umane, limitate, ma aperte all'oltre, all'assoluto, all'avvenire, quindi non racchiudibili in schemi, in immagini prestabilite, nel nostro presente.

Esprime così la nostra profonda dignità, l'essere fatti per l'infinito, la nostra grandezza dunque.

Tra turbamento e slancio verso

Concludendo, questa solitudine è difficile da portare, ma è insieme un punto di partenza verso gli altri, verso la relazione autentica, e anche verso noi stessi, per scendere nel nostro profondo, per sbocciare come persone.

Ne siamo turbati, ma non possiamo fuggirne, dobbiamo imparare a convivere.

Se accettiamo di viverla nella sua autenticità, se accettiamo di metabolizzarla facendo i conti con il proprio vuoto interiore, con la paura della morte e dell'abbandono, non diventa solitudine nemica che ci isola, ma slancio per la ricerca interiore e la ricerca dell'altro.

Maria Pia Cavaliere

(1) Cfr. Jean-François Six, «*La solitudine*», ed. Elledici pp. 16-23.

(2) Cfr. Emmanuelle Marie, «*La pazienza dell'istante*», ed. Messaggero, p. 39.

(3) «*Il cammino dell'uomo*», ed. Qiqajon, p. 27; la sottolineatura è mia.

(4) «*Lettere a un giovane poeta*», ed. Adelphi, p. 58.

(5) *Ibidem*.

(6) Cfr. <http://www.passionisticasalecchio.it/meditazioni.htm>

(7) Cfr. J.F. Six, *op. cit.*

(8) «*Diario*», Adelphi, p. 68.

(9) V.L. Castellazzi, «*Dentro la solitudine*», Città Nuova, p. 63.

(10) Card. Tettamanzi, www.chiesadimilano.it

6. LA MUSICA? CHE C'ENTRA?

In vibrazione

I fisici chiamano *simpatia* il fenomeno per cui ciascun corpo elastico vibra a una definita frequenza e risuona se attraversato da onde di quella frequenza.

Qualcuno ricorda esperimenti a scuola, ma piú familiare è quando, prosaicamente, le nostre finestre prendono a vibrare per qualche rombo di motore: il vetro, insensibile a suoni, anche piú violenti, si anima, invece, proprio a quella specifica vibrazione a volte, minima, per noi nemmeno percepibile se non dopo il risuonare del vetro.

Questa proprietà permette all'orecchio di udire, distinguere i tipi di suono, e poi al cervello di poter attribuire loro i diversi significati e rende possibile la musica.

Il fenomeno fisico *simpatia* implica piú soggetti, quindi *musica* significa necessariamente, anche, *relazione*: l'ascoltatore, anche se solo, è all'estremità di una ramificata estensione: un esecutore o, spesso, piú; il compositore; a fianco o prima di questi altri, fra cui coloro che sto ascoltando si sono situati con il loro particolare stile e tralasciamo qui tutti gli anonimi: artigiani, tecnici e organizzatori.

Chi ascolta musica, al di là delle informazioni fisiche, dei dati concreti, cerca in pratica di affacciarsi, orientarsi e districarsi in questo affollamento.

In relazione

La musica ha costruzioni formali, modi di essere, che paiono spesso proporre, in modo trasparente, modi di interazione tipici dei rapporti umani. La terminologia sembra spianarci la strada quando ci parla di *solo* o *assolo*, *solista*, *accompagnamento*, *assieme* o altri. Non che ci sia identità con i termini corrispondenti nel contesto della relazione umana; altri connotati della musica, ne rappresentano però quasi un ideale modello.

L'evidenza: la musica, pur complicata, astrusa, densa, non contiene nascondigli: se qualcosa sfugge è perché l'ascolto è distratto o perché la capacità di discernimento deve essere affinata. Evidenza significa anche che chi ha il privilegio di partecipare a un'esecuzione di piú strumenti ha la felice percezione sia del risultato complessivo che della collocazione e della necessità del proprio contributo.

Da notare che tale evidenza, trasparenza, è perseguita anche a livello storico nell'insistenza a ricondurre, per quanto possibile, i brani al loro autore e al loro contesto nonché le registrazioni agli interpreti e alle loro circostanze, anche se la tecnologia ne sta cambiando i modi di fruizione.

La discrezione: i brani musicali possono essere anche molto sonori, anche lunghi e impegnativi, ma, pur necessitando per gli esecutori di un periodo di preparazione ben piú lungo e laborioso, si svolgono in una sorta di liturgia che presuppone un inizio e una fine.

Riempito temporaneamente questo segmento di tempo, alla fine si ritraggono restituendoci il silenzio, e sopravvivendo al piú per una sorta di eco interiore.

L'esclusività: pur proponendosi discretamente, in una frazione di tempo tra un inizio e una fine, la musica pretende, in quell'intervallo, piena attenzione. L'ascoltatore non è passivo, è richiesto un impegno che permette a ogni nuovo ascolto una comprensione piú profonda.

L'espressività: la musica dalla piú complicata alla piú banale effonde vivide sensazioni, palpitanti stati d'animo, e per darle idea a parole si infarcisce il discorso di analogie di "forse", di "come se", (come in questa relazione).

Genealogia della Musica

La musica è, forse, *compendio di un linguaggio primordiale*; ciò che possiamo ipotizzare prima che ci fossero le parole: qualcosa di simile ai canti e ai richiami del mondo animale che ha echi, oltre che nella musica, nelle espressioni dei bimbi, nelle interiezioni e nelle inflessioni del nostro parlare, a loro modo melodiose e non di rado piú espressive delle parole che veicolano.

E forse il canto può, davvero, essere stato un atavico modo di prendere contatto con il mondo: possiamo, infatti, congetturare una primordiale scena ove un "vivente" abbia prima scoperto il suono, poi tra tutti i suoni che udiva, ha scoperto che alcuni erano i propri, quindi ha potuto prendere coscienza che questi suoi suoni, prodotti, fino ad allora, inconsciamente poteva da quel momento provare a controllarli, modificarne i parametri (salvo pericoli che l'avrebbero istintivamente zittito).

In primo luogo questa presa di coscienza gli è forse servita a darsi una propria dimensione: tali suoni offrivano un raffronto con quelli provenienti dall'esterno e ne davano una proporzione, piú acuto piú basso, piú forte piú debole, piú lento piú agitato.

In secondo luogo, infine, forse possiamo congetturare un ulteriore salto: la comprensione che alcuni dei suoni provenienti dall'esterno, invece che presentarsi indifferenti, avessero comportamento distinto e di fatto interagissero con le proprie diverse modulazioni proponendone echi, imitazioni: in un certo senso il suono emesso era stato un'interrogazione e riceveva ora risposte. Oggi noi possiamo dire che quelle risposte dicevano, soprattutto, ma implicitamente, che la scoperta che tale creatura aveva fatto in proprio, era già stata fatta, autonomamente, da ciascuno di coloro che rispondevano. Piace pensare che ciascun brano di musica sia sempre, anche, la celebrazione di un simile evento (che ciascuno di noi ha vissuto analogamente venendo al mondo).

I canti e i richiami degli animali sono importanti per la propagazione delle specie, per l'uomo ci possiamo non accontentare di questo; per gli animali tali suoni sono l'inizio di una nuova famigliola, per l'umanità è lecito considerare che prima ancora di essere canto, parola, siano stati una sorta di domanda che ha rappresentato l'inizio di una nuova rete di relazioni, una nuova comunità che prima non c'era.

Dal canticchiare, fischiettare ...

L'usanza di fare *serenate*, cioè l'usanza di usare le proprie doti canore per rivolgersi nottetempo all'amata, è forse una

diretta eredità di tale atavica forma di linguaggio umano o animale; tale canto notturno ha, però, un'altra valenza: è anche imparentato con il canticchiare o il fischiare con cui chi si è attardato sulla via del ritorno a casa cerca di disperdere i fantasmi dell'imbrunire, ben consapevole, invece, di essere l'unico ascoltatore di se stesso.

L'aspetto più evidente di collegamento tra musica e solitudine forse è nella facilità con cui la musica può raccontare stati d'animo legati a momenti di solitudine.

In un brano intitolato "musica della notte" nella suite "All'aria aperta" il compositore ungherese Bela Bartók con stile novecentesco, intreccia tre spunti tematici. Nel primo, fatto di guizzi, di fruscii, si ravvisa una evocazione dei rumori notturni della natura, il secondo spunto, una pacata, lenta, cantilena, ricorda le sensazioni di un siderale silenzio e nel terzo, l'accento di una ingenua melodia popolare, possiamo forse scorgere la presenza, nella vastità della notte, dell'uomo schiacciato tra il placido silenzio di ciò che lo sovrasta e l'irrequieto brulicare di ciò che lo attornia e forse persino intuire la difficoltà di quest'uomo a mantenere un contegno adeguato.

...alle grandi forme musicali

Melodia e polifonia ci porgono un altro spunto di riflessione, contrariamente a quello che ci suggerisce la terminologia, la melodia non accompagnata sembra aver meno a che fare con la solitudine che la polifonia: il canto gregoriano, che è un esempio tipico di melodia non accompagnata, è quasi sempre canto di gruppo.

L'avvento di strumenti musicali prettamente polifonici, invece, prima chitarre, liuti e arpe, magari usati da musicisti girovaghi per sostenere il proprio canto, e più tardi cembali e organi hanno reso possibile a un singolo esecutore di produrre musica polifonica, a più voci, culminando poi con il pianoforte: teatro di infinite possibilità di evocare atmosfere di introspezione, che arrivano al più intenso rimuginare, argomentare, rappresentato dalla Forma Sonata e dalla Fuga partendo da Preludi, Notturmi, Improvvisi etc. più analoghi al sognare, fantasticare. Germogliando dall'antico cantare accompagnato da uno strumento a corde, ne sono, alla fine, diventati una stilizzazione: gli strumenti, nell'imitare la voce, hanno aiutato a eluderne l'individualità, la soggettività dando possibilità di universalizzare il sentire vissuto in una solitudine.

La fuga è stata anche descritta come una meditazione del musicista su se stesso, quasi una forma di solipsismo; forse questo è stato suggerito dal fatto che Bach ha utilizzato in una delle sue le note che nella notazione tedesca sono espresse dalle lettere del suo nome, quindi una meditazione su questo nome, che come tipico della fuga, tende a misurare e in un certo senso saturare tutto lo spazio musicale con la sua presenza; la fuga, ricordiamo, è una forma basata sulla continua riproposta di un tema che si intreccia con le proprie precedenti entrate.

Può far pensare alla continua messa in discussione di una stessa opinione ma c'è anche affinità con la memoria, – suggestivo che il "tema" di una fuga, tecnicamente si chiami *soggetto* – il suo continuo riproporsi somiglia a come uno stesso individuo ripercorra e riveda fasi di allargamento di orizzonte della propria vita: se si tratti dell'Io o di una "opinione", sembra, materialmente, misurare lo spazio inizialmente vuoto riempiendolo

poco a poco e alla fine il "soggetto", viceversa, sembra una presenza ingombrante e occorre a quel punto lasciare o sfuocare il particolare per metter a fuoco il totale, la vastità dello spazio che la singola cellula musicale ha irradiato.

Verso una provvisoria conclusione

La musica sembra punto di vista privilegiato e inconsueto per mettere in rilievo aspetti del nostro tema altrimenti difficilmente descrivibili.

Ma quando parliamo di musica di cosa parliamo? Il direttore d'orchestra Sergiu Celebidache ha detto: *la musica non ha nulla a che vedere con il suono; senza il suono la musica non può manifestarsi, ma essa non è suono.*

Parliamo apertamente dell'arte dei suoni, di esecuzioni, di strumenti, di musicisti, ma parliamo forse di qualcos'altro, qualcosa che sta sotto la musica o che l'attraversa. Qualcosa che non è nel suono, ma che con esso o attraverso esso, ci arriva e ci coinvolge. Con la musica non si vibra in simpatia come succede al vetro con i motori così come è inteso dai fisici, avviene, in un certo senso, un analogo fenomeno di simpatia su un altro livello che possiamo chiamare morale, emozionale, permettendoci di usare termini come intimità e persino umanità.

Molti filosofi hanno scritto di musica, tra questi Ernst Bloch e Vladimir Jankelevitch, notano, in modo diverso che, a differenza delle altre arti che si prefiggevano l'imitazione della natura, la musica non ha avuto un tale intendimento. Non è stato un atto di umiltà o di rassegnazione: *la musica è stata più ambiziosa, sembra essersi prefissa come orizzonte quello di fornire una visione del mondo.* Un esempio eclatante è la stagione della grande sinfonia, a partire da Mozart in poi fino a Mahler, in cui davvero i musicisti sembrano voler creare un mondo. È il caso qui di ricordare che Beethoven ha composto la bellissima e complicatissima nona sinfonia con l'inno "alla gioia" quando era ormai un uomo sordo.

Visione e misura

Non è allora audace pensare che *un qualsiasi brano musicale*, anche semplice, anche un semplice canticchiare, è nel periodo della sua durata, *una sorta di riassunto del mondo*, paragonabile a quelle mappe in scala 1:1 evocate da qualche intellettuale visionario del novecento. In effetti, se la solitudine a volte spinge in un angolo da cui non si percepiscono che rumori o silenzi, la musica ci addita quel qualcosa, che come il calendario per il tempo, come i passi per una distanza, consentono di restituirci una propria collocazione nel mondo. In primo luogo, più banalmente, perché la voce dice a chi ci sta intorno e a noi stessi che ci siamo, e dice a chi ci ascolta dove siamo.

Condivisibilità

Più in profondità, se sentimenti di solitudine sono spesso causati dal sentirsi incompresi e dal non comprendere i nostri interlocutori, la musica non risolve questo

problema, perché non può esprimere tutte le sensazioni e le loro possibili sfumature: anche soltanto una nostra giornata, e le sensazioni che la attraversano, è di gran lunga più articolata di qualsiasi brano di musica che si possa concepire, tuttavia le capacità espressive della musica sovrastano quelle di tutte le arti che, comunque, formano una sorta di *zona franca* per un tacito dialogo tra solitudini e se, come è stato detto, *la musica è ineffabile, in un ascolto collettivo ciascuno sentirà la musica come se fosse solo*, tuttavia vive questo atto espressivo e *partecipa* con chi è presente forse proprio del fatto di condividere qualcosa che le parole non possono raccontare compiutamente.

Il suono e l'eco

La musica ci aiuta a discernere due aspetti della relazione pressoché paradossalmente antitetici, ben annodati tra loro e al tema della solitudine:

il primo è il fatto che un incontro o un'esperienza di ascolto ci dà più cose di quanto riusciamo ad assimilare nel corso della sua durata: *quanto più un incontro o un ascolto è intenso, tanto più c'è bisogno di un tempo di solitudine per accoglierne gli echi*: assimilare, in qualche modo, tale intensità;

il secondo è il fatto che *nella musica vi è un mistero* che si manifesta soltanto nel momento in cui viene ascoltata, così come capita nell'incontrare una persona, niente ci può vicariare la sua presenza e soltanto questa ci dà esperienza di sfumature e sensazioni difficilmente comunicabili, così come ci dice Dante:

*quel ch'ella par quando un poco sorride,
non si può dicer né tenere a mente,
sí è novo miracolo e gentile.*

Si pensi anche al potere evocativo delle melodie o delle canzoni.

C'è forse una dialettica tra due aspetti che potremmo chiamare, in mancanza di termini più appropriati, *pudore e fervore*, l'analogia con il mondo della musica sembra indicarci come questi due aspetti necessitino di intrecciarsi l'uno all'altro e ci dice anche che si corre un piccolo rischio parlando di solitudine, perché se quest'ultima viene intesa come stato di necessità, può capitare di sentirsi autorizzati a superare la soglia di pudore. Lo sviluppo di mera comunicazione potrebbe quindi significare più nudità, ma non necessariamente meno solitudine.

La musica, in sostanza, è *una possibilità*: nell'ascolto, perché si possono riconoscere nei vari brani sensazioni che aiutano a identificare i colori delle proprie solitudini e non solo quelli, insegna inoltre ad ascoltare; quando poi riscontriamo che le nostre differenti esperienze sono difficilmente comunicabili, ci mostra che è possibile condividere anche ciò che non è comunicabile, ma, soprattutto, a chi fosse su quella soglia oltre la quale non si percepiscono che soltanto rumori o silenzi, mostra che *espressione* non è esattamente *comunicazione* forse perché più gratuita e perché non occorre attendere di avere parole di cui rivestirla.

Maurizio Domenico Siena

IV. SOLITUDINE NEGATA

1. IL CONFORMISMO

La celeberrima frase di Aristotele (384-322 a.C.): *ho anthropos estí zōon politikón*, individua l'essenza stessa dell'uomo *nella vita in compagnia e nella socievolezza* (tendenza *naturale* a vivere in società con i propri simili, condividendone *usi, costumi tradizioni*, che ha nel conformismo – ossia nell'adeguamento supino e acquiescente a dottrine e costumi prevalenti – una degenerazione passiva).

Quasi due millenni dopo le altrettanto famose frasi di T. Hobbes (1588-1679 d.C.): *bellum omnium contra omnes e homo homini lupus*, ipotizzano invece uno “stato di natura”, precedente ogni forma statale, nel quale ciascun individuo, libero di fare tutto quello che giudichi conveniente per la sua conservazione, vive in uno stato di conflittualità perenne.

In realtà, l'essere umano è contemporaneamente *filantropo e misantropo, altruista ed egoista, socievole e individualista*. E, se la psicologia ci insegna che l'identità personale si costruisce attraverso un processo continuo e dinamico di *fusioni e distacchi*, la storia (del pensiero e dei popoli) ci indica un pencolare continuo fra *collettivismo e individualismo* (1). La storia d'Europa mostra una spinta millenaria al delinearci di un'*etica individualista* (che ne costituirebbe la differenza specifica rispetto alle altre civiltà) attestata dagli sviluppi del diritto greco-romano, pervenuto a formulare il concetto dell'individuo singolo come *soggetto di diritti* (2).

Le radici del conformismo: uno sguardo alla storia

Il pensiero antico accorda poco spazio all'autonomia dei singoli individui: per Platone non esiste un uomo non sociale, a meno che sia un animale o un dio, e per Aristotele la *pòlis* viene prima del cittadino. Solo nella seconda metà del Medioevo matura la fase decisiva di affrancamento degli individui e di trasformazione della società, sotto l'impulso delle classi borghesi.

Il sociologo tedesco F. Tönnies (1855-1936) ha evidenziato come ciò abbia segnato il progressivo passaggio dalla comunità coesa *da vincoli parentali e di solidarietà* alla società tenuta insieme dai *rapporti di scambio*. Più recentemente il chimico e filosofo ungherese M. Polanyi (1891-1976) osserva come la differenza fra premoderno e moderno risieda nel costituirsi *dell'economia in sfera autonoma*, che impone a tutti i *rapporti sociali* la logica del *tornaconto*.

Sul piano filosofico si registra una *perentoria rivendicazione del primato del soggetto* (Cartesio (1596-1650), Leibniz (1646-1716), G. Berkeley (1685-1753) e di una *nuova dignità dell'individuo* che, prendendo le mosse dal laicismo dell'Umanesimo e dal pensiero religioso della

Riforma, approda a dottrine quali il *contrattualismo* (3) e l'*utilitarismo* (4), costituendo uno degli aspetti salienti della modernizzazione e uno dei tratti "vincenti" della civiltà occidentale.

Oggi, che l'età moderna viene dichiarata in crisi (5), il valore e ruolo dell'individuo lo sono a loro volta. Nella società contemporanea, *l'individuo resterebbe in astratto un soggetto autonomo di diritti, di fatto subirebbe il condizionamento crescente dei grandi sistemi*. Questi, insinuandosi sin nella sfera intima delle sue motivazioni e pulsioni, ne insidierebbero l'identità personale, ripiandone i bisogni e aspirazioni.

L'individuo libero e autosufficiente, tratteggiato dall'ideologia individualista, scadrebbe così *nell'uomo-massa, anonimo, insicuro e disperatamente solo*, mosso da uno snervato amore di sé, da un narcisismo che cerca di realizzarsi attraverso il soddisfacimento di *bisogni perennemente rinnovati e sempre inautentici*.

Il bisogno di appartenenza

La spinta a vivere in compagnia, indicata da Aristotele, è affiancata dall'*esigenza di appartenenza* propria di ogni essere umano, perché, come sostiene A. Maalouf, nel saggio: "Les Identités meurtrières", ed. Grasset & Fasquelle, 1998, un'identità personale sana si struttura proprio attraverso *appartenenze diverse, riconosciute come tali* (6).

Talvolta il bisogno di *essere o prendere parte* è avvertito in modo così acuto e impellente che soltanto essere invitati o partecipare a un evento qualsiasi diventa una questione di importanza vitale, permettendo di convincersi di non rientrare tra *gli esclusi, gli emarginati, quelli che non contano nulla*.

L'esigenza, più o meno conscia, di *essere gruppo* – godendone il riconoscimento, l'approvazione e la protezione – è presente in ogni individuo: «Per quel tanto che c'è in noi della pecora, non c'è una minaccia maggiore e più mortale che quella di perdere il contatto con il resto del branco e restare isolati» (E. Fromm, citato a p. 104 da L.V. Castellazzi: "Dentro la solitudine", ed. Città Nuova, 1998). Di qui l'urgenza, per molti, di percepirsi come appartenenti a un nucleo, più o meno solido e più o meno vasto: la famiglia, il club, l'associazione, l'ente di lavoro, il partito, la chiesa, la nazione, il séguito di una squadra, di un divo o di una rock-star (7).

Escludendo le ultime due forme di aggregazione (quanto mai labili e di per sé poco significative), tutte le altre sembrano oggi drammaticamente in crisi. Non è certo qui il momento e il luogo di analizzarne le ragioni, mi sembra però che la *competitività dilagante e imperante* sia senz'altro uno dei fattori più distruttivi di ogni forma di legame, in particolare di quelli solidali. Senza solide radici e vincoli profondi è difficile veleggiare nel mare talvolta in tempesta della vita contemporanea che ha sostituito ai pochi rapporti importanti di un tempo (8) le molte relazioni superficiali di un mondo globalizzato che lasciano liberi, ma anche soli e indifesi.

Il conformismo derivante da carenze soggettive

Certamente il grado di bisogno di appartenenza di ciascuno dipende dal modo in cui siamo stati riconosciuti e accettati nell'infanzia. Se allora siamo stati ben accolti e amati, da adulti possediamo una solidità psichica che non ci spinge a elemosinare il benessere degli altri a qualunque prezzo, ci sentiamo liberi e autonomi, capaci di gestire la solitudine che può derivare dalle nostre scelte personali. Altrimenti, sentirsi soli diventa insostenibile e rimane solo la soluzione della *fuga verso l'esterno*, alla perenne ricerca di un'ingannevole conferma del valore di sé, raggiunta attraverso l'adeguamento al modello dominante. Si sceglie così di vivere *una vita di riflesso*: «per essere riconosciuti, si percorre disastrosamente la strada della capitolazione del vero Sé. (...) Si diventa, in sostanza, l'immagine che gli altri propongono e pretendono» (L.V. Castellazzi, p. 106). La mancanza di fiducia in se stessi porta alla *perdita del contatto con il proprio centro vitale*, espressione estrema del conformismo.

Il *gregarismo* è cercato come una panacea per sedare l'angoscia interiore radicata nell'esperienza infantile di una disapprovazione sistematica (implicita o esplicita) da parte dei genitori o degli insegnanti o dell'ambiente sociale in cui si era inseriti.

Il conformista ha appreso, da bambino, che *per essere accettato* doveva mettere da parte i propri *desideri, bisogni, percezioni*, per soddisfare quelli consci o inconsci dei genitori. Questo comporta una tragica atrofizzazione del vero Sé e uno sviluppo mostruoso del falso Sé (9). Omologare se stessi al desiderio altrui e impostare la propria esistenza su compiacenza e sottomissione sembra dare la possibilità di poter essere sempre in compagnia, in realtà fa perdere il contatto con i propri bisogni e interessi. Pertanto, *più aumenta l'adeguamento agli altri e maggiore è l'esposizione al senso di estraneamento e solitudine*. Nel suo disperato tentativo di essere riconosciuto il conformista si ritrova sprofondato in un isolamento abissale, dominano in lui il senso della futilità, dell'inutilità, dell'irrealtà e dell'inconsistenza. Coltiva molte conoscenze, ma nessuna amicizia, nessun vero amore.

Il conformismo imposto dalla società

Le affollate e frenetiche città contemporanee vedono i legami interpersonali ormai del tutto sfaldati dal momento che gli individui vivono ammassati – spesso senza conoscere nemmeno i propri vicini di casa – solo sfiorandosi o urtandosi tra loro, quasi in un incessante e disordinato moto Browniano di inanimate e anonime particelle.

Il massificato e individualista Paese globale, dominato da un consumismo martellante e da un edonismo impalpabile, ignora sistematicamente le sue immense sacche di miseria e degradazione. Ogni sera miliardi di individui, più o meno soli e avviliti, accendono i loro televisori per un virtuale e surrogatorio contatto col mondo, infarcito di pubblicità.

L'adeguamento ai modelli e agli stili di vita prevalenti, proposti in modo *scientificamente accattivante*, diventa

pressoché inevitabile. Risulta oltremodo difficile sfuggire alla spinta all'omologazione che vi è implicita: non mangiare certi cibi, non possedere gli strumenti più sofisticati e aggiornati, non indossare abiti di moda e griffati, non frequentare luoghi particolari, non visitare Paesi esotici che fanno tendenza, non partecipare a certi eventi e spettacoli fa sentire disperatamente superati e fuori posto. «Si cercano la compagnia e la società, nient'altro che per sfuggire a se stessi, e così, fuggendo ciascuno da sé, gli uomini non si incontrano mai e parlano non come uomini, ma come ombre vane, come miserabili spettri», M. de Unamuno citato a p. 105 da V.L. Castellazzi.

Sin qui senza parlare del fenomeno inquietante dei *manuali* capaci di fornire soluzioni valide *per tutte le occasioni e per tutti i problemi*: da quelli relativi al *fai da te* (che insegnano come improvvisarsi idraulico, elettricista, falegname, giardiniere, arredatore, consulente finanziario, personal trainer, ecc) a quelli che promettono di risolvere *tutti i nostri problemi più intimi e personali* (come riconquistare l'autostima, riappropriarsi del proprio corpo e piacere, avere successo nella professione o in società, conquistare un partner o rivitalizzare un rapporto, ecc).

E, se almeno razionalmente, è del tutto chiaro che non si possono superare le profonde angosce che abitano i nostri giorni o fuggire il doloroso senso di solitudine che ci possiede tutti solo adeguandosi al conformismo diffuso e imposto, è altrettanto difficile sottrarsi alla suggestione e alla falsa sicurezza che esso sembra offrire.

Maria Grazia Marinari

(1) Dal XIX sec. il termine indica un orientamento sia teorico che pratico tendente a sottolineare il valore dell'individuo rispetto alla società nel suo insieme. Individuo non sarebbe solo ciò che non è divisibile, ma anche ciò che è identico solo a se stesso.

(2) Pensiamo solo al diritto di proprietà piena delle cose possedute: *ius utendi et abutendi re sua*, un concetto che è alla base delle società e del diritto moderni.

(3) Dottrina filosofico-politica, per cui l'origine della società e dello Stato consiste in un accordo fra i membri della società, sviluppata, nei secc. XVII-XVIII, dal giusnaturalismo che sostiene l'esistenza di norme naturali razionali anteriori alla nascita del diritto positivo e del contratto sociale da cui si origina lo Stato.

(4) Concezione morale formulata principalmente da J. Bentham (1784-1832) filosofo, giurista ed economista, S. Mill (1806-1873) filosofo ed economista, H. Spencer (1820-1903) filosofo, secondo la quale il fine delle azioni umane è il raggiungimento dell'utile individuale o sociale.

(5) Un importante e promettente tentativo di ottemperare, fondendole, alle tendenze individualiste e socialitarie presenti nella natura umana, è costituita dalla teoria etico-politica del *"personalismo comunitario"* di E. Mounier (1905-1950). Formulata nel 1949, questa teoria avrebbe potuto costituire un rimedio efficace alla deriva solipsistico-massificante della società dei consumi. Purtroppo, essa si è per lo più limitata a circolare in ambienti intellettuali europei, sia cattolici che socialisti, ispirando solo esperienze di frontiera (peraltro sospette alle autorità ecclesiastiche).

(6) Maalouf mette in guardia contro le appartenenze assolutistiche che portano al fanatismo, alla non accettazione del diverso e persino alla sua negazione, al razzismo vero e proprio.

(7) Se, però, non si ha una propria identità, certa e definita, la ricerca di conferma esteriore può portare a vivere una vita di riflesso, a sottomettersi al leader o al gruppo, a conformarsi al proprio idolo, insomma a cessare di essere se stessi o a non diventare nemmeno tali.

(8) La famiglia autoritaria, il vicinato onnipotente, l'ambiente di lavoro ristretto che potevano opprimere, ma davano supporto.

(9) Per *vero Sé* si intende quanto è riconducibile alla spontaneità dell'individuo, ossia tutto ciò che è vissuto a partire dal proprio mondo interno, per *falso Sé* ogni atteggiamento che, finalizzato alla conservazione della stima degli altri, esige la sottomissione incondizionata al mondo esterno. Nello sviluppo psichico normale il falso Sé è il Sé pubblico, quello rivolto alla società. Protegge l'intimità propria rendendo possibili i rapporti interpersonali, creando equilibrio fra spazio privato e spazio pubblico, trovando modi e tempi attraverso i quali il vero Sé possa emergere ed esprimersi al meglio nei rapporti con l'ambiente. È insomma il guscio attraverso cui entrare in relazione col mondo esterno (cf L.V. Castellazzi pp. 106-109).

2. L'IPERATTIVISMO

Può essere che le persone che riempiono la loro vita con impegni continui e stressanti in realtà non stiano nascondendo o tentando di rimuovere la paura della solitudine? La risposta non è facile in quanto ogni persona è storia a se stessa, pur tuttavia l'essere spasmodicamente indaffarati fa sorgere il sospetto o il dubbio che dietro possa nascondersi la paura dell'affrontamento degli aspetti più intimi della vita, i conflitti interiori, l'angoscia che ne deriva, il contatto con un sé profondo, l'effettivo senso delle cose, la dimensione della spiritualità, del sacro e quanto altro dovrebbe implicare riflessioni più critiche e ponderate conducibili con tempi e modalità più equilibrati.

Un fare esasperato come fuga dalla solitudine

L'iperattivismo a volte ci appare come un proprio e vero stile di vita che caratterizza il soggetto sia sui luoghi di lavoro, sia anche al di fuori di questi; nel volontariato, nella politica, nello sport e a volte persino nel tempo libero con la programmazione di vacanze di cui al ritorno ci si ritrova molto più stanchi che alla partenza.

L'iperattivo non si chiede più perché fa le cose, le fa e basta! La ripetitività diventa un automatismo che in qualche modo rassicura anche se affatica; nella ripetitività avviene la conferma stereotipata delle dinamiche del sé con gli altri; basta non restare soli e a tal fine si accolgono anche le relazioni non soddisfacenti purché siano allineate al modello di conduzione della propria esistenza.

L'iperattivismo dunque potrebbe già essere un modo di vivere la solitudine... sfuggendola, un essere da soli a reggere le fatiche del mondo, non compattarsi col prossimo in quanto i livelli di mediazione diventano più alti e richiedono altre abilità.

L'esperienza della solitudine è in qualche modo anche esperienza della radice del proprio sé nel mondo; quale direzione dare alla propria vita; per cosa spendersi, impegnarsi, giocarsi la faccia. Sentirsi soli significa anche chiedersene il perché, quanto accettare di questa solitudine e quanto invece combattere e che cosa fare per uscirne. Forse dobbiamo anche pensare che dobbiamo cambiare qualcosa di noi: per esempio, ma non solo, diventare più gradevoli per il prossimo, più tolleranti, più attenti ai bisogni di chi ci circonda. Dovremmo in qualche modo mettere da parte qualche nostro interesse per fare spazio agli altri, fossero pure soltanto coloro che ci vogliono bene, la nostra famiglia, i nostri amici, i nostri colleghi di lavoro se non altro nella logica che stare bene nel luogo di lavoro significa anche lavorare meglio e con più soddisfazione.

Tutto quanto detto però implica riflessione, umiltà, *uno stile di vita che cerca appagamento della vita in sé e per sé*, che accoglie il progetto, ma ispirato all'umano. L'iperattivismo cancella nei fatti questa dimensione trincerandosi dietro "non c'è tempo (vedi scorso monografico)"; questa è una società competitiva, troppe domande sulla vita sono un lusso; ci sono molte cose da fare e vanno fatte; questa è una società crudele; se non riesci finisci con l'essere emarginato; questa è

una società che costa e per viverci dentro servono migliaia di euro ogni mese e i soldi non si fanno con le riflessioni intime, con la cultura, con l'impegno politico. Occorre rimboccarsi le maniche e non perdere tempo in fantasticherie.

L'iperattivismo non scaturisce dunque da considerazioni false e demagogiche, anzi per certi aspetti ci presenta una lucidità della quale tenere conto e senza la quale rischieremmo di affrontare questo tema ricorrendo a psicologismi facili quando invece l'aspetto è decisamente più ampio e riguarda anche il nostro modello sociale e culturale.

Un pesante modello sociale

Siamo infatti in un periodo della storia della nostra società che è caratterizzato dalla presenza prevalente di un ceto medio che è consapevole che non potrà più crescere economicamente, ma per contro potrà diventare più povero. Le spinte sociali pertanto mirano alla conservazione dell'esistente con la dilatazione paurosa e fastidiosa delle posizioni di rendita, a qualunque livello siano queste espresse. Ci si trova pertanto in una sorta di diabolico meccanismo sociale in base al quale per avere le stesse cose di ieri occorre fare di più, basti solo pensare alla precarietà del lavoro in cui oggi si trovano a vivere le nuove generazioni. Stesso dicasi per acquistare un appartamento o per andare semplicemente in affitto. Le famiglie hanno difficoltà a formarsi e una volta formate a tenere nel tempo.

Vivere il giorno oggi per una famiglia media si trasforma in un numero impressionante di incombenze ove occorre mettere in campo nuove abilità e conoscenze. A solo titolo di esempio, dall'Unione Europea arrivano direttive sulla necessità di avviare processi di "formazione permanente" contro l'esclusione sociale; in altri termini vuole dire che questa è una società la cui complessità o è affrontata in modo sistematico o altrimenti produce emarginazione.

Ecco allora che nei soggetti più pronti e capaci si insinua la tentazione di "farcela da soli" anche perché è questo un mondo dove, almeno in apparenza, le opportunità sono moltiplicate a dismisura. C'è gente, e sono in crescente aumento, che ormai guarda al mondo come proprio raggio di azione, non solo per le vacanze, ma per il lavoro e gli affari. Che cosa ne consegue? Necessità di spostamento, conoscenze delle tecnologie informatiche, delle lingue, delle prassi burocratiche e delle altre innumerevoli informazioni che occorrono per gestire la propria vita in questo modo.

Il soggetto in questa società è in qualche modo indotto a fare centro su di sé e sulle proprie capacità di attivare e portare a profitto le disponibilità presenti sul mercato. Non è molto importante ai fini della nostra indagine se poi ciò avviene realmente, ma la tensione è questa, tensione che diviene tentazione, atteggiamento, disposizione mentale al limite per poter essere applicata anche alle cose più banali dove un lasciar correre sarebbe assai più saggio di un sé corroso dall'angoscia che affiorerebbe appena si fosse soli.

Distinguere iperattivismo per necessità da quello di fuga

L'iperattivismo diventa dunque la risposta alla paura di un sé privato degli oggetti della sua affermazione, di un sé di cui se non allineato al modello delle opportunità coglibili

non si sa che farsene. Nell'adesione al modello culturale il soggetto compie un'azione più che legittima; la questione però è che teorizzare un sé senza che questi possa confluire in una identità più ampia e liberarsi dai suoi conflitti interni significa nei fatti proclamare la solitudine degli umani e lasciare ogni singolo in mezzo ai suoi guai. Perché se è vero che il modello sociale e la realtà impongono tanti impegni è altrettanto vero che occorre distinguere tra iperattività per *necessità di cui ci si libera appena possibile e una che è fuga dalla paura della solitudine*. Come scrive un'eminente psicologo, «la quiete, il riposo, il silenzio e, in ultima istanza la solitudine, sono letteralmente temuti. Sono considerati crepe pericolose attraverso cui può irrompere il fardello della propria angoscia» (Vittorio Castellazzi *«Dentro la solitudine»*, Città Nuova, 2000 p. 117, euro 8,26). Nel primo caso l'iperattività pesa, nel secondo attrae, nel primo caso le ragioni del superimpegno sono valide, nel secondo si tratta di inconsapevoli razionalizzazioni; anche da pensionati con una buona pensione si troverebbero i modi di essere sempre super-occupati per anestetizzare la propria angoscia. Finendo, come già scrivevo, per proclamare che la solitudine degli umani è inevitabile e insuperabile da cui è possibile solo fuggire.

Giovanni Zollo

V. RAGIONI ED EFFETTI DELLA SOLITUDINE NEGATIVA

1. NEL DESERTO RELAZIONALE

Il mondo degli uomini di pensiero, scrittori, poeti, artisti, intellettuali in genere, questo mondo, nel suo complesso, nutre nei riguardi della solitudine una sorta di sentimento ambivalente, di timore e attrazione insieme. C'è chi la esalta come un balsamo dello spirito e chi la giudica una specie di maledizione. Cito la celebrità perché, specie per quel che concerne il passato, quando era di là da venire il boom dei sondaggi d'opinione, del rapporto con la solitudine della gente qualunque poco o nulla se ne sa. Proviamo allora a gettare un'occhiata curiosa su ciò che ci hanno tramandato nelle loro opere alcuni spiriti illustri. «Quello di cui ho paura – scrive il drammaturgo svedese August Strindberg – non è la morte, ma la solitudine». Gli fa eco il poeta Paul Valéry: «Un uomo solo – dice – è sempre in cattiva compagnia». Impregnata poi di dolore è la considerazione del famoso architetto americano Louis Henry Sullivan che riflette: «La solitudine è forse la più insopportabile fra le emozioni umane». Decisamente più drammatica è l'affermazione dello scrittore Vladimir Nabokov: «La solitudine è il campo da gioco di Satana».

Ma non tutti evidentemente sono dello stesso parere. Esclama infatti il Petrarca: «Mia solitudine felicissima» e Friedrich Schiller rincara la dose affermando: «Nessuno è più forte di colui che è solo», mentre idealizza questa condizione lo scrittore Stefano D'Arrigo che dice: «La mia solitudine è per me come un sostanziale nutrimento».

Allora, tirando le somme, questa benedetta solitudine è amica o nemica? Ovviamente è neutra e tutto dipende dal modo in cui ci si rapporta con essa e soprattutto è determinante vedere se la si ricerca come relax, come momento di riflessione o se la si subisce come una condanna. Illuminante è a questo proposito la riflessione di Thomas Bernhard, scrittore austriaco degli inizi del '900, che afferma: «Da un lato non vorrei essere solo, dall'altro tutti mi ripugnano». Quindi *la relazione*, che potrebbe essere amica, diviene *negativa allorché l'individuo si sente circondato da un mondo che (a torto o a ragione) ritiene malevolo*, avverso. Un mondo che egli rifiuta. Come dire che la solitudine è brutta, ma che è meglio star soli piuttosto che male accompagnati.

La solitudine in cui ci troviamo immersi nostro malgrado, quindi pesante, *nemica*, è fondamentalmente di due tipi: *circostanziale o permanente*. Quella circostanziale è diversa dalla temporanea che si sa quando comincia e quando finisce. Qui invece abbiamo un evento che la determina e, finché non rientra, non permette rapporti relazionali. Pensiamo all'immigrato in un Paese straniero, magari ostile che lo emargina. Lui sogna di poter tornare un giorno al paesello, magari con un piccolo gruzzolo, ma non sa se e quando ci riuscirà. Pensiamo al carcerato oppure al malato isolato in ospedale, oggetto di una prognosi piuttosto vaga. Eliminata la circostanza, i motivi che determinano la solitudine svaniscono.

Una realtà complessa

Se puntiamo l'attenzione sulla solitudine permanente, ci accorgiamo che qui la realtà è assai complessa. Anzitutto essa ha *una triplice origine, socio-economica, caratteriale e psicologica* e il confine fra una causa e le altre è tutt'altro che netto, poiché queste a volte si intrecciano molto strettamente.

Nell'origine di natura socio-economica gioca un ruolo determinante il *rapporto dell'individuo con il mondo del lavoro*. Nella nostra società è diffuso un certo malessere, un disagio esistenziale che ha calamitato l'attenzione di psicologi e sociologi e che non ci interessa in questa sede come fenomeno a sé stante, ma piuttosto nel suo riflesso sulla solitudine.

Qui occorre una premessa. Mi fanno sorridere, per non dir di peggio, certi commentatori, uomini politici, opinionisti nei cui discorsi ricorre la frase "...dopo la fine delle ideologie...", poiché costoro dimenticano che è uscita di scena *una* ideologia, mentre altre si diffondono e in particolare si afferma sempre più il liberismo, che è una vera e propria ideologia e che negli aspetti più estremi (liberismo cosiddetto selvaggio, *deregulation* totale) prospetta una sorta di legge della giungla, laddove vince il più forte, mentre il più debole è destinato a essere schiacciato. Quasi una selezione della razza sul piano socio-economico. E ciò è perfettamente conseguente al primato dell'economia sulla politica.

La nostra società spinge alla competizione, che peraltro è sempre esistita, non è una novità. Oggi tuttavia si tende a farla assurgere a stile di vita, a filosofia esistenziale, a vera e propria religione, premessa necessaria al successo. E chi vorrà scalare i gradini del successo, per essere vincente, dovrà essere efficiente, produttivo, disponibile e anche bello,

tant'è che certi nostri politici, per farsi ritrarre, convocano i fotografi specialisti del *glamour*. Ogni società ha i politici che merita. Stigmatizzare è perfettamente inutile. In sostanza l'aspirante vincente dovrà obbedire e aderire a un *cliché* che altri hanno elaborato. Il soggetto in questione, tutto teso a preparare e a gestire la propria guerra privata, è solo con il proprio progetto e si aprirà soltanto alle relazioni che gli permettono qualcosa sul piano utilitaristico.

Purtroppo in questa competizione sfrenata, ci sono pochi "vincenti" e, per contro, una marèa di frustrati e inoltre il lato peggiore della faccenda è che certe solitudini conseguenza della competizione di "vincenti" e no, rischiano di rivelarsi irreversibili. È quindi evidente che spesso la solitudine è frutto di scelte sbagliate o che tali si rivelano alla luce del senno di poi. A volte la competizione viene intrapresa al fine di conquistare certezze, poiché il malessere esistenziale, cui si accennava, viene alimentato in buona parte, specie nel campo del lavoro, dallo sfaldarsi delle certezze, suscettibile di creare grosse turbative mentali.

Sono noti gli esperimenti di laboratorio su cavie, abituate a trovare quotidianamente il cibo in un certo posto a una determinata ora. Sottratta loro questa certezza, gli animali impazziscono. L'uomo non impazzisce perché capace di razionalizzare gli eventi sfavorevoli, cionondimeno non può evitare l'insorgere di gravi turbative mentali.

Certezze in crisi

Una componente importante della crisi delle certezze è data dallo sfaldamento dello Stato sociale, un'altra, non meno importante, è costituita dalla precarietà dei rapporti di lavoro, la cosiddetta flessibilità, consacrata da una visione neoliberalista dell'economia, che reca al traino alcuni inconvenienti che potremmo definire collaterali.

Negli anni '50 eravamo più poveri. Inoltre, per ragioni e con origini del tutto diverse da quelle odierne, si era determinata sul piano pratico, quotidiano, una situazione socio-economica molto simile a quella attuale, fatte le debite differenze. Lavoro scarso e malpagato, spesso "non in regola" riguardo a contributi previdenziali e sanitari, precarietà, salvo che nei grandi complessi e nel pubblico impiego, scarsità di tutele sindacali. Crisi degli alloggi per eventi bellici e a causa dei flussi migratori dal Meridione. C'era tuttavia la fiducia nel futuro, che in buona parte mantenne le promesse con il boom economico.

Al contrario oggi la gente nutre una netta sfiducia nei confronti della classe dirigente e, secondo una indagine condotta in tandem da Censis e Confesercenti, il 96% degli italiani, quindi quasi tutti, non hanno fiducia nel futuro che – dicono – li farà più poveri a causa dell'inflazione, contro il 40/50% di pessimisti di altri Paesi europei, come Francia e Germania. E se manca anche la speranza, si rafforza il senso di sfiducia e di solitudine, nonché di impotenza e l'uomo si sente come la (inutile) rotella di un ingranaggio. La sensazione è di essere solo contro il mondo.

Secondo un'indagine effettuata dall'Eurispes su un significativo campione di lavoratrici e lavoratori atipici (coloro cioè che non prestano la propria opera a fronte di un tradizionale contratto a tempo indeterminato) della fascia d'età

compresa fra i 18 e i 39 anni, 2 lavoratori su 3 sono precari “cronici” e cioè hanno sempre lavorato con un rapporto precario. Ciò riguarda il 61,7% degli uomini e il 62,8% delle donne. Tale precarietà, nella fascia piú giovane, compresa fra i 18 e i 25 anni, riguarda il 57,3% dei lavoratori e lavoratrici, mentre coinvolge il 66,9% di coloro che si trovano fra i 26 e i 32 anni e addirittura il 67,8% dei piú “anziani”, cioè compresi fra i 33 e i 39 anni d’età. Il precariato inoltre riguarda il 55,9% di possessori di master o specializzazione post laurea e l’83,2% di laureati.

Né si deve pensare che tale atipicità riguardi soltanto i primi anni di lavoro. Fra gli intervistati, infatti, soltanto il 16,1% prestava la propria opera tra sei mesi e un anno, il 15% da uno a due anni, il 20% dai due ai tre anni, il 18,6% dai tre ai cinque anni, il 22% dai cinque ai dieci e l’8,3% oltre i dieci.

Come effetto collaterale, la incertezza del futuro nel campo del lavoro si riflette sulla vita familiare e privata. Infatti, l’89,7% degli intervistati risulta celibe o nubile, non essendo in possesso di una base economica abbastanza solida per poter formare una famiglia. Fra gli sposati soltanto il 3,4% ha un figlio e il 3,1% ne ha piú di uno. Naturalmente la precarietà del lavoro rende problematico l’ottenimento di un mutuo per l’acquisto della casa, come conferma il 71% del campione.

Futuro precario

L’assenza di un lavoro sicuro procura stati di ansia che colpiscono il 52% delle donne intervistate contro il 37% degli uomini e conduce a stati depressivi. Depressione, frustrazione e quindi solitudine. Secondo la rivista specializzata “Riza psicosomatica”, la depressione coinvolge oltre dieci milioni di italiani. Purtroppo queste cifre includono anche un certo numero di ragazzi e bambini, che “respirano” in famiglia l’aria di ansia e di disagio. Infatti, c’è in corso una accesa discussione nella classe medica sull’opportunità o meno di somministrare antidepressivi ai giovanissimi e le opinioni sono discordi.

L’insicurezza che crea disagio e solitudine, ha un potente alleato, anch’esso negativo, nel tipo di vita che si conduce. Una recente indagine della *Caritas Italiana* attribuisce a stili di vita sbagliati le cause della solitudine. A volte questi comportamenti “scorretti” possono essere la conseguenza della solitudine, altre volte la causa, altre volte ancora causata e conseguenza insieme. Il cane che si morde la coda. Si calcola che il 40% dei pazienti compresi nella fascia d’età fra i 25 e i 40 anni (quindi il cuore della popolazione attiva) che si rivolge al medico di famiglia, mostra sintomi di depressione, molto spesso causa e/o conseguenza della solitudine, il cui principale alleato – dice sempre la *Caritas* – è la dipendenza.

Ma oltre alle dipendenze tradizionali, come quelle dalla droga o dall’alcol (quest’ultima, si è appurato, coinvolge anche ragazzi e ragazze di 13 e 14 anni), in cui il soggetto è portato a isolarsi avendo come compagnia la siringa, la cannula d’aspirazione o la bottiglia, sono sorte nuove dipendenze, tra le quali in prima linea troviamo il pensiero incombente del lavoro, ovvero preoccupazione determinata

dalla precarietà oppure ossessione, eccessivo attaccamento. Entrambi questi atteggiamenti mentali spesso sfociano nella solitudine.

Altre dipendenze che provocano gli stessi effetti dannosi – conclude la *Caritas* – risultano essere il gioco d’azzardo, lo shopping compulsivo, la tendenza a isolarsi davanti al video o al computer, l’uso smodato del cellulare (strumento utilissimo se usato con misura), che rischia col suo essere una relazione virtuale, di sostituire ogni altro tipo di relazione. Ci sono poi atteggiamenti nei riguardi del prossimo suscettibili di condannare un individuo alla solitudine. Uno di questi – cito ancora la rivista “Riza psicosomatica” – è senza dubbio la cronica lamentosità, per cui il soggetto, frustrato, si sente perseguitato dalla sorte o dagli altri e continua a tediare il prossimo con il racconto delle proprie sventure e delle (vere o immaginarie) persecuzioni.

Cause caratteriali

L’oggetto delle lamentazioni è costituito principalmente dal rapporto col partner o con i figli, dalla salute, dal capo e dai colleghi, dai soldi. Confidare a un amico i propri problemi e trarne conforto è umano e ragionevole. Altra cosa è l’ossessionare chiunque capiti a tiro con i propri affanni.

Altro candidato alla solitudine è l’invidioso manifesto. Altri nascondono questo sentimento dietro una maschera ipocrita, fingendo di compiacersi per le altrui fortune, mentre in realtà si “rodono” intimamente. Chi esterna tale sentimento normalmente viene rifiutato e rimane solo.

C’è poi il competitore frenetico di cui s’è già detto e infine il diffidente per natura. Costui, che spesso a causa di una educazione sbagliata, è sospettoso, guardingo nei confronti di tutti, difficilmente si abbandonerà completamente a una amicizia, a un rapporto profondo. Fin qui la solitudine fisica, tangibile, l’assenza di relazioni.

C’è tuttavia un altro tipo di solitudine, insidiosa, strisciante, non meno dolorosa della precedente, frustrante, che consiste nel fatto di essere fisicamente in contatto con altri e cionondimeno *sentirsi soli*. Tale situazione si verifica spesso nel mondo del lavoro in cui i rapporti sono conflittuali (lo sbranarsi a vicenda a causa della competizione) e non favorevoli a un comune sentire. Ma anche nell’ambito familiare può insorgere ciò che viene definito incomunicabilità e che riguarda i rapporti fra genitori e figli e quelli fra i partners, che paiono non sintonizzati sulla stessa lunghezza d’onda. La questione è critica soprattutto se riguarda i partners, poiché, esauritosi, dopo un tempo piú o meno lungo, l’elemento passionale, si inaridisce la comunicazione.

La caduta delle certezze nella nostra società non riguarda quindi esclusivamente il campo socio-economico o del lavoro, ma si manifesta anche in campo sentimentale. Mai come oggi le unioni matrimoniali o di semplice convivenza hanno denunciato tutta la loro precarietà e favorito lo stabilirsi di altri tipi di relazione.

Recentemente si è svolto a Roma il 26° congresso internazionale della Società italiana di psicologia. In quella sede, lo psichiatra Tonino Cantelmi, presidente dell’Associazione psicologi e psichiatri cattolici, ha rivelato i risultati di

un'indagine da lui effettuata lungo l'arco di alcuni anni, monitorando una decina di *chat line*. «Sono circa tre milioni - sottolinea lo psichiatra - gli italiani che fanno un uso costante delle *chat* o che vi si collegano per almeno due ore al giorno». Ma cosa cercano questi viaggiatori virtuali? «Cercano soprattutto l'amore», rivela il prof. Cantelmi. I soggetti, usando quotidianamente questa tecnologia, consumano una specie di "tradimento virtuale" nei confronti del partner con cui vivono.

L'elemento psicologico

Vediamo chi sono costoro. Un milione è costituito da donne (circa il 70%) fra i 20 e i 45 anni, spesso in carriera e con una buona posizione socio-economica. Sono sposate o hanno un relazione stabile (60%). Non cercano sesso, anzi, di norma, non desiderano neanche conoscere l'interlocutore, ma sono alla ricerca di un rapporto più profondo che i loro partners evidentemente non riescono a dare. Il comportamento degli uomini è diverso. Infatti il 70% cerca di conoscere le compagne in rete e tende alla ricerca di relazioni sessuali.

Alla radice del fenomeno ci sono soggetti con un profondo senso di insoddisfazione e che vivono una frustrante solitudine pur essendo in coppia. È stato tuttavia accertato che, sia nel caso di uomini sia di donne, la corrispondenza in rete produce liti e separazioni nelle coppie esistenti. Del resto la crisi della coppia è una realtà che non ha mancato di ispirare, oltre i saggisti, narratori e cineasti. Neanche la chiesa è rimasta indifferente nei riguardi del problema.

In occasione dell'apertura dell'anno giudiziario ecclesiastico, il cardinale Bertone, Arcivescovo di Genova, per bocca del Vicario giudiziale del tribunale ecclesiastico regionale, Monsignor Paolo Rigon, ha proposto una ricetta che non ha mancato di sorprendere più d'uno: ovvero la necessità di riscoprire il valore della sessualità all'interno del matrimonio, come antidoto all'incomunicabilità. L'esortazione è quella di non lasciarsi assorbire totalmente dai problemi quotidiani (figli, lavoro) dimenticando l'intesa di coppia.

Si parla quindi di rapporto sessuale come linguaggio dell'amore, perché la solitudine percepita, quella che avviluppa l'individuo anche quando non è fisicamente solo, è una forma di isolamento che si inserisce in maniera subdola nei rapporti fra le persone e che si traduce in una sofferenza che determina o acuisce il senso di emarginazione e alimenta la frustrazione. Almeno nel rapporto di coppia, quel rapporto in cui un uomo e una donna si completano vicendevolmente e ognuno dei due trae forza dal legame con l'altro, il comunicare è fondamentale e crea quel clima che ha ispirato un pensiero di Guy De Maupassant, il quale scrisse: «L'intimità del talamo stabilisce fra due esseri, anche quando hanno cessato d'amarsi, una sorta di complicità, di alleanza misteriosa...».

Se ciò manca si afferma la solitudine percepita, quella psicologica che, specie se combinata con altre incertezze, produce un individuo sbalottato fra paure, insicurezze, sensi di impotenza che lo sprofondano nella solitudine più sconsolata e irreversibile.

Mario Cipolla

2. A RISCHIO DI DEVASTAZIONE

Di fronte alla domanda sui possibili effetti della solitudine negativa, mi balzano alla mente due immagini: il muro e il deserto che mi aiutano a capirne la natura e le conseguenze.

Il *muro* è duro, impenetrabile, si erge, è confine e ostacolo. Ha una duplice funzione: guardato dall'esterno rinchioda, separa, isola; osservato dall'interno circonda, delimita, protegge.

Il *deserto* è arido, desolato, disabitato, incolto, vuoto. Nel deserto ci si può facilmente perdere e non offre elementi per la sussistenza.

«Il deserto non è così remoto nel tropico australe, il deserto non è solo voltato l'angolo, il deserto è passato nel treno della metropolitana... è nel cuore di nostro fratello». Così recitano alcuni versi di Eliot.

La solitudine nemica della vita dunque isola e svuota? Cerchiamo di capire entrando dentro la questione.

La prima osservazione generale che mi viene da proporre è che ogni solitudine è diversa e può produrre effetti personali e sociali differenti a seconda dei motivi che la generano e del vissuto personale su cui impatta. Gli effetti negativi non sono, in ogni caso, automatici. Si tratta di possibilità, appunto di rischi.

La seconda osservazione generale è che il senso della solitudine provoca nelle persone una sofferenza più o meno profonda, più o meno conscia, che per R. E. Weiss è causata dalla frustrazione dei bisogni di base di ogni individuo: il bisogno di attaccamento (sofferenza affettiva), di appartenenza (sofferenza sociale) e di comunicazione di sé (sofferenza espressiva).

Queste sofferenze possono suscitare sentimenti di disperazione, reazioni di noia e di insofferenza, stati depressivi e forme di autosvalutazione che vanno a connettersi e a interagire con le patologie sociali.

Aggravamento della frantumazione sociale

Viviamo in una società sempre più complessa, in particolare nelle grandi aree urbane, massificata e con scarsi centri aggregativi vitali, una società dove predomina l'anonimato e l'apporto individuale conta sempre meno. Bene comune, solidarietà, integrazione, comunità sono spesso poco più di parole vuote o di buone intenzioni.

Si ampliano nei fatti le fasce marginalizzate, si estendono zone di solitudini di fatto, cresce il sentimento stesso della solitudine e ciò non fa che scavare, approfondire e aggravare un solco tra ceti, categorie, individui contribuendo ad accrescere la frantumazione sociale.

Gruppi interi e persone lasciati soli nei propri bisogni si difendono come possono, talora chiudendosi e nascondendosi nelle pieghe di nuove marginalità o sviluppando una latente conflittualità. Sorge così un diffuso malessere: nevrosi collettive, alienazioni generalizzate, atomizzazione delle relazioni, disorientamento.

E. Liotta in “Le solitudini nella società globale” (La Piccola editrice, 2003) ha estratto dalla cronaca quotidiana alcune figure tipologiche osservando conseguenti comportamenti tendenti all’asocialità, alla distruttività o all’autodistruzione. Ne cito alcune a puro titolo esemplificativo.

Il *disadattato*. È chi sentendosi rifiutato rifiuta a sua volta una società che non gli corrisponde. La solitudine diviene allora esclusione e marginalità. In coloro che restano fuori cova un senso di vuoto, di indegnità, di vergogna o di rabbia. È un popolo numeroso: barboni, mendicanti, poveri, psicofrenetici, handicappati, folli, vecchi abbandonati, falliti etc.

Il *violento*. Alienato per vari motivi dalla propria comunità, vive isolato o in piccoli gruppi tesi a costruire una sorta di contropotere. Nelle forme più cupe e rabbiose abbraccia l’esclusione con passionalità e agisce comportamenti devianti: dal vandalismo al bullismo al... terrorismo.

Il *dissociato*. Sentendosi minacciato, anch’egli si tira fuori. Ma in lui predomina il silenzio: è una solitudine muta. Si tratta di una reazione tipica di chi abbia vissuto la caduta dei propri ideali, abbia visto deluse le proprie aspettative o patito il crollo delle ideologie. Ora si astiene.

L’*eroe* odierno. È chi soffre perché si sente intrappolato nella ripetizione di un’impresa senza senso. Si isola come se fosse condannato a portare i tanti pesi inutili che la vita gli carica sulle spalle.

Il *profeta corrucciato*. Si sente solo per mancanza di interlocutori attenti. Patisce di non essere ascoltato e compreso e di essere spesso deriso.

Il crescere delle solitudini sociali rende *più problematica la gestione della collettività*, l’attuazione di politiche di prevenzione, di assistenza e di recupero del disagio. Senza infatti una fitta rete aggregativa di corpi intermedi è quasi impossibile cogliere e raggiungere i bisogni dei cittadini e quindi affrontarli. Ne consegue la tendenza all’aumento di lacerazioni del tessuto sociale.

Inoltre la passività e le esclusioni o autoesclusioni indotte dalle solitudini sociali *corrodono* alla radice *il senso di comunità* per la difficoltà ad attuare partecipazione e ritrovare comuni e condivise prospettive orientatrici.

La diffusione di estese, talvolta inconsce, sofferenze

Chi vive una condizione di solitudine subita si sente solo e percepisce la solitudine come angoscia, disseccamento, impotenza che generano una sofferenza intollerabile, diversa, naturalmente, da persona a persona. Qualche connotato generale.

Si tratta anzitutto di un *malessere esteso e pervasivo*, che abbraccia ogni età, ogni condizione, ogni luogo; è impossibile quantificarlo perché il fenomeno è sfuggente, ma oggi sembra più diffuso che mai. Madre Teresa di Calcutta, che ha dedicato la sua vita ai poveri e ai malati, ha affermato che la malattia più grave non è la lebbra o il cancro, ma piuttosto la sofferenza provocata dal sentirsi “trascurati, non desiderati, abbandonati e soli”. Ecco un’osservazione lucida che la dice lunga sulla gravità della solitudine subita!

Un secondo tratto generale è il carattere *subdolo* di questa sofferenza, talora neppure chiaramente colta da chi ne è colpito. Spesso chi in modo occasionale l’abbia patita non rammenta

facilmente, né volentieri, l’esperienza vissuta. Vi è come una rimozione, forse per timore di riattivare una sensazione dolorosa. Ma pure chi oggi la viva, talvolta minimizza, banalizza o sfugge da una sua presa di coscienza, come avviene nelle “solitudini negate” di cui si è già scritto.

Spesso, infine, sono *sofferenze mute*, non espresse e forse per questo più acute e pericolose.

Chi soffre per la solitudine si sente separato dagli altri e a volte da se stesso, esperienza dolorosa che può andare dalla nostalgia all’angoscia d’abbandono, dalla paura alla rabbia, dallo smarrimento alla depressione, dalla disperazione all’indifferenza. Miceli in “Sentirsi soli” (il Mulino, 2003), sulla base di un’ampia campionatura riconduce i vissuti della solitudine a quattro gruppi:

- sentimenti di disperazione: la persona si sente abbandonata, vulnerabile, impotente, impaurita;
- reazioni di noia e insofferenza: irrequietezza, incapacità di concentrazione, nervosismo, desiderio di essere altrove;
- stati depressivi: tristezza, melanconia, senso di vuoto, nostalgia, desiderio frustrato di stare con qualcuno;
- forme di autosvalutazione: ancora tristezza, sconforto, sentimento di inadeguatezza, inutilità, stupidità, vergogna e disprezzo di sé.

È una situazione davvero pesante talvolta accompagnata da un corredo di *malesseri fisici e psichici*, quali somatizzazioni, nevrosi, malattie come insonnia, astenia, cefalee, ansie. Siamo posti di fronte alla realtà della nostra precaria condizione umana, al rischio di subirne passivamente le devastazioni, invece di affrontarle con l’aiuto di qualcuno.

La pesantezza, poi, aumenta pensando al pregiudizio moralistico che tende a ricondurre queste sofferenze da solitudine alla esclusiva responsabilità individuale. Si tratterebbe, infatti, di persone troppo avvolte in se stesse per accorgersi degli altri, persone che si crogiolano nell’autocommiserazione e non si sforzano di rendersi “accettabili”. Mi pare che si scambi l’effetto con la causa.

Atteggiamenti: chiusure, vittimismo, pessimismo...

L’amara parabola di chi si sente solo può comportare atteggiamenti difensivi o aggressivi con conseguenti comportamenti.

Ecco allora il ripiegamento su se stessi, una *chiusura* con l’erezione di una serie di muri e steccati che dovrebbero proteggere da ulteriori ferite, rifiuti, delusioni. Si possono interrompere rapporti, staccarsi da amicizie, estraniarsi dal contesto sociale, rifiutarsi di chiedere o accogliere consigli e aiuti. È come se si gridasse: “Sono solo, lasciatemi, nessuno può far nulla per me!”.

Può avvenire un avvitrimento sempre più pervicace che impedisce una realistica presa di coscienza della propria condizione e spinge a coltivare pretese che produrranno ulteriori fallimenti. A volte ci si chiude per diffidenza in un bozzolo ovattato di indifferenza: tutto appare sfocato, ininfluente, irrilevante, estraneo.

Ma non solo. Gli altri, oltre che lontani e incapaci di raggiungerci, quasi ombre, possono perfino apparire ostili. Ci si sente perseguitati da un destino maligno, colpiti da in-

comprensioni, da feroci abbandoni e si vede nella società, nell'altro il nemico. È un *vittimismo* che si fa a sua volta persecutorio. È il rifiuto. Come se si dicesse: meglio solo contro tutti. Talvolta il comportamento diviene più rabbioso, aggressivo. Vi è allora un incattivimento.

Oppure può svilupparsi uno stato d'animo che colora di nero tutta la realtà. Va tutto male. Gli altri, il mondo sono mal fatti. Un *pessimismo* pervasivo tende a imprigionare sempre più, convincendo che non c'è nulla da fare, che non vale la pena mobilitare energie, lottare, cercare qualche possibilità.

Prevale la sfiducia, non si riesce a vedere nessuna via di scampo. Una visione parziale e distorta spegne inesorabilmente ogni speranza, ogni slancio, sia nel caso dell'autocolpevolizzazione (sono un caso disperato), sia in quello dell'accusa (il mondo è il responsabile della mia sofferenza).

È talvolta l'angoscia più tormentosa, è la disperazione. I muri si alzano sempre più alti, le incapacità si moltiplicano, le impossibilità diventano totali. Ci si sente tagliati fuori e si deperisce in una miscela di autoesclusione e di emarginazione. Il contatto vitalizzante con il positivo, per poco che sia, è perso o è svalutato. In tale atteggiamento vi è una disincantata lucidità e un'abissale amarezza. Per un irrealizzabile desiderio assolutistico si rifiuta ogni gradualità.

Quando occasionali situazioni di solitudine negativa vengono così radicalizzate, è inevitabile che siano considerate inesorabili sconfitte e che generino una catena di comportamenti patologici: fobie, manie, eccessive rigidità etc. In sintesi, si determina una sterilità dell'umano che avviliisce l'esistenza.

L'indebolimento delle identità

Queste reazioni, questi atteggiamenti e i conseguenti comportamenti affievoliscono anche il rapporto con se stessi. Resi più vulnerabili dalla sofferenza, dall'assenza si diventa più confusi, fragili, manipolabili. Vi è come uno smarrimento esistenziale, un trovarsi in balia di stati d'animo contrastanti, un non riuscire a percepire con sufficiente chiarezza se stessi, i propri bisogni e desideri, un essere incapaci di fare libere scelte.

Si è trasportati qua e là come fucelli o si piomba in una totale passività, una mortifera stagnazione che può impedire di compiere le più elementari operazioni quotidiane. Avviene una sorta di paralisi vitale, si crea una palude che può inghiottire. E si affonda sempre più, sperduti, inconsistenti, estraniati dal mondo e da se stessi.

L'identità è resa fragilissima, alienata, smarrita, con il rischio di sprofondare in patologie molto gravi quali acute sindromi depressive, pericolose dipendenze, sino, al limite, alla possibilità di sfociare nella distruttività violenta o nel suicidio.

Ormai tutto ruota intorno a un io che non si riesce più a cogliere o si coglie deformato. È come se l'identità potesse, per così dire, naufragare, implodere su se stessa. Vi è una fragilità che accentua l'isolamento e il senso di solitudine e rischia di portare al "deserto dell'anima" e all'insignificanza della vita. L'umano si atrofizza. C'è il pericolo di perdersi.

La solitudine subita ha quindi questo terribile potere di scavare il vuoto intorno a noi e in noi.

Ma... può emergere la creatività

Questo oceano di sofferenza, questa solitudine possono talvolta diventare una spinta alla creatività. Mi vengono in mente i nomi di Van Gogh, Leopardi, Ligabue, insieme a tanti altri di artisti, pensatori, profeti e mistici.

È come se sofferenza e solitudine distillassero le qualità umane, ne macinassero la stoffa per farne scaturire qualcosa di originale, di prezioso, una ricchezza per tutti. È *parados-sale*. Perché e come? mi sono chiesto.

E mi è sembrato che la solitudine negativa subita potesse come purificare e far giungere all'essenziale del proprio essere, suscitando in maniera più nitida la propria unicità. Forse esprimendosi, essi hanno come sublimato la propria solitudine, affinando gli strumenti a loro disposizione, l'hanno, per così dire, esorcizzata cercando di sfuggirla. Ma, ahimè, non hanno potuto evitarla e ce ne hanno consegnato la cifra più segreta, la sua più misteriosa verità.

Si percepisce che il dolore che attraversa la loro opera è vivo, acuto, direi irrimediabile... eppure traspare qualcosa di più. Non è tutto nel grumo oscuro, nel deserto esistenziale, ma, proprio attraverso di esso, si intravede qualcosa di diverso: un grido, una speranza spezzata? Forse. Ma è l'essenza del loro essere, la loro ragione di vita. È questo che la rende preziosa.

Forse questa esperienza limite, in una misura certamente meno accentuata, può diventare patrimonio di ciascuno. Nell'a faccia a faccia, nella lotta con se stessi, si forgia e scaturisce il volto più autentico di ciascuno di noi.

Quando non possiamo evitare di incontrarla, la solitudine negativa, la nostra impotenza ci offrono la possibilità di attingere alle sorgenti più remote e nascoste del nostro essere e, in qualche modo, manifestarle nei nostri atteggiamenti e comportamenti.

Non dico, con ciò, che l'incontro sia benvenuto, pacifico e pacificante. Tutt'altro! Dico che può esserci e presentare una sua paradossale fecondità. Anche per noi le fughe o i tentativi di fuga, anche per noi le reazioni difensive e i comportamenti asociali non possono evitare il duro fronte a fronte. Da questi potrà scaturire, ci verrà quasi strappata, la nostra verità, la nostra originalità.

«L'unicità è diversa dalla solitudine,

ma non si può conoscerla

senza prima aver conosciuto la solitudine» (Krishnamurti, 1950).

Vito Capano

Denunciamo tutti i mercanti che proclamano che la solitudine è un vuoto orribile da colmare al più presto, mercanti che offrono dunque subito i loro prodotti di consumo per colmare questo vuoto; e denunciato tutti i ciarlatani che proclamano pure che questo vuoto è soltanto un'illusione, millantano che la solitudine non esiste, che è un problema senza fondamento reale, e propongono quindi le loro soluzioni facili e ingannevoli.

(Punto 7 del "Manifesto della solitudine", a cura delle Associazioni francesi Unassol e Solitudini e dipendenze. Trascritto integralmente nel libro di Jean-François Six, «La solitudine», ed. Elledici)

VI. IPOTESI DI AFFRONTAMENTO

1. COME SEMI

La solitudine, lo hanno già detto altri prima di me, può assumere diversi aspetti strutturali e inscindibili dalla persona e comunque positivi per l'esperienza umana.

Prendendo invece in considerazione gli aspetti negativi mi chiedo se sia possibile affrontarli e come fare per ridurre, almeno un poco, le dimensioni piú devastanti.

Ritengo che l'azione debba essere rivolta contemporaneamente sia alle cause, per modificare seppur minimamente la struttura della società che origina la solitudine negativa, sia agli effetti perché potrebbe essere elusorio pretendere di modificare ciò che origina la solitudine strutturale prima di agire nell'immediato, senza cercare di tamponare almeno le situazioni piú gravi, il problema infatti è cosí profondo e urgente da non poter attendere oltre.

Proposte per un intervento immediato

Prendo ora in considerazione le categorie e i gruppi che a mio avviso sono quelli piú esposti al rischio di soffrire di una solitudine devastante, ovvero i bambini e i giovani, gli anziani per cercare di ipotizzare le azioni possibili oggi per ridurre il loro disagio.

I bambini

I bambini sono il gruppo apparentemente piú coccolato, almeno nei nostri Paesi occidentali, ma credo che, al di là della percezione superficiale, si possa affermare che siano esposti e soffrano di solitudine a causa sia della struttura mononucleare delle famiglie, sia del loro isolamento, sia, infine, del ridottissimo numero di figli per cui questi, nel loro ambiente, sono, di fatto, soli, senza fratelli né compagni.

Le famiglie giovani sono in difficoltà, come lo sono i bimbi; non sanno che cosa fare, come comportarsi, a chi lasciare i figli nel tempo del lavoro, dato per scontato che in quasi tutti i nuclei famigliari giovani è necessario che entrambi i genitori vadano a lavorare sia per ragioni di bilancio famigliare, ma anche per un opportuno inserimento sociale di entrambi i coniugi.

Gli interventi che credo siano possibili e opportuni possono essere rivolti sia al miglioramento economico del bilancio familiare, sia all'aumento della dotazione dei servizi di cui i genitori possano usufruire.

L'intervento piú facile e immediato è, senza dubbio, quello dell'aumento dei trasferimenti sociali verso le famiglie, utilizzando allo scopo anche lo strumento delle detrazioni fiscali. Infatti, col miglioramento delle condizioni economiche le famiglie con minori possono non essere costrette a lasciare i figli soli, per ragioni di bilancio familiare. In questo campo nel nostro Paese c'è molto da recuperare, perché ci troviamo in condizioni pessime.

Come rileva una ricerca dell'Unicef, l'Italia è, tra i Paesi sviluppati, quello ove la povertà dei bimbi è piú elevata (Cfr. articolo su: "La Stampa" di G. Galeazzi, pubblicato il 2 marzo 2005, dal titolo "Bimbi poveri primato italiano. Allarme Unicef: pochi gli investimenti per le famiglie"). La difficoltà economica delle giovani famiglie, di frequente occupate in lavori precari, è forse la ragione piú significativa che determina il calo delle nascite, mentre retorici e ipocriti sono i lamenti dei politici e potenti riguardo al bassissimo tasso di natalità che si registra nel nostro Paese.

Ma, oltre a intervenire per sostenere economicamente le famiglie, è importante creare le strutture che possano accogliere i bambini. Non solo asili nido tradizionali, ma forme nuove d'accoglienza, elastiche, sicure e professionali che sappiano promuovere l'aggregazione dell'infanzia.

Questi sostegni potrebbero essere promossi e attuati dai comuni, che sono l'ente pubblico piú vicino alle famiglie e quindi quello che può essere piú attento ai nuovi bisogni; purtroppo i tagli dei trasferimenti di risorse alle amministrazioni locali, a cui assistiamo da alcuni anni, portano i municipi a ridurre, anziché ad aumentare le risorse destinate a questi tipi di intervento. Ma se cambiano le priorità e i valori in base ai quali si fanno le scelte è possibile, oltre che opportuno, un significativo intervento nel settore che faccia concretamente sentire ai giovani genitori l'appoggio della società e i minori siano accolti in strutture ove possono essere coinvolti e iniziare un processo di aggregazione e socializzazione importante per il loro equilibrato sviluppo.

I ragazzi e i giovani

I ragazzi e i giovani soffrono di solitudine forse in maniera ancora piú intensa dei bambini, ma la difficoltà ad affrontare i loro problemi deriva anche dalle caratteristiche proprie di questa fase della vita: infatti, è l'età della ribellione, della voglia di autonomia, di cambiamento profondo; desiderio di distacco dalla famiglia e contemporaneamente profonda insicurezza che, spesso, si nasconde dietro ad atteggiamenti sbruffoni e ribelli.

Le risposte immediate, spontanee che i ragazzi trovano ai loro bisogni sono l'affidarsi al branco e/o a quanto offre il mercato, cioè la struttura fondamentale della nostra società, che a ogni bisogno risponde sfruttando l'occasione per fare profitti. Ecco allora il sorgere di pub, di bar specializzati, di discoteche, di locali per il gioco dotati di strumenti e macchine computerizzate spesso con giochi competitivi e violenti, che intrattengono i giovani uniformandone il comportamento e spillando loro tutti i soldi che le famiglie danno loro, con relativa abbondanza, anche per i forti sensi di colpa per non poterli seguire di piú. Senza parlare poi delle droghe e dell'alcool che sono il rifugio estremo al vuoto di una vita dispersa e rispondono al bisogno di provare sensazioni forti, sia per sperimentare emozioni inconsuete, sia per non pensare alla propria solitudine devastante.

È un'età che necessita di grande attenzione, in cui spesso la famiglia apparentemente viene rifiutata, ma nella quale il giovane è alla ricerca di riferimenti e di possibili compagni di strada.

Come affrontare il problema? Per favorire gli incontri forse si potrebbero creare centri per giovani, luoghi che siano

nel contempo aperti e controllati e comunque alternativi a quanto offre il mercato.

Certo potrebbe essere una strada percorribile se le risorse da dedicare allo sviluppo della gioventù fossero adeguate. Forse potrebbe bastare la scelta di orientare a tale scopo una parte delle risorse oggi destinate allo sport, fondi che sono spesso utilizzati in una stretta logica di mercato e di potere, come evidenzia quanto sta succedendo nel mondo del calcio.

Forse sarebbe opportuno indirizzare i giovani a coltivare interesse per sport dilettantistici alternativi lontani dai clamori delle folle, ma molto formativi, o meglio potrebbe essere opportuno pensare a un insieme di interessi da far crescere e scegliere assieme ai ragazzi e giovani, facendoli divenire davvero protagonisti, con presenze discrete di formatori, che non siano oppressivi, ma sappiano far emergere le doti, le capacità e gli interessi dei ragazzi.

Gli anziani

Il mondo degli anziani è anch'esso caratterizzato da aree di profonda solitudine angosciante, ma essendo il gruppo più numeroso e composito esigerebbe un affrontamento differenziato e segmentato prendendo in considerazione le diverse parti e sottogruppi omogenei.

Essendo persone spesso autonome economicamente, e pienamente formate, per gran parte di loro la questione non è tanto quella di finanziare centri di aggregazione, ma da un lato di *potenziare l'assistenza rivolta ai non autonomi* e dall'altro *sollecitare l'aggregazione spontanea e indipendente* per far crescere la quale occorre che cambino la mentalità e le scelte che stanno alla base della vita di tanti.

Aspetti strutturali: aprirsi alla relazione

A mio avviso la questione centrale, fondamentale che occorre affrontare per combattere gli aspetti negativi e devastanti della solitudine consiste proprio nel considerare e cambiare, almeno un poco, la logica stessa che muove la nostra società.

La pesante sofferenza che deriva dalla solitudine origina proprio dagli pseudo valori che stanno alla base dell'ideologia liberista: *individualismo esasperato, competizione sfrenata, la ricerca dell'avere anziché quella dell'essere*.

Per vincere la solitudine, che in gran parte origina dal modo in cui si è strutturata la società, occorre agire cambiando prima le idee e le convinzioni che direttamente o indirettamente ci trasmette la cultura della società in cui viviamo.

In particolare l'idea, che sta alla base della logica del mercato, è che *ciò che fa muovere* in modo opportuno le realtà economiche e sociali e crea crescita e sviluppo umano oltre che economico sia *la competizione*, sistema e strumento che ha un senso nelle relazioni economiche, ma che, purtroppo, ha esteso e propagato la sua influenza sino a divenire pervasivo e a impregnare di logica utilitaristica ogni rapporto e relazione.

Si tratta di passare dal considerare l'altro come un antagonista con cui misurarsi, competere, contro il quale vincere,

al *guardare all'altro come un collaboratore, un compagno di viaggio* con cui fare un percorso assieme, verso il quale rapportarsi senza diffidenza, a cui è importante dare fiducia sperando che la relazione non sia finalizzata al vantaggio personale e al prevalere dell'uno sull'altro, ma apporti un accrescimento reciproco in un positivo scambio di esperienze e sensibilità.

È chiaro che quando una persona ha trascorso tutta la sua esperienza lavorativa dando un valore assoluto al sistema basato sulla concorrenza, sulla competizione e sull'arraffare, difficilmente riuscirà a cambiare i valori quando agisce in altri ambienti o cessa di lavorare.

Cambiare non è facile perché esige di relativizzare uno dei pilastri portanti che muove la società liberista: *il valore della concorrenza e della competizione quale motore dell'economia e dello sviluppo sociale*.

Non si tratta di escludere in assoluto il meccanismo della concorrenza, quale strumento valido per regolare le scelte economiche, ma di limitarne l'utilizzo a situazioni circoscritte inerenti esclusivamente il mondo degli affari, consapevoli che l'individualismo e la competizione non sempre sono il sistema più opportuno e vantaggioso, o comunque non l'unico o quello più efficiente di allocare le risorse. Infatti, già da alcuni decenni le più moderne tecniche di organizzazione aziendale, per aumentare l'efficienza e l'efficacia dell'azione puntano su altri valori come la capacità di collaborare, di trovare motivazioni e gratificazioni nel lavoro di gruppo.

Il liberismo semplicista

Ma proprio quando le aziende più moderne relativizzano il valore e l'opportunità di sollecitare istinti primordiali quali l'individualismo e la competizione, in sostanza la legge del più forte, invece nella società civile continua a diffondersi tale logica perversa forse anche per la *semplicità del messaggio* e delle idee che sottostanno a tale ideologia.

Credo che siano soprattutto la pigrizia mentale che caratterizza l'agire umano e il populismo che oggi imperversa nel campo politico, a determinare il successo della logica obsoleta propria del liberismo estendendone l'influenza anche fuori dal campo strettamente economico per il quale è stato pensato all'origine e nel quale ha svolto un'azione efficace.

Mentre tutti riconoscono la complessità e continua mutevolezza della società contemporanea, per affrontare la sua gestione si vorrebbero trovare, e purtroppo si propongono, soluzioni semplicistiche, che sono in realtà solo slogan.

È quindi necessario compiere uno sforzo intellettuale, di elaborazione di nuovi sistemi organici e della capacità di comunicarli, per rinnovare opportunamente i valori e le norme della convivenza della società civile e politica.

Occorre rifondare l'ideologia sottesa alla società contemporanea, riconsiderando, senza posizioni preconcepite, tutte le idee e le tecniche che il pensiero dell'uomo ha sviluppato e in particolare quanto può aiutare la nostra società a umanizzarsi.

È necessario che la politica e l'ideologia che la supporta, anziché essere espressione del mondo economico più gretto,

divengano attrici e elaboratrici di idee e di progetti volti a una convivenza piú umanizzante: si passi, in altre parole, dall'ideologia a una nuova filosofia, a una visione della vita ispirata a un autentico umanesimo.

Sviluppare rapporti fiduciosi

In tale prospettiva nuovi valori potranno animare tutta la società. Penso a forme nuove di convivenza, nuove relazioni piú amicali, fiduciose, attente ai bisogni e alle difficoltà che vivono gli uomini, quale premessa necessaria per affrontare e vincere la battaglia contro lo sconquasso prodotto dalla solitudine originata dalle modalità con cui la nostra società si è organizzata e si governa.

È soprattutto il mondo delle relazioni interpersonali che, liberato almeno in parte dall'utilitarismo proprio della nostra società, può e deve crescere con una logica differente.

Una funzione e responsabilità importante ricade sugli anziani che, con la loro esperienza e col complesso di conoscenze professionali e umane acquisite nel corso della loro vita, hanno potenzialità, capacità e tempo da dedicare per far cambiare le cose.

È però necessario che i lavoratori giungano al pensionamento senza essere condizionati dalla logica dell'egoismo e dell'utilitarismo, ma siano invece portatori di esperienze positive quali l'attitudine a collaborare e a rispettare le capacità e personalità dell'altro, acquisite durante gli anni.

Infatti, se in azienda l'azione non sarà solo rivolta all'efficacia, all'efficienza e al risultato immediato, ma sarà considerata e apprezzata l'attitudine a collaborare e a lavorare in gruppo per sviluppare risultati positivi nel medio periodo, attivando le dinamiche complesse, ma stimolanti sottese alle nuove tecniche organizzative, allora sarà possibile che il lavoratore esprima poi tali metodi e comportamenti anche in altri àmbiti: anche nei rapporti sociali.

La capacità professionale, l'attitudine alla collaborazione, la consapevolezza che gli obiettivi si raggiungono piú facilmente mettendosi assieme senza competere, né voler primeggiare, saprà far esprimere pienamente le loro potenzialità e far nascere e promuovere quelle strutture e istituzioni che sono essenziali alla loro crescita umana e sociale, ma anche essere di aiuto e sostegno per tutta la società, per chi ha bisogno, per essere vicino a chi è solo.

D'altronde una logica nuova, nuove prospettive e possibilità di azione e d'incontro almeno a livello personale sono indispensabili per superare l'atmosfera bloccata e asfittica in cui viviamo, non fosse altro che per affrontare con determinazione le sfide provenienti dall'entusiasmo e dallo sviluppo dirompente di alcuni Paesi come l'India e la Cina.

Non è pensabile continuare a misurare lo sviluppo e la crescita solo in termini quantitativi, ma è necessario *introdurre* altri scenari, *altri riferimenti e valori* capaci di saper sviluppare tutte le potenzialità e qualità che costituiscono la persona umana, per vivacizzare e far compiere un salto di qualità alla nostra società.

Acuire la sensibilità personale

Sul piano personale penso che sia indispensabile *riconoscere la solitudine* che si vive e non sfuggirla prendendo vie di fuga come il conformismo o l'iperattivismo di cui abbiamo in precedenza parlato; occorre, poi, in secondo luogo, *la franchezza con se stessi*, dirsi esplicitamente: "sono solo, così non va, devo fare qualcosa di vivo per affrontarla" e, quindi, passare al terzo passo: *l'affrontamento che sta nello sviluppare la vita relazionale*.

È infatti la relazione, quella vera, l'antidoto naturale alla solitudine. Non, sia chiaro, nel senso utilitaristico e gretto, "sto con te perché sono solo"; ma in quello vero: "ti cerco come compagno perché vivere è stare e soprattutto essere insieme". Perché la vita autentica è libero legame.

A questo punto sarà possibile anche farsi, in qualche modo, carico della solitudine del nostro prossimo, imparando a essere attenti a quanto succede vicino a noi, in sostanza a *divenire persona dal cuore tenero*. Sono convinto che l'uomo ha in sé, perché così è stato creato, le caratteristiche e capacità che lo spingono ad andare oltre al consueto e già sperimentato, ma deve essere attento col cuore e con la propria intelligenza per superare la tendenza alla passività a cui è naturalmente predisposto.

Se sapremo sviluppare tali caratteristiche, aperture e sensibilità, sono certo che l'umanità saprà trovare le risposte opportune, rispettose e attente, per far fronte al problema, nuovo e antico nello stesso tempo, di essere vicino e accorgersi delle difficoltà e della solitudine devastante che il nostro vicino incontra nel suo vivere quotidiano.

Renzo Bozzo

VII. FEDE E SOLITUDINE

1. LA SOLITUDINE DI GESÚ

Durante la Passione

Il sommo sacerdote che lo accusa di bestemmia e lo condanna a morte, Pilato che se ne lava le mani, le folle sobillate che urlano: «*Crocifiggilo!*», Pietro che lo rinnega, i discepoli tutti che se la danno a gambe, gli scherni sotto la croce, e poi quel grido lacerante e disarticolato: «*Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?*»: è la passione, da Gesù vissuta nella piú totale solitudine, travolto dal rifiuto e dall'assoluta incomprendimento, vittima della paura e dell'angoscia circostanti. Anche Dio sembra eclissarsi, culmine di una solitudine assaporata passo passo lungo l'intera vita, inevitabile eco di un messaggio e di una modalità di esistenza troppo "oltre". Nell'orto degli ulivi Gesù appare solo col suo Dio e la sua obbedienza, isolato nel suo dramma, mentre anche i tre discepoli prediletti, totalmente estranei a quanto sta accadendo, non riescono a vegliare con lui e si addormentano a piú riprese. Giovanni rammenta i numerosi abbandoni dopo

il discorso sul "pane di vita" (6, 66), i Sinottici testimoniano l'incomprensione e il rifiuto da parte degli abitanti di Nazaret, la sua patria, gli estenuanti conflitti con i farisei, gli scribi e i Sadducei, il lamento dello stesso Gesù sulla sordità della sua generazione (*Lc 7, 31-35 e Mt 11, 16-19*) e l'incomprensione da parte della sua stessa famiglia, Maria per prima (*Mc 3, 20-21.31-35*). Gesù, uomo solo. Drammaticamente solo.

L'unzione di Betania e la presenza solidale delle donne

Ma poco prima dell'arresto, a Betania, in casa di Simone il lebbroso, una donna sconosciuta, forse una del suo gruppo, entra, mentre Gesù era a mensa, con un vasetto di alabastro, pieno di olio profumato di nardo, rompe il vasetto e versa l'unguento sul suo capo. Succede un putiferio. Alcuni dei commensali si sdegnano davanti a tutto quello spreco e si scagliano contro di lei: quell'olio ha un valore che supera i trecento denari, molto meglio venderlo e dare il ricavato ai poveri che buttarlo via così. Ma Gesù non è dello stesso parere: «Lasciatela stare; perché le date fastidio? Ella ha compiuto verso di me un'opera buona; i poveri infatti li avrete sempre con voi e potete beneficiarli quando volete, me invece non mi avete sempre. Essa ha fatto ciò che era in suo potere, ungendo in anticipo il mio corpo per la sepoltura» (cfr. *Mc 14, 3-8*).

Gesù si è sentito compreso. Ha percepito che quella donna, emersa come dal nulla, ha intuito, presentito non si sa quanto consapevolmente l'imminente scatenarsi di forze ostili contro di lui, e ha fatto tutto quanto era nelle sue possibilità, ha compiuto un'unzione funebre. Un gesto d'amore di una gratuità assoluta. I discepoli non si sono ancora resi conto che la via di Gesù conduce alla morte, lei sí, solo che non vuole fermare Gesù lungo questa via, vuole solo stargli accanto (1), e fargli sentire che lo ha compreso, che sente il suo dramma.

Quel giorno Gesù non è stato solo, non si è sentito solo. Un'Anima si era unita alla sua. E non è un caso che sia stata proprio una donna a sentire per prima il segreto destino di Gesù e a stargli vicino. *La violenza, l'incomprensione, il rifiuto che Gesù patisce vengono quasi esclusivamente da parte maschile:* i discepoli, Giuda, il potere religioso giudaico, i Romani. Sono una violenza e un'angoscia tutta maschile quelle che si abbattono su di lui. Solo *le donne* che lo seguono fin dall'inizio sostenendolo coi loro beni lo seguiranno di lontano anche durante la passione, *uniche a non fuggire*, e per prime scopriranno la tomba vuota. Soltanto le donne sembrano non averlo mai abbandonato. Soltanto l'Anima del mondo sembra comprenderlo.

Recarsi alla tomba di buon mattino, il primo giorno dopo il sabato, con oli aromatici per imbalsamare il corpo di Gesù (cfr. *Mc 16, 1-2*) è, razionalmente parlando, quanto di più assurdo si possa concepire e fare. Gesù è morto da due giorni e il sepolcro è sigillato da una grossa pietra che esse non possono rotolare via. Ma le donne seguono il loro sogno, la loro immaginazione, il loro amore, e non c'è pietra che possa fermare l'Anima. E Gesù è sempre stato in sintonia con questo modo di sentire e con questo atteggiamento interiore.

Gesù non era un Eroe solitario

Forse noi nel pensarlo e comprenderlo siamo dominati dall'archetipo dell'Eroe, lo identifichiamo con l'archetipo dell'Eroe: Gesù, uomo solo, libero da tutto e da tutti, incompreso anche dai suoi, tutto decisione e volontà, forte soltanto della comunione col Padre (cfr. *Gv 16, 31*), obbediente a lui sino alla fine. Forse identifichiamo troppo Gesù con l'Io eroico, *lo guardiamo attraverso un'ottica eroico-militare.* Quando invece, in piena sintonia con la tradizione ebraica, anche la sua obbedienza è un'attività dell'Anima.

La fede di Abramo non è fondata sulla ragione e sulla volontà: tutte le volte che Abramo e Sara fanno prevalere la loro razionalità e vogliono sistemare da soli le situazioni, risolvere autonomamente le difficoltà, combinano disastri; soltanto quando danno ascolto all'Anima e danno fiducia al sogno stanno nella fede e crescono.

Del resto, che cosa fa Dio con Abramo quando gli dice: «Guarda in cielo e conta le stelle, se riesci a contarle... Tale sarà la tua discendenza» (*Gn 15, 5*) se non, contro ogni ragionevole evidenza, invitarlo a dar fiducia al sogno? Per Giacobbe (*Gn 28, 10-22*) e Giuseppe di Nazaret (*Mt 1, 20-25; 2, 13-14. 19-20*) credere alla promessa e alla parola di Dio significa dar credito ai propri sogni. La fede sembra disporsi nello spazio dell'immaginazione, della fantasia, del sogno, la fede è saper andare oltre.

La fede è un'attività dell'Anima. Perfino sulla croce Gesù mantiene vivo il sogno sul Padre. Soffre in maniera atroce per la percezione del lato oscuro di Dio: «*Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?*», ma l'interrogativo presuppone la permanenza del sogno, l'ineludibile presenza in lui dell'immagine dell'amore del Padre. Ancora una volta è l'Anima a operare. L'Io percepisce il lato oscuro di Dio, l'Anima continua a vivere il suo sogno.

Gesù ha integrato la propria Anima

Da un punto di vista storico e sociologico noi diciamo che Gesù fu innovativo e rivoluzionario nel modo di rapportarsi con le donne, nel rispettarle e valorizzarle, ma da un punto di vista psicologico la sua capacità di accogliere e valorizzare le donne è il segno che egli ha saputo integrare la propria Anima. E integrarla non significa soltanto *aprirsi alla capacità di immaginare, sentire, intuire, accogliere l'altro nel profondo, significa anche aprirsi alla capacità di farsi comprendere, di farsi accogliere, di farsi accudire e amare dall'altra persona.*

Gesù non ha soltanto amato, si è anche fatto amare. Ha goduto dell'unzione, ha provato gioia e piacere alle carezze di quella donna nella casa di Simone il fariseo (*Lc 7, 36-50*), ha apprezzato l'ospitalità, nei momenti difficili o impegnativi ha sempre avuto bisogno dei suoi tre discepoli prediletti, Pietro, Giacomo e Giovanni. Gesù ha avuto bisogno degli esseri umani, non è stato un eroe solitario. Tanto più che la solitudine esteriore è riflesso di quella interiore, è conseguenza di un'inflazione dell'Io, di un'assolutizzazione degli aspetti della decisione e della volontà a scapito del sentimento, dell'attesa, dell'immaginazione, della ricettività, della tenerezza. In una parola: a scapito dell'Anima.

Ma quando una persona è in relazione con le varie componenti di se stessa, in particolare con l'Anima, non vive una solitudine, e questo ha un sicuro riflesso all'esterno. *Gesú sentiva e viveva la sua anima*. Certamente ha patito l'incomprensione e il rifiuto, davanti ai quali ha saputo tener testa e non si è fatto condizionare fino ad accettarne le più estreme conseguenze, ma è stato anche compreso.

È stato rifiutato dal mondo maschile senz'Anima, ma è stato sentito e amato da coloro che l'Anima incarnano più di ogni altro, le donne, e da quegli uomini ancora capaci di sentire, di intuire, di andare oltre l'immediato, di sognare. Pietro e i discepoli, qualche volta, il centurione romano, Zaccheo, i poveri, i ciechi, i paralitici, i lebbrosi, ma soprattutto il ladrone sulla croce, l'unico in tutti i Vangeli a chiamarlo non «Maestro» o «Signore», ma col suo nome, Gesù: «Gesú, ricordati di me quando entrerai nel tuo regno» (Lc 23, 42).

Gesú non è stato solo, ma in comunione e in sintonia con l'Anima del mondo, col sogno, con la fantasia, con la bellezza, con la dolcezza, con la tenerezza e con chi non ha soffocato quest'Anima dentro di sé.

La solitudine scelta da Gesù un'opportunità positiva

È proprio perché non era e non è stato un "uomo solo" Gesù sapeva benissimo stare positivamente da solo. Così lo troviamo solo nel deserto, ma sospinto dallo Spirito (quindi in relazione con l'amore di Dio che gli si era manifestato poco prima durante il battesimo al Giordano) per conoscere se stesso in profondità, anche e soprattutto nei suoi lati oscuri (2).

Dopo la febbrile attività missionaria a Cafarnao, i discepoli lo ritrovano la mattina presto nel deserto a pregare (cfr. Mc 1, 35). Gesù sente che la decisione se restare a Cafarnao o andare altrove non può prenderla da solo, ma in un confronto col Padre. È in gioco non soltanto l'esigenza di allargare ad altri la predicazione, ma anche di sfuggire la tentazione della facile gratificazione e del potere: «Ma Simone e quelli che erano con lui si misero sulle sue tracce e, trovatolo, gli dissero: "Tutti ti cercano!". Egli disse loro: "Andiamocene altrove per i villaggi vicini, perché io predichi anche là: per questo infatti sono venuto!"» (Mc 1, 36-38).

Così anche dopo il segno della moltiplicazione dei pani (cfr. Mt 14, 23), soprattutto nella versione di Giovanni: «Allora la gente, visto il segno che aveva compiuto, cominciò a dire: "Questi è davvero il profeta che deve venire nel mondo!". Ma Gesù, sapendo che stavano per venire a prenderlo per farlo re, si ritirò di nuovo sulla montagna, tutto solo» (6, 14-15).

Gesú non ha mai fatto un'esaltazione della solitudine, essa non rappresenta un punto fermo, essenziale, della sua esperienza umana e di fede. Per lui la solitudine non ha caratteristiche ascetiche, non la ama perché crea distacco e privazione, non la vive con apprensione e angoscia. Per Gesù essa è un'opportunità, uno strumento momentaneo, funzionale a un approfondimento della relazione col Padre e con se stesso. Gesù uomo "non-solo" nel profondo, vive serenamente anche la sua solitudine fisica come relazione e come conseguenza del suo stesso essere in relazione.

Paolo Arzani

2. SOLITUDINE E PREGHIERA

Siamo relazione dalla nascita alla fine dei nostri giorni e insieme chiamati ad apprendere la solitudine, quella buona, positiva, adatta a conoscerci, pensare, progettare, evitando però l'eccesso di introspezione perché ci chiuderemmo in noi stessi e i rapporti verrebbero ostacolati.

Anche con Dio siamo congiuntamente in relazione perché *credere è rapporto con il Padre* e soli davanti a quel Dio che sfugge sempre alla nostra presa. La solitudine, poi, è indispensabile per la fecondità di quello *spazio interiore di attiva apertura al Mistero a cui abbandonarsi con fiducia* che chiamiamo *preghiera*.

Lo suggerisce non solo Gesù quando ci chiede di non "moltiplicare le parole" e di "ritirarci nella nostra stanza" (cfr. Mt 6,7 e 6), ma pure l'Antico Testamento con Osea quando Dio dice al suo popolo che «lo condurrà nel deserto e parlerà al suo cuore» (cfr. 2,14): nel deserto, quindi nella solitudine e nel silenzio libero da frastuoni mondani, il popolo e il suo Dio si ritroveranno e potranno comprendersi.

Solitudine, condizione della preghiera

Pregare come colloquio con Dio o ascolto della sua Parola e solitudine sono strettamente collegati. È evidente che nel chiasso, là dove c'è qualcuno che parla, in una chiesa dove si canta e tu vai per raccoglierti davanti a Dio non è possibile rientrare in se stessi.

È tanto vero che per pregare scegliamo una chiesa immersa nel silenzio o ci appartiamo nella casa davanti a un crocifisso o a una bella immagine sacra, segni che aiutano alla concentrazione. Ci stacciamo dalla realtà circostante cercando, poi, di entrare nella fede in relazione con Dio.

Anche quando preghiamo insieme come noi in gruppo, dove ciascuno esprime liberamente a voce alta le risonanze destinate in lui da un testo biblico o dalla vita, dobbiamo staccare dentro: siamo insieme, ma in quel momento soli. Se non ti separi e mediti qualche po' non ti verrà nulla da dire, pure se le persone più avanti nella fede cominciano da un barlume e procedono seguendo il filo dell'ispirazione. Ma anch'esse in quei momenti sono sole di fronte al mistero insondabile di Dio.

La capacità di far silenzio, almeno qualche attimo, è quindi indispensabile per pregare con una buona intenzionalità, e non limitarsi a recitare meccanicamente una preghiera.

Difficoltà

Pregare è tuttavia impegnativo, è la grande difficoltà in cui sbattiamo quando decidiamo di entrare nel silenzio per qualsiasi ragione. Accade infatti che appena cerchi di concentrarti scattano le fantasie più assurde, vagano per la mente le idee più strane, affiorano le preoccupazioni anche più remote, emergono le paure più inverosimili come di aver lasciato aperto il gas e ti viene subito voglia di alzarti per controllare...

Allora ti sembra di *recitare una commedia* per ingannare Dio e illudere te stesso. Ti senti un commediante fino all'ipocrisia, è un tormento, un *vero travaglio*. È scomparsa la preghiera e pure la solitudine perché sei attraversato da una

(1) Cf. E.Moltmann-Wendel, «Le donne che Gesù incontrò», trad. it. Brescia 2000, 107-108.

(2) Cf. Mc 1, 12-13; Mt 4, 1-11 e Lc 4, 1-13.

miriade di idee e distratto da un caleidoscopio di immagini che portano l'attenzione altrove.

Allora scatta la spinta a lasciar perdere. A volte è bene non insistere, non faremmo altro che accumulare frustrazioni, attendendo un momento piú propizio, ma con duttilità e realismo perché il pregare è un esercizio e i tempi adatti rischiamo di non trovarli mai. Anche perché potremmo essere indotti a sognare una preghiera quasi perfetta...

Realismo

Credo che sia una sottile tentazione pensare a una preghiera inappuntabile perché allora saremmo convinti di *saper pregare* e quindi *ritenendoci definitivamente dalla parte di Dio*, come il fariseo della parabola di Luca, saremmo soddisfatti di noi stessi, in silenzio ci applaudiremmo per la nostra bravura, pregheremmo non per stare con Dio, ma per essere contenti di noi stessi... Allora altro che solitudine. Quei momenti sarebbero pieni del nostro chiasso!

No, *siamo poveri davanti a Dio*, nei fatti non sapremo mai se avremo davvero pregato oppure soltanto moltiplicato le parole. Chi può essere così sicuro di sé? Chi può dire di aver pregato come si conviene? Si prega sempre in speranza, fidandosi di Dio e non di noi.

Anche per questo, penso che pure la preghiera vagolante tra distrazione e presenza abbia una sua positività e ci ricordi, fra l'altro, che lo scopo del pregare non è di piacere a noi stessi, ma se mai a Dio, che il protagonista del pregare non siamo noi, ma lo Spirito. Altrimenti cadremmo in un vero e proprio narcisismo religioso, una chiusura, non un'apertura a Dio.

Con questo non intendo giustificare la superficialità e la sbadataggine, non intendo teorizzare una sorta di "va sempre tutto bene", ma vorrei soltanto cercare di aderire alla realtà, non dimenticando la nostra imperfezione: anche *la preghiera è un cammino*.

È vero che nella preghiera si è in due, colui che prega e il divino Interlocutore, ma il cristiano viene sempre dopo, è un uomo con le mani vuote protese verso Dio nella speranza che possa colmarle con la sua grazia. Siamo sempre "mendicanti della grazia", come diceva Lutero: non è con ciò avvilito l'uomo, abbassarlo, è tener conto della realtà del credente davanti a Dio.

A pregare, insisto, è un povero. Anche per questo quando sei stanco, quando non ce la fai a raccoglierti veramente, quando la distrazione assale e non cavi nulla dal tuo profondo, allora, come ci diceva don Michele Do, è bene limitarsi a dire il "Padre nostro" come ti riesce in quel momento, è preghiera valida e accolta da Dio.

Ascoltare

La solitudine è condizione della preghiera perché essa è ascolto della Parola con cui si prega e ascolto di Dio in quelle soste di silenzio dove forse può affiorare qualche intuizione evangelica. Credo, per esempio, che sia accaduto a tutti di pregare per comprendere come aiutare un amico e alla fine se ne sia usciti con maggiore chiarezza. Se si tratti di un'intuizione che viene da Dio non lo so, è speranza, in fondo si spera sempre di pregare. E non resta che fidarsi di Lui.

Anche se nel pregare non ci sono certezze, una tuttavia esiste: *Dio certamente ci ascolta* perché è nostro Padre. Non è quin-

di solo normale chiedere a Dio come facciamo tutti, ma pure sano, mi sembra. Sarebbe un aristocraticismo puristico ritenere che sia valida solo la preghiera di lode. E perché? Nel vangelo ci sono persone che chiedono, chiedono con insistenza e Gesù le prende in considerazione: non ha mai rifiutato nessuno.

Scrivono quell'uomo saggio e sano che era padre Vivarelli che «bisogna chiedere tutto, perché con il Padre bisogna avere la confidenza piú abbandonata, si può dire tutto, anche le cose che egli non può accettare, non può accontentare. Egli però le traduce, le ascolta secondo una linea misteriosa che in questo momento io non capisco, non riesco a vedere; ma so, credo che è la risposta piú amorosa, piú buona, piú vera per la mia vita» (*«Il Vangelo oggi»*, La Locusta, Vicenza, 1966, p. 38).

Dio è vicino

Dire tutto senza la pretesa di strappare alcunché a Dio. Saremmo delusi e ci troveremmo ancora piú soli e tentati dall'incredulità. Questo tuttavia so: in Gesù, Dio si è fatto vicino, non è un Dio al di sopra delle nubi che incomba sull'uomo e sulla sua debolezza.

È un Dio amico, è l'Amico, un Dio che ci accoglie, si fida di noi e ci chiama a collaborare alla sua opera per l'umanità e per la nostra stessa salvezza. È sí Dio che ci salva per grazia, ma non "senza di noi", osservava Agostino, perché la grazia va accolta.

Attraverso il pregare credo che potremo scoprire una volta o l'altra *l'intima vicinanza di Dio*, quanto stiamo a cuore al Creatore. E piú e meglio riusciamo a immettere un po' di silenzio in noi piú e meglio ne cogliamo l'infinita Benevolenza..

Non si tratta di visioni o di sensazioni di prossimità. *Pregare è questione di fede, non di sentire*. È speranza di essere in comunione con il Padre, non constatazione. Altrimenti pregheremmo per provare sensazioni, non per stare con Dio.

Ma è pur vero che a volte, e non sai perché, in un momento particolarmente luminoso e sereno hai come la nitida intuizione che è vera la promessa di Gesù di essere con noi sempre. È un'intuizione che sorge dentro di te. Viene da Dio? Non ne sapremo mai nulla...

Questo so: quando *la preghiera* diventa regolare essa *si autogenera*, si intensifica il desiderio di pregare e, pur con l'esperienza dell'aridità, questi attimi di luce verranno: sono segni di incoraggiamento da parte di Dio, mi diceva un amico. Conosce la nostra debolezza e ci viene incontro per rassicurarci. E allora la solitudine della preghiera, eccola abitata da una gioia lieve che accompagna per qualche istante.

Offrirsi

Pregare è domanda, è ascolto, ma forse è soprattutto offerta. Siamo chiamati a offrire le nostre mani vuote, la nostra fragilità, la nostra vulnerabilità, cuore, in sostanza noi stessi e diventare allora il luogo di ospitalità del Mistero.

L'atto dell'offerta è momento alto perché significa permettere a Dio di compiere in noi quello che vorrà nell'apertura della nostra libertà all'azione dello Spirito, è un *ritorno di tutto ciò che ho e sono alla Sorgente da cui viene*. Perché, almeno secondo l'intenzionalità di fondo, nulla resti estraneo alla Grazia e possa essere assunto nel mistero del Regno

Gian Battista Geriola

3. SOLITUDINE E MEDITAZIONE

Solitudine, meditazione, contemplazione. Parole che sembrano dover essere indissolubilmente e quasi per loro stessa natura legate da coesistenza. Si sta da soli per meditare, si medita in solitudine. Bisogna però intendersi sul significato delle parole e della loro connessione.

Partiamo da "solitudine". Cioè, l'essere soli, individui. Ci troviamo già di fronte a un'ambiguità esistenziale. Il momento che viviamo come quello di maggior libertà individuale, di soddisfacimento di ogni bisogno, di estasi insomma, è quello della nostra totale dipendenza: siamo nel grembo materno, dipendenti dal cordone ombelicale. Diventiamo "individui" quando nasciamo, cioè quando quel cordone viene tagliato. Quando ci sentiamo espulsi dal paradiso nel quale nulla mancava, tirati fuori e sculacciati, tenuti per i piedi a testa in giù. E piangiamo disperati. Da quel momento nulla è più come prima: *essere individui significa essere soli*; soddisfare i propri bisogni significa dipendere da altri.

E i bisogni non si fermano a quelli primari, *l'essere riconosciuti è un bisogno che dipende dalla relazione con altri*. Se siamo soli siamo autoreferenziali, narcisistici, asociali. Ovviamente, se si pretende di esserlo sempre e per natura, perché, essendo esistenzialmente impossibile, è fatto patologico.

In fondo non siamo mai soli

Prendo un esempio da Gregory Bateson: noi abbiamo una struttura a buccia di cipolla. C'è un nucleo centrale, trasmesso con il latte materno. C'è un secondo nucleo di origine sociale. Poi, la nostra esperienza, la nostra vita, aggiunge sempre nuove bucce. E mentre le prime diventano capacità inconsapevoli, le seconde sono abilità che si acquisiscono con e nel rapporto con gli altri.

Al passare del tempo tende ad aumentare il nucleo inconscio, che però può sempre modificarsi e produrre cambiamenti "catastrofici" (espressione di Bion) in tutta la struttura.

Da ciò deriva che non siamo mai soli, ci sono i nostri io successivi e stratificati che continuano a esistere ...e a farsi compagnia. Ma non c'è solo questo. Se devo considerare me stessa, la prima evidenza è che non mi sono fatta da sola. Potrei essere il risultato di un processo biochimico: molti lo affermano. Io sono più orgogliosa e credo di essere stata fatta da un Altro. E perché Chi può tutto avrebbe creato il mondo e ognuno di noi se non per amore?

La tendenza attuale è considerare i figli un bene, ma nel senso di bene materiale, come un'auto o la Tv. Tanto che "prima" si soddisfa il bisogno di fare carriera, di comprare una casa, di viaggiare. Ma si procrea per amore, perché si vuole che l'amore tra maschio e femmina si sublimi nel creare una nuova vita. Per amore. Con amore. In questo ci avviciniamo a Dio, a sua immagine e somiglianza: creare vita per amore e con amore.

Allora, se noi siamo creati e creiamo per amore, non siamo mai soli. Possiamo arrivare a essere smarriti, cani sperduti senza collare. Ma soli davvero, mai.

"Solitudine è sentirsi soli in mezzo agli altri", diceva una mia allieva. Ed è uno dei mali di oggi. La gioia del riconoscimento reciproco, non più individui ma *persone*, lo sperimento nei gruppi di autoaiuto che seguo da alcuni anni. Nell'ultimo incontro una persona ha detto: "Non mi sento più solo da quando vengo qui, da quando *ho scelto* di venire al gruppo".

Ricordo la battuta di un vecchio film: "Nessuno resta solo, a meno che non pretenda di esserlo". Io direi: *nessuno resta solo neppure quando pretende di esserne capace*. Perché c'è un Padre che non ci lascia mai soli. E c'è sempre un figlio di Dio (figlio come noi, non mi riferisco a Gesù) che ci sta accanto, se non siamo noi a rifiutarlo.

Diceva Sartre: "L'Inferno sono gli altri". No! L'Inferno ce lo costruiamo noi quando pretendiamo di essere capaci di *essere* soli. Quando vogliamo farci Dio. "Fatti non foste a viver come bruti, ma per seguir virtute e canoscenza...": bruti sono coloro che vivono hobbesianamente come lupi solitari; lupi a sé e agli altri.

"Virtute e canoscenza", quindi meditazione, è ciò per cui fummo fatti.

Qui il cerchio si chiude. Siamo stati fatti: e chi ci ha fatto è sempre con noi, non ci lascia soli neppure quando vogliamo esserlo. O crediamo di essere stati abbandonati.

Che vuol dire meditare

Con altri, con molti altri ragioniamo, discutiamo, ci confrontiamo. *Riflettiamo*, ma non è meditazione. Meditare è *riflettere su se stessi, entrare in noi stessi*. Gli opinionisti dei talk-show che sparano sentenze in pillole fanno spettacolo. A volte inducono a pensare. Certo non a meditare.

Meditare è confrontarsi con noi stessi e con Chi ci ama: come noi stessi amiamo noi (spesso pochissimo) e Lui (anche senza rendercene conto, anche chiamandolo con altri nomi o non chiamandolo affatto). Al di fuori di questo rapporto ci sono milioni di relazioni – belle, piacevoli, lodevoli, edificanti – ma non meditazione. Meditare significa riflettere con l'intensità, l'attenzione, la prudenza, la saggezza con la quale si riflette su ciò che si può mettere in atto per non far del male, anzi per fare solo del bene, a sé e a chi ci è vicino. E mettere nelle condizioni tutti che questo sia scambio reciproco.

Il massimo, l'obiettivo più alto, è *contemplare lasciandosi invadere*, perdendosi nell'abbraccio di Dio. Prima è necessario, spesso, meditare noi con noi stessi. Perché noi siamo meravigliosamente liberi: liberi di meditare solo con noi, con noi e poi con Dio... E qui non si bara: qui non è possibile quella che passa come meditazione, ma è solo elucubrazione, ricerca di alibi per fuggire a noi stessi.

Meditare rivolgendosi a Dio, magari a un Dio sconosciuto, ma vissuto come costante nostalgia, è pregare. Ci sono mille modi per farlo.

Partire da un tema e permettergli di liberarsi, mostrando lati oscuri neppure intuibili a un primo approccio.

Non chiedere nulla, affidarsi, tornare tra le braccia di chi ci ha generato. E ottenere le domande e le risposte.

Contemplare e basta, senza chiedere, lasciando che i pensieri fluiscono e si costituiscono e scompaiono facendosi luce.

Tre dimensioni

Nella solitudine, ognuno ricerca il proprio nome. Riflettendo, meditando, contemplando. Appaiono però dunque con sfumature diverse queste dimensioni: *riflettere è un pensare sulle cose*, ha a che vedere con la dimensione del fare. Comprende la presenza di interlocutori, perché per risolvere questioni e problemi è comunque e sempre necessario un confronto, l'uscita dalla propria dimensione, il trovare nuove e più diverse prospettive. Altrimenti si rischia di rimuginare, di parlarsi addosso.

Meditare significa lasciar fluire i pensieri, focalizzandosi su un punto che fa da lievito a qualcosa di diverso. A volte, può essere dialogo tra più nature copresenti e permette di scoprire una pluralità a partire dall'individualità. Anche meditando su un testo sono comunque in compagnia. Nella meditazione è presente l'atto della volontà, il volersi fermare su qualcosa.

Contemplare, infine, è un lasciarsi percorrere, lasciar fluire pensieri non ordinati, bagliori. Talvolta, intuizioni propedeutiche alla riflessione e all'azione in qualche modo illuminata.

Ognuno ricerca il proprio nome: il lavoro fondamentale di costruzione si basa sull'essere in rapporto con se stessi. È questo il punto di partenza che consente lo sviluppo della pace o il fatto di restare in pace. Acuire l'attenzione al fine di *vedere le cose come sono*. Si tratta di un modo di sentire le cose, le sensazioni del proprio corpo e il progredire dello spirito, ma senza attardarsi, senza fissarli.

La pace interiore si ottiene lasciando andare le cose e gli esseri, senza trattenerli. Aprirsi, farsi percorrere. Lo *scopo* non è il rilassamento, ma *essere presenti*, lasciar passare le cose attraverso noi stessi, con i conflitti, le passioni, le tensioni e le aggressioni, per farle rientrare nella nostra esperienza, aprendo la via alla saggezza.

Contemplare consente di vivere l'esperienza dell'armonia. Nel silenzio, di fronte a una vetta scintillante di neve o a uno dei tanti spettacoli che ci offre la natura. La solitudine allora non è più vissuta come amputazione, come un fatto doloroso e diviene appagante momento di gioia.

Siamo persone. Uniche. Originali. Irripetibili individui: ma soli non siamo.

Paradossalmente, possiamo sperimentare la comunione e l'appagamento ricercando l'isolamento dalla folla, dai rumori che disturbano, dal frastuono degli impegni sociali.

Nel silenzio, il dialogo. Nel buio, la luce. Nella temporanea morte al mondo, la vita.

Rosaura Traverso

4. LA SOLITUDINE DEL TEOLOGO

Il cristiano che intenda vivere con verità e profondità la sua fede si sente separato dagli altri anche nella stessa famiglia. "Stranieri tra i propri", scriveva Rahner. È bene saperlo per viverla con serenità, stando attenti che essa non nasca dal nostro cattivo carattere, consapevoli sempre che la solitudine è una condizione costitutiva dell'essere cristiani.

Valore della solitudine scelta

Il cristiano è chiamato alla solitudine non per isolarsi in un cantuccio tranquillo, ma per potersi unire di più agli altri. La mia tesi è sempre stata che i *momenti di solitudine fanno arrivare alle radici più profonde di noi stessi e del cristianesimo* per poi superare la piccola cerchia che ci sta attorno ed essere uniti con la stessa storia dell'uomo.

Quando il teologo fa la sua ricerca deve cercare il tipo di solitudine che *lo stacca dall'immediato per immergerlo nelle unioni più profonde*, quelle appunto delle radici. È quindi inevitabile che essa sia una delle fonti di ogni serio lavoro teologico che ha il compito di tendere a sentire le voci di tutti, a cogliere le ansie e le aspirazioni dell'uomo dal più alto al più povero. Perché se si cerca troppo l'immediatezza con chi ci è vicino non si sentono le altre voci e ci si impoverisce.

Ogni buon cammino teologico deve, comunque, *lasciarsi dominare dalla Parola di Dio* che ci giunge principalmente dalle Scritture e insieme dagli eventi della storia. Dio parla all'uomo in tanti modi, parla soprattutto in Gesù Cristo, ma le tragiche vicende della storia umana sono anche un'espressione della Parola che ci dice come dobbiamo accogliere il travaglio del cuore umano nella fatica del vivere.

Direi che c'è una forma di solitudine che bisogna ricercare. Qualche volta si pensa insieme, qualche volta bisogna pensare molto soli per poter cogliere veramente quegli aspetti che sono più essenziali.

La solitudine imposta

Se si facesse un po' la storia degli ultimi cento anni si vedrebbe che il teologo è stato abbastanza abbandonato sia dalla Gerarchia che non ama le voci critiche, sia dal popolo di Dio portato a pensare che il teologo va lasciato da parte perché parla con un linguaggio difficile ed è un superbo se critica: sono entrambe solitudini che fanno male al cuore.

Personalmente ho predicato a preti e vescovi, ma nessuno di questi mi ha mai chiesto che cosa pensassi su questa o quella questione attinente, per esempio, alla mia diocesi e città, questo proprio mai. Tutto ciò lascia un velo di tristezza che il teologo trasforma in offerta al Signore.

La solitudine in cui lasciano i Vescovi pesa anche perché nasce da una chiusura di cuore di certi Pastori ed è una iattura per la Chiesa. Sarebbe infatti indispensabile un incontro tra il ministro del Vescovo e quello del teologo, tra il primo, che ha come compito di tenere unito il gregge attraverso un insegnamento di fondo, e il secondo chiamato ad aiutare le persone a cogliere

il buon nettare che sta dentro il favo: il loro dialogo franco e onesto è indispensabile per una crescita del popolo di Dio.

Raro, purtroppo, che accada e talvolta questo danneggia la stessa ricerca teologica. La Gerarchia ha certo il compito di preservare la fede incorrotta, ma anche di aiutare a creare speranza per i rivi nuovi, per quelle novità che Dio sempre suscita nella Chiesa.

In realtà, ci sono sempre stati contrasti tra il compito del teologo e quello del Pastore, che poi si ricomponivano e i Vescovi andavano a cercare non solo i teologi lacché, ma pure quelli liberi. È chiaro, comprensibile che i Vescovi si compiacciano di più dei teologi lacché i quali li esaltano e li confermano nelle loro posizioni, ma questo non è servire la verità e la Parola di Dio. Comunque la storia della Chiesa ci dice che la verità ha finito sempre per avere la meglio...

La solitudine suscitata da Dio

Il teologo deve cercare la solitudine del raccoglimento e della preghiera per compiere il suo lavoro di ricerca. Come è scritto nella "Imitazione di Cristo" la cella custodita bene diventa dolce, invece genera tedio se è mal custodita.

Questo vale per il teologo e pure per il presbitero in generale nella sua parrocchia che molte volte è circondato da gran frastuoni, poi forse resta una solitudine da far diventare dolce in cui può incontrare più intensamente Dio.

Ma c'è anche una solitudine dal sapore di deserto, quella che il Signore genera nell'uomo perché e così alto il compito di chi riflette sulla Parola di Dio che si sente quasi nel deserto perché non riesce a vedere quello che vorrebbe vedere.

La solitudine che viene da Dio è tuttavia *una delle grazie grandi per il lavoro intellettuale* perché suscita un desiderio profondo della Parola di Dio: quando non hai acqua da bere il desiderio cresce e dopo ci si mette a lavorare con alacrità e slancio. È una solitudine *analoga all'esperienza del silenzio di Dio*, ma con un connotato particolare, appunto *la consapevolezza che questo silenzio genererà frutti*.

Mentre quello che chiamiamo il silenzio di Dio molte volte produce aridità, questo vissuto dal teologo genera anche una voglia, un desiderio. Come un amante abbandonato che corre dietro a questo amore che lo apre, così il teologo cerca la presenza di Dio, sa che Dio non l'ha abbandonato, ha la lucidità della mente, ma deve certamente riempirla con l'incontro di Dio, con l'amore per la Verità. Non è certo un giochino.

Dicono che san Tommaso piangesse spesso quando non vedeva quello che secondo lui avrebbe dovuto vedere. Andava allora a posare il capo sull'altare invocando soprattutto i santi Pietro e Paolo che lo illuminassero. Anche lui ha sperimentato questi momenti e credo un po' tutti i santi.

È accaduto a San Francesco di Sales prima di diventare vescovo.

È accaduto a Pascal, a Santa Caterina da Siena che certi momenti non vedeva più il Signore vicino. Ma questa, che è la prova di fede più profonda, poi l'hanno superata, la santità ha questa forza.

Il teologo forse non sempre ha questa santità, ma nella fede ce la può fare pure lui. Comunque questa prova è un passaggio obbligato per chi fa seriamente teologia. E bisogna sapere che la grazia di Dio, anche se grazia, diventa poi pure croce.

Antonio Balletto

■ ■ ■ *forme e segni*

QUALCUNO CHE CI ASCOLTI

Qual è la forma maggiormente insidiosa di quella solitudine che, come sembra, angustia l'uomo e la donna moderni? Rischia soprattutto l'abitante delle città grandi o medie che vive nell'anonimato, poiché nei piccoli centri sopravvive quasi sempre quel calore umano che fa sentire l'individuo parte di una comunità. Nella città c'è più freddezza. E non alludo al vecchio solo, all'emarginato, a chi ha perso i propri cari o a chi, spinto dalla fame o dalla guerra, vive in un Paese straniero. Queste sono solitudini di fatto alle quali non si sfugge.

Parlo invece di chi economicamente, socialmente e affettivamente (magari soltanto nella forma) inserito, pur avendo contatti col prossimo, avverte una profonda solitudine interiore. È questa la solitudine percepita, psicologica, più insidiosa di quella di fatto, perché è strisciante e lentamente ci avviluppa. È il fenomeno della incomunicabilità, la difficoltà di stabilire un profondo contatto umano, che tanti narratori, poeti, cineasti ha ispirato, perché l'uomo d'oggi parla molto (troppo), ma non sa ascoltare.

Non a caso nelle società cosiddette opulente si spendono miliardi per andare in analisi, rapporto in cui un distinto signore si limita ad ascoltare le confidenze del paziente.

Il regista Patrice Leconte, da sempre acuto manovratore dei sensibili scandagli di cui è dotato e che riesce magistralmente a inserire profondamente nell'animo umano, dopo *La ragazza del ponte* e *L'uomo del treno*, nel suo ultimo film, "*Confidenze troppo intime*", racconta di una donna, Anna Delon, che avverte una profonda solitudine a causa del rapporto coniugale in crisi e che decide perciò di rivolgersi a uno psicoterapeuta. Ma nel palazzone zeppo di studi professionali, la donna sbaglia porta ed entra nell'ufficio di un consulente finanziario, William Faber, anch'egli naufrago del matrimonio e solo, nonostante i numerosi rapporti di lavoro. Anna, con un eloquio torrentizio, rovescia il racconto dei propri problemi sullo stralunato consulente il quale, soltanto alla fine dell'incontro, capisce l'equivoco, ma non riesce a interrompere la travolgente parlantina della visitatrice che ritorna il giorno successivo per una nuova "seduta".

Con il procedere degli incontri, si capisce che entrambi si sono resi conto dell'errore, ma che la situazione va loro bene così com'è. In fondo l'incontro di due solitudini può risolversi in un confronto per tutt'e due. Sia l'uomo, un grigio professionista, maniaco dell'ordine e della precisione, sia la donna, irruente e imprevedibile, finiranno per liberarsi delle proprie paure.

Leconte ammicca appena all'ipotesi che fra i due possa nascere anche l'amore. I due ottimi interpreti, Sandrine Bonnaire e Fabrice Luchini, vestono con convinzione i panni di

due persone che nella vita non chiedevano altro se non di essere ascoltate da qualcuno, come molti, che non riescono a stabilire questo tipo di contatto umano e che, pur in mezzo agli altri, continuano a essere invariabilmente, sconsolatamente, disperatamente soli.

Mario Cipolla

CENTROSINISTRA A RISCHIO DI SFASCIO

Un 12 a due nelle regionali con un passaggio di 2 milioni di voti dal centrodestra al centrosinistra, 14.547.255 voti rispetto ai 12.118.075 del centro destra con una differenza percentuale dell'8,9% è un successo clamoroso che spalanca le porte del governo.

Ha certamente giocato la delusione del governo di Berlusconi, ma insieme pure i fattori classici di ogni vittoria elettorale come autorevolezza dei candidati, solidità delle formazioni politiche, chiarezza del programma in cui la gente può riconoscere i propri bisogni. Che fa, allora, la classe politica saggia? Potenzia l'unità e prepara un chiaro programma alternativo di governo con cui presentarsi alle elezioni politiche e persuadere l'elettorato.

Intanto il Paese è allo stremo. Siamo ormai alla emergenza. C'è la recessione economica, cala la competitività, ristagnano gli investimenti, moniti arrivano dalle più autorevoli organizzazioni internazionali. Come sa ogni buon genitore, quando la casa brucia si mettono da parte gli eventuali dissensi, ci si compatta e lavora insieme a un buon programma di interventi. Questione di buon senso. E invece accade l'opposto.

Comincia la "Margherita" dichiarando di voler presentarsi da sola alle elezioni sul proporzionale per rastrellare più voti in fuga dal centro destra e rafforzare la coalizione. Prodi reagisce con asprezza e dichiara a sua volta che se non si torna sui propri passi si presenterà con una propria lista alle elezioni con chi ci sta. E Rutelli finisce per far pensare di mettere allora in discussione la leadership di Prodi: siamo alla soglia dello sfascio.

Si rischia di regalare le elezioni a Berlusconi oppure, vincendo, di non riuscire a governare per mancanza di coesione interna.

Perché questo sfacelo? L'eterno "cupio dissolvi" del centrosinistra? Meschini calcoli particolaristici? Rivalità tra partiti e forse anche personali? Differenze di strategia? La Margherita che punterebbe a una sorta di neocentrismo, mentre Prodi apre a sinistra? Va' a capire! Intanto gli elettori dell'Ulivo, scontenti e furibondi, si mettono le mani nei capelli e chiedono a gran voce di smetterla con le liti e di pensare al bene del Paese. Saranno ascoltati? c.c.

LA VITTORIA DELLA LUCE

*E se ogni giorno
non fosse più che notte?
E se le tenebre
soffocassero la terra
per sempre?*

*Guardo l'entrata
della grotta
dove un tempo vivevano
queste donne e questi uomini
il cui sangue oscuro
scorre ancora nelle nostre vene...*

*Si curava il fuoco
per difendere il luogo
dall'invasione dell'ombra,
perché vedendola avanzare
si aveva paura
della morte del mondo.*

*Si rivedrà
il sorriso luminoso
del cielo d'estate,
la notte trasparente
che faceva correr via un bruciato
sulla collina,
l'incendio gioioso
dell'aurora?*

*L'angoscia
scoloriva gli sguardi
e la parola diventava sorda.
Le donne gravide di figli
daranno loro la luce
o il buio?*

*Poco fa il vegliante
è trasalito:
lo sguardo della luce
alla palpebra dell'Oriente
non sta svegliandosi
prima di ieri?*

*Nessuno l'ha creduto...
ma tutti saranno là, domani,
a scrutare lo spessore della notte
e, improvvisa, l'alba del mattino...*

*Nessun dubbio,
la luce
fa indietreggiare
l'oscurità.
Al terzo giorno
grida di gioia salutano
il sole vincitore.*

*Era ieri,
ventimila anni fa,
cinquantamila anni...
È oggi
nel lungo crepuscolo
degli uomini
e dei popoli.*

*Quale vegliante
percepirà, annuncerà
il primo chiarore,
l'umile vittoria
del giorno umano?*

Gérard Bessière

ABBIAMO A DISPOSIZIONE la raccolta completa delle seguenti annate arretrate del Gallo:

annata 1966; 1969; 1972, 1978; 1979; 1980; 1981; 1982; 1983; 1984; 1985; 1986; 1988; 1989; 1990; 1991; 1992; 1993; 1994; 1995; 1996; 1997; 1999; 2000; 2001; 2002; 2003; 2004

Prezzo di ogni annata comprese spese postali: € 25

ABBIAMO PURE A DISPOSIZIONE i seguenti quaderni monografici arretrati:

luglio-agosto 1977: «Nella crisi, diventare umani»; luglio-agosto 1978: «Non basta dire libertà»; luglio-agosto 1979: «Condannati all'infelicità?»; luglio-agosto 1980: «Senza fedeltà non c'è avvenire»; luglio-settembre 1981: «Tra assurdo e fiducia»; marzo 1982: «Quando pregate dite: Padre...»; luglio-settembre 1983: «Gli esclusi emergenti ci interpellano»; luglio-settembre 1984: «Vivere il quotidiano»; marzo-aprile 1985: «Dagli idoli al Dio vivente»; marzo-aprile 1986: «Il crocifisso è risorto»; luglio-settembre 1986: «Un'etica per vivere»; marzo-aprile 1987: «I laici, spunti e riflessioni»; luglio-settembre 1987: «Abitare la terra»; marzo-aprile 1988: «Credo la vita eterna»; marzo-aprile 1989: «Liberati per la libertà»; luglio-settembre 1989: «Oggi, l'individualismo»; marzo-aprile 1990: «Salvati in speranza»; marzo-aprile 1991: «Difficile speranza»; luglio-settembre 1991: «Tra smarrimento ed esodo»; marzo-aprile 1992: «Gesù di Nazareth»; luglio-settembre 1992: «Il cuore violento dell'uomo»; marzo-aprile 1993: «Tracce per credere»; luglio-settembre 1993: «La democrazia alla prova»; marzo-aprile 1994: «Amatevi tra voi...»; luglio-settembre 1994: «Davanti all'avvenire»; marzo-aprile 1995: «Perché abbiamo la vita»; luglio-settembre 1995: «L'umano a rischio»; gennaio-febbraio 1996: «I cinquant'anni del Gallo»; luglio-settembre 1996: «Maschio e femmina li creò»; marzo-aprile 1997: «Cristiani in un mondo che cambia»; luglio-settembre 1997: «Potere-Possibilità»; marzo-aprile 1998: «Beati voi»; luglio-settembre 1998: «Tra economicismo e saggezza»; marzo-aprile 1999: «In cerca di Te»; luglio-settembre 1999: «Verità, valore in disuso?»; marzo-aprile 2000: «Dov'è il tuo tesoro...»; luglio-settembre 2000: «La ricchezza cresce, e la vita?»; marzo-aprile 2001: «Esci e va'...»; luglio-settembre 2001: «Intolleranza, tolleranza, dialogo»; marzo-aprile 2002: «Come colui che serve»; luglio-settembre 2002: «Questo fragile mondo»; marzo-aprile 2003: «Quale immagine di Dio?»; marzo-aprile 2004: «Non di solo pane»; luglio-settembre 2004: «Abitare il tempo»; marzo-aprile 2005: «Li chiamò e lasciate le reti...».

INIZIATORI DELL'AMICIZIA: Katy Canevaro e Nando Fabro
RESPONSABILI DELL'AMICIZIA E DELLA PUBBLICAZIONE:
Carlo Carozzo (direttore); Ugo Basso; Germano Beringheli; Renzo Bozzo;
Vito Capano; Maria Pia Cavaliere; Giorgio Chiaffarino; Luciana D'Angelo;
Ario Emanuelli; Gian Battista Geriola; Francesco Ghia; Maria Grazia Marinari;
Maria Lucia Scalamera; Giovanni Zollo.

AUTORIZZAZIONE del Tribunale di Genova n. 31/76, 6 ottobre 1976 - Scuola Tipografica Emiliana - Rapallo - La pubblicazione non contiene pubblicità.

CAMBIAMENTO DI INDIRIZZO — Preghiamo gli abbonati che segnalano l'avvenuto cambiamento di indirizzo di voler indicare insieme al nuovo recapito anche quello anteriore.



ASSOCIATO
ALL'UNIONE STAMPA PERIODICA ITALIANA

abbonamento al Gallo per il 2005: ordinario € 25; sostenitore € 45; per l'estero € 33; prezzo di ogni quaderno per il 2005, € 2,50; un monografico € 4,50.

Gli abbonamenti hanno inizio nei mesi di Gennaio e Luglio di ogni anno.

Indirizzare le quote di abbonamento a Conto Corrente Postale N. 19022169 Il Gallo - Casella Postale 1242 - 16100 Genova - Telefono: 010.592819.