AMORE vs PAURA

la luce alla fine del tunnel ©

"... e il mio maestro mi insegnò com'è difficile trovare l'alba dentro all'imbrunire ..."

Cit. Franco BATTIATO

L'incipit, affidato ad una frase di una nota canzone, può adattarsi alla situazione che viviamo in quanto ci indica la certezza dell'alba anche se trovarla, in alcuni momenti sembra proprio difficile. Certamente 'dentro all'imbrunire' dobbiamo affidarci ad un 'maestro', ma in questo caso credo che stia proprio dentro ad ognuno di noi. Siamo noi il 'maestro' in questa impari lotta contro il virus, perché coraggiosamente dobbiamo sostenerci a vicenda cercando di allontanare le paure. Nell'ora più buia possiamo fare affidamento nei valori che incarniamo poiché la strategia di questa battaglia è affidata ad ognuno di noi. Le regole d'ingaggio sono semplici, rispettare le norme della quarantena, le leggi speciali, ed esprimere tanto amore tra di noi che significa fiducia nelle istituzioni sanitarie e nelle Forze Armate, nei lavoratori pubblici e privati che lavorano per mandare avanti il paese.

Il titolo di questo scritto riprende una nota teoria scientifica, basata su dati concreti, che il nostro fisico produce due sostanze che provocano il senso di paura e tutto quel variegato mondo di pulsioni, sensazioni, emozioni e sentimenti che chiamiamo amore. La particolarità di quest'osservazione, che volutamente viene definita in premessa, è la correlazione materiale con una parte del cervello la quale è deputata a produrre paura, oppure amore.

La regola fisica, scientificamente provata è che proviamo amore oppure paura. Le due cose insieme non sono possibili. E' un dato importante che ci serve per comprendere

come l'uscita da questo periodo dipende anche dalla sconfitta della paura e da tutto ciò che comporta il coinvolgimento emotivo se non si esce da questo status. Tuttavia è evidente che la paura, in situazioni estreme, può essere un utile alleata poiché ci permette di non commettere errori stimolando maggiore cautela e prudenza.

Da questa premessa possiamo fare un piccolo punto della situazione per riflettere sulla nostra vita presente e futura, nella consapevolezza della rapidità con la quale cambia lo scenario in cui viviamo, e con la maturità imposta proprio dal susseguirsi di eventi che non ammettono ampi spazi di interpretazione e che, per necessità, limita la nostra libertà.

La pandemia che sta colpendo il mondo fa emergere una realtà che sconvolge il nostro vivere quotidiano perché il virus non è solo portatore di sofferenza e di una certa percentuale di morte, non è nemmeno lo sterminio totale per fortuna, seppur i dati in percentuale non siano marginali, ma potrebbe essere principalmente quello spirituale.

Certamente scombussola le nostre vite e ci propone nuovi scenari di ripresa non solo materiale, bensì valoriale e inoltre ci interroga sul rapporto tra uomo e natura, tra produzione e ambiente. **Etica ed estetica a confronto nell'unica via possibile dell'armonia tra ciò che è utile e ciò che é bello, contemplando la possibilità di eliminare ciò che è dannoso e ciò che imbruttisce l'animo umano. Essere o avere, possedere ciò che può essere motivo di soddisfazione ma allo stesso tempo di conservazione e di benessere collettivo con occhi centrati sulla sostenibilità.**

Il primo segnale che questo virus trasmette è proprio il caos. L'ordine del disordine, ciò che nessuno è in grado di prevedere e che quando arriva trova le difese estremamente asimmetriche. Spesso la paura e il panico s'impossessano dell'animo che vacilla. Per fortuna in fondo, seppur calati in un evento nefasto, abbiamo l'apparato statale, la sanità progredita e quindi una reazione che può contare su splendide persone e tecnologie specifiche. La speranza della vittoria sul virus è una concretezza riposta solo nel tempo e la fiducia è che avvenga al più presto.

In questo momento che ci pone in un limbo, per una quarantena doverosa e inaspettata, sospesi tra stordimento e timori, tormentati dai sentimenti per gli affetti che ci circondano, increduli per una casa che restringe le nostre identità e che non contiene tutte le attività che dovevamo svolgere, emergono considerazioni sulla nostra vita passata. Eppure il termine "passato" si riferisce a poche settimane fa, non a un tempo

molto lontano. Questa parola vuol essere declinata a significare qualcosa che non tornerà più per come lo si conosceva, per come lo si viveva.

Passato come trascorso, tralasciato, abbandonato, è questa la sensazione basata più sulla consistente durezza del momento che sulla visione di un futuro dai contorni incerti. Una semplice auto convinzione basata però sulla speranza che ciò che avviene ci riporti a migliori programmi e a un paradigma economico diverso da quello liberista tutto centrato su consumi sfrenati e produzione irrispettosa del pianeta.

Di conseguenza davanti alla complessità del tempo emerge una semplice evidenza, una considerazione primaria e cioè che il valore fondamentale di ogni comunità non sia il benessere economico, l'agio del consumismo liberista e l'accumulo di soldi, ma la coesione sociale, l'unità nazionale, la speranza in un futuro migliore, la solidarietà, l'empatia, l'amore per i più bisognosi. Etica come adesione ai valori universali accanto all'estetica come ricerca del bello intesa come aspirazione a conservare e innovare ricercando il bene per ogni singolo uomo. Benessere materiale e spirituale che si fondono nell'obiettivo della crescita armoniosa dell'umanità.

Per questi motivi, in un momento come questo dobbiamo riscoprirci Paese, dobbiamo agire affinché ognuno si senta parte del tutto, dei problemi e delle necessità che incombono. Dobbiamo dimostrare affetto e fratellanza verso coloro che stanno lottando in prima linea, pensando al personale sanitario e alle forze dell'ordine, senza dimenticare tutte le persone che lavorano per garantirci i beni di prima necessità.

La riflessione della psicologa Raffaella Morelli ci può aiutare a comprendere meglio la questione del tempo.

"In una società fondata sulla produttività e sul consumo, in cui tutti corriamo 14 ore al giorno dietro a non si sa bene cosa, senza sabati né domeniche, senza più rossi del calendario, da un momento all'altro, arriva lo stop. Fermi, a casa, giorni e giorni. A fare i conti con un tempo di cui abbiamo perso il valore, se non è misurabile in compenso, in denaro. Sappiamo ancora cosa farcene?"

In questa inaspettata quarantena, è il momento di ripensare alla nostra vita non solo in termini di successo personale, carriera, guadagno ma soprattutto bisogna riconsiderarla in relazione al tempo.

Riflettiamo sul nostro tempo, al senso che hanno i nostri giorni, al significato che diamo agli eventi che accadono nel nostro cammino, sulla linea temporale della storia.

Spesso siamo in affanno per gli impegni, gli obblighi che ci spingono a lavorare, tra mille ostacoli e mille problemi.

La quarantena è vissuta come uno stop delle attività ordinarie, ma questa non deve tradursi in una limitazione del perimetro esistenziale, sicché possiamo tradurla in un tempo per riflettere e pensare al passato per vedere il nostro futuro. E non solo sul piano materiale.

E' certamente vero che questa pausa ci trasmette da un lato un senso d'inquietudine, ma dall'altro ci spinge a essere razionali, a capire, a ragionare sulle motivazioni per cui tutto è successo, a come superare la crisi e a riprendere. La paura che si trasforma e genera coraggio, il primo passo verso quell'amore fatto di responsabilità verso il prossimo e di consapevolezza dell'interdipendenza reciproca.

Tra il silenzio delle nostre case, nell'assenza del rumore del traffico cittadino, abbiamo capito che il tempo scorre così veloce che non ci rendiamo conto di essere passati da un mondo, quello della normalità, allo status di emergenza che significa stop, tempo sospeso.

Parliamo del tempo della nostra vita, il tempo della scuola, del lavoro, delle amicizie e degli affetti. Una sospensione e non una fine, un tempo per organizzare i nostri pensieri e un tempo che verrà per agire in una dimensione certamente diversa.

Ci siamo chiesti quindi se la ripresa sarà anch'essa una continuazione di ciò che avevamo lasciato o se qualcosa cambierà nelle nostre vite e quindi nelle nostre relazioni?

Quindi la vera domanda è: quando ripartiremo, quando ci riabbracceremo sarà tutto come prima o qualcosa dentro di noi sarà cambiato? Che senso avranno gli abbracci, le strette di mano, gli occhi che s'incrociano?

I nostri occhi vedranno ancora gli stessi problemi e gli stessi affanni, oppure vedremo solo le cose che ci faranno star bene?

Credo che vedremo persone autentiche e amici sinceri, staremo meglio in pace con noi stessi e con gli altri e i contrasti assumeranno la consistenza dell'acqua che scivola silenziosa.

Le nostre orecchie sentiranno ancora il richiamo delle sirene dei soldi, della materialità delle cose o sarà il nostro cuore che sentirà e ascolterà, interpreterà il nostro vivere quotidiano?

Metteremo la salute, l'ambiente, la sostenibilità innanzi a ogni nostro comportamento e alle scelte politiche che ci riguardano?

La ragione e i sentimenti sono strettamente legati. Cuore e ragione, compagni di un viaggio che chiamano vita. Sarà ancora così, ma forse, credo, che daremo più ascolto ai sentimenti e che questi saranno veicolati dalla ragione verso quella socialità necessaria alla felicità nostra e di chi ci sta attorno, ma con più aderenza alla natura e alle sue leggi, quelle che fino ad ora abbiamo forse un pochino violato.

Questo periodo ci dimostra quanto siamo importanti l'uno per l'altro, quanto sia importante il sentirsi, il vedersi, lo stare insieme anche tra le normali incomprensioni che possono esserci.

Per quanto riguarda l'aspetto della normale convivenza, in altre parole il lato giuridico, questo momento è paragonabile a un grande maestro che, meglio di mille lezioni, ci spiega in un attimo che le regole e il loro rispetto valgono la vita, la nostra vita e quelle delle altre persone.

Tra la paura e l'amore esiste l'angoscia, un sentimento che ci opprime perché il pericolo che abbiamo davanti non è facilmente identificabile. Se ne conoscono gli effetti e se ne conoscono i limiti che automaticamente diventano restrizioni necessarie per la distruzione dello stesso. L'angoscia si alimenta dall'incertezza per il proprio destino e dall'impossibilità di prevenire totalmente la contaminazione. L'angoscia ci insegna che la vita non garantisce sicurezza, non dispensa certezze. Ci rende quindi consapevoli della nostra debolezza strutturale, personale e anche politica, laddove tutti gli stati conoscono le stesse atrocità nella realtà della pandemia.

Da questa semplice considerazione nasce l'esigenza del buon senso e della capacità di muoversi tra i pericoli che questo evento dispiega nel nostro campo esistenziale. Un'arma, per così dire, contro l'angoscia è il rispetto delle norme, non solo come dovere indotto dalle sanzioni, ma come valore per abbattere sentimenti negativi e limitare le paure cercando di razionalizzare anche ciò che è nascosto, invisibile e indeterminato.

La quarantena se indica un periodo d'isolamento sanitario, dall'altro lato è un valido strumento di lotta razionale, l'unica risposta al progredire del virus. La base e l'obiettivo della quarantena è la rarefazione sociale, come regressione dei possibili contagi, in altre parole è necessario che la riduzione dei contatti sociali si riduca al minimo indispensabile per la soddisfazione dei bisogni primari, sanitari e di pubblica

sicurezza. Quarantena è ovviamente isolamento delle persone contagiate e definizione di regole perentorie per chi ha minime libertà di movimento,.

Non rispettare le regole significa aspettarsi il peggio che si possa realizzare, innanzitutto per coloro che sono maggiormente esposti, sanitari e forze dell'ordine, e cioè proprio le persone che ci garantiscono di andare avanti e che lottano per salvare più vite possibili. Inoltre non rispettare le regole danneggia persone fondamentali per l'economia in tempo di quarantena che, ovviamente, non è un sistema uguale al tempo della normalità. Ci sono servizi, trasporti, logistica che devono andare avanti per garantire tutte le necessità legate ai bisogni della gente. **Senza dimenticare chi in emergenza c'era già, per mancanza di lavoro, per povertà diffusa, per mancanza di alloggi, per malattia e semplicemente per quella solitudine che spesso è figlia della civiltà dei consumi.**

Un'altra severa lezione che questo evento ci offre è che non esiste una gerarchia delle negatività ma solo un unico riferimento: l'uomo con le sue fragilità e il suo stato cagionevole davanti ad eventi imprevedibili, oppure a situazioni create dall'egoismo e dal consumismo spinto, da un liberismo selvaggio che non ha riguardo per l'umanità.

Cosa ci insegna questa emergenza, cosa possiamo elaborare in questa quarantena?

L'altruismo come obbligo, l'empatia come dovere morale, la solidarietà nella cittadinanza attiva come necessità per chi sta peggio e la minaccia della sofferenza che viene dal virus come sanzione più severa della semplice pena giuridica.

Empatia, altruismo, doveri e obblighi giuridici si fondono nell'unico termine possibile: sicurezza.

Un insegnamento fondamentale ci viene proprio da questo e cioè che la polis e la sua sicurezza dipendono dal suo apparato difensivo: la sanità che in questo caso è l'elemento operativo più importante, le forze armate per la difesa del territorio e per gli interventi a protezione delle comunità, la scuola che non si ferma perché l'istruzione non è un semplice diritto, ma un valore decisivo nel futuro dell'umanità.

Poi scopriamo che anche il singolo cittadino è la pietra angolare delle mura cittadine, dal suo comportamento dipende il cedimento della difesa

comune. Non è solo quindi una questione di legge morale, ma il cittadino in questo momento ha in mano e deve realizzare un'etica pubblica della tutela della vita altrui. E' parte dell'apparato pubblico di difesa.

"Il cielo stellato sopra di me, la legge morale dentro di me", una citazione di Kant a indicare i fenomeni che possiamo governare e ciò che è 'l'essenza pensabile'.

In questo periodo potremmo dire che anche il cielo stellato è qualcosa che bisogna rivelare nella nostra ragion pratica, è nel nostro agire, nel nostro comportamento che deve andare oltre le sofferenze imposte per guardare verso la luce oltre la notte.

Se la quarantena ci impone un 'fare sacro', un sacrificio, non avremo paura e con tutto l'amore possibile incontreremo l'alba che ci attende per risplendere sui rapporti umani ritrovati dopo la quarantena, ricordandoci sempre che l'unica cosa che conta è volersi bene.