

STORIE

della settimana

Umberto Galimberti, filosofo, sociologo e psicoanalista, è membro dell'International Association for Analytical Psychology. Il suo ultimo libro è *Perché? 100 storie di filosofi per ragazzi curiosi* (Feltrinelli)

UMBERTO GALIMBERTI



contro l'angoscia ci aiuta la FILOSOFIA

Quella scatenata dal coronavirus non è "paura", ma "angoscia". «La prima ha un oggetto determinato, la seconda no: è come il terrorismo, un pericolo che potrebbe arrivare da tutte le parti», sostiene il professor Galimberti. Ma come possiamo evitare di entrare in panico? «Affidandoci al buon senso»

DI ANTONELLA FIORI

Come in tempo di guerra. L'assalto al supermercato per avere in casa i mezzi per sostentarsi. Le farmacie e la grande distribuzione svuotati di tutti i prodotti per detergere la casa e di saponi antibatterici con cui lavare le mani. Il mito dell'Amuchina e della mascherina per difenderci da un nemico invisibile, che non ha volto, si introduce di soppiatto nelle nostre vite e le stravolge. Anzi, le ha già stravolte. Vedi il divieto di stringere una mano, di abbracciarci, baciarsi, il consiglio di tenere l'altro a un metro e mezzo da noi per la giusta attenzione alle misure di prevenzione indicate dai medici e gli scienziati che stanno combattendo il coronavirus, ma che ci dà anche il senso dei conflitti interiori in cui siamo sprofondati: combattuti tra il terrore che l'altro, anche con un contatto fuggevole, possa contagiarti e la sana voglia di tornare a una vita normale. Di tutto questo parliamo con Umberto Galimberti, psicoanalista e filosofo che ci indica una via – la filosofia, la saggezza – per vivere questo momento difficile mai attraversato dall'umanità nella sua storia più recente.

Professor Galimberti, perché abbiamo così paura del coronavirus?

«Noi non abbiamo paura del coronavirus. Perché la paura ha un oggetto determinato. Se viene un incendio scappo, se attraverso la strada guardo a destra e a sinistra per ►

non venire asfaltato. La paura ha sempre un oggetto determinato e quindi è un ottimo meccanismo di difesa».

E allora di cosa dobbiamo parlare? Quali corde della nostra psiche è andata a toccare questa incredibile vicenda che ci coinvolge tutti?

«Dobbiamo parlare di angoscia, è questo che si scatena dentro di noi in presenza di questo evento assolutamente nuovo che è deflagrato nelle nostre vite. L'angoscia, che non ha un oggetto determinato.

I bambini, che come si sa non hanno paura di niente, si angosciano quando si spegne la luce nella loro cameretta e loro, non ancora addormentati, non hanno più punti di riferimento: è allora che cominciano a strillare come pazzi. Angoscia vuol dire che c'è un pericolo ma non è determinato e quindi può venire da qualsiasi parte».

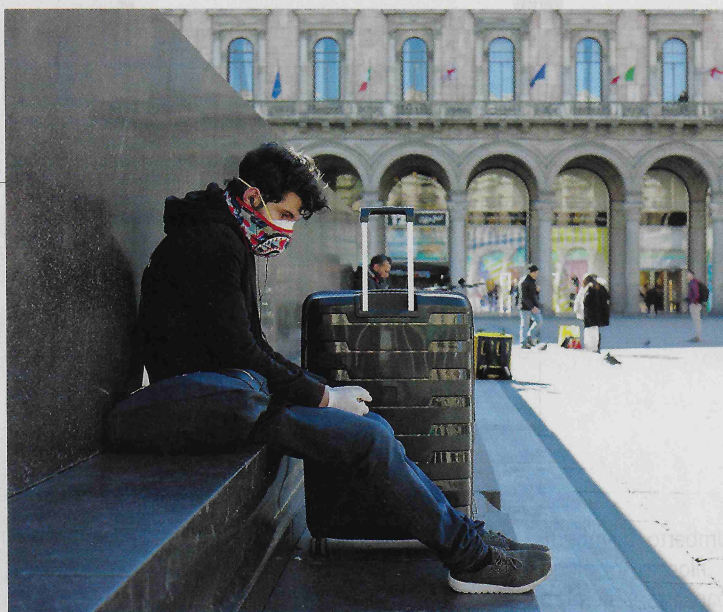
Possiamo dire che l'angoscia generata dal coronavirus assomiglia vagamente al periodo post 11 settembre 2001, quando, scioccati dall'attacco terroristico alle Torri Gemelle, vivevamo con l'ansia di venire colpiti da un momento all'altro?

«Esattamente: il coronavirus è un po' come il terrorismo. Il pericolo può arrivare per strada, a scuola, in un cinema e nascono dei comportamenti scomposti, condotte irrazionali, perché non sai come difenderti da qualcosa che non sai da dove ti può arrivare».

Quali sono gli strumenti che la filosofia ci mette a disposizione per affrontare un nemico così insidioso?

«Innanzitutto usiamo le parole giuste: quella che proviamo è angoscia e non paura. E poi possiamo riportarci a una riflessione che risale ai Greci: "L'uomo non muore perché si ammala ma si ammala perché deve morire". Il fatto è che noi abbiamo esorcizzato la morte, non ne parliamo più, l'abbiamo rimossa.

A differenza del passato dove i padri vedevano morire i figli, si moriva in casa, c'erano le guerre, le pestilenze, le carestie, la morte faceva parte del quotidiano, oggi quando uno sta male lo affidiamo a una struttura tecnica, che è l'ospedale e ci disinteressiamo, non abbiamo più neanche le parole da dire a colui che si trova in una



Accanto, uno studente fuori sede in piazza del Duomo, a Milano. Scuole e università sono stati i primi luoghi pubblici a essere chiusi per limitare la diffusione del virus. Quelle di Lombardia, Veneto ed Emilia-Romagna sono alla terza settimana di stop.

condizione di prossima mortalità».

Quindi per tranquillizzarci dobbiamo "ammettere" la morte nella nostra vita?

«Diciamo che esorcizzare la morte, dirsi che non esiste, è un ulteriore elemento che ci fa drammatizzare tutto. I Greci suggerivano di "fare esercizi di morte", ovvero riflettere sul fatto che la nostra vita è precaria, incerta. E in questo modo trovavano la pace».

Sentiamo moltissime opinioni, pareri. Sul coronavirus siamo stati informati in modo corretto?

«Può esserci stata un po' di ossessività in certi casi, ma l'informazione alla fine si è comportata bene. La gente senno scambiava il coronavirus per un'influenza qualsiasi. Ho parlato di recente con un biologo molecolare e mi diceva che questo virus più si diffonde e più muta. Se muta diventa ancora più aggressivo di prima... Insomma credo che sia stato giusto martellare sui pericoli anche se questo causa angoscia».

Professore, ma come si supera l'angoscia?

«L'angoscia non si supera, non se ne esce finché non finisce il pericolo».

Quindi è normale essere angosciati?

«Diciamo che è inutile ma non possiamo farne a meno. Allo stesso tempo però questo senso di precarietà della nostra vita ci riporta alla realtà, noi che siamo abituati a vivere in un mondo occidentale dove tutto pare controllabile. Voglio la luce e premo un pulsante, voglio l'acqua e apro il rubinetto. Ma questa non è la vera vita! È la vita dell'uomo occidentale che ha moltissime garanzie e assicurazioni. E quando si interrompe uno di questi servizi, va in angoscia.

Mi creda, basterebbe che andasse via la luce per più di 24 ore e avremmo lo stesso panico scatenato dal coronavirus».

Qui però il pericolo sembra oggettivo...

«È oggettivo perché sappiamo che esiste, ma non lo abbiamo davanti a noi. Nella guerra io affronto un nemico che ho davanti a me. Nel terrorismo cosa affronto? Chi è il nemico?».

C'è una via di mezzo tra prudenza e voglia di riaprire tutto per tornare a fare una vita normale?

«Qui bisogna fare una distinzione tra tre istanze. C'è l'istanza dei medici, che guardano solo la malattia. Poi, c'è il potere politico che si preoccupa anche dell'economia. E poi ci siamo noi che guardiamo il mondo della vita. Si tratta di trovare una mediazione. Come diceva Aristotele, i comportamenti umani non sono deducibili da principi come un teorema matematico. Bisogna procedere con un'altra virtù che lui chiamava *phronesis*, buon senso, saggezza, via di mezzo».

Un esempio di questa saggezza?

«Il caso per eccellenza è Ulisse che, tra Scilla e Cariddi, tra due pericoli, tra due mostri che possono ucciderlo, sceglie comunque di navigare, ma passa in mezzo».

L'Odissea è un'incredibile e pericolosa avventura. Ma Ulisse ce la fa a sopravvivere...

«Sì, non sa che comportamenti bisogna assumere a priori ma valuta di volta in volta, caso per caso, pericolo dopo pericolo, avventura dopo avventura, con saggezza, cercando una via di mezzo. E così alla fine torna a casa».

© Riproduzione riservata