

## UNA TREGUA ALL'ANIMA: DIVENTIAMO PIU' LENTI

**M**ai come in questi anni confusi e sclerotici, anni che mistificano la verità e ingannano i valori dovremmo ricordarci che esiste. Cosa? L'anima. L'ànemos, come dicevano i greci, un soffio di vento che vivifica la nostra esistenza. La vecchia saggezza popolare recitava: "Chi va piano va sano e va lontano", noi facciamo esattamente il contrario.

Dagli anni Ottanta abbiamo ereditato la fretta. Abbiamo imparato in fretta a vivere di corsa: a mangiare, camminare, parlare, lavorare, amare, pensare e a perdere di vista molteplici cose, anche l'anima, sempre in fretta.

Non ci siamo chiesti se era innaturale, perché a forza di farlo è diventato naturale. Non ci siamo domandati se agendo in questo modo perdevamo "l'attimo" e abbiamo inondato il nostro cervello di miliardi di impulsi, per la maggior parte non necessari, talvolta anche inutili.

Filosofi e filosofie hanno inneggiato alla velocità, che in sé non è da demonizzare, ma lo diventa nel momento in cui accavalliamo vorticosamente i pensieri nella mente.

Stop. Pausa. Tregua.

Diventiamo lenti. Ma si può tornare ad essere lenti? Forse ritrovando la spiritualità smarrita, recuperando se stessi, ognuno a proprio modo. Un recupero della spiritualità aconfessionale, dei silenzi, degli spazi interiori per ascoltare l'anima. Lo sapeva certo Platone che nel Fedone scriveva: "...se l'anima è immortale, occorre averne cura non solo per lo spazio di tempo che chiamiamo vita, ma, per sempre; il pericolo è trascurarla."

Oltrepassando il rischio di banalizzare, come suggerisce Umberto Galimberti di cadere ne "Gli equivoci dell'anima" che portano a pensarla come costruzione della ragione e della capacità di autocontrollo e autogoverno, o come il vortice dell'irrazionalità e della dissoluzione di se stessi, è opportuno ricordare invece che è necessario interrogarsi, far emergere la dimensione profonda di sé e superare le condizioni umane che Pascal definiva dell'incostanza, della noia e dell'inquietudine.

Il fine è specchiarsi e riflettere e far riaffiorare quella parte anche sovversiva e conflittuale di noi.