

Mortari e la filosofia della cura “Impariamo a nutrire l’anima”

di **BARBARA GABBRIELLI**

«La cura è un’azione fondamentale per ognuno di noi, perché consente di prendere a cuore la vita, dandole forma secondo un progetto» spiega Luigina Mortari, autrice di “Le pratiche spirituali nei dialoghi socratici” (Raffaello Cortina) e docente di Filosofia della cura all’Università di Verona, che domani sarà tra i protagonisti della giornata conclusiva dei Dialoghi di Pistoia (ore 15, Teatro Bolognini).

→ a pagina 11



L’INTERVISTA
di **BARBARA GABBRIELLI**

Mortari “Anche l’anima deve essere nutrita per avere cura della vita”

Domani la filosofa e docente universitaria sarà tra i protagonisti della giornata conclusiva dei Dialoghi di Pistoia (ore 15)

Veniamo al mondo fragili e vulnerabili, per una decisione che dipende da altri. In più, la nostra esistenza è fortemente condizionata dal contesto in cui ci troviamo e dalle relazioni che stringiamo. Per questo abbiamo bisogno di curare anima e corpo. I filosofi dell’antichità lo avevano non solo capito, ma anche formulato con chiarezza e profondità. «La cura è un’azione fondamentale per ognuno di noi, perché consente di prendere a cuore la vita, dandole forma secondo un progetto» spiega Luigina Mortari, autrice di “Le pratiche spirituali nei dialoghi socratici” (Raffaello Cortina) e

docente di Filosofia della cura all’Università di Verona, che domani sarà tra i protagonisti della giornata conclusiva dei Dialoghi di Pistoia (ore 15, Teatro Bolognini).

Professoressa, a lei dobbiamo il concetto e l’insegnamento della “filosofia della cura”. Da dove è partita?

«È stato necessario tornare a Platone, il primo a parlare di cura nei suoi Dialoghi. Il filosofo greco diceva che è necessario prendersi cura di sé attraverso l’alimentazione e il movimento, ma poi poneva anche una bellissima domanda: che cosa nutre l’anima? Questo interrogativo ha guidato le mie ricerche».

Si parlava già di connessione tra corpo e mente?

«Era una saggezza antica, che poi ha preso forma nel Novecento. Edith Stein, filosofa fenomenologa tedesca, sosteneva: “Non esiste un corpo senza anima”. Ma già Platone lo aveva intuito affermando che occorre curare con le erbe, cioè con le medicine, e con i logoi, cioè con i discorsi, le parole. Questi concetti sono alla base del recente movimento dell’umanizzazione



della medicina che mette la persona al centro del percorso di cura».

Che cosa intende per "Avere cura della vita", che poi è il titolo del suo intervento a Pistoia?

«Ognuno di noi può avere cura della vita attraverso azioni che servono a proteggerla, per esempio, mangiando o riparandosi. Ci sono poi le azioni terapeutiche, quelle della medicina, che servono per curare o riparare la vita. Infine, ci sono le azioni che servono a nutrire l'essere, a far fiorire le nostre potenzialità cognitive, affettive e relazionali».

Come possiamo portare gli insegnamenti della filosofia della cura nella vita di tutti i giorni?

«È fondamentale il ruolo dell'educazione. Purtroppo la scuola oggi pratica solo l'istruzione, senza offrire esperienze che nutrano la mente degli studenti. Assimilare senza

imparare a pensare e a meditare su quello che sto facendo o sentendo è pura e semplice passività, non educa il pensiero. Eppure noi siamo quello che pensiamo. Essere e pensare sono la stessa cosa, diceva Parmenide. Per nutrire i nostri pensieri occorre ricercare ciò che è bene. Occorre cioè interrogarci su che cosa è buono, giusto e bello fare».

Così raggiungeremo la felicità?

«Felicità è una parola troppo impegnativa. Aristotele diceva che ogni essere umano cerca l'eudaimonia, cioè il buon daimon, il sentirsi bene dentro, in armonia con la propria natura. E per farlo non si può non dedicare tempo ad aver cura della propria vita interiore».

Oggi sembra più complicato che mai.

«Direi che oggi la cura dell'anima è completamente dimenticata perché la nostra vita è presa dentro

una continua risposta ai bisogni che ci vengono imposti dall'esterno. Ma basterebbe imparare a coltivare azioni cognitive e affettive, che se praticate con regolarità, come una sorta di disciplina, contribuirebbero a una buona vita interiore».

Come possiamo provarci?

«Individuiamo un momento fisso, anche piccolo, nell'arco della giornata in cui ritrovare i fili della nostra vita, le direzioni che

vogliamo seguire. Uno spazio della mente. Gli antichi dicevano che se dedichiamo anche poco tempo, ma in modo regolare, alla ricerca del senso su quello che si pensa, su quello che si sente e di quello che si fa, si formerebbero nella mente come delle direzioni che ci aiutano nelle scelte di tutti i giorni».

Una sorta di meditazione?

«La meditazione è strumento essenziale, ma pensare di raggiungere una buona condizione dell'essere solo lavorando dentro se stessi non sarebbe corretto. La cura del sé non mai disgiunta dalla cura degli altri, altrimenti si cade nel soggettivismo. Quindi dovremmo cercare quei pensieri e quelle emozioni che ci consentono di vivere bene nel mondo».

IL PERSONAGGIO



Luigina Mortari

È docente all'università di Verona. A lei si deve il concetto e l'insegnamento della "Filosofia della cura"



Dovremmo cercare quei pensieri e quelle emozioni che ci consentono di vivere bene nel mondo



Essere e pensare sono la stessa cosa. Occorre ricercare ciò che è bene e interrogarci su che cosa è buono, giusto e bello fare