



Corsi on Line di Erba Sacra

TEST FINALE CORSO

DI BIBLIOTERAPIA

Docente: Manuela Racci

Biblioterapia: Hermann Hesse, un maestro per l'anima

Candidato

Monica Furlani Umer

Relatore

Manuela Racci

«La parola è un gran dominatore, che con piccolissimo corpo e invisibilissimo, divinissime cose sa compiere; riesce infatti e a calmar la paura, e a eliminare il dolore, e a suscitare la gioia, e ad aumentar la pietà.»

Encomio di Elena

Gorgia da Lentini

Premessa

Stiamo attraversando un tempo della Storia umana che molti studiosi e osservatori definiscono di transizione. Nel voler pensare con ottimismo che possa trattarsi di un tempo che si volge verso una condizione umana migliore, dove la vita non è solo qualcosa che accade ogni giorno, ma un allenamento a entrare nel proprio mondo più intimo e nascosto, per approfondire la conoscenza di sé e trovare nel silenzio la propria guida e il proprio desiderio di trascendenza, crediamo che la lettura dei grandi libri, quelli che conosciamo come classici, sia un buon modo per trovare l'arte di vivere una buona vita. Nel pensare ai libri come a crogioli dove possono accadere infinite trasformazioni proficue per il benessere individuale e sociale, si è voluto entrare in comunicazione con una serie di argomenti e con un autore che si ritengono essere di grande aiuto per dare la miglior forma possibile alle potenzialità d'esserci del lettore come persona volta alla ricerca del proprio benessere, nella convinzione che ogni persona è responsabile della forma che assume la propria esistenza.

L'elaborato si snoda nell'arco di quattro capitoli che hanno l'ambizioso compito di dimostrare il grande valore terapeutico dei libri e della lettura. Un grande libro, sapientemente scelto e utilizzato possiede un potere di cura che sana i mali trasformandoli in bellezza. Tutti coloro che hanno bisogno di definirsi e ri-darsi equilibrio tra forma, essenza ed esistenza possono essere ospitati in un altrove «di carta», mare aperto di possibilità.

Il primo capitolo offre una panoramica generale della storia del libro come strumento di cura per l'anima. Il viaggio parte dall'Egitto di quattromila anni fa per approdare sulle rive degli Stati Uniti negli anni tra la Prima e la Seconda guerra mondiale passando per la Francia rivoluzionaria dove medici coraggiosi difendono il valore terapeutico della lettura per il trattamento della sofferenza mentale. Nel secondo capitolo, si è dato spazio al concetto di empatia. Ho voluto citare le riflessioni di Laura Boella, Rollo May, Martha Nussbaum, Carl R. Rogers e Carl Gustav Jung che hanno dato all'empatia un posto di grande rilievo nei loro studi in rapporto alle relazioni umane. Jung, inoltre, ha posto l'empatia al centro della sua teoria estetica. Oggi, il tema dell'empatia trova nuova linfa vitale grazie anche alle eccezionali scoperte scientifiche di Giacomo Rizzolatti e Vittorio Gallese sui neuroni specchio e agli studi di Antonio Damasio che ha interamente rivalutato l'apporto cognitivo dei sentimenti all'interno del panorama evolutivo umano. Grazie a

questi studi è stato possibile confermare in modo positivo l'interazione tra il libro e la conoscenza interna del lettore. Leggere crea un meccanismo di produzioni di senso in un universo di interazioni tra lettore, trama, personaggi, autore, eventi, atmosfere. In altre parole, il libro si fa amico per il lettore che si accosta al nucleo delle cose, al sentire e svelare gli innumerevoli frammenti di verità che ogni persona conserva, celati o dimenticati nella propria intimità più profonda.

Il terzo capitolo offre una panoramica di alcuni tra i romanzi più conosciuti di Hermann Hesse: Peter Camenzind, Demian, Siddharta e Favola d'amore. Ci piace presentare Hermann Hesse come archetipo letterario per coloro che vogliono fare quel tentativo immenso di incidere nella propria interiorità e impiegare la saggezza dell'amore e del dolore presenti in un'opera letteraria per prendere coscienza o far rivivere quelle tonalità buone dell'esistenza personale e collettiva. A tutto questo si aggiunge un sentimento di amorevole riconoscenza nei suoi confronti per essere stato maestro di vita nelle travagliate fasi dell'adolescenza e amico amorevole negli anni della maturità. Oltre a rappresentare un grande arricchimento culturale, l'immersione nei romanzi di Hesse realizza la creazione di un tempo dove il lettore riconosce l'aspirazione umana alla trascendenza, la possibilità di scegliere di divenire altro da quello che si è nel sentire e prendersi cura delle emozioni, dei

sentimenti e degli stati d'animo che influenzano profondamente la forza vitale sensibile e la forza vitale spirituale.

Nel quarto capitolo prendo in considerazione la potenza evocativa dell'aforisma. Secondo Isidoro di Siviglia un pensiero conciso e concluso che per Adorno si fa frase che mette in discussione la visione perfezionata e risana le deformazioni che lo spirito dominante impone al pensiero. L'immediatezza rende l'aforisma fondamentale al pensiero laterale, spiazza il rigore del pensiero verticale e, come afferma Giorgio Nardone, «fa sì che la persona abbia una sorta di illuminazione» che apre le porte di un mondo nuovo» dove è più facile avvicinarsi all'essenza dell'esistere.

Cito a conclusione di questa introduzione un passo tratto da *Nella terra di Siddharta*, diario del viaggio compiuto da Hesse in Oriente nel 1911 in cui esprime il suo ideale di esistenza, fondamento dello spirito di questa trattazione:

[...] Un uomo ha la sua patria sempre e soltanto laddove lavora e realizza qualcosa di prezioso; in mancanza di questo non potrà mai sentirsi a suo agio. E laddove realizza qualcosa di buono lo fa sempre per la cosa in sé, e solo di fantasie. Quel che facciamo lo facciamo per gli uomini, e la nostra ricompensa consiste nel fatto che spesso ci divertiamo tanto a farlo. Noi, noi uomini che facciamo qualcosa, siamo tutti colleghi e fratelli, su tutta la terra. Se lei, come spero, è un bravo scrittore, sono suoi fratelli tutti coloro che da qualche parte e in qualche tempo hanno collaborato alla sua stessa opera, alla

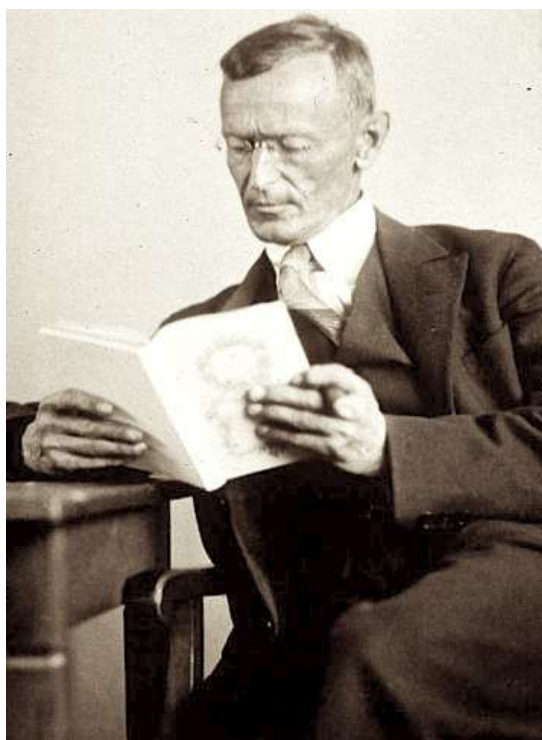
spiritualizzazione degli uomini, o comunque lei voglia chiamarla.
Finchè appartiene a questa comunità lei ha intorno sé la sua patria¹.

1 Hermann Hesse, *Nella terra di Siddharta*, Roma, Economici Newton, 1995, p.22.

Cap.1. Breve storia della biblioterapia

«L'umanità anela in questo momento, come mai prima d'ora, alla verità, alla bellezza, alle cose che confortano e consolano e che fanno apparire la vita degna di essere vissuta. Io sento questo intorno a me, ogni giorno.

Siamo passati attraverso uno spaventoso cimento ed ogni spirito onesto si domanda che cosa si possa fare per raccogliere i frammenti del mondo in rovina e ricostruirne uno più consono ai desideri del nostro cuore»². Ho scelto di iniziare questo elaborato con un passo de



La libreria stregata di Christopher Morley pubblicato nel 1919, a conclusione della Prima Guerra mondiale. L'ho ritenuto molto pertinente per il tempo di crisi epocale che vive la contemporaneità ma soprattutto per il distintissimo modo di sottolineare il ruolo della letteratura come baluardo al tempo di ogni degrado umano, difesa e farmaco per l'integrità dell'anima e ispirazione continua alla bellezza e alla bontà del pensiero. La

2 Christopher Morley, *La libreria stregata*, Palermo, Sellerio, 2011, p.118-19.

letteratura, quindi, per riscoprire il cuore, custode della potenza immaginativa, così ben rappresentata dalla parola greca *enthymesis*, che significa immaginare, progettare, concepire, desiderare con passione e, accompagnandoci con le parole di James Hillman « aver presente nel *thymos*, che è forza vitale, anima, cuore, intento, pensiero, desiderio» ogni cosa buona volta alla protezione e al benessere di ogni essere³.

Il libro è una cura per l'anima

Quasi tre secoli prima di Cristo, un grammatico e filosofo greco, Ecateo di Abdera, decide di mettersi in viaggio alla volta dell'Egitto con il proposito di provare che la cultura dei popoli civili aveva avuto origine in quella terra. L'interesse di Ecateo per questa terra si connette anche al fatto che L'Egitto per i Greci rappresentava un costante termine di paragone e contrasto per la comprensione di se stessi e del mondo. Nel suo andare, Ecateo risale il Nilo e raggiunge la città di Tebe. Al suo ingresso tra le mura, il filosofo si stupisce per le meraviglie architettoniche che via via gli si fanno incontro. Gli edifici maestosi e la magnificenza delle statue suscitano in lui un alternarsi di incanto e delizia. Accompagnato dai sacerdoti sulla via, egli ammira gli edifici che celebrano le imprese belliche del faraone. Nel percorrere uno splendido viale, Ecateo ha modo di accostarsi anche ad un'opera di pace del sovrano, la Biblioteca sacra, sulla

³ James Hillman, *L'anima del mondo e il pensiero del cuore*, Milano, Garzanti, 1993, p.44.

quale legge un'incisione che riporta le parole *Luogo di cura dell'anima*⁴. Un segno, questo, di quanto la pagina scritta detenesse un potere formidabile e un valore inestimabile per la vita umana, meritevole pertanto di essere conservata in un luogo sacro.

Ma il rispetto per il libro e la scrittura risale a tempi ancora più antichi di quelli di Ecateo. Più di quattromila anni fa, Pthahhotep, sacerdote lettore e scriba dei libri divini, aveva composto un trattato sapienziale strutturato su quarantacinque massime e una conclusione che Francois Chabas, tra i maggiori egittologi francesi, ritenne essere il più antico libro al mondo. Si tratta di un elenco di istruzioni per amministrare in modo rispettoso e benevolo lo Stato e i cittadini. Come la maggior parte dei testi di quest'epoca sono scritti su papiro e conservati arrotolati a causa della fragilità del materiale.

Nell'antichità occidentale era consueta la conservazione su papiro di tutto lo scibile umano. Gli storici antichi ci hanno tramandato il sogno straordinario della dinastia tolemaica: il poter concentrare nella biblioteca di Alessandria la totalità dei libri del mondo. I Tolomei, nome che designa tutti i sovrani macedoni d'Egitto, acquisirono la piena egemonia sull'Egitto dopo la morte di Alessandro Magno. E' a Tolomeo I Sotere che si deve l'istituzione del museo e della biblioteca di Alessandria. Con la mediazione di Demetrio Falereo, politico e filosofo peripatetico

4 Luciano Canfora, *La biblioteca scomparsa*, Palermo, Sellerio, 2020, p.18.

greco, il sovrano gli aveva dato il compito di acquistare, far trascrivere ogni opera conosciuta della letteratura greca e far tradurre tutte le più importanti opere straniere rinvenibili. Si era strutturata quella che nel passato antico aveva fama di essere la più grande biblioteca al mondo ⁵.

Lettura e scrittura occupano un posto di grandissimo rilievo anche nella Grecia antica. Entrambe trovano origine dal mondo leggendario dove l'arte poetica ha un potere formidabile. Il divino protettore della poesia è Apollo, figlio di Zeus e guida delle Muse olimpiche. Divinità altissime, le Muse rappresentano l'ideale supremo dell'Arte, massima espressione della magnificenza divina. Ma Apollo è anche inventore e protettore dell'arte medica così che la sfera della cura e l'arte poetica sono affidate al potere e alla saggezza della stessa divinità. Le Muse, figlie di Zeus e di Mnemosyne, la Memoria, oltre ad essere le cantatrici divine, presiedono al Pensiero in tutte le sue forme. Nell'adempimento della loro missione, le figlie di Zeus accolgono benevoli gli spettatori, rendendoli in tal modo partecipi della dimensione sacra e facendosi *lesmosyne kakon*, oblio dei mali, aiutano tutti coloro che si lasciano ammaliare dal loro canto a distrarsi dai propri affanni, ad avere tregua anche dai dolori più strazianti, fissando lo sguardo sul divenire di ogni cosa e riscoprendo la bellezza del tempo presente, emancipandosi,

5 Il nome Tolomeo designa i sovrani macedoni d'Egitto. La supremazia della dinastia risale al periodo successivo alla morte di Alessandro Magno. Capostipite è Tolomeo Lagide, amico d'infanzia e guardia del corpo di Alessandro.

seppur per solo per un momento fugace, dal pensiero della fine di ogni cosa.

Una caratteristica singolare che riguarda la lettura nel passato era di non appartenere del tutto alla sfera personale. Fin dai tempi più remoti, infatti, era consuetudine leggere ad alta voce. Le biblioteche erano attraversate da un brusio rispettoso perché non era concepibile la lettura solo con gli occhi e la mente. E' nel tempo della clandestinità del cristianesimo che il modo di leggere subisce una trasformazione. Le prime comunità cristiane, sottoposte a controlli e persecuzioni, leggono in silenzio dando vita ad una consuetudine che si diffonde durante i lunghi secoli del Medioevo. In questo modo la gestualità e l'apparato fonatorio perdono però parte della loro importanza comunicativa. Il corpo, la teologia nell'età medievale è stimolata in maniera incessante e inesorabile, a parlarne come veicolo di contaminazioni impure e luogo di connivenze con il demoniaco, si vuole sempre più costretto e sacrificato, distante. Nel corso del Milleduecento la predicazione dei frati minori avrà un ruolo decisivo nell'espropriazione della vitalità sociale del corpo sempre più veicolo di colpe e tentazioni⁶.

Nell'antichità però, pochi sapevano leggere. I testi scritti e miniati splendidamente avevano un valore immenso e appartenevano a poche persone. Alla trascrizione e conservazione degli antichi testi, moltissimi dei quali erano testi filosofici che

6 Cfr. Carla Casagrande, Silvana Vecchio, *I sette vizi capitali. Storia dei peccati nel Medioevo*, Torino, Einaudi, 2000.

avevano conservato il loro significato originale, concorrevano i monaci dei monasteri e delle abbazie più importanti dove si allestivano veri e propri laboratori del libro⁷.

La saggezza contenuta nell'antico pensiero filosofico era di aiuto alla comprensione della vita e del dolore nei vari gradi dell'esistenza dell'uomo. Il significato di "letteratura consolatoria" trova il suo esempio più alto nelle tormentate vicende per il dominio del proprio mondo interiore di sant'Agostino. Le sue *Confessioni* rappresentano «la prima elaborazione di autobiografismo e di letteratura interiore, strumenti di estrema utilità in biblioterapia che possono in ogni tempo dare un significato alla nostra condizione di uomini nel mondo che non hanno la possibilità di negare la sofferenza interiore, ma devono affrontarla»⁸.

Il mondo muta, ma la vita con i suoi crolli e le sue risalite resta sostanzialmente identica. L'umanità carnale che ci ha preceduto, ha vissuto travagli psichici e squilibri intellettivi dolorosissimi. I messaggi di interiorità che provengono dal passato sono, così, esperienze preziose per raccogliersi dalla dispersione e ritrovare integralmente se stessi, riumanizzandosi. La modernità delle pagine antiche, mentre ci testimoniano la perennità degli abissi dove vive l'umano, ci fanno conoscere il sentire nato da

7 Cfr. Guglielmo Cavallo, (a cura di), *Libri e lettori nel Medioevo. Guida storica e critica*, Roma-Bari, Laterza, 2003; Guglielmo Cavallo, (a cura di) *Le biblioteche nel mondo antico e medievale*, Roma-Bari, Laterza, 2004.

8 Marco Dalla Valle, *Biblioterapia. Strumenti applicativi per le diverse professioni*, Verona, Quiedit, 2018, p.30.

vulnerabilità, armonia, sofferenza, amicizia, amore, paura, saggezza, dolore, speranza che costituiscono quell'interpretazione dell'esperienza che sola può consentire la comprensione dell'esistere umano. E con questa che si intreccia la forza vitale della trama narrativa del libro che esorta l'agire trasformativo delle emozioni che consegnano l'anima ad una vita più autentica. Già Aristotele nella *Poetica* ci dice della catarsi, il potere liberatorio della pietà e della paura provate dallo spettatore davanti alla narrazione scenica. In termini semplici, secondo Aristotele lo spettatore, immedesimandosi nel personaggio, si libererebbe delle tensioni provate in prima persona durante la rappresentazione tragica. Ciò avverrebbe attraverso un rapporto di empatia tra personaggi e spettatore che raggiungerebbe, attraverso la mimesi di paura e pietà, una condizione di piacevole benessere⁹.

Ma è solo molto più tardi, siamo ormai nella prima metà del Novecento, che è stato possibile avere chiarezza del grande valore terapeutico della parola¹⁰: strumento efficace per comunicare con la sofferenza, sollevare il velo dell'indifferenza, coltivare empatia e senso etico, la parola è un potente sollecitatore per l'immaginazione e per quelle logiche del cuore troppo spesso perdute nei deserti dell'umano esistere. Un grande

9 Cfr. Massimo Di Marco, *La tragedia greca. Forma, gioco scenico, tecniche drammatiche*, Roma, Carocci, 2009; Salvatore Natoli, *Libertà e destino nella tragedia greca*, Brescia, Morcelliana, 2002.

10 Cfr. per una prima lettura informativa: Maria Luisa Altieri Biagi, *Parola*, Torino, Rosenberg & Sellier, 2012; Rita Charron, *Medicina narrativa. Onorare le storie dei pazienti*, Milano, Raffaele Cortina, 2019.

omaggio al potere delle parole, alla loro originaria capacità di suggestione, perché bisogna curare prima di ogni cosa l'anima per avere in buona salute la mente e il corpo, proviene dal mondo dell'arte. Nella Grecia ellenistica il poeta Simmia di Rodi creava «poesie figurate». Lettere e parole venivano disposte a formare immagini e strutture che assumevano insieme una forza magica. Nei testi miniati medievali, il capolettera serviva alla lettura ma era fatto anche per essere visto. I miniatori decoravano la prima lettera con motivi ornamentali e forme geometriche così che i testi scritti diventavano vere opere d'arte che si prestavano alla lettura e alla visione per le loro qualità estetiche. Si continua a comporre poesie figurate per tutto il Medioevo e in tutte le epoche a venire, con modalità e finalità legate al tempo. *Vocali* è la poesia in cui Rimbaud unisce in una sola immagine elementi tratti da campi sensoriali differenti: suono, colore e forma grafica a una vocale. Le parole sono usate perché evocative di immagini che rinviano ad altre che emergono dal segreto dell'inconscio e si tramutano in simboli di altri stati d'animo. I rapporti che intercorrono tra scrittura e immagine sono stati indagati dalle avanguardie del Novecento. Le «parole in libertà» di Marinetti e Depero, il surrealismo di Magritte dove parole, lettere e testi compaiono insieme. La pop art di Roy Lichtenstein, la combinazione magica di parole di Alighiero Boetti sono un altro modo possibile per sentire la magia della parola che vibra e risuona nel mondo interno e fuori nell'altrove degli altri. Mi

piace riportare quanto ha scritto l'artista Giosetta Fioroni: «Quante volte ho desiderato di avere una matita per “tradurre” immediatamente sulla carta le emozioni e i pensieri che la lettura aveva suscitato in me. Prose e poesie sono da sempre, per me, *agents provocateurs* di immagini, per ideogrammi paralleli e non illustrativi ai testi. E che dai testi non dipendono più anche se sviluppano alcune delle loro tante virtualità»¹¹.

La nuova stagione della biblioterapia

Alla fine del XVIII secolo alcuni medici ispirati dagli ideali di libertà e fraternità della Rivoluzione francese piantano i primi semi della moderna biblioterapia. In Francia Philippe Pinel libera dalle catene gli alienati dell'ospedale di Bicêtre e della struttura di ricovero della Salpêtrière¹². Pinel si batte a difesa del valore terapeutico del colloquio e dell'uso della lettura nel trattamento della sofferenza mentale. Nel Granducato di Toscana, nella seconda metà del Settecento, è attivo Vincenzo Chiarugi, uno dei più importanti medici italiani dell'età moderna. In particolare Chiarugi coinvolge la società medica del tempo in una visione più rispettosa e umana del malato psichiatrico. In Inghilterra, il filantropo quacchero William Tuke, fonda a York una piccola

11 Giosetta Fioroni, *Il segno della parola*, Mantova, Corraini, 1997, p.5.

12 L'ospedale di Bicêtre ebbe varie funzioni. Iniziata la costruzione nel 1634 come ospedale militare, è stato orfanotrofio, prigione, manicomio e ospedale. La Salpêtrière di Parigi era stato costruito per ricoverare i miserabili e gli emarginati della società francese. Divenne il simbolo dell'istituzione psichiatrica in Francia.

istituzione privata con il focus terapeutico del lavoro e della lettura.

Una maggiore sensibilità al ruolo del libro come strumento di cura si ha nella prima età del XIX secolo negli Stati Uniti dove il processo di alfabetizzazione è più elevato. Due medici psichiatri, John Minson Galt II e Benjamin Rush, propongono negli ospedali dove lavorano i libri come terapia per tutti i pazienti. Nel 1853 la comunità scientifica viene messa al corrente dei benefici ottenuti grazie alle pubblicazioni dei due medici. Nel 1916 il reverendo Samuel McChord Crothers pubblica un articolo sulla rivista, fondata tra gli altri da Ralph Waldo Emerson *The Atlantic Monthly*, in cui cita il termine biblioterapia. Nell'articolo si chiarisce che biblioterapia definisce tutti quei libri che i medici consigliano ai pazienti per favorire i processi di guarigione della quale viene data prova con l'elenco dei casi seguiti dal medico ben conosciuto dallo stesso Crothers. Il medico aveva fondato il *Bibliopathic Institute* dove venivano seguiti pazienti affetti da dipendenze e problematiche affettive. Le terapie consistevano in un dialogo costante con un medico o un gruppo terapeutico che sceglievano i libri che fungevano da farmacopea. L'articolo conferma gli ottimi risultati ottenuti ma si lamenta l'assenza di dati scientifici in grado di garantire l'effettiva efficacia della biblioterapia. Si trattò di un passo in avanti significativo mentre si sentiva sempre più pressante la necessità di una riflessione profonda sui processi della psiche

sottostanti ai benefici dati dalla lettura e sulla necessità di identificare gli strumenti più adeguati per provare la scientificità del libro come strumento di cura. Di una cosa si era certi: i medici dovevano avere piena comprensione dell'originalità e dei bisogni di ogni paziente. Pochi decenni più tardi, Karl e William Menninger, medici nell'omonima clinica da loro diretta, rivendicarono le potenzialità terapeutiche dei libri su prescrizione medica e il convincimento di una proposta terapeutica personalizzata per attivare il processo psichico rivolto a condurre il paziente ad un ritorno a sé, al proprio stare bene. Grazie alla via seguita dai Menninger, si arricchisce la riflessione intorno ad un'idea di cura come relazione d'aiuto che sostiene il paziente/lettore durante l'esplorazione dei propri mondi di confine, nella ricerca di parti di sé ancora sconosciute per trovare quella che già Aristotele aveva chiamato *entelechia*, ossia quel contenuto originale della ghianda che definisce il suo destino unico di quercia.

Il punto di svolta: Caroline Shrodes e Arleen McCarty Hynes.

Nel 1949, negli Stati Uniti, Caroline Shrodes elabora, per la sua tesi di dottorato, un modello di biblioterapia psicodinamico. Secondo Shrodes le dinamiche della lettura e i processi psichici sono correlati. Leggere è un'esperienza di contatto emotivo molto intenso. Il lettore e la trama narrativa dialogano con immediatezza, con tonalità affettive. Leggere procura qualcosa di

nuovo che entra nel cuore, nella mente, nell'anima del lettore. E' come «un vissuto innescato da un evento che attiva la nostra “ricettività sensibile”¹³. La lettura trasforma il modo di esistere delle cose del mondo. Il corpo si trasforma: gli occhi si muovono, il respiro si altera, il sorriso può apparire all'improvviso. La parola scritta rivela i suoi poteri occulti: ispira e tocca le emozioni, rivela sentimenti, provoca il pensiero. Esperienza estetica, dotata di propri meccanismi generativi, il libro è il luogo dove più parti interagiscono tra loro, dove segnali misteriosi della mente e del cuore diventano parola, dedizione ad un misterioso processo di generazione, possibilità di accesso alla sorgente dell'immaginazione, all'intimità liberata che si fa attenzione ad ogni evento della vita. Caroline Shrodes descrive la struttura teorica della biblioterapia utilizzando il linguaggio psicoanalitico. La lettura è un processo dinamico di apprendimento, percezione, cognizione, attenzione e concettualizzazione. Grazie al processo immaginativo, il lettore, l'autore e i personaggi entrano in relazione. Eventi, pensieri, emozioni vengono vissute, come fosse vero, empaticamente, in un'esperienza personale, profondamente trasformativa. Mi piace riportare il racconto dell'esperienza di Aidan Chambers:

Chiunque si definisca un lettore potrà certamente contare su un certo numero di libri che in un determinato momento della vita gli ha riaperto gli occhi. Nella mia classifica personale *Figli e amanti* di D. H. Lawrence occupa un posto d'eccellenza. Quando lo lessi, a quindi

13 Edith Stein, *Il problema dell'empatia*, Roma, Tr. It. Edizioni Studium, 1998, p.208.

anni, fu per me una vera rivelazione: mi aiutò a fare chiarezza in me stesso e al contempo mi mostrò che non ero solo. Leggendo la storia mi resi improvvisamente conto che c'erano altre persone che pensavano e sentivano come me, e da quel momento non fui mai più lo stesso. Qualche anno dopo, *Orgoglio e pregiudizio* di Jane Austen mi toccò altrettanto profondamente, anche se in modo differente. Lì trovai un mondo e una varietà di personaggi talmente bizzarri e diversi da quelli che avevo incontrato fino a quel momento che fui come rapito da un incantesimo, come un esploratore che fissa attonito una nuova terra popolata da alieni [...]. Jane Austen mi ha insegnato che la letteratura ha il potere di renderci accessibili mondi diversi, personaggi ignoti, facendomi al contempo scoprire la relazione tra me e tutto ciò che mi è familiare e questi oggetti sconosciuti. Ritengo importante alla fine, soffermarmi su altri due aspetti che sottolineano il valore della letteratura: la sua *funzione pacificatoria* che ci conforta nella nostra condivisa umanità, e la sua *funzione sovversiva*, che sfida costantemente i nostri pregiudizi, le nostre radicate abitudini, il nostro autocompiacimento¹⁴.

Negli anni Sessanta la biblioterapia è considerata sempre più un alleato prezioso per le attività socio-sanitarie. La volontà di garantire una formazione adeguata a quelle professioni fa attivare, negli Stati Uniti, molti corsi di laurea che offrono lezioni di biblioterapia. Le grandi opere letterarie vengono considerate farmaco attivatore di benessere e parte fondamentale di tante istituzioni degli Stati americani. Personalità fondamentale per la biblioterapia è stata Arleen McCarty Hynes, bibliotecaria in un

¹⁴ Aidan Chambers, *Siamo quello che leggiamo. Crescere tra lettura e letteratura*, Modena, Equilibri, 2020, p.68.

ospedale psichiatrico federale. McCarty crea e struttura un centro di servizi che offre biblioterapia “su misura” per ogni paziente. L’interesse maggiore di McCarty è la terapia poetica con la quale inizia la sua attività in un laboratorio serale con poche persone. I pazienti sono incoraggiati a leggere racconti, poesie e saggi. I partecipanti ricordano che portava in aula *realia* per stimolare la sensibilità, aprirsi alla relazione con gli altri, fare esperienza dell’esistenza in modo autonomo¹⁵. Nel 1986 scrisse un manuale pratico ancora oggi strumento fondamentale per l’istruzione del biblioterapista. Alla sua morte, il Washington Post le ha dedicato un articolo definendola “una forza primaria nella creazione della National Association for Poetry Therapy”, fondamentale organizzazione professionale di terapia artistica¹⁶.

Cap.2. La scoperta dei neuroni specchio, l’arte e l’empatia.

Stare nell’umanità

In un tempo come il nostro dove l’umanità si fronteggia armata e con parole feroci, è necessario riscoprirne il senso dell’esistenza e impegnarsi a dar vita ad uno dei presupposti fondamentali per l’anima di ogni individuo: la scoperta dell’esistenza dell’altro. Il filosofo Edgar Morin riflette su quanto l’incomprensione, articolata in innumerevoli forme, renda difficile la stessa disponibilità a creare occasione di incontri autentici, a tessere legami esplorativi di mondi nuovi, reali e simbolici, a spostarsi

¹⁵ Dalla Valle, *Biblioterapia*, p.38

¹⁶ www.washingtonpodt.com/archive/local/2006/09/15/arlee-hynes-90/.

nello spazio e nel tempo, verso il passato, il presente e il futuro. In un senso più ampio, Morin indica l'incapacità di entrare in connessione profonda con le persone percependone gli stati d'animo¹⁷. Una condizione, quella empatica, ben tratteggiata nel suo essere fondativa per relazioni veramente accettanti da Carl Ramson Rogers. Fondatore della psicoterapia non direttiva, Rogers è stato tra i maggiori psicoterapeuti statunitensi nel corso del secolo passato. Parlare di empatia è molto complesso. L'antico significato deriva dalla parola greco *empateia*. Termine dalla profonda connotazione relazionale, affettiva ed emotiva, l'empatia è filosofia della speranza di cui avvertiamo l'assenza nei tempi di grandi oppressioni e discriminazioni che avvertono l'umano dell'esistenza del rischio che il filo che è relazione tra Io e Tu possa essere tagliato. La debolezza dell'empatia e la ricchezza di *hybris* consegnano la società alla smemoratezza degli atti efferati compiuti nel secolo appena trascorso, incapace addirittura di concepire l'esistenza dell'altro, la pluralità di orizzonti di vita che si integrano e germinano, un tempo in cui pensare di cogliere l'essenza del bene era quasi impossibile. Ragionare sull'empatia in relazione al bene comune è indispensabile affinché la vita non si traduca in una competizione feroce che incendia ogni cosa¹⁸. L'empatia, in realtà, è un'abilità che può essere allenata. Si tratta di un processo di non facile

17 Edgar Morin, *La via. Per l'avvenire dell'umanità*, Milano, Cortina, 2012.

18 Cfr. Chiara Volpato, *Deumanizzazione. Come si legittima la violenza*, Roma-Bari, Laterza, 2011.

comprensione, per molti aspetti misterioso. Intorno all'empatia si sono generati molti dibattiti, soprattutto in ambito filosofico e psicologico. Martha Nussbaum usa una metafora del teatro per chiarire il senso della condizione empatica:

[...] l'empatia è come la preparazione mentale di un abile attore (secondo il metodo Stanislavskij): essa implica una messa in scena partecipativa della situazione di chi soffre, ma è sempre accompagnata dalla consapevolezza che non siamo noi a soffrire. Questa consapevolezza della nostra separata esistenza è molto importante perché vi sia uno stretto legame tra empatia e compassione. [...] Se davvero provassimo la sensazione del dolore [...] allora avremo completamente fallito nel comprendere il dolore di un altro in quanto tale. E dobbiamo essere anche consapevoli della nostra differenza qualitativa rispetto a chi soffre [...]. Riconoscere questo, infatti, è cruciale per giungere alla corretta valutazione del significato della sofferenza per chi soffre [...]. Si richiede una forma di «doppia attenzione» in cui immaginiamo cosa sia essere al posto di chi soffre, conservando al contempo la consapevolezza di non esserci, al suo posto¹⁹.

Consideriamo l'empatia una guida fondamentale sul piano della psiche. E' molto probabile che senza di essa l'umanità resti insensibile e inerte, priva dello strumento per dare significato alla situazione che osserva. «L'empatia» scrive ancora Nussbaum «è uno strumento molto importante per cogliere il senso di ciò che

19 Martha Nussbaum, *L'intelligenza delle emozioni*, Bologna, Il Mulino, 2004, pp.394-95.

sta accadendo all'altra persona, e anche per creare interesse e una forma di contatto»²⁰.

Non è possibile ricostruire qui gli studi e gli approfondimenti continui sull'esperienza empatica. Ricordo brevemente la figura di Friedrich Theodor Vischer, filosofo e poeta, che alla fine dell'Ottocento definisce la partecipazione emotiva dell'osservatore con l'oggetto artistico con termine *Einfühlung*. Freud lo considera un meccanismo psichico mediante il quale è possibile adottare un certo atteggiamento verso un mondo psichico esterno a sé²¹. Intorno agli anni Settanta del Novecento, Heinz Kohut, tra i maggiori teorici dell'empatia in psicoanalisi, pur insistendo, sulla base della sua ampia esperienza clinica, sulla fallibilità e limitatezza dell'empatia, ne sottolinea il valore come guida ad una risposta adeguata, «un'informatrice adeguata sull'azione» più adatta davanti ad altri soggetti d'esperienza²². Rollo May, psicoterapeuta americano tra i padri fondatori del Counseling, l'empatia è un atto fondamentale di generosa e amorevole dimensione emotiva di chi si pone sullo sfondo per far risuonare in sé la comprensione del mondo intimo dell'altro²³. L'atto empatico realizza relazioni responsabili che hanno nel loro esistere, il riconoscimento, la scoperta e l'esplorazione di Io e Tu come scelta impegnata. May insiste sulla qualità catartica

20 Ivi, p.398.

21 Sigmund Freud, *Psicologia delle masse e analisi dell'Io*, Torino, Bollati Boringhieri, 1975.

22 Heinz Kohut, *Introspezione ed empatia. Raccolta di scritti (1959-1981)*, Torino, Bollati Boringhieri, 2003.

23 Rollo May, *L'arte del counseling*, Roma, Astrolabio, 1991.

dell'atto empatico: comprensione e condivisione emozionale sono azioni che scardinano le barriere artificiali con lampi di luce, elidono il distacco della relazione superficiale per conferire visibilità all'umanità di Tu.

Scrive ancora Nussbaum che: «l'empatia ha importanza perché si frappone tra noi e una forma di male particolarmente atroce- perlomeno per coloro nei confronti dei quali la proviamo»²⁴. La Storia e il quotidiano testimoniano come alcuni esseri umani non riconoscano assolutamente l'umanità. L'incapacità totale di entrare in empatia con gli altri è profondamente connessa con l'assenza totale di consapevolezza di fare del male. La scrittrice americana Joyce Carol Oates descrive questa condizione nel romanzo *Zombie* per sottolineare quanto la capacità di immaginazione rivesta un ruolo primario dell'essere umani²⁵. L'attività immaginativa mette luce nello sguardo e lavora per riconoscere l'umano anche negli animi dove si agiscono azioni che non ammettono umanità.

Il magico potere dei neuroni specchio

Nel 1992 un gruppo di scienziati coordinati da Giacomo Rizzolatti hanno scoperto nell'uomo la presenza dei neuroni specchio, cellule altamente specializzate nella ricezione, elaborazione e trasmissione di informazioni verso altri neuroni grazie a segnali elettrici e chimici. Si tratta di una scoperta

²⁴ Nussbaum, *L'intelligenza*, p.402.

²⁵ <https://www.treccani.it/enciclopedia/joyce-carol-oates/>

fondamentale che fa luce sulla comprensione affettiva che fa prendere coscienza all'interno di azioni ed emozioni altrui. In altri termini, i gesti esterni al cervello di chi guarda appaiono all'interno come se gli stesse facendo lui stesso. L'osservazione scientifica ha individuato i neuroni specchio in quelle aree del cervello dove si svolgono importanti attività legate all'umore, al senso di autocoscienza, alle emozioni²⁶.

La connessione tra i neuroni specchio e il riconoscimento delle azioni altrui dimostra con certezza l'esistenza dell'empatia. La collaborazione tra Vittorio Gallese e David Freedberg ha portato all'individuazione dell'interdipendenza tra emozione psichica e movimento corporeo così da definire l'empatia una *simulazione incarnata* a livello precognitivo. Si tratta di meccanismi universali incarnati che riproducono azioni, sensazioni fisiche, emozioni che si attivano davanti alla visione esterna, per esempio di un'opera d'arte. Freedberg, tra i più autorevoli storici dell'arte vivente, parla di stato empatico con l'opera d'arte. Attraverso lo sguardo si attivano i meccanismi empatici che mettono in azione la medesima area cerebrale dello spettatore come se quest'ultimo eseguisse l'azione raffigurata. Questa partecipazione degli altri o degli oggetti ci dà una conoscenza più immediata e intima. Secondo Rollo May questa partecipazione è un abbandono alla visione in trasparenza, alla capacità di cogliere le cose nascoste nel profondo di ognuno:

²⁶ Si tratta dell'area del lobo frontale, del lobo parietale e il lobo dell'insula.

Così, “facendone esperienza”, noi conosceremo sulla nostra pelle, come dice Keats. È pura follia pensare di poter conoscere un altro attraverso l’analisi o delle formule; qui la comprensione in quanto partecipazione trova i suoi veri termini. In altre parole è impossibile conoscere un’altra persona senza esserne innamorati, in senso lato. Ma questo stato significa che entrambi verremo modificati dall’identificazione che l’amore comporta²⁷.

Biblioterapia e neuroni specchio

Il paradigma dell’alterità in relazione ai rapporti interpersonali è stato profondamente modificato grazie alle scoperte delle neuroscienze. Le dimostrazioni sulla differenza tra la realtà dell’oggetto e realtà della conoscenza ci portano a ritenere che l’attività dei neuroni specchio si attivi anche durante la lettura. Piergiorgio Strata sottolinea che nell’interazione tra corpo e cervello, l’attività di produzione e trasformazione dell’energia attiva e trasformativa, presente in ogni individuo, genera non solo i comportamenti ma anche immagini, in base all’impatto emotivo che lega nell’unità psiche-soma ricordo, attenzione e permanenza²⁸.

Le attività mentali del cervello operano attraverso simboli. La comprensione di ciò che avviene all’esterno è dato dal risultato dell’interpretazione che i recettori sensoriali danno alle sollecitazioni percepite. Le informazioni vengono modificate dai

²⁷ May, *L’arte del counseling*, p.53.

²⁸ Piergiorgio Strata, *La strana coppia. Il rapporto mente cervello da Cartesio alle neuroscienze*, Roma, Carocci, 2014.

sottosistemi del sistema nervoso. Nello stesso modo avviene nella registrazione del movimento. Il cervello, scrive Strata, genera simboli che sono tradotti in movimenti reali dai sottosistemi motori. Da queste osservazioni si è potuto dedurre che i neuroni specchio si attivano anche durante la lettura e questo certificherebbe il suo ruolo a livello neuronale come attivatore empatico. La trama, i personaggi, i luoghi, l'autore stesso interagiscono con l'universo interno del lettore che a sua volta si pone in relazione con la realtà del libro. Antonio Damasio ha chiamato "organismo indissolubile" l'unione di mente, corpo e spirito per definire le relazioni interne al corpo²⁹. Damasio ha dimostrato, attraverso l'osservazione di casi clinici ed eventi neurologici, il fondamentale apporto cognitivo dei sentimenti. Le emozioni, sono fondamentali per elaborare e interpretare i fatti, rendono il pensare molto più efficace, svolgono un ruolo decisivo nell'orientamento dei processi decisionali e nell'apprendimento di regole e consuetudini sociali che consentono un vivere sociale appropriato e funzionale. Nel caso della lettura, i personaggi, gli eventi, i luoghi, l'autore interagiscono con la realtà interna del lettore che a sua volta si connette con l'universo del libro. In questo modo si creano significati che coinvolgono una vastità di interazioni. Questa attività complessa appare compatibile con le potenzialità dei neuroni specchio. La parola si trasforma in immagine e, insieme,

29 Antonio Rosa Damasio, *L'errore di Cartesio. Emozione, ragione e cervello umano*, Milano, Adelphi, 1995.

parola e immagine creano emozione. I meccanismi empatici si attivano e mettono in moto la medesima area cerebrale che si attiverebbe in chi esegue l'azione raffigurata. La descrizione di un volto sofferente o divertito, di un paesaggio addormentato, le colorazioni dei fogliami, l'odore di un profumo, accendono i meccanismi nascosti e conosciuti dall' "organismo indissolubile" evocano all'interno del cervello di chi legge, la stessa immagine, ricordi, sensazioni, sentimenti. E' Vittorio Gallese a confermare che il sistema dei neuroni specchio è attivo anche durante la comprensione di espressioni linguistiche che rappresentano le medesime azioni. Cito, a titolo di esempio, una breve descrizione del volto di Knulp, il viandante innamorato della vita che dà il titolo ad uno dei più famosi romanzi brevi di Hermann Hesse. L'autore descrive il volto del personaggio osservato mentre dorme dal punto di vista della donna che lo ospita nella sua casa:

Vide, al di sopra degli occhi chiusi, le folte sopracciglia sulla fronte chiara e delicata, le guance scarne, ma abbronzate, le labbra fini e rosse e il collo snello; e tutto le piacque e le rammentò il tempo quando, cameriera al Cervo d'oro, si era lasciata amare per capriccio primaverile da un simile bel ragazzo forestiero³⁰.

Se, per un momento ci fermiamo a osservare e sentire quale immagine di Knulp si forma nella nostra mente e cosa sentiamo nascere in noi durante la lettura. Sicuramente sarà molto diverso rispetto a ciò che prova la padrona di casa, «trasognata e un po'»

30 Hermann Hesse, *Knulp*, Milano, Mondadori, 1980, p.31.

eccitata». Knulp ha la stessa bellezza di un suo giovanile innamorato e ridesta in lei antichi ricordi, emozioni, sogni che si riconnettono al suo lavoro, alla giovinezza passata. È certo che ogni lettore creerà in se sollecitazioni interpretative molto diverse rispetto a quelle date dal personaggio femminile che osserva.

La fonte del processo di valutazione, che se sano, è flessibile, mutevole e originale, è chiaramente all'interno della persona che legge.

In questo modo si dimostra che l'attività di lettura non è una ricezione passiva di informazioni. La narrazione dà voce a immagini, fantasie, riflessioni, esperienze passate e future e nello stesso tempo, il lettore, ha percezione di essere sollecitato a trasmutare sentimenti e pensieri per condursi su nuove strade del vivere. Scrive Luigina Mortari che «il lavoro del pensare che cerca la verità dell'essere, decidendosi per il quale l'essere umano risponde alla chiamata etica di dare forma al proprio tempo, ha bisogno di una particolare forma di ragione: vitale, vivente, che inventa, crea, pensa, altrimenti da ciò che è dato»³¹.

L'immersione nel testo letterario dà vita ad emozioni che trasformano la qualità dell'esserci, riattivano un flusso inarrestabile di ricordi, visioni, speranze, immagini, desideri. L'esperienza della lettura si fa esperienza di realtà straordinarie, che il lettore, con l'atto del pensare e del riflettere, attiva generando una nuova relazionalità. In tal modo si specifica che la

31 Luigina Mortari, *Aver cura di sé*, Milano, Raffaello Cortina, 2019, p. 71.

realtà del pensare per essere buona, ha bisogno del confronto con l'altro.

Cap.3. Hermann Hesse: dedicarsi a sé, dedicarsi all'altro.

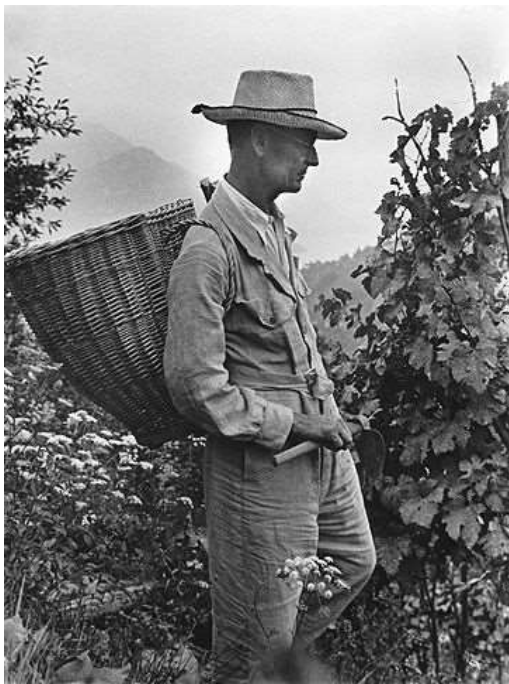
Orizzonti di crisi. Vivere con ferite profonde.

La figura e l'opera di Hermann Hesse hanno affascinato generazioni di lettori e per molti di questi che hanno voluto farsi pellegrini sulle strade dell'anima, entrambe sono state fondamentali per dare sollievo alla mente e al cuore.

Oggi, in un tempo in cui tutto appare rischioso e faticoso, ho la convinzione che la *Weltanschauung* di questo scrittore, che ha indagato il tema del senso del destino, dell'immagine «di un preciso carattere individuale dotato di alcuni tratti indelebili» che porta ad essere quello che si è e con il quale ho intessuto una relazione formativa sentimentale che si è espressa in un succedersi di piccoli viaggi di esplorazione tra le diverse possibilità di esistere della vita, possa essere nuovamente d'aiuto ai lettori. Ci troviamo di fronte a una delle più complesse crisi dell'umanità. «Il vascello spaziale Terra», scrive Edgar Morin, «è spinto da quattro motori incontrollati: la scienza, la tecnica, l'economia, il profitto. E ciascuno di loro è alimentato da una sete insaziabile: la sete di conoscenza, la sete di potenza, la sete di possesso e la sete di ricchezza»³².

³² Edgar Morin, *La via. Per l'avvenire dell'umanità*, Milano, Raffaello Cortina, 2012, p.15.

L'universo umano è sottoposto ad una regressione antropologica ed è tempo che ogni individuo si chieda da che parte stare. L'esistenza e la cura dei beni comuni viene ignorata, le attività non monetizzabili, in modo particolare tutto ciò che non può essere misurato o calcolato, ha perso significato reale: sofferenza, dignità, amore, felicità appaiono dimenticati. Appare vitale solo la concezione tecnoeconomica dello sviluppo, fondata sul calcolo come strumento di conoscenza e sapienza. Il mondo, privo di



calma, silenzio e autenticità, ricorda Morin, ha prodotto un sottosviluppo intellettuale che sfida la ricerca del senso più profondo dell'esistenza umana. In un simile panorama di grande fermento che inquieta, spesso povero di speranza, talvolta sterile a livello creativo, l'attenzione catalizzata verso la guerra, ha bisogno di svincolarsi dagli

schemi imposti dalla società per continuare a dare voce alle necessità più profonde dell'anima. È in questi tempi, che temiamo perché ci assorbono rendendoci complici di ciò che accade, che l'individuo può mettersi in una posizione di ascolto e di osservazione interiore, offrendosi l'opportunità di guardare in

silenzio la propria verità, purificata dagli automatismi acquisiti dall'educazione, dalla cultura, dalla società. Coltivare il sentimento irrefrenabile del pellegrino che cerca e insegue il proprio destino, perfetta incarnazione dell'individuo creativo che cammina sempre sulla propria strada, consapevole delle proprie contraddizioni, bisogni, vitalità, ma sempre fedele a se stesso³³.

Il rischio, altrimenti, è di dimenticare «l'innocenza dell'infanzia e la spiritualità essenziale dell'individuo», ovvero la parte più autentica di noi stessi³⁴.

Per tali e altre ragioni questo lavoro vuole essere un pellegrinaggio psichico nella vita e nel processo creativo e individuativo di Hermann Hesse, paradigma di una persona che entra in contatto con il proprio mondo fantasmatico interiore per trovare il proprio centro e avvicinarsi al Sè, unica via per realizzare il piano segreto inciso nel cuore e stabilire un'alleanza con il mistero dell'altro che vive nel mondo. La visione che Hesse ha del mondo, terra di immaginazione, attesa, luogo di cammino dove grazia e trepidazione si incontrano, dove gli anelli del dolore si congiungono con la speranza, sospinge il lettore ad ascoltare la sua parola scritta che insegna e insegue la libertà e lascia intendere come ogni persona possieda «un mito di riferimento, e di conseguenza una missione da compiere, perciò deve attraversare, affrontare e superare svariate prove alle quali

33 Aldo Carotenuto, *La chiamata del daimon. Gli orizzonti dell'amore e della verità in Kafka*, Milano, Bompiani, 1989, p.145.

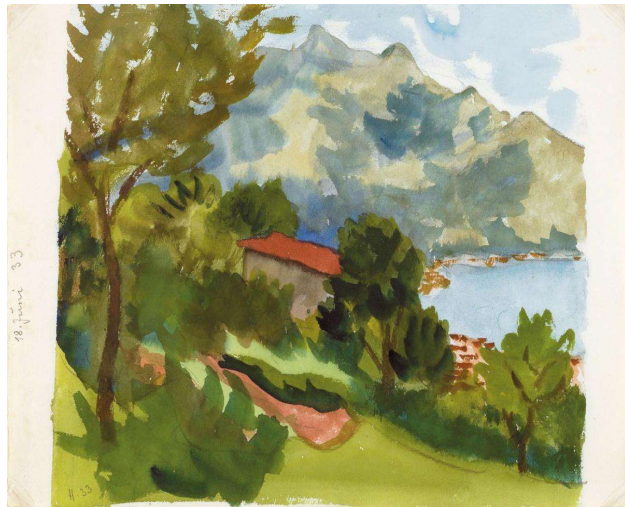
34 Donald Kalsched, *Il trauma e l'anima*, Bergamo, Moretti e Vitali, 2013, pp.306-307.

non può sottrarsi, se vuole realizzarsi e compiersi come individuo»³⁵.

Breve biografia di Hermann Hesse

Hermann Hesse nasce nel 1877 a Calw, una piccola città del Württemberg, a nord della Foresta Nera. La descrizione che ne fa Hesse è quella di una cittadina di provincia in riva al fiume Nagold circondata da

una natura splendente di brillanti tonalità cromatiche. Il ponte quattrocentesco, le case medievali, il ricordo di Schiller e Hölderlin, nati nella regione, portano



l'immagine di un angolo di Germania immerso in una spirituale soavità. Una dimensione fuori dal tempo che poco ha a che vedere con l'industrializzazione massiccia e con la sacralizzazione delle forze armate e della guerra imperanti ormai nella Germania guglielmina. Dal 1870 in poi, le autorità tedesche hanno coltivato il principio che le armi e la guerra sono il solo strumento della grandezza tedesca, ideologia foriera della Prima guerra mondiale³⁶.

35 Matteo Marino, *Hermann Hesse e il mito di Sè. L'uomo creativo che viveva con gli archetipi*, Bergamo, Moretti e Vitali, 2017, p.92.

36 Barbara Tuchman, *I cannoni d'agosto*, Milano, Garzanti, 1963, p. 34.

I genitori di Hermann sono entrambi missionari di fede pietista, indologi e grandi esperti di lingue e dialetti indiani. Il padre e il nonno materno, orientalista di fama, sono stati missionari evangelici in India.

Hesse, fin da ragazzino, vive immerso nell'universo della scrittura. La lettura, insieme alla musica, è una delle sue occupazioni preferite. Egli ama la poesia, la letteratura, i colori, la lingua. Le biblioteca del nonno materno e del padre ospitano volumi che soddisfano la sua curiosità e gli fanno gustare momenti di intensa partecipazione al pensiero orientale e ai suoi maestri di saggezza. Una cultura cosmopolita e umanistica delinea la trama di fondo della sua personalità intellettuale. Un'atmosfera piacevole incrinata intensamente però dal rigore dell'educazione protestante e dai conflitti e contraddizioni familiari che tormentano la sua infanzia e adolescenza. La rigida educazione scolastica, le crisi depressive a cui fa seguito il tentativo di suicidio, le terapie per curare la sua "malinconia" e l'esorcismo per liberarlo dai demoni che lo tormentano, hanno come unico risultato di indurre il giovane Hermann a odiare se stesso. Contemporaneamente contribuiscono a preparare quel fondo inconscio da cui egli trae la decisione di affidare la sua esistenza al regno dell'arte per individuarsi nella vita come poeta e pittore.

Hesse attraversa la vita oppresso spesso da periodi di intensa sofferenza psichica e fisica. Gli *imprinting* infantili hanno

deformato il suo senso di totalità e i traumi irrisolti assorbito le sue energie. Tuttavia le voci del mondo interno sono fondamentali alla realizzazione del suo destino di artista. A ventidue anni pubblica la sua prima opera, *Un'ora dopo mezzanotte* e da questo momento fino al 1943, quando concentra tutte le proprie forze nella stesura della sua opera più complessa, *Il gioco delle perle di vetro*, la sua attività creativa non conosce sosta. Ma è con le opere più conosciute, *Demian*, *Siddharta*, *Il lupo della steppa*, *Narciso e Boccadoro* che Hesse dà vita a quel personaggio del vagabondo tra i mondi, il pellegrino chiamato alla scoperta di sé, di quella forma e carattere e non di un altro che sta al centro di ogni esistenza umana.

Vita in famiglia e incontri psicoanalitici

Hermann Hesse si sposa tre volte. Dal primo matrimonio con la fotografa svizzera Maria Bernoulli ha tre figli, ma solo con la terza moglie, la storica dell'arte Ninon Dolbin, egli trova quell'appoggio tranquillo per la sua labilità e irrequietezza³⁷. Maria Bernoulli, completamente assorbita dalla vita familiare, al figlio più piccolo viene diagnosticata una malattia neurologica che richiede assistenza continuativa, viene colpita da un collasso nervoso assai grave che impone il suo temporaneo ricovero in una clinica per malattie mentali. La condizione psichica di Hesse, travagliata da continue contraddizioni e tormenti, lo induce a ricorrere al trattamento psicoanalitico. E' in cura prima dal dottor

³⁷ Ralph Freedman, *Hermann Hesse. Pellegrino della crisi*, p.477.

Joseph Lang con cui manterrà un forte legame di amicizia per tutta la vita e poi da Carl Gustav Jung di cui Lang era collaboratore. L'avventurarsi nel regno del proprio Inconscio sarà fondamentale per tutta la sua l'opera artistica. Hesse muore a Montagnola, nei pressi di Lugano, nel 1962.

Romanzi e personaggi

Attraverso i personaggi dei suoi romanzi, Hesse rivive, nel senso catartico, la dimensione mitica dell'Eroe. Il viaggio trasformativo prende il via nel fascino inequivocabile della vita errabonda, alla scoperta di un mondo che sta altrove, un mondo fresco, naturale, idilliaco. Il suo primo romanzo che porta il nome del personaggio principale, *Peter Camenzind*, è un romanzo di formazione che narra la vita di un uomo alla ricerca di sé. Peter lascia i segreti incanti della terra natia, le valli profumate, le amate montagne, per assaporare il mondo cittadino attraverso infinite esperienze positive e negative. Peter Camenzind è il primo personaggio in cui Hesse proietta le sue inquietudini e i suoi desideri, i suoi dubbi e la sua vocazione più profonda. Molti anni dopo la pubblicazione di questo romanzo, nel 1928 l'autore compila il saggio *Una notte di lavoro* in cui definisce il concetto di biografia dell'anima, *Seelenbiographie*, riferendosi in maniera esplicita alla connessione tra sé stesso e i protagonisti dei suoi romanzi. Gli eroi letterari descritti si presentano come proiezioni dello stesso autore, uomini in costante ricerca della propria

identità e di una centralità stabile. Il viandante, nella lingua tedesca il termine *Wanderer* indica colui che segue un cammino non verso un luogo fisico, reale, piuttosto è colui che percorre una in direzione di un luogo dello spirito. Il viandante va alla ricerca di se stesso o meglio di quel qualcosa di indefinibile di sé di cui si è certi dell'esistenza per quella costante, lontana voce percepita nel proprio animo ma che sfugge ad ogni esame minuzioso della ragione. La *Wanderung*, la peregrinazione, che tanto ricorda il cammino spirituale degli antichi pellegrini e che ha nel misticismo universalistico il suo referente, si tramuta nel fascino inequivocabile della vita errabonda, alla scoperta di un mondo che sta altrove, nascosto nelle pieghe dell'anima del viandante. A piedi, dalle amate montagne, oltrepassando valli profumate, sotto i segreti di nuvole incantevoli, *Peter Camenzind*, descrive un viaggio trasformativo, solitario perlopiù, ma in compagnia dell'anima:

Uscito da quella casa, m'incamminai difilato fin dove la strada montava su un dosso donde tutta la regione apparve buia e notturna davanti a me. un'unica barca, col fanale rosso, attraversava il lago disegnando una striscia ondeggiante e scarlatta nell'acqua nera, donde emergeva qua e là soltanto qualche sottile cresta dall'argenteo contorno. [...]. E come il vento accarezzava, investiva e curvava i rami degli alberi da frutto e le fronde degli ippocastani, facendoli gemere e ridere e tremare, così la passione giocava con me. In cima al colle m'inginocchia, mi buttai per terra, balzai nell'erba,, scrollai gli

alberi piangendo, ridendo, singhiozzando, smaniando e vergognandomi, ma beato e conturbato³⁸.

Ralph Freedman riporta una lettera scritta da Hesse, rivolta agli studenti francesi, chiarificatrice del suo stesso sentire in questa narrazione: «Il mio primo romanzo è stato scritto a Basilea [...]. Proviene da quel tempo mitico, assai anteriore alle grandi guerre e alle rivoluzioni del nostro tempo [...] di cui avrete sentito parlare dai vostri genitori e dai vostri nonni. Pure non effonde serenità e appagamento perché è l'opera e la confessione di un giovane»³⁹.

Riporto questi passi poiché mi piace pensare che il tempo dedicato alla lettura di questo romanzo corrisponda ad un atto generoso che il lettore concede a sé stesso con lo scopo di creare, magari fin dalla prima giovinezza, un tempo per pensare la necessità di porre attenzione alle richieste del mondo interno come a una priorità. Una imperiosa necessità, quella di *Peter Camenzind*, un giovane uomo oppresso dalle «claustrofobiche norme di una società indifferente» per partire dal villaggio dove è nato allo scopo di sperimentare il mondo e la natura, nel tentativo di restituire alle cose il loro cuore e riflettere sull'esperienza vissuta. Niente può essere più svilente e umiliante, ha scritto Maria Zambrano, che sostenere la vita così come accade, senza comprendere cosa muove l'essere e capire come agire per esserci

38 Hermann Hesse, *Peter Camenzind*, Milano, Mondadori, 1992, p.49.

39 Ralph Freedman, *Hermann Hesse*. p.162.

nella verità più originale, osando vivere per se stessi, capaci di una direzione esistenziale consapevolmente scelta⁴⁰.

In *Peter Camenzind*, Hesse invita, quando la direzione di senso si inceppa, nei momenti che allontanano da una vita significativa, a ripensare il mondo e la natura con nuove immagini, e a cercare, in un'esplorazione instancabile, la possibilità di svolta, del passo in avanti verso nuovi approdi, verso una nuova complessa forma umana.

Un'altra vita. La guerra e l'esperienza psicoanalitica

Nel 1914 la guerra irrompe nel mondo. Di fronte all'imminente catastrofe che si prepara, lo stato d'animo di Hermann Hesse oscilla tra desolazione, insofferenza e un profondo senso di ripugnanza per il massacro che si prepara. Egli pubblica sul *Neue Zürcher Zeitung* un articolo dove deplora «l'indirizzo della stampa militante in entrambe le parti contendenti»⁴¹. L'intento di far leva sugli intellettuali, richiamandosi all'indiscutibile valore della vita umana, non va a buon fine. Gli intellettuali tedeschi rispondono in maniera aggressiva e lo investono di offese e insulti. Lettere anonime e furibonde gli vengono inviate senza soluzione di continuità. È un'esperienza che lo lascia disgustato e amareggiato. Intanto la guerra e la situazione personale e familiare si fanno sempre più tragiche. La morte del padre e la malattia del figlio Martin lo esauriscono rendendolo ancora più

40 Maria Zambrano, *Persona e democrazia*, Milano, Bruno Mondadori, 2000.

41 Freedman, *Hermann Hesse*, p.249.

vulnerabile ai suoi stessi conflitti esistenziali. Il matrimonio che ristagna per i problemi irrisolti aggredisce le sue risorse e la sua vitalità. Lo scrittore scivola in una pesante crisi depressiva ma contemporaneamente acquista consapevolezza che la sua crisi interiore si rispecchia nella tragedia della crisi mondiale. L'attività di assistenza ai prigionieri di guerra malati o feriti gestita in cooperazione con la Croce Rossa Internazionale, si rivela troppo faticosa per le sue forze. Hesse aveva costituito e organizzato una rete di supporto per i prigionieri di guerra tedeschi in Svizzera. Si trattava di fare un lavoro di ricerca e di rifornimento di libri. Alla preparazione delle liste e alla compilazione di lettere da inviare nelle regioni di lingua tedesca con la richiesta di libri da donare ai prigionieri di ogni ceto sociale e culturale, Hesse si dedica anche alla pubblicazione di un periodico quindicinale e alla stampa di libri da spedire ai prigionieri che ne facevano richiesta. L'energia profusa a tutte queste attività e il deteriorarsi della situazione familiare costringono lo scrittore al ricovero presso la clinica Kurhaus Sonnmatt. Qui inizia la terapia analitica con Joseph Lang, giovane collaboratore di Carl Gustav Jung, di cui si è già detto sopra. La psicoanalisi è un'esperienza determinante per Hesse. Dopo poco più di un anno e mezzo di incontri terapeutici, vive una sorta di conversione a sé che orienta la sua creatività verso nuove direzioni. In questo frangente accetta il suggerimento di Lang e inizia a dipingere. Le tonalità delle prime immagini sono

dense di oscurità, ma con l'aiuto dell'analisi diventano via via limpide e luminose. Hesse dipinge i suoi sogni e in maniera sorprendente trasforma e approfondisce la sua natura poetica⁴².

Il viaggio necessario nel dolore antico trasforma il suo sentire la vita e la sua stessa opera letteraria. La sua sofferenza trasforma il suo esserci nel tempo. Egli vive la sua creatività e i suoi aspetti più umbratili e misteriosi in un costante rapporto dialettico tra luce e oscurità, tra un vivere raccolto e fecondo in solitudine e un vivere attivo, poetico, sociale e politico intensamente produttivo.

Nuove espressioni letterarie

Sono queste le premesse per *Demian*, la sua nuova opera, da egli stesso considerata dopo *Peter Camenzind*, la sua seconda autobiografia spirituale. Pubblicata nel 1919, è firmata con lo pseudonimo di Emil Sinclair, forse per sottolineare il distacco con la vita e le opere precedenti.

In *Demian*, come più tardi in *Siddharta*, sono rintracciabili le fasi del

rinnovamento spirituale e artistico di Hesse. I contenuti letterari sono fortemente rappresentativi del processo di individuazione, fine ravvisabile nei vari romanzi e modello per quanti vogliono rispondere alla voce dello spirito del profondo e alla verità che esso conserva, celata. I sentimenti e le emozioni vibranti da



42 Freedman, Pellegrino, pp.273-280.

Demian possiedono una traiettoria sicura e stabile che sollecita il lettore ad avvertire il fluire vitale dell'invisibile energia che emana dalla trama narrativa. Leggere *Demian* motiva la ricerca e «l'ascolto dell'antica presenza di *anánchē*, con il destino, con quel carattere che non può essere che quello, che appartiene all'individuo, come un dono ricevuto al momento della nascita dalla fata madrina»⁴³.

Leggere per ascoltarsi davvero.

L'atteggiamento creativo del sentire se stessi nasce nel lettore immerso nel racconto e produce una relazione benefica tra cuore e mente. Quando la forza segreta e sottile della parola scritta inizia ad agire e a realizzare una connessione a livello dell'immaginazione vivificatrice, questa si risolve in una diversa visione di sé, che promuove un nuovo senso dell'esserci a questo mondo. Mi piace sostenere che nelle parole di Hesse vi sia l'essenza di una guida benevola verso i luoghi dell'anima di ogni lettore dove si può trovare l'espressione del coraggio di sviluppare il proprio sentiero seguendo la propria individualità e credendo in essa.

Le parole sovversive presenti in *Demian* si espandono e donano la percezione della vastità del cuore che incalza a individuare la via che conduce al luogo dove il cuore e la mente si toccano per respirare insieme:

43 James Hillman, *Il codice dell'anima*, Milano, Adelphi, 1997, p.22.

Come una fiamma tagliente mi investì a questo punto l'intuizione che ognuno ha un compito, ma nessuno quello che egli stesso ha potuto scegliere, circoscrivere e amministrare a volontà. E' errato aspirare a nuovi dei, assolutamente errato voler dare qualcosa al mondo. Per gli uomini illuminati non esiste nessunissimo dovere, tranne uno: di cercare se stessi, di consolidarsi in sé, di procedere a tentoni per la propria via dovunque essa conduca [...]. La vera vocazione di ognuno è una sola. Quella di arrivare a sé stesso»⁴⁴.

L'identificazione con il lettore

Difficile dire in poche parole le qualità magistrali di Hermann Hesse poiché egli stesso declina l'idea stessa di essere un maestro. Tuttavia vi è una dimensione "socratica" nella sua narrazione. Il suo insegnamento sta nell'avviare il lettore alla riflessione su di un proprio destino di incarnazione personale che realizzi ogni potenzialità e operi a intuire l'invisibile autentico per condurlo nel mondo ad operare incessantemente alla creazione di sé come opera artistica unica e irripetibile, lontano dalle logiche di una società opprimente da compiacere.

Di seguito ho voluto trascrivere alcuni passi di *Demian* dove l'identificazione dell'autore con i bisogni spirituali dei lettori di una generazione «di guerra», che si avvia ad un atteggiamento trasformativo di sé e costruttore di un orientamento positivo al bene comune, è perfettamente riuscita. «Non era impresa da poco per Hesse», scrive Ralph Freedman, «aver trasformato una

44 Hermann Hesse, *Demian*. Milano, Mondadori, 1982, p.189.

semplice storia adolescenziale in un itinerario di salvezza per una società di scontenti. La sua sintonia con la generazione della guerra era così profonda che gli riuscì di mostrare come la crisi di un giovane potesse essere sintomatica di quella di tutti gli altri, e come la catastrofe e il rinnovamento mondiali, nella prospettiva del 1917, fossero la catastrofe e il rinnovamento di un'intera generazione»⁴⁵.

Demian è un libro da leggere in modo psicologico. Scrive James Hillman che i personaggi poetici, a me piace aggiungere anche i personaggi letterari e i loro autori «forniscono i mezzi per comprendere la più ampia gamma del comportamento umano, dell'umana fantasia e dell'umana psicopatologia. Nello specchio di queste immagini riconosciamo noi stessi»⁴⁶.

In questa condizione possiamo leggere il personaggio di Emil Sinclair, che, dopo aver trascorso il tempo della fanciullezza pericolosamente vicino a un mondo interno pieno di eventi oscuri, abbarbicato all'immagine ideale ed edulcorata di una famiglia benevola che non lo fa sentire solo e sperduto, ma lo spaurisce e lo rende vulnerabile a quel mondo di fuori ricolmo di attrattive pericolose e seducenti, ma che esercitano una intensa tensione seduttiva. Sinclair è dolorosamente scisso in due parti, tra le norme e i dogmi della società e ciò che le parti più profonde di sé gli dettano. Si orienta con difficoltà nelle cose della vita e finisce con l'essere vessato da un arrogante teppista

⁴⁵ Freedman, p.285.

⁴⁶ Cfr. James Hillman, *L'anima del mondo e il pensiero del cuore*, Milano, 1993.

che vive in paese. L'incontro con Max Demian, il nuovo compagno di classe, è per Sinclair l'incontro con l'angelo salvatore. Demian gli indica l'esistenza di altre possibilità di espressione nella vita, più consone all'essenza profonda di sé. Inizia, così, il percorso spirituale di Sinclair che oltrepassa la parte più acerba, distruttiva e ingenua del suo carattere salvandosi dalla morte interiore. Max Demian altro non è che l'immagine dello parte alta, eterna presente in ogni individuo. E' il principio divino che vive in Sinclair, il *daimon* socratico e junghiano, che è necessario far emergere come parte vera e autentica di sé, che discosti atteggiamenti e comportamenti dai preconcetti e muova, con il cuore coraggioso su strade nuove. Sinclair/Hesse, sempre più consapevole della realtà, della necessità trasformativa di ogni cosa che per essere deve prima morire scrive :

Col tempo mi accorsi però di aver valutato male gli uomini. Per quanto il servizio e il pericolo comune li uniformasse, vidi molti vivi o moribondi accostarsi magnificamente alla volontà del destino. Molti, moltissimi aveano, non solo all'assalto, ma sempre, quello sguardo saldo, lontano, quasi un po' ossessionato che nulla sa della meta e denota la piena dedizione al fatto mostruoso. Qualunque cosa credessero, certo erano pronti, e con loro si sarebbe potuto plasmare l'avvenire. E quanto più il mondo pareva concentrato sulla guerra e l'eroismo, sull'onore e altri antichi ideali, quanto più lontana e inverosimile suonava la voce d'un apparente senso di umanità. [...]. In fondo in fondo qualche cosa stava nascendo, qualcosa come una nuova umanità. Infatti potei vederne parecchi, e taluno di loro cadde al

mio fianco, che col solo sentimento avevano intuito come l'odio e il furore, la strage e la distruzione non fossero legati all'oggetto. [...]. I sentimenti primordiali, anche i più feroci, non investivano il nemico, ma la loro opera cruenta era soltanto emanazione dell'intimo, dell'anima in dissidio, la quale voleva infuriare e uccidere, distruggere e morire per poter rinascere. Un gigantesco sparviero lottava per uscire dall'uovo, e quest'uovo era il mondo, e il mondo doveva andare in frantumi⁴⁷

Nel romanzo Hermann Hesse rivela la propria natura e la traduce nella critica all'epoca di cui egli si rammarica, carica di odio e di esaltazione della guerra. La si ritrova nelle parole che Demian rivolge a Sinclair prima di arruolarsi:

Dappertutto regnava la tendenza a unirsi e a formar gregge, mentre in nessun luogo c'erano libertà e amore [...]. Piccolo Sinclair sta attento. Io dovrò andarmene [...]. Se mi chiamerai, non verrò più così volgarmente a cavallo o col treno. Allora dovrai ascoltare il tuo cuore, e ti accorgerai che dentro ci sarò io. Intendi?»⁴⁸.

Demian è la difesa incessante e coraggiosa della dignità individuale. Emil Sinclair rifiuta il proliferare interiore di paesaggi condizionati e ripetitivi. Aspira agli spazi aperti dell'anima, alla rarità perduta. Ad una vita ricomposta e integra, vissuta in responsabile solitudine, immersa nel cuore che pensa e rende visibile l'essenziale, la trasformazione accade quando:

Ognuno deve fare ad un certo punto il passo che lo separerà da suo padre, dai suoi maestri, ognuno deve sentire un po' la durezza della

⁴⁷ Hesse, *Demian*, pp.227-228.

⁴⁸ Ivi pp.194 e ss.

solitudine, anche se nella maggior parte degli uomini sono poco capaci di sopportarla e preferiscono mettersi al sicuro [...]»⁴⁹.

Hesse inneggia all'attimo di assoluta introversione che segna la disponibilità a conoscere se stessi, nel silenzio, nella fuga al rumore delle parole vane e vuote e con il tono grave di Demian dice:

Noi parliamo troppo [...]. I discorsi intelligenti non contano, non hanno alcun valore. Non si fa che allontanarsi da se stessi. E allontanarsi da se stessi è peccato. Si deve ritirarsi in sé come fa la testuggine»⁵⁰.

Ritirarsi in sé, immergersi nella narrazione per far conoscenza dell'immaginazione vitale del cuore che nel dispiegare la sua energia, dà vita ad ogni cosa e, nell'intimità più segreta, crea parole, sentimenti, pensieri, emozioni nuovi. Così il lettore crea un nuovo ordine nel mondo, lo esplora con empatia per restaurare la frattura tra il mondo che vive fuori e il mondo del sentire che germina nell'individualità.

Colui che cerca il luogo dell'anima

Hermann Hesse sceglie come eroe per le sue opere *der Suchende*, che in traduzione significa colui che cerca. Knulp, Peter Camenzind, Siddharta sono pellegrini, archetipi di chi cammina sulle strade del mondo alla ricerca di una patria.

⁴⁹ Ivi, p.183

⁵⁰ Hesse, *Demian*, p. 119.

Viandanti meravigliati con una grande vastità di pensiero, incantatori poetici che si avviano alla ricerca del luogo invisibile dell'anima vivificante del vero essere. Privo di finzioni e maschere, il pellegrino di Hesse si interroga su se stesso, si immerge nelle profondità di ogni cosa, vuole scoprire e realizzare ciò che sta nell'Altro interiore. L'unico



scopo dei personaggi è risalire, attraverso tappe spirituali, all'essenziale individuale, il bene più prezioso della propria vita.

Il pellegrino è un uomo del cammino, del sentiero, del bosco, del contatto profondo con la natura. Ispirato dalla strada, dall'ascolto e dalla visione dei luoghi e delle persone, vive strani avvenimenti, comprensibili solo se guardati da quel punto di vista straordinario che libera da schemi, vincoli, certezze che distolgono il cuore dalla verità originale da dove proviene la coscienza lucida del proprio destino.

Le opere di Hermann Hesse risvegliano la fantasia e la volontà di scoprire. Sono un ottimo punto di partenza per accostarsi alla riflessione sul vivere realmente la vita. Il pellegrino entra silenzioso nella piattezza del quotidiano, nel conformismo rassegnato, nella miopia della visione, vaga nelle illusioni della

vita dove lascia un segno emotivamente trascinate. Egli sostiene la connessione tra cuore e cervello e illumina le tracce interiori che segnano la via ai diversi livelli del processo poetico della vita. *Demian* è il palcoscenico dove il personaggio di Emil Sinclair assiste al caos, alla crudele barbarie del conflitto armato e accetta coscientemente, come già detto sopra, che ogni guerra combattuta è una proiezione all'esterno di quella parte dell'universo interiore che è necessario muoia per poter rinascere, trasmutata. La guerra è il teatro dell'indistinto, compresenza di bene e male, flusso e riflusso di istinto e ragione, luce e tenebra che sfiniscono una parte della vita. Scrive Hillman:

Noi pensiamo secondo le categorie della guerra, ci sentiamo in dissidio con noi stessi e senza rendercene conto siamo convinti che la predazione, la difesa del territorio, la conquista e la battaglia interminabile di forze opposte siano le leggi fondamentali dell'esistenza⁵¹.

A volte appare impossibile nutrire pensieri e sentimenti amorevoli verso la condizione più autentica di sé. Tutto accade quando l'onda del dolore psichico travolge l'energia vitale e distorce la comprensione della bontà della vita generando tutta una serie di stati emotivi che immergono la persona nella sofferenza disgregante. Spesso, per passare al di là del confine del dolore che deforma, e accogliere un'immagine di sé non distorta dagli specchi del passato, si ha bisogno di un'esperienza

51 James Hillman, *Un terribile amore per la guerra*, Milano, Adelphi, 2006, pp.12-13.

interiore che trasfiguri le visioni deformanti con cui l'individuo vede Io e Tu per avere infine, piena coscienza di sé e del mondo. Lo psicoanalista Donald Kalsched afferma che la migliore terapia ha origine dalle risorse private individuali. Si tratta di risorse benevoli che possono emergere durante la visione di un film, l'ascolto di una melodia, l'incanto di un paesaggio, la lettura di un libro:

«possono richiamare i nostri sé profondi più veri, liberandoci momentaneamente dalle immagini deformanti che abbiamo acquisito e consentendoci di guardare in una verità più profonda di noi stessi e della vita potenziale...della nostra potenziale totalità. Buona parte della nostra migliore terapia viene da queste risorse interiori private, non solo al campo interpersonale»⁵².

L'opera di Hesse è utilissima, ricca di induzioni e insegnamenti. In ogni personaggio, evento, paesaggio vi sono immagini, espressioni e significati che il lettore può riconoscere immediatamente, cogliendo la corrispondenza con se stesso.

La sua arte narrativa sta nel descrivere nell'immaginario ciò che egli stesso aveva vissuto, con la coscienza che il viaggio alla ricerca di sé reca momenti di indicibile sofferenza. Diventare soggetto autonomo, responsabile e coraggioso implica la visione, l'esplorazione e l'accettazione delle potenze del bene e del male che operano nell'inconscio.

Le contraddizioni di Hesse uomo sono fatte emigrare nei personaggi che vivono la vita come un moto pendolare tra poli

⁵² Kalsched, *Il trauma e l'anima*, p.233.

opposti, tra il bisogno di essere accettati come esseri autonomi, assolutamente sinceri verso se stessi, con la coscienza di esistere in una società che aliena gli uomini dalle loro radici. Per lo scrittore, istruito dall'esperienza psicoanalitica, la comprensione della propria personalità comporta la liberazione delle pulsioni naturali che approdano ad un agire buono al servizio di tutta l'umanità. La sua arte accompagna il lettore al riconoscimento della contemplazione, della solitudine ispirata, condizione indispensabile per ridefinire se stesso come portatore di senso. La solitudine del pellegrino è un luogo di raccoglimento spirituale necessario per intavolare un dialogo ardimentoso con gli stati interiori dell'inferno personale. Grande diventa l'impegno di dire con parola sincera ciò che si prova trasformando gli incubi emergenti dagli abissi umani, le voci della verità disperata, nella creazione finale.

Scrivono Matteo Marino che l'artista ha bisogno di immergersi ciclicamente negli abissi profondi e sconfinati dove l'anima custodisce gelosamente i suoi segreti più preziosi per riportarli alla superficie per il bene di ogni esistente⁵³. Il sapere e il fare di Hesse si mescolano e cercano il proprio senso nella inclinazione a riflettere sul sublime mistero del pensiero che astrae da sé lo spirito della creazione e della ri-creazione continua dell'individuo nella realtà. In *Demian* vi è il riconoscimento che nella spiritualità vi è un modo di dialogare tra persone, natura e

53 Matteo Marino, *Hermann Hesse*, pp.104-105.

universo, vibrante e armonioso. La natura, la bellezza e la vita si fondono nello spirito, ne vengono assorbite, diventano contemplazione del bene. Essere e fare bene, poiché fare bene implica una vita buona per tutti. Credo che l'altruismo sia il manifestarsi dello spirito verso quel bisogno irrinunciabile di essere umanamente umano.

Fioritura di relazioni

Hesse trova nelle sue relazioni, in un fiorire continuo di rapporti veri e sinceri, una realizzazione della sua umanità. Le sue amicizie sono intense, appassionate, fonte di ispirazione e consolazione. L'isolamento da una socialità formalizzata e dal volto inespressivo non gli impedisce quell'impegno di altissimo profilo umano che lo schiera in opposizione a coloro che subivano le influenze ossessive del dio della guerra. Un atteggiamento che gli porta la stima di Romain Rolland particolarmente attivo per la causa della pace⁵⁴. L'affiatamento tra Rolland ed Hesse, solido e affettuoso, rafforzato da una ricca corrispondenza epistolare, si mantiene fino alla morte di Roland avvenuta nel 1944. Nel 1920 Hesse inizia l'amicizia con Hugo Ball, guida del movimento Dada e fondatore insieme a Emmy Hennings del Cabaret Voltaire a Zurigo. Tra i due artisti vi è un sentire comune, fatto di sensazioni intense, di immagini

⁵⁴ Scrittore e drammaturgo francese, ha legato la sua fama al romanzo *Jean Christophe* in cui sono narrate le vicende di un giovane musicista in contrasto con la realtà soffocante della società. Molto attivo per la causa della pace, fu insignito del premio Nobel per la letteratura nel 1915.

visionarie che diventano *agape*, amore spirituale per l'altro da sé, amore che energizza il cuore e solleva dalla solitudine. L'amicizia tra Hesse e Hugo Ball rischiarava l'esistenza di entrambi e incoraggiava quella tensione ad esistere che è propria dell'anima. Hesse negli anni Venti è attraversato da un'energia benefica che trasmuta la protesta contro l'ipocrisia e la menzogna dilagante in un rinnovato coinvolgimento altruistico. Hesse e Ball, che morirà nel 1927, vedono il manifestarsi dei segnali anticipatori della Seconda guerra mondiale. Insieme avvertono l'angosciante sensazione di impotenza e frustrazione. Tuttavia la qualità del pensiero dello scrittore è visibile nello sforzo di stare nella realtà in equilibrio, fragile e vulnerabile eppure tanto forte da aprire un canale di comunicazione con il caos dell'inconscio dentro di sé. Questa connessione continua con gli altri ha un valore inestimabile poiché rappresenta una devozione verso se stesso che «lo riempiva e lo obbligava a guardarsi interiormente»⁵⁵.

Nel procedere degli anni Trenta, dopo l'avvento del nazismo, Hesse si fa portavoce presso le autorità elvetiche delle condizioni in cui versavano molti intellettuali tedeschi emigrati. Egli accoglie e sostiene Thomas Mann, Bertold Brecht, Hans Carossa, Karl Kerényi, Peter Weiss. Nel 1934 diventa membro dell'Unione degli scrittori svizzeri con lo scopo di alleviare le difficoltà degli intellettuali tedeschi in esilio.

55 Marino, *Hermann Hesse*, pp.44-45.

Non è certamente possibile dare una visione complessiva di Hermann Hesse, uomo e autore, in pochi capoversi, tuttavia, sono convinta sia un modello importante per chi voglia riprendere il personale filo dell'esistenza.

In un universo umano iperconnesso eppure molto solo, leggere Hesse può suscitare una sana curiosità in chi voglia prendere coscienza delle proprie fratture aprendosi all'altro, con la consapevolezza che l'individuo può evolversi nella comunità e con la comunità seppure rifiutando l'immersione nella maggioranza conformista e autoritaria.

Hesse autodidatta

Hermann Hesse fin da bambino è autodidatta e certamente questo ha modellato la sua convinzione dell'autonomia di coscienza come valore preziosissimo. Legge e studia con trasporto Goethe, Schiller, Hölderlin, Tolstoj, si appassiona alle dottrine orientali, studia in particolare Lao Tze e successivamente all'esperienza psicoanalitica, apertosi ad una comprensione più articolata dei fenomeni della vita, investito di una maggiore capacità di far coesistere dimensioni fra loro opposte, si accosta a Nietzsche e a Dostoevskij. In questi due ultimi autori, egli trova il modello di pensiero coraggioso che tiene insieme, intrecciandoli, conformismi, ambivalenze, ambiguità, gioia di essere, saggezza e passione per la verità, pacatezza e letizia. Questo intreccio libera un'energia creativa, feconda e ricca che nella parola si fa arte

alta, ricerca spirituale e creazione di simboli, guida all'armonia e all'equilibrio del mondo dentro e fuori. Lo psicoanalista Erich Neumann ha detto così del significato dell'arte:

L'arte è trasformazione. L'artista trasforma una tensione interna nell'opera che a tutti parla e viene intesa da tutti perché usa un linguaggio comune a tutte le generazioni»⁵⁶.

Hesse e l'amore

Nell'autunno 1922, dopo la stesura definitiva di *Siddharta*, Hermann Hesse scrive e illustra *Favola d'amore*. Dedicata a Ruth Wenger, sua seconda moglie, narra la storia di Pictor, che una volta giunto in paradiso, trova davanti a sé un mondo variopinto, stupefacente e in costante divenire. Ciò che stupisce Pictor è la quiete sublime del paradiso e di come egli stesso sia pacificato. Egli impiega il suo tempo a incarnarsi in un uccello, un fiore, una farfalla, poi però sente il desiderio di diventare albero e godere dell'immobilità del reale. Ma non riesce ancora a trarre piacere dal miracolo trasformativo. Guardando con occhi d'albero, Pictor prova una grande tristezza perché intorno a lui «tutto anzi scorreva in un flusso incantato di perenni trasformazioni. Vide fiori diventare pietre preziose o volarsene via come folgoranti colibrì. Vide accanto a sé più d'un albero scomparire all'improvviso. Uno si era sciolto in fonte, un altro era diventato cocodrillo, un altro ancora nuotava fresco e

56 Erich Neumann, *L'uomo creativo e la trasformazione*, Venezia, Marsilio, 1993, p.63.

contento, con grande godimento, come pesce allegro guizzando, nuovi giochi in nuove forme inventando.».⁵⁷

In paradiso gli esseri incontrati da Pictor sono tutti esseri duplici, costituiti dai due principi, maschile e femminile. Le loro forme si modificano continuamente in un flusso ininterrotto di perpetue trasformazioni. In paradiso Pictor apprende che la felicità e la vita fioriscono dove vi è trasformazione e unione degli opposti. L'incontro trasformativo avviene con il fare esperienza con ciò che è conservato gelosamente, nascosto nei rifugi della mente, negli anfratti della memoria, in luoghi inaccessibili dove è preservato un segreto assolutamente singolare che connota l'individuo nel suo essere unico e irripetibile:

Passano molti anni prima che si accorgesse che la sua felicità non era perfetta. Solo lentamente imparò a guardare con occhi d'albero. Finalmente poté vedere e divenne triste. Vide infatti che intorno a lui nel paradiso gran parte degli esseri si trasformava assai spesso, che tutto anzi scorreva in un flusso incantato di perenni trasformazioni [...]. Vide accanto a sé più di un albero scomparire all'improvviso. [...]. Lui invece, l'albero Pictor, rimaneva sempre lo stesso, non poteva più trasformarsi»⁵⁸.

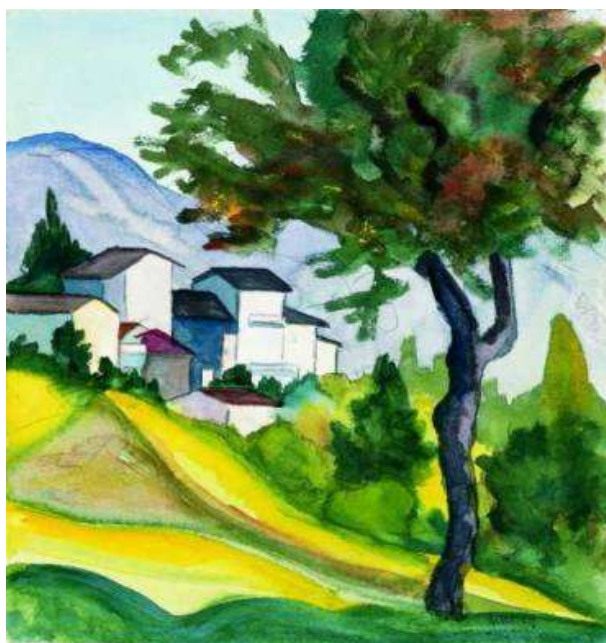
Nel tempo che Pictor patisce tanta solitudine e sconforto, gli si fa accanto una fanciulla dai capelli biondi. Da questo incontro, scopre un nuovo mondo. Inizia ad ascoltarsi e sperimenta dimensioni fino ad allora misteriose, la sua coscienza si espande,

⁵⁷ Hermann Hesse, *Favola d'amore*, Agira, 2020, p.30.

⁵⁸ *Favola d'amore*, pp.30-31

le sensazioni sono inesprimibili. Sopravviene l'amore che solo completa e trasforma le cose del mondo. Attraverso l'amore Pictor comprende che tutto è già dentro lui stesso. Tutto quello che gli accade è il suo sogno di cui è protagonista. Niente più in lui è separato, si scopre essere un'unità. L'amore lo avvolge generato dal suo interno: «Incessantemente il flusso fatato del divenire scorreva nelle sue vene, perennemente partecipava della creazione risorgente ad ogni ora»⁵⁹.

Amore per la natura



Sin dall'infanzia Hesse sente un forte legame con la natura, splendidamente sottolineato nella descrizione delle nuvole in *Peter Camenzind*, che Hesse considerava il suo primo “vero” romanzo:

Mostratemi nel vasto mondo l'uomo che conosca e ami le nuvole più di me. O mostratemi una cosa al mondo che sia più bella delle nuvole! Sono gioco e conforto agli occhi, sono benedizione e dono di Dio, sono collera e potenza mortale. Sono tenere, delicate e pacifiche come le anime dei neonati, belle, ricche e generose come angeli buoni,

59 Ivi, pp.41-42.

scuri, inesorabili e spietati come gli araldi della morte [...]. Assumono la forma di isole beate e di angeli benedicti, somigliano a mani minacciose, a vele schioccanti, a gru trasmigranti [...]. Oh, le nuvole belle, sospese, instancabili! Ero fanciullo, ignorante, e le amavo, le guardavo e non sapevo che anch'io sarei passato come una nuvola attraverso la vita, migrando forestiero dappertutto e sospeso tra il tempo e l'eternità⁶⁰.

Il suo incontro con la natura ha il significato di un riconoscimento profondo della straordinaria energia dell'amore che permea il cuore, l'anima e la mente dell'universo. Questa energia confluisce nel grande desiderio di creare e di esprimersi, desiderio sostenuto dalla risorsa potentissima che vibra nel suo nucleo originale di individuo. Nel suo percorso creativo e allo stesso tempo individuativo, egli contatta la parte vera, limpida che costituisce la vita del cuore dove risiede la luce dell'intelligenza immaginativa. Scrivendo poesie e romanzi, dipingendo i suoi paesaggi, Hesse esprime e trasferisce la sua storia di vita, sia in modo realistico che simbolico, all'altro, donando piacere a sé e all'umanità, in un percorso dell'immaginazione, vita del cuore. Scrive James Hillman: «L'intelligenza del cuore, implica, mediante la facoltà dell'immaginare, una simultaneità di conoscenza e di amore»⁶¹. L'amore rileva la bellezza nella forma delle cose, il giudizio spontaneo del cuore come risposta individuale al bello e al buono

60 Hermann Hesse, *Peter Camenzind*, Milano, Mondadori, 1982, pp.12-13.

61 Hillman, *L'anima del mondo*, Milano, Garzanti, 1993, p.45.

è, scrive ancora Hillman, il cane da guardia contro il formalismo senza luce, il conformismo, la noia, l'ottuso servizio quotidiano, le generalizzazioni «contro il Diavolo che si insinua nelle nostre vite dove meno ce lo aspettiamo, camuffato nei travestimenti più convenzionali»⁶².

In *Demian* il senso del cuore è riposto nel sentimento poetico ed eccentrico che Sinclair nutre per Eva, la madre di Demian. Nell'immagine materna consolatoria e affettuosa tanto inseguita da Hesse, Sinclair scopre l'esistenza della potentissima risorsa dell'amore da cui sgorga quella determinazione a raggiungere la propria originale natura interiore. Eva Demian è archetipo della terra madre, la forza primigena della vita, che abbraccia amorevolmente, entro il quale ogni polarità si tocca per confluire nell'unità. Davanti ad Eva il cuore di Sinclair batte forte, sperimenta emozioni sconosciute, inattese. Sente l'anima assalita dalla bellezza, la coscienza del cuore si risveglia e lo guida alle immagini vere di sé e del mondo, dove circola la luce, nell'intimità immediata dell'anima.

Eva narra a Sinclair una storia ed è in quel tempo preciso da cui scaturiscono questi eventi del cuore che inizia il rinascimento del giovane:

E mi parlò di un giovane che era innamorato di una stella. In riva al mare tendeva le braccia e adorava la stella, la sognava e le rivolgeva i suoi pensieri. Ma sapeva o credeva di sapere che le stelle non possono essere abbracciate dall'uomo. Considerava suo destino amare senza

62 Ivi, pp. 80-81.

speranze un astro, e su questo pensiero costruì tutto un poema di rinunce e di mute sofferenze che dovevano purificarlo e renderlo migliore. Tutti i suoi sogni però erano rivolti alla stella. Una volta, trovandosi di nuovo su un alto scoglio in riva al mare notturno, stava a guardare la stella ardendo d'amore. E nel momento di maggior desiderio fece un balzo e si buttò nel vuoto per andare incontro alla stella. Ma nel momento stesso del balzo un pensiero gli attraversò la mente: no, è impossibile! Così cadde sull'arena e rimase sfracellato. Non sapeva amare. Se nel momento del balzo avesse avuto l'energia di credere fermamente nel buon esito, sarebbe volato in alto a congiungersi con la stella. «L'amore non deve implorare» concluse «e nemmeno pretendere. l'amore deve avere la forza di diventare certezza dentro di sé. Allora non è più trascinato, ma trascina».⁶³

Parole magistrali, queste, che mi piace identificare come una narrazione della liberazione. Una narrazione fatta di parole belle e la bellezza è il primo carattere dell'anima. Il lettore che presta attenzione riesce ad accorgersi del bisogno di recuperare il senso della bellezza in sé e di legare le proprie fatiche al lavoro del fare anima nel mondo. Bellezza è aiutare a portare luce dove maggiori sono le difficoltà e il dolore per ritrovare ed esprimere autentico amore e accettazione verso l'Imperscrutabile, se stessi e gli altri.

Pervenire alla consapevolezza di sé: il viaggio di Siddharta

Tra i più celebri romanzi di Hermann Hesse, *Siddharta* è stato pubblicato nel 1922. Ambientato nel VI secolo a. C., si ispira al

⁶³ Hesse, *Demian*, pp. 212-213.

Gautama Buddha, il fondatore del buddismo e una tra le figure spirituali più autorevoli in Oriente.

Il giovane Siddharta è uno studioso, assetato di sapienza e conoscenza. Figlio di un importante bramino, vive benedetto dall'amore di tutti. Soprattutto egli è legato da affetto profondo e sincero all'amico Govinda. Tuttavia Siddharta è inquieto, stanco di sé e di giorno in giorno infelicità e amarezza feriscono la sua anima. Il fiorire della sua natura si guasta con la sterile ripetitività quotidiana e sentimenti d'angoscia agitano il suo cuore. Decide di lasciare il villaggio alla ricerca di un senso per la propria vita. Accompagnato per un lungo tratto dall'amico Govinda, percorre strade sconosciute ascoltando i propri sogni e scrutando nei propri incubi, desideroso oltre ogni cosa di incontrare il suo vero Sé.

Con *Siddharta*, Hesse si fa veramente guida. Non più solo nelle vesti di scrittore e poeta, ma educatore «dei giovani, dell'umanità in genere, attraverso la propria arte, che trae vita dal lirico, dall'elegia e da un sentire estremamente complesso e profondo»⁶⁴.

Mi piace pensare come i personaggi di Hesse siano persone con le quali poter dialogare e viaggiare in luoghi dove è possibile ricevere in dono intuizioni, insegnamenti, immagini, reminescenze ancestrali, idee. In Siddharta viene introdotta l'idea

⁶⁴ Marino, *Hermann Hesse*, p.20.

dello spazio interiore dove ogni conflitto presente è sostituito da una visione trascendente⁶⁵. Il lettore può abbandonarsi, in sicurezza, all'avventura, al ritmo incalzante, ai cambiamenti di rotta che portano proprio verso quell'altrove che vive dentro ad ogni persona. Gli odori e i profumi che si mescolano alle parole di Siddharta movimentano il lettore a cogliere le proprie ambivalenze esistenziali, le cadute, le fatiche del cuore, le frustrazioni del bisogno. Ciò che è possibile sviluppare di importante durante la lettura del romanzo è la comprensione riflessiva del bene e del male, del significato del dove siamo e di come in noi abbiamo conservato la bruttezza. Quella bruttezza che, sostiene Hillman, guida alla conoscenza di sé⁶⁶.

Quindi comprensione della psiche e della natura umana, un atto di devozione quando abbiamo abbandonato noi stessi e iniziato a vivere senz'anima, in una efficienza quotidiana monotona, conformista e burocratica. Le pagine di questo libro sono come un luogo protetto dove non può accadere nulla che possa ferire quanto piuttosto un luogo dove affidarsi al senso del cuore per proporsi la stessa meta di Siddharta:

Una meta si proponeva Siddharta: diventare vuoto, vuoto di desideri, vuoto di sogni, vuoto di gioia e di dolore. Morire a se stesso, non essere più lui, trovare la pace del cuore svuotato,

65 Freedman, p.334.

66 Hillman, *L'anima del mondo*, p.79.

nella spersonalizzazione del pensiero rimanere aperto al miracolo, questa era la sua meta⁶⁷.

Scrivere *Siddharta* è stato, per la personalità di Hesse, l'occasione per continuare a vivere la sua creatività attraverso una scrittura terapeutica. Immerso nell'immaginazione, egli racconta l'India in termini splendidi, quasi come una terra di fiaba.

Nell'opera troviamo condensati magistralmente i suoi studi sull'induismo, il buddismo e l'idealismo tedesco. Non vi è antitesi qui tra Oriente e Occidente. L'intelligenza è portata a confrontarsi con la natura illusoria di tutto ciò che viene percepito e creduto reale. *Māyā*, ossia la creazione delle apparenze fenomeniche, l'illusione, ricorre in diverse dottrine filosofiche e teologiche dell'India più antica ma è vivo anche nel pensiero occidentale, ben rappresentato da Arthur Schopenhauer che designa l'illusorietà di ogni cosa percepita e scambiata per realtà. *Siddharta* vuole tornare a casa, avviarsi a quel processo di una vita originale, intimamente libero di muoversi in ogni direzione, di dispiegarsi in atti rivoluzionari che altro non sono che rovesciamenti, ritorni a sé. Il cuore di *Siddharta* ascolta il peso delle bugie sulle quali si era retta la sua vita. Egli sperimenta una profonda sofferenza, sente il desiderio di arrivare

67 Hesse, *Siddharta*, p.37.

ai contenuti del cuore, scavalcando ogni suprema illusione che lo aveva indotto a fidarsi della visione delle cose come fosse verità:

L'io era, ciò di cui volevo liberarmi, ciò che volevo superare. Ma non potevo superarlo, potevo soltanto ingannarlo, potevo soltanto fuggire o nascondermi davanti a lui. In verità nessuna cosa al mondo ha tanto occupato i miei pensieri come questo mio io, questo enigma ch'io vivo, d'essere uno, distinti e separato da tutti gli altri, d'essere Siddharta! E su nessuna cosa al mondo so tanto poco quanto su di me, Siddharta⁶⁸.

Per il ritorno a se stessi, liberi e responsabili, partecipi ad un processo fisiologico di autonomia e affrancamento dalle scelte stabilite da altri si ha bisogno dell'illusione poiché senza l'illusione l'individuo non può affinare le sue attività immaginative. Acquisire coscienza che la realtà non è reale e che le irrealità sono reali significa pensare al cuore che si ridesta alla bellezza, all'intimità immediata con noi stessi e «con i volti particolari del mondo sensibile»⁶⁹.

Siddharta si fa maestro dell'essere e dell'essere percepiti. Egli guida il lettore a indossare una propria saggezza, cercata nelle vie più sottili, tra gli intenti più misteriosi, nei vissuti più dolorosi, nell'attimo di devozione più pura. Chi osserva ogni cosa presente intorno a sé impara che egli stesso è percepito dal mondo animato, esposto allo sguardo delle cose:

68 *Siddharta*, p.60.

69 *L'anima del mondo*, p.88.

Si guardò attorno come se vedesse per la prima volta il mondo. Bello era il mondo, variopinto, raro e misterioso era il mondo! Qui era azzurro, là giallo, più oltre verde, il cielo pareva fluire lentamente come i fiumi, immobili stavano il bosco e la montagna, tutto bello, tutto enigmatico e magico, e in mezzo v'era lui, Siddharta, il risvegliato, sulla strada che conduce a se stesso. Tutto ciò, tutto questo giallo e azzurro, fiume e bosco, penetrava per la prima volta attraverso la vista in Siddharta, non era più l'incantesimo di Mara, non era più il velo di Maja [...], il senso e l'essenza delle cose erano non in qualche cosa oltre e dietro loro, ma nelle cose stesse, in tutto⁷⁰.

Nel sentire di un potere creatore del cuore vi è il bene prezioso della presenza mentale, la forza incommensurabile dell'amore ardente nel cuore di ogni essere animato e inanimato. Alla comprensione più autentica della totalità, alla connessione con ogni cosa nel mondo non appartiene alcuna forma di giudizio. Bene e male non sono separati, eccesso e ascetismo, passionalità e austerità, luce e ombra, buono e cattivo convivono insieme. Da Siddharta impariamo che ogni verità è molteplice e che non vi è assolutezza nel vero, esso è vario, sfaccettato, multiforme. La verità molteplice è data dagli sconosciuti che ci abitano, dalle forze numinose che ci soccorrono nell'eliminazione delle maschere, delle false personalità che ostacolano la forza propulsiva del flusso vitale che è energia buona che ascolta il mondo e consente al potere creatore del cuore di rigenerare ogni cosa.

⁷⁰ *Siddharta*, p.61.

Il distacco da sé: Siddharta mercante

Ne *Il coraggio di ogni giorno*, una raccolta di scritti e lettere di Hermann Hesse, leggiamo che:

Denaro e potere sono invenzioni della diffidenza. Chi diffida della forza vitale nel proprio intimo, colui al quale essa fa difetto, dovrà vicariarla con surrogati quali appunto il denaro. Per chi ha fiducia in se stesso, per chi desidera soltanto sperimentare e dar forza dentro di sé al proprio destino in piena libertà, quegli ausili sopravvalutati, gonfiati e rigonfiati si ridurranno a strumenti ancillari, il cui possesso e uso potrà essere piacevole ma mai decisivo⁷¹.

Mi sembra utile proporre quanto scritto dal Hesse come riferimento etico per questo nostro tempo dove politiche, marketing e comunicazione televisiva rammentano ininterrottamente quanto sia



piacevole consumare e acquistare senza soluzione di continuità. Tutto è fatto apparire come necessario. Sotto questa prospettiva, abbiamo compreso ormai da molto tempo quanto sia necessario riscoprire ciò di cui abbiamo veramente bisogno e ciò che conta veramente.

Molte cose della contemporaneità sono in opposizione all'etica della cura e allo sviluppo della forza interiore e del potere

⁷¹ Hermann Hesse, *Il coraggio di ogni giorno*, Milano, Mondadori, 2020.

personale inteso come essenza di amore e conoscenza in relazione feconda e armonica con ogni forma di vita. Su questa strada incontriamo ancora una volta Siddharta come figura esemplare di colui che vive, in un preciso momento del proprio percorso evolutivo, un tempo di incomunicabilità profonda con se stesso, con lo spazio essenziale, sano di sé.

Nel momento in cui Siddharta apprende l'arte della mercatura presso il ricco Kamaswami, intorpidisce la vita sobria e «la vita segreta di se stesso»⁷². Si inabissa nelle ricchezze, «viveva la vita del mondo e dei piaceri», scivola in quella notte dell'anima che causa paura, conflitto, bramosia. Alimenti tossici che impediscono di stare soggettivamente presenti a sé:

Il mondo l'aveva assorbito, il piacere, l'avidità, la pigrizia, e infine anche quel peccato ch'egli aveva sempre disprezzato e deriso come il più stolto di tutti: l'avarizia. Tuttavia egli si trova ad avvertire nel tempo, tra il senso di sofferenza e di solitudine, una energia vitale della mente che lo chiama a sé: «a volte percepiva nella profondità dell'anima, una voce lieve, spirante, che piano lo ammoniva, piano si lamentava, così piano ch'egli appena se ne accorgeva»⁷³.

Siddharta si separa da se stesso e da ogni cosa nel mondo, si aggrappa alle sue catene. Si consegna a ricchezze, gioco dei dadi, scortesia, cattivo umore, irritazione, risentimento. Trascorre i giorni in un'ansia terribile e opprimente, assente ai sentimenti della condivisione e dallo spirito di giustizia. Il sentimento vitale,

⁷² *Siddharta*, p.92.

⁷³ *Siddharta*, pp.87-94.

il sentire che riconosce l'esistente e qualifica il modo in cui egli entra in contatto con le cose, orienta il suo essere negativamente. La sofferenza si fa largo nella mente e logora la sua l'energia vitale. Nella ricchezza egli è cupo, sente «la morte nel cuore e l'orrore nel petto»⁷⁴.

Tuttavia, l'anima lo chiama in sogno, lo esorta a distarsi dalla vita insensata, intessuta di sola materia, priva dei linguaggi della gratitudine, delle virtù, del desiderio del benessere comune. La consapevolezza di pensare l'uomo essere tra gli esseri, partecipe ad una rete di interrelazioni con gli altri esseri è vitale. L'educazione culturale entro la quale ogni individuo è vissuto ha imposto insegnamenti e schemi mentali di separazione e sopraffazione di cui l'umanità si è servita per esercitare un potere di controllo su ogni cosa nel mondo. La prospettiva di prendersi cura di se, di saper guardare al bene della propria volontà, proteggendola da ogni deformazione, riguarda la responsabilità del modo di divenire nel mondo di ogni essere umano. Perseveranza, dolcezza, pazienza, costanza, sono tonalità affettive positive formanti la volontà d'esserci di ognuno, sempre nuovamente possibile. Sono questi gli stati affettivi che sorreggono il percorso teso all'individuazione di se e sostengono la consapevolezza che mai si giunge a certezze incrollabili, alla comprensione che non vi è un modo perfetto di condurre l'esistenza.

⁷⁴ Ivi, p.98.

Nel tempo presente ogni persona assiste alla produzione di ricchezza in un'ottica esclusiva e non inclusiva. Il beneficio prodotto è considerato solo ciò che è misurabile nel termine del profitto riservato a pochi. La collettività e il bene comune non sono inclusi nella valutazione dell'attività delle imprese.

E' necessaria un'economia come «comportamento reciprocante». Un termine che, secondo il pensiero dell'economista Stefano Zamagni, indica la giusta misura di ogni cosa per infondere benessere in ogni essere. Tutto sta in un vivere nel dare senza perdere e in un ricevere senza togliere⁷⁵.

Si è detto della necessità primaria di intendere l'idea di esistere come il prendersi a cuore dell'energia vitale, la conservazione e l'accrescimento del potere di fare di ogni essere vivente, per dare forma alla vita nella sua qualità migliore. La ricchezza materiale priva di condivisione amorevole è dipendenza malsana, bisogno di continuo possesso. L'umanità di Siddharta ne soffre. Il riconoscimento della transitorietà della ricchezza, l'ambiguità dell'uso del denaro, il suo essere catena che imprigiona, rende Siddharta cupo, carico di energia grigia e pesante: «Egli [...] diventava nel commercio sempre più rigido e meschino, e alle volte gli capitava, di notte, di sognare denaro. [...] Correndo in

⁷⁵ Stefano Zamagni è professore ordinario di *Economia Politica* all'Università di Bologna. Dal 2019 è Presidente della Pontificia Accademia delle Scienze Sociali. In questo elaborato si è preso in considerazione il lavoro del Professore intitolato *Prudenza*, Bologna, Il Mulino, 2015, che aiuta a riscoprire il valore della prudenza nella vita pubblica come in quella privata.

questo cerchio insensato egli si stancava, invecchiava, s'ammalava.»⁷⁶.

I sogni lo ammoniscono, lo stimolano a prestare ascolto al proprio disgusto, al terrore provato, alla tristezza, ai meschini piaceri che nulla hanno di prezioso. Egli prende coscienza di essersi affannato «a essere un uomo come gli altri» ma che ciò non gli ha garantito l'attualizzarsi di se. Con l'affievolirsi della tensione alla trascendenza, si era sopito il desiderio di cercare la verità del proprio esistere, quel sentire capace di un amore limpido per la vita, il solo in grado di tenere la mente e il cuore in ordine e di comprendere il bisogno di verità dell'anima. Insoddisfatto e inconsolabile, inappagato dalle dottrine e dalle religioni, «l'uomo che cerca veramente, l'uomo che veramente vuol trovare, non può accogliere nessuna dottrina»⁷⁷.

Scrive Luigina Mortari che:«la tendenza a distrarsi dal pensare le questioni essenziali pare essere sempre in agguato»⁷⁸. E' rilevante adottare un'educazione il meno distratta possibile dalle abitudini, dagli automatismi, che sia, invece, pienamente interrogativa sugli eventi dell'anima e della carne, esercizio di un sentire e di un pensare che si volge caparbiamente alla ricerca e alla comprensione della verità. Così vive Siddharta, con il bisogno viscerale, inestinguibile di ascoltare il canto del proprio cuore, di

76 Siddharta, p.95.

77 Ivi, p.121.

78 Luigina Mortari, *La politica della cura. Prendere a cuore la vita*, Milano, Raffaello Cortina, 2021, p.185.

respirare l'armonia dell'interezza di sé, di stare nel divino che abita in ogni essere. Riporto con gioia le belle parole di Hermann Hesse:

Lentamente fioriva, lentamente maturava in Siddharta il riconoscimento, la consapevolezza di ciò che realmente sia saggezza, quale fosse la meta del suo lungo cercare. Non era nient'altro che una disposizione dell'anima, una capacità, un'arte segreta di pensare in qualunque istante, nel bel mezzo della vita, il pensiero dell'unità, sentire l'unità e per così dire respirarla. Lentamente questo fioriva in lui, gli raggiava incontro dal vecchio volto infantile di Vasudeva: armonia, scienza dell'eterna perfezione del mondo, sorriso, unità⁷⁹.

Siddharta contempla con tenerezza l'esserci dopo aver valicato il confine dell'esistenza satura di tormenti che patisce la mente quando fa esperienza del caos. Dopo aver toccato le radici della vita dell'uomo, aver camminato nel mondo bruciato dalla fiamma dell'amore, intorpidito dalla disperazione, egli comprende quale dei suoi mondi interiori sia giunto alla fine. Infine, è nell'acqua del fiume, nell'ascolto del suo incessante fluire che Siddharta trova il significato dell'esistenza.

Siddharta e il fiume: il tempo dell'ascolto

La contemporaneità inciampa nella frenesia. Contorni, forme e contenuti di ogni cosa sono stati alterati dai ritmi convulsi dell'esistenza che ha subito un rallentamento improvviso solo al tempo della pandemia, il tempo del silenzio ritrovato. Nonostante

⁷⁹ *Siddharta*, p. 138.

l'uomo abbia sempre avuto bisogno di descriverlo e controllarlo, il tempo è naturalmente libero e non appartiene all'uomo. Da qualunque parte si cerchi di entrare nel tempo e di esplorarne l'essenza, l'uomo rimane prigioniero di un non-concepibile, di un enigma, di un segreto dell'esistenza. Il processo interno di trasmutazione conduce Siddharta a vedere in trasparenza, a cogliere l'interiorità di tutte le cose in un modo di vivere che possiamo definire con il termine di *eusebeia*, che può essere inteso come un atteggiamento o concezione della vita intimamente rispettosa di ogni distinta forma del vivente⁸⁰. Lo cogliamo nell'ultimo dialogo che egli ha con l'amico Govinda, nella riflessione sulla percezione delle quattro dimensioni dell'esistenza e sull'impossibilità dell'uomo di viverne la quarta, il tempo:

Siamo soggetti alla illusione che il tempo sia qualcosa di reale. Il tempo non è reale, Govinda: questo io l'ho appreso ripetutamente, in più d'una occasione. E se il tempo non è reale, allora anche la discontinuità che sembra esservi tra il mondo e l'eternità, tra il male e il bene, è un'illusione⁸¹.

Govinda ascolta Siddharta che narra del dono divino della vita, con l'avviso che la parola non può trasmettere tutto il significato dell'esistere. Il linguaggio è il prodotto di una convenzione che classifica e definisce e limita la possibilità di comunicare

80 James Hillman, *L'anima del mondo. Conversazioni con Silvia Ronchey*, Milano, BUR Saggi, 2001, p.139

81 *Siddharta*, p.148.

sensazioni e esperienze emotive nella loro originalità. Ogni istante, dice Siddharta, è unico e assoluto, estremamente originale, mai finito in se quanto piuttosto è una parte essenziale del tutto.

«Parlare e ascoltare sono due eventi comunicativi in qualche modo simmetrici e complementari, tali cioè che uno presuppone l'altro. Tuttavia sembra che un'attenzione maggiore sia rivolta a uno dei due poli, quasi che parlare sia più importante che ascoltare»⁸². Una convinzione molto diffusa considera l'ascolto un comportamento prevalentemente ricettivo rispetto al parlare considerato invece indiscutibilmente attivo. Ascoltare, ossia udire con attenzione, esprime invece l'attività di molti processi

cognitivi: ragionamento, memoria, attenzione, percezione. Nello scambio interattivo tra ascoltatore e parlante, chi ascolta ha un ruolo fondamentale nel confermare un'identità positiva all'altro. Prende parte attiva alla produzione di chi parla attraverso il



comportamento mimico del volto, la gestualità, lo sguardo, la postura che possono esprimere accordo, disaccordo,

82 Luisa Lugli, Marina Mizzau (a cura di), *L'ascolto*, Bologna, Il Mulino, 2010, p.9.

comprensione, rifiuto, incredulità, dubbio. Oltre ad essere un evento interattivo, l'ascolto è un evento cognitivo. Nelle sfumature di una relazione Io-Tu entrano in gioco confidenza, solidarietà, empatia. L'ascolto si pone alla base di una relazione di cura, quando la mente ha bisogno di essere sorretta davanti a indicibili verità. Ha a che fare con l'accoglienza, con i dettagli, con l'accrescere della consapevolezza di poter stare nella vita, con la pienezza del sentire, con la capacità di agire liberamente, di stare nella complessità, di scegliere, tra le innumerevoli alternative⁸³. Così accade a Siddharta. Nel tempo della vecchiaia, egli aveva lentamente maturato la consapevolezza che nulla importa se non la saggezza del pensiero dell'unità «scienza dell'eterna perfezione del mondo»⁸⁴. Le divisioni che l'autore coglie nello spirito indiano manifestavano la propria condizione paradossale :l'uomo è libero e vincolato, in dinamico movimento e in stato di quiete. Siddharta dubita del proprio sapere, manca di serenità, soffre la perdita del figlio, ma nello stesso tempo, sente fluire in se la speranza e acquisisce un altro elemento della propria vita interiore, osservata in profondità in modo nitido e preciso. Vasudeva, invecchiato, il corpo debole, il volto benevolo e sereno, ascolta Siddharta, e nell'ascoltarlo gli dà la facoltà di aprirsi alla ricchezza interiore che conduce al modo perfetto di percepire se stesso e l'universo tutto intorno a lui. La visione

83 Cfr Luigina Mortari, *La sapienza del cuore. Pensare le emozioni, sentire i pensieri*, Milano, Raffaello Cortina, 2017.

84 *Siddharta*, p.138.

consapevole della perfetta bellezza, la comprensione della tensione tra il condizionato e l'incondizionato del mondo vengono accettati, viene sentita e accolta insieme la corporeità e la spiritualità umana. Rollo May ci ricorda come la contraddizione sia la prova della presenza dello Spirito nella natura umana⁸⁵. Siddharta comprende l'imperfezione e la finitezza da un punto di vista esistenziale e insieme assapora l'infinito e il perfetto del mondo spirituale. «Lo spirito», ancora Rollo May «è la prova delle nostre grandi possibilità e del nostro destino. Noi dovremo gioirne, poiché esso sta a significare che una scintilla viene a spronare la nostra ottusa materia».

Tempo e ascolto sono due aspetti importanti nella narrazione e nella concezione dell'essere di Hermann Hesse. L'ascolto, nel tempo come il nostro, dominato dalla fretta e dalla tecnologia, sembra aver perduto il suo senso. In realtà, l'ascolto ci dice che non siamo soli ma partecipi all'esistenza dell'altro, agli infiniti volti che l'altro possiede, sia esso essere umano, albero, farfalla, paesaggio. Ogni essere dà testimonianza del bisogno di stare in sintonia con la natura, con il tutto. In ultima istanza, con se stesso. In ogni essere abita l'universo, la grande entità orfica, il *Chronos Aion*, il Tempo infinito che porta immediatamente all'idea platonica del tempo come immagine mobile dell'eternità. Chronos è il serpente e per il filosofo Pitagora, Chronos è la Psiche dell'Universo dal cui seme sono stati prodotti aria, acqua

85 Rollo May, *L'arte del counseling*, Roma, Ubaldini, 1991, p.31.

e fuoco. Si tratta di idee antichissime che hanno ancora oggi vita nei culti ofidici e nella kundalini dello Yoga indiano⁸⁶. La bellezza e l'originalità della scrittura di Siddharta, la semplicità e il sentimento che sono i punti di forza del romanzo, si connettono a tutto quel mondo dall'India fisica e contemplativa così fortemente sentita nella trama psicologica del suo autore.

In Siddharta Hermann Hesse accompagna il lettore a condividere la sua appassionata volontà di sapere, non come puro investimento intellettuale, ma frutto di un'intensa spiritualità e naturalezza che ha imparato a compiacersi della vita così com'è, privo di illusioni, aperto al mondo e in piena relazione con esso. Nell'ascolto del fiume della vita, nel flusso costante del Tutto che si rivela l'empatia, quel "tentativo" di sentirsi dentro all'altro, nel manifestarsi di una relazione dove è il cuore a frenare il brusio della mente, a far diventare capace chi lo ascolta di sentire il silenzio e di lasciar innescare quella repentina metamorfosi che assume esistenza come nuovo fremito creatore. Una condizione magistralmente descritta al termine del viaggio della vita di Siddharta:

Vasudeva sedeva nella capanna e intrecciava una cesta. Non guidava più la barca, i suoi occhi cominciavano a indebolirsi, e non solo gli occhi, ma anche braccia e mani. Soltanto la gioia e la serena benevolenza del suo viso fiorivano immutate. Siddharta si pose a sedere accanto al vecchio, cominciò a parlare lentamente. [...]

86 Giorgio De Santillana, Hertha von Dechend, *Il mulino di Amleto. Saggio sul mito e sulla struttura del tempo*, Milano, Adelphi, 2003, p.228.

Riferiva ogni cosa, anche le più penose, tutto poteva dire, tutto si sforzava a dire, tutto poteva raccontare e rivelare. [...] Mentre parlava, e parlò a lungo, mentre Vasudeva ascoltava tranquillo in volto, Siddharta sentiva questa attrazione di Vasudeva più forte di quanto l'avesse mai sentita, sentiva i suoi dolori, i suoi affanni svanire, sentiva la sua segreta speranza prendere il volo e di laggiù venirgli di nuovo incontro⁸⁷.

Lo scenario fiabesco in cui Hesse ha saputo narrare i suoi romanzi, avvolge il lettore, lo rende partecipe alla vita degli altri, degli oggetti, della natura. Leggere le opere di Hermann Hesse può diventare comprensione intima e significativa della bellezza che ci viene offerta come dono del cuore e spinge il lettore ad avvicinarsi a quella identificazione di Io e Tu che si esprime nella realizzazione di una dimensione altra, in un oltre e in un altrove che è luogo del sentire dove anima e corpo non erano stati prima. Vasudeva accompagna Siddharta ad ascoltare il fiume. Il destino dell'acqua che scorre è il destino dell'esistenza umana che sempre è e si snoda in una molteplicità di direzioni, in un susseguirsi di vita e morte, attraverso il dolore come mezzo privilegiato di conoscenza. Siddharta ascolta il canto del fiume e guarda venirgli incontro, dalle più oscure profondità, un'infinita successione di immagini, che si mescolano e trasmutano nella acqua del fiume, nella sua voce. Siddharta nel fiume vede la continua tensione trasformativa, il divenire incessante delle forme, che pone l'essere umano dinanzi al superamento del caos,

⁸⁷ *Siddharta*, p.141.

al riconoscimento e alla percezione dell'Unità, la perfezione santificata, parola Om. Accompagnato dal suono del fiume, Siddharta integra dentro di sé le leggi che regolano il percorso evolutivo dell'uomo e recupera il senso più profondo della sua esistenza. Mentre guarda il sorriso splendente di Vasudeva, egli oltrepassa la transitoria forma collettiva per guardare la propria totalità:

Chiaro splendeva il suo sorriso quando guardava l'amico, e chiaro splendeva lo stesso sorriso anche sul volto di Siddharta. La sua ferita fioriva, il suo dolore spandeva raggi, mentre il suo Io confluiva nell'Unità. In quell'ora Siddharta cessò di lottare contro il destino, in quell'ora cessò di soffrire. Sul suo volto fioriva la serenità del sapere, cui più non contrasta alcuna volontà, il sapere che conosce la perfezione, che è in accordo con il fiume del divenire, con la corrente della vita, un sapere che è pieno di compassione e simpatia, docile al flusso degli eventi, aderente all'Unità⁸⁸.

Cap.4. Una strategia per la trasformazione: l'aforisma.

Tra il VI e il VII secolo d.C., Isidoro, medico e vescovo di Siviglia, compila un'opera vastissima nella quale è inserito tutto lo scibile altomedievale, le *Etymologiae*⁸⁹. Nel libro IV, che non a caso tratta della medicina nella sua veste di dietetica, ossia ciò che i Latini chiamavano regola, che si basa sull'osservazione delle norme di vita, è scritto: «aphorismus est sermo brevis,

88 *Siddharta*, p.143.

89 Angelo Valastro Canale, (a cura di), Isidoro di Siviglia, *Etimologie o origini. Testo latino a fronte, vol.1-2*, Torino, Utet, 2014.

integrum sensum propositae rei scribens» in traduzione possiamo dire che si tratta di una massima, una sentenza, una proposizione che esprime con esattezza concisa il frutto di una lunga esperienza di vita, di osservazione o di analisi.

Utile e pratico, l'aforisma possiede una interessante proprietà: nasce da una generalizzazione di particolari esperienze di vita. Secondo Theodor Adorno l'aforisma «necessita di una riflessione estrema del sapere poiché “attinge qualcosa dall'orizzonte della coscienza”, mette in discussione la visione perfezionata [...], vuole risanare un po' di quella deformazione che lo spirito dominante impone al pensiero»⁹⁰. L'aforisma è arte vivificante che parla della vita e ne svela i segreti, e nello stesso tempo testimonia la bellezza della letteratura come luogo dove si può provare nostalgia e strumento di andata e ritorno a sé. L'immediatezza e la potenza evocativa fanno dell'aforisma una piccola ma potente forza vitale della parola, densa di profondi significati che tranquillizzano e guidano il lettore, quasi con vocazione di accudimento e cura, verso un'esperienza emotiva ed intellettuale di significato intenso e di grande esperienza liberatoria. Scrive Giorgio Nardone che: «l'aforisma colpisce nel segno senza richiedere, a chi lo riceve, sforzo di attenzione e pazienza»⁹¹.

90 Mario Andrea Rigoni, (cura di), *La brevità felice. Contributi alla teoria e alla storia dell'aforisma*, Venezia, Marsilio, 2007, p.16.

91 Giorgio Nardone, *Cambiare occhi toccare il cuore. Aforismi terapeutici*, Milano, Ponte alle Grazie, 2011, p.7.

La sua caratteristica è di comparire all'improvviso sulla pagina: attira l'attenzione del lettore, lo trattiene sull'attimo presente; lo sorprende con un'emozione immediata, con un ricordo, con un'immagine evocata all'improvviso che possono operare in modo chiaro e profondo sulla qualità del pensiero e dei vissuti emozionali. Si crea così uno spostamento dall'ordinario punto di vista, dal pensiero statico del lettore che passa da una condizione cristallizzata ad una rinnovata consapevolezza riflessiva. Il celato rimosso si può liberare e disvelare quelle resistenze della mente che nascondono il seme delle realtà invisibili dell'anima umana. Per Edward De Bono l'aforisma ha un ruolo cardine in quello che ha definito come *pensiero laterale*. In termini semplici per pensiero laterale De Bono intende la capacità di prestare attenzione a un fatto, una situazione da più punti di vista diversi rispetto al modo rigido di pensare del pensiero verticale, caposaldo del pensiero scientifico. Il pensiero laterale esalta il pensiero creativo, può combinare le informazioni in più modi diversi, costruire ipotesi e connessioni e supporta il ripensare certezze credute assolute. Genera stupore, suscita conflitti e contraddizioni, fa vedere le cose in maniera diversa. Tutto ciò, non in opposizione al pensiero verticale, piuttosto entrambi operano in una dimensione collaborativa, di affiancamento e perfezionamento. Il meccanismo del modello logico tradizionale viene stravolto dalla lateralità del pensiero creativo, alle associazioni di idee del tutto casuali che ribaltano certezze

acquisite spesso come dogma. Giorgio Nardone ne parla in questi termini:

«L'aforisma può essere ritenuto una vera e propria tecnica strategica [...]. Un aforisma fa sì che la persona abbia una sorta di illuminazione fulminea e intellettuale di intenso e deliberato significato [...]. La bellezza di questo strumento retorico sta nel dare al lettore la possibilità di scoprire un mondo nuovo grazie al cambiamento di lenti attraverso le quali guardarlo⁹².

In altri termini, l'aforisma si fa formula magica, insieme di senso potente, evocativo di immagini improvvise, operativo in modo chiaro e profondo sulla qualità dei pensieri e dei vissuti emozionali, liberatorio e creativo. Il tempo della Storia umana si è fatto nuovamente oscuro. Pensieri e parole sono diventati corpi oscuri che pesano sul cuore, la mente e la psiche faticano ad investire in compassione e saggezza, sentimenti di altissimo valore sociale. Altruismo, solidarietà, giustizia, l'abbraccio amorevole del comprendere sono valori, oggi, sotto scacco e la prossimità, la posizione del non giudizio e la fiducia godono scarsa fama nella società. Il processo di definizione del proprio modo di essere trova ostacoli molto impegnativi. Tuttavia, davanti a questa intensità di sentimenti negativi, il lettore curioso, soggetto proteso a dare forma a se stesso, che sente sinceramente il bisogno di percorrere i sentieri che conducono alla forma originaria può progettare una convivenza responsabile con la propria interiorità con il favore della grande letteratura.

⁹² Nardone, *Cambiare gli occhi*, p.10.

Normalmente la persona spiritualmente matura è consapevole che ogni atto di autentica libertà, presente di ogni individuo, si manifesta nell'attimo dell'azione che inizia dalla percezione reale della più intima verità personale e della forma esterna nella sua realtà.

Nella lingua greca due verbi indicano l'agire, *archein*, iniziare, regolare e *prattein*, mettere in atto. Agire diventa vitale per rompere la catena di eventi che si ripetono rigidamente nella vita. Ogni fase stagnante, se mantenuta, si cristallizza e conduce alla degenerazione di individui e Stati. Secondo Hannah Arendt il rinnovamento nasce quando la luce interna della libertà esce all'esterno con l'azione e diventa politica, visibile nel mondo. Si inizia così, a essere responsabili del modo del nostro divenire come individui da determinare nelle infinite possibilità dell'esistenza⁹³. In questo senso riflettere sull'aforisma significa prestare attenzione a parole strategiche, illuminanti che accompagnano il lettore sulle soglie del sentire e dell'agire personale. L'aforisma è una porta aperta sulla via dell'esperienza diretta del mondo emotivo, soddisfa un vero e proprio bisogno di sapere del proprio dolore, rabbia, tristezza, della felicità più intensa e disarmante. Miro Silvera lo definisce come «una piccola scossa, un'illuminazione zen, un punto di meditazione» offerto al lettore affinché prenda in carico autonomamente le proprie passività, il senso di insicurezza, lo spaesamento, lo

⁹³ Luisa Giulia Musso, *Tra archein e prattein. Agire libero e fondazione politica nel pensiero di Hannah Arendt*, Milano, Vita e pensiero, 2014.

sconforto che turbano e stordiscono la persona⁹⁴. L'aforisma energizza, rigenera e re-interpreta quel pensare e sentire che ha bisogno di essere capito e reintegrato nella carne in un presente vivo, continuamente ri-formato intorno al mistero dell'esistere nel mondo di ogni individuo. Scrive Luigina Mortari:

«L'essere umano è anche corpo. Anche se noi respiriamo la nostra essenza in modo spirituale siamo esseri corporei. La vita spirituale è immersa nella vita materiale. La parte materiale del nostro essere è quella che ci tiene intimamente legati alla terra, perché di aria e di terra, di terra e di luce noi ci nutriamo»⁹⁵.

Il lettore, quando l'Io razionale è scosso in profondità, fa i conti con la presenza reale di sé, con il suo esistere, in carne e ossa e in un qualche modo apre la possibilità di trovare la via per una relazione con l'universo narrato, relazione che è il ponte che permette di transitare da sé alla narrazione in un costante andare e venire che coinvolge il corpo nella sua interezza. L'effetto può sorprendere e dare il via allo svelamento dei segreti della vita. A questo proposito, mi piace ricordare le parole di Walter Bonatti: «Scoprire l'uomo scavando dentro se stessi è indubbiamente la più stimolante delle avventure»⁹⁶

94 Miro Silvera, *Libroterapia. Un viaggio nel mondo infinito dei libri, perché i libri curano l'anima*, Milano, Salani, p. 56.

95 Luigina Mortari, *La politica della cura. Prendere a cuore la vita*, Milano, Raffaello Cortina, 2021, p.198.

96 Walter Bonatti, *Un mondo perduto. Nelle terre più remote del pianeta*, Milano, Solferino, 2020.

Aforismi di Hermann Hesse

I dolori, le delusioni e la malinconia non sono fatti per renderci scontenti e toglierci valore e dignità, ma per maturarci. (Peter Camenzind)

Io vivo nei miei sogni. Anche gli altri vivono nei sogni, ma non nei loro, ecco la differenza. (Demian)

Siddharta non fa nulla. Siddharta pensa, aspetta, digiuna, ma passa attraverso le cose del mondo come la pietra attraverso l'acqua, senza far nulla, senza agitarsi. (Siddharta).



“La felicità?” disse il bell’uccello e rise con il suo becco dorato, “la felicità, amico, è ovunque, sui monti e nelle valli, nei fiori e nei cristalli”,
(Favola d’amore. Le trasformazioni di Pictor)

Conclusione

Il periodo storico che stiamo vivendo soffre di una crisi sistemica che sta alterando in profondità non soltanto la natura e l'ambiente, ma anche l'universo valoriale e culturale su cui si era fondata la vita su questo pianeta. Una crisi di dimensioni spirituali, morali e intellettuali che chiede di contemplare con sguardo morbido l'umano come connessione di mente e corpo, unità interna ad un universo in cui tutto è in reciproca relazione. Come valido supporto alla crisi è stata presa in considerazione la biblioterapia e nello specifico si è considerato il valore terapeutico dei classici letterari che in questo elaborato sono rappresentati dallo scrittore tedesco Hermann Hesse.

L'interesse per la funzione di cura dell'arte letteraria trae origine da intense esperienze personali dalle quali ho maturato la convinzione della lettura come pratica spirituale trasformativa dove parole, pensieri e cuore del testo si incontrano con lo stato mentale del lettore impegnandolo a guardarsi attorno, a cogliere l'irrealtà nella quale si vive per mettersi in viaggio alla ricerca della propria verità sperimentando variazioni immaginative che lasciano intravedere un futuro dove è possibile fare esperienza di luminosi frammenti di divino. Un'esperienza che ha trovato riconoscimento grazie alle acquisizioni scientifiche della biologia evuzionistica, fisica quantistica e neuroscienze. Si può essere certi, quindi, di avere nella grande letteratura un'occasione da

cogliere per stare bene. Per questa ragione riconosco nella biblioterapia un metodo di cura che fa riferimento a studi specifici e che si richiama alle indicazioni bibliografiche prodotte da un secolo di esperienze documentate.

Nella convinzione che letteratura possa rivelarsi per ciascun lettore strumento nutritivo che, nell'ascolto empatico della narrazione, parla quel linguaggio della libertà intima e profonda che si rifrange positivamente nell'affettuosa ricerca di se stesso e di chi è altro, ho voluto arricchire il lavoro con alcuni approfondimenti della filosofia e della psicologia sull'arricchente valore relazionale dell'empatia. A orientarmi verso il concetto profondo dell'empatia, strumento benefico per rendersi conto di essere in relazione, comprendersi come aperti a quella parte "animata" della realtà fuori di noi è stato fondamentale un approccio di indagine interdisciplinare. Molte delle riflessioni presenti in questo lavoro sono sorte mentre, entusiasta *flâneur*, percorrevo pagine di argomento storico, filosofico, psicologico oltre che letterario, esempi disponibili ad una comprensione più lucida del processo di interrelazione universale. Nello svolgere degli argomenti ho imparato molte cose da Martha Nussbaum, Laura Bollea, Rollo May, Giacomo Rizzolati e altri.

Proprio da loro si è amplificata la convinzione che leggere è azione che nutre poiché nell'azione del leggere si produce quel sentire che diventa consapevolezza, arricchimento e nutrimento della coscienza, che è nutrimento della vita. Trasformazione

psicofisica che immagina e crea un mondo nuovo, un'esistenza umana che è un'onda di energia dove nulla ha bisogno di essere spiegato ma solo, semplicemente vissuto. Ho prediletto, per le intense potenzialità introspettive e per essere modello di metamorfosi spirituale e artistica alcune opere di Hermann Hesse: *Peter Camenzind* nel suo essere testimonianza della relazione lirica tra uomo e natura e i romanzi *Demian* e *Siddharta*, pubblicati rispettivamente nel 1919 e il 1922, splendido esempio di contenuti interiori elaborati nell'esperienza psicoanalitica dell'autore. *Favola d'amore*, deliziosamente illustrata da Hesse stesso è stata scelta in virtù del profondo significato di ricerca personale che arte e lettura/scrittura possiedono in Hermann Hesse.

In tutto questo, ho cercato di rendere evidente quanto per un vivere buono vi sia bisogno di confronto e ascolto e come la lettura intensa di questo "grande maestro" possa trasmutarsi in riflessione elettrizzante per l'esistere. In altre parole ho voluto presentare Hermann Hesse come maestro della crescita, una presenza immaginale che, come direbbe James Hillman, ispira i vari modi crescere verso il basso. Intraprendere un pellegrinaggio tra le pagine di questo autore può essere il giusto bastone sul quale il viandante trova appoggio e sollievo mentre affronta quel processo di consapevolezza per abitare nel mondo nel pieno di ciò che si è. E può aiutare a riflettere sulla sofferenza umana come energia evolutiva, principio che crea ogni individuo

in maniera sconosciuta, spingere alla comprensione della illusorietà di quella piccola parte con cui ognuno tende a identificarsi ma che non crea nulla. E ancora può sostenere il sentire che crea la vita con costanza, al di là di ogni controllo, di ogni conoscenza e desiderio, per scoprire quel sapere del cuore capace di offrire spiegazioni più profonde.



Bibliografia

Maria Luisa Altieri Biagi, *Parola*, Torino, 2012;

Walter Bonatti, *Un mondo perduto. Nelle terre più remote del pianeta*, Milano, 2020;

Angelo Valastro Canale (a cura di), *Isidoro di Siviglia, Etimologie o origini*, Torino, 2014;

Luciano Canfora, *La biblioteca scomparsa*, Palermo, 2020;

Aldo Carotenuto, *La chiamata del daimon. Gli orizzonti dell'amore e della verità in Kafka*, Milano, 1989;

Carla Casagrande, Silvana Vecchio, *I sette vizi capitali. La storia dei peccati nel Medioevo*, Torino, 2000;

Guglielmo Cavallo (a cura di), *Libri e lettori nel Medioevo. Guida storica e critica*, Roma, 2003;

Guglielmo Cavallo (a cura di), *Le biblioteche del mondo antico e medievale*, Roma, 2004;

Aidan Chambers, *Siamo quello che leggiamo. Crescere tra lettura e letteratura*, Modena, 2020;

Rita Charon, *Medicina narrativa. Onorare le storie dei pazienti*, Milano, 2019;

Noel Cobb, *Maestri per l'anima*, Bergamo, 1999;

Marco Dalla Valle, *Biblioterapia. Strumenti applicati per le diverse professioni*, Verona, 2018;

Giorgio De Santillana, Herta von Dechend, *Il mulino di Amleto. Saggio sul mito e sulla struttura del tempo*, Milano, 2003;

Massimo Di Marco, *La tragedia greca. Forma, gioco scenico, tecniche drammatiche*, Roma, 2009;

Antonio Damasio, *L'errore di Cartesio. Emozione, ragione e cervello umano*, Milano, 1995;

Gioietta Fioroni, *Il segno della parola*, Mantova, 1997;

Ralph Freedman, *Hermann Hesse. Pellegrino della crisi*, Torino, 2009;

Sigmund Freud, *Psicologia delle masse e analisi dell'Io*, Torino, 1975;

Hermann Hesse, *Knulp*, Milano, 1980;

Hermann Hesse, *Il gioco delle perle di vetro*, Milano, 1981;

Hermann Hesse, *Siddharta*, Milano, 1982;

Hermann Hesse, *Demian*, Milano, 1982;

Hermann Hesse, *Acquarelli*, Roma, 1991;

Hermann Hesse, *L'infanzia del mago*, Roma, 1991;

Hermann Hesse, *Il canto degli alberi*, Parma, 1992;

Hermann Hesse, *Nella terra di Siddharta*, Roma, 1995;

Hermann Hesse, *Favola d'amore*, Agira, 2020;

Hermann Hesse, *Il coraggio di ogni giorno*, Milano, 2020;

Hermann Hesse, *Narciso e Boccadoro*, Milano, 2021;

James Hillman, *L'anima del mondo e il pensiero del cuore*, Milano, 1993;

James Hillman, *Il codice dell'anima*, Milano, 1997;

James Hillman, *L'anima del mondo. Conversazioni con Silvia Ronchey*, Milano, 2001;

James Hillman, *Un terribile amore per la guerra*, Milano, 2006;

Donald Kalsched, *Il trauma e l'anima*, Bergamo, 2013;

Heinz Kohut, *Introspezione ed empatia. Raccolta di scritti (1959-1981)*, Torino, 2003;

Luisa Lugli, Marina Mizzau, (a cura di), *L'ascolto*, 2010;

Alberto Manguel, *Una storia della lettura*, Milano, 2014;

Alberto Manguel, *Vivere con i libri. Una elegia e dieci digressioni*, Torino, 2018;

Matteo Marino, *Hermann Hesse e il mito di Sè. L'uomo creativo che viveva con gli archetipi*; Bergamo, 2017;

Rollo May, *L'arte del Counseling*, Roma, 1991;

Peter Mendelsund, *Che cosa vediamo quando leggiamo*, Mantova 2021;

Edgar Morin, *La via. Per l'avvenire dell'umanità*, Milano, 2012;

Christopher Morley, *La libreria stregata*, Palermo, 2011;

Luigina Mortari, *La sapienza del cuore. Pensare le emozioni, sentire i pensieri*, Milano, 2017;

- Luigina Mortari, *L'aver cura di sé*, Milano, 2019;
- Luigina Mortari, *La politica della cura. Prendere a cuore la vita*, Milano, 2021;
- Luisa Giulia Musso, *Tra archein e prattein, Agire libero e fondazione politica nel pensiero di Hannah Arendt*, Milano, 2014;
- Giorgio Nardone, *Cambiare occhi toccare il cuore. Aforismi terapeutici*, Milano, 2011;
- Salvatore Natoli, *Libertà e destino nella tragedia greca*, Brescia, 2002;
- Erich Neumann, *L'uomo creativo e la trasformazione*, Venezia, 1993;
- Martha Nussbaum, *L'intelligenza delle emozioni*, Bologna, 2004;
- Mario Andrea Rigoni, (a cura di), *La brevità felice. Contributi alla teoria e alla storia dell'aforisma*, Venezia, 2007;
- Cesare de Seta, *Le dita rosse e blu. La pittura di Hermann Hesse*, Locarno, 2017;
- Miro Silvera, *Un viaggio infinito nel mondo dei libri, perché i libri curano l'anima*, Milano, 2007;
- Edith Stein, *Il problema dell'empatia*, Roma, 1998;
- Piergiorgio Strata, *La strana coppia. Il rapporto mente cervello da cartesio alle neuroscienze*, Roma, 2014;
- Tzvetan Todorov, *La letteratura in pericolo*, Garzanti, 2011;
- Barbara Tuchman, *I cannoni d'agosto*, Milano, 1963;

Chiara Volpato, *Deumanizzazione. Come si legittima la violenza*, Roma, 2011;

Stefano Zamagni, *Prudenza*, Bologna, 2015;

Maria Zambrano, *Persona e democrazia*, Milano, 2000.

Indice generale

Premessa.....	1
Cap.1. Breve storia della biblioterapia.....	6
Il libro è una cura per l'anima.....	7
La nuova stagione della biblioterapia.....	14
Il punto di svolta: Caroline Shrodes e Arleen McCarty Hynes..	16
Cap.2. La scoperta dei neuroni specchio, l'arte e l'empatia.....	19
Stare nell'umanità.....	19
Il magico potere dei neuroni specchio.....	23
Biblioterapia e neuroni specchio.....	25
Cap.3. Hermann Hesse: dedicarsi a sé, dedicarsi all'altro.....	29
Orizzonti di crisi. Vivere con ferite profonde.....	29
Breve biografia di Hermann Hesse.....	32
Vita in famiglia e incontri psicoanalitici.....	34
Romanzi e personaggi.....	35
Un'altra vita. La guerra e l'esperienza psicoanalitica.....	38
Nuove espressioni letterarie.....	40
Leggere per ascoltarsi davvero.....	41
L'identificazione con il lettore.....	42
Colui che cerca il luogo dell'anima.....	46
Fioritura di relazioni.....	51
Hesse autodidatta.....	53
Hesse e l'amore.....	54
Amore per la natura.....	56
Pervenire alla consapevolezza di sé: il viaggio di Siddharta.....	59
Il distacco da sé: Siddharta mercante.....	65
Siddharta e il fiume: il tempo dell'ascolto.....	70
Cap.4. Una strategia per la trasformazione: l'aforisma.....	77
Aforismi di Hermann Hesse.....	83
Conclusione.....	84
Bibliografia.....	88
Indice generale.....	93