



**“Se perdi la strada del bosco ti ammali...”
e come guarire dalle malattie di oggi**

Recensione di Antonello Vanni www.antonello-vanni.it

In un libro appena uscito, che ho sfogliato ieri in una libreria, ho trovato questa frase: “se perdi la strada del bosco ti ammali, anche psichicamente”. Visto che ultimamente le cose non vanno tanto bene, l’ho acquistato per capire meglio la situazione di malessere in cui mi trovo e anche per trovare una soluzione ai miei problemi dato che il libro si propone anche come “manuale di sopravvivenza”.

Si tratta dell’opera ***Vita selvatica. Manuale di sopravvivenza alla modernità*** di Claudio Risé e Francesco Borgonovo (Lindau Ed., 2017), un libro-dialogo tra uno psicanalista e un giornalista che discutono sulle problematiche individuali e sociali del mondo in cui viviamo.

Secondo Risé e Borgonovo, i disagi che ci affliggono in questa società consumistica e tecnologica sono diversi, e molti di essi li riconosco subito tra quelli che mi fanno stare male: crisi del desiderio, perdita di energie, mancanza di spinta vitale, depressione, incapacità di contenere le pulsioni in vista di un progetto più importante e ampio, di una visione e ricerca per la nostra vita, riduzione della vita a coazione al consumo, narcisismo, infertilità sia simbolica che concreta... Di fronte a

questo scenario, che appunto in parte mi riguarda, mi sento spaventato ma a un certo punto della lettura anche contento: per sopravvivere al deserto psicologico e affettivo in cui viviamo gli autori propongono infatti **un rimedio**: la **“vita selvatica”** che ci indica di “passare al bosco” per stare meglio, ritrovare le nostre energie, la nostra capacità creativa e il desiderio di vivere pienamente la nostra vita.

Quali sono i percorsi di questa “vita selvatica” che ci aiuta a salvarci? Secondo gli autori sono diversi, ognuno di noi può leggere questo libro e trovare il rimedio per ciò che lo affligge personalmente. Io me ne sono appuntati alcuni (ma nell'opera ce ne sono molti di più), che qui sotto condivido, e che vorrei approfondire nella mia vita personale.

Innanzitutto “la via del salvarsi” non è un gioco ma “una sfida molto forte che viene posta all'uomo, che riguarda sia la sua personalità che la società e il mondo in cui vive”. Questa sfida ci invita ad **intrattenere una forte relazione personale da un lato col mondo naturale e selvatico dall'altro con il mondo trascendente del sacro**, esperienze a cui la nostra società ha rinunciato provocando i malesseri che così tanto ci tormentano. Grazie al contatto con queste due dimensioni possiamo trovare la forza di rinunciare alle immagini fuggevoli di identità debole che ci propone il consumismo, e possiamo metterci al servizio di noi stessi onorando la nostra esperienza umana come progetto, ricerca di una visione più ampia verso cui dirigere le nostre energie senza farci distrarre dalle false promesse di felicità materialistiche poco durevoli acquistabili con i soldi (che oltretutto non ci sono più).

Secondo i due autori, quindi, per ritrovare la sua energia vitale, per ritornare a desiderare sentendosi vivo, occorre che l'uomo ristabilisca il legame con il sacro e con la trascendenza, con ciò che è in alto: *de-sidero* infatti significa essere distanti dalle stelle e desiderare di raggiungerle con impegno, sacrificio e ricerca: “se non ha una relazione con la trascendenza o con l'altrove l'uomo sprofonda nella terra e nei bisogni immediati”.

Di particolare interesse per me è anche questa idea degli autori: siamo depressi e non troviamo più energie creative soprattutto perché abbiamo troppo: siamo “sazi... da morire”! per riprendere il titolo di un altro libro di Risé. Ma quali rimedi propone la via selvatica per questo problema?

Se il consumismo e l'eccessiva abbondanza materiale sono depressivi, allora per uscire da questi malesseri bisogna percorrere la via della mancanza, della privazione, di quell'“altissima povertà” che ad esempio ha caratterizzato lo stile di vita ascetico dei monaci che hanno forgiato secoli di storia occidentale. Dice infatti Risé che **sono la privazione, il non avere, la consapevolezza della perdita e della morte a rendere la vita attraente, a spingerci all'impegno, al movimento di energie, alla capacità di creare.** Chi ha tutto non desidera niente, chi ha la pancia sempre piena non ha fame. Rinunciare ad avere la pancia piena per stare meglio significa anche stare alla larga dal processo di “dolcificazione” simbolico e materiale della vita che caratterizza il modo di vivere odierno, comporta il depurarci dalla glassa dolce in cui la nostra società annega: c'è un'enorme differenza tra la vita e l'happy hour! dicono gli autori. Naturalmente per fare tutto questo occorre conoscere ed esercitare un altro sapere, di cui si preferisce fare a meno dato che costa fatica: quello che riconosce il combattimento spirituale, la lotta, il confronto, la disciplina, come momenti centrali della crescita spirituale e psicologica dell'individuo. **Il combattimento spirituale cioè come metodo per uscire dalla debolezza e dalla dipendenza,** attraverso il quale l'individuo cresce, si trasforma, fino a riconoscere la propria vocazione transpersonale, il proprio Sè. Realizzando con sacrificio, impegno e dedizione la propria ricerca, il progetto che ha di se stesso, e perché no.... i suoi sogni.

Ho trovato molto interessante anche un'altra proposta del libro: conoscere lo stile di vita dei “contrarians”. Ma chi sono? Sono tutte le persone che, in tempi e modi diversi, hanno preferito **“disconnettersi” dal mondo artificiale, burocratico,**

tecnologico e delle buone materie, cercando invece nella natura la vitalità, la spontaneità, l'evidenza della realtà che spesso vengono asservite alle logiche del profitto o di interessi che schiacciano la vita umana con cinica indifferenza. Tra i vari *contrarians* sono qui ricordati Thoreau, Jünger, R.W. Emerson e altri maestri della ricerca della wilderness: il mondo selvatico fuori e dentro di noi. La loro proposta, approfondita e ampliata da Risé e Borgonovo, indica **il rapporto con la natura e con la sua forza vitale come cura** per contrastare gli squilibri prodotti dalla modernità, dalla civiltà di massa, e dalla finta razionalità astratta del processo di civilizzazione e industrializzazione. Dicono infatti questi autori: l'uomo è natura e in questo risiede un potere, una forza vitale, che lo fa sopravvivere alla burocrazia, alla tecnica, ai meccanismi autoritari un intenso rapporto con la natura lega più profondamente alla libertà.

Sì, perché fondamentalmente è di questo che si parla nella Vita selvatica: della libertà. Di quanto sta bene, è vivo e creativo chi è libero, e di quanto invece sta male e soffre chi vive nella miseria della dipendenza.

.....
Nonostante i miei mille problemi, sono molto più sereno ora, dopo la lettura di questo libro. Spero di trovare la forza di affrontare la mia sfida per essere libero e più felice. Come si diceva nel cult movie *Matrix*, sta a noi scegliere: pillola azzurra o pillola rossa? Continuare ad accettare il noioso risveglio nelle nostre false sicurezze, lasciando scorrere la vita senza senso, o avventurarci per altre vie, appunto "selvatiche", certo più impegnative ma alla ricerca del cambiamento, della pienezza e forse della felicità per noi e per gli altri?

13 agosto 2017