DOPPIOZERO

Esiste l'anima?

Michela Dall'Aglio
23 Febbraio 2019

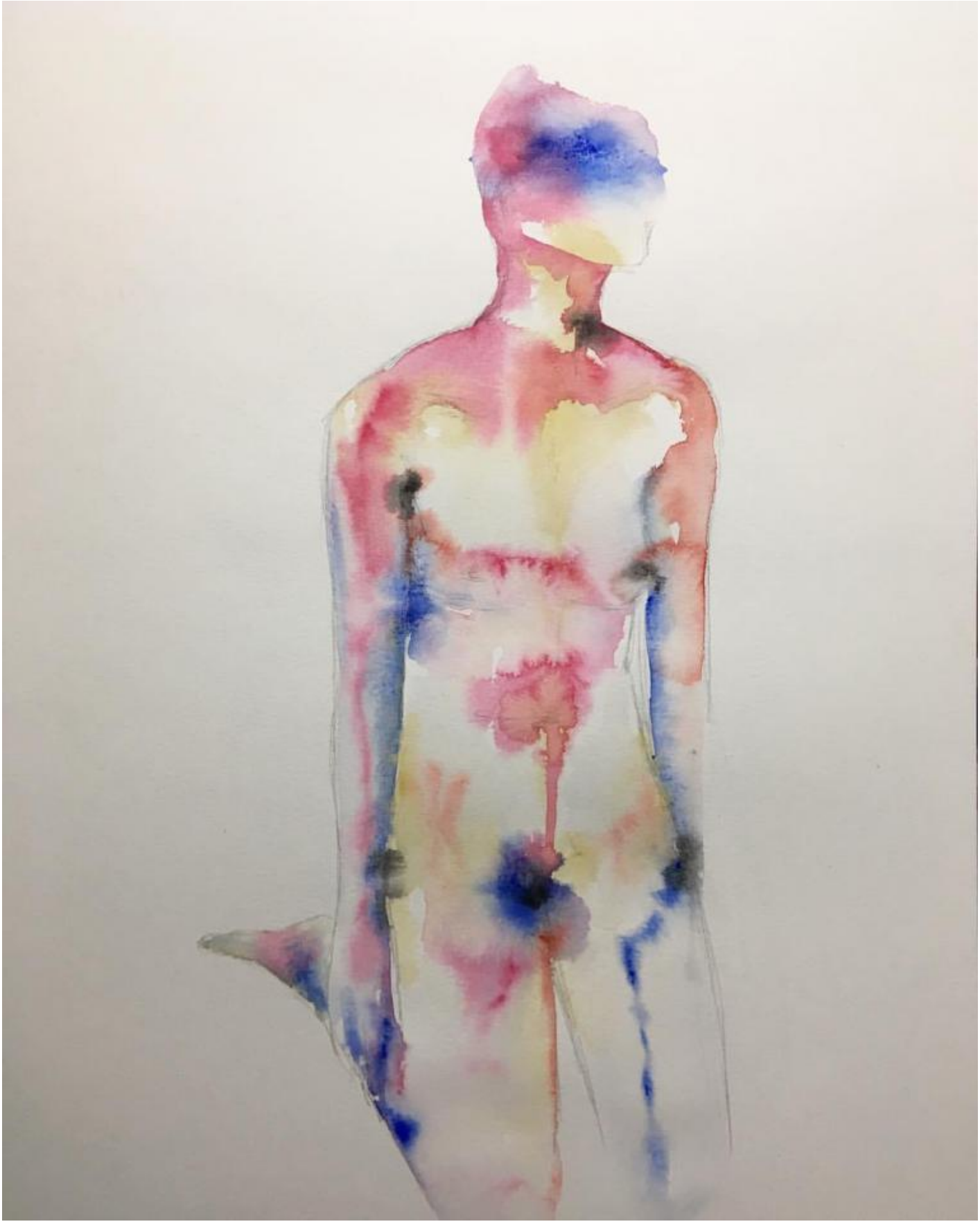
Alle soglie della morte l'imperatore Adriano, con parole piene di malinconia e di rimpianto prende congedo dalla propria anima, *ospite* e *compagna* del corpo cui era solita dare diletto, che ora se ne andrà, solitaria ed evanescente, tra le ombre di un Ade freddo e desolato. Né del tutto morta, né del tutto viva. Oggi l'elegia dell'imperatore poeta probabilmente direbbe addio ai neuroni che, nel cervello morente, si spengono uno alla volta spezzandone le sinapsi e interrompendo tutti i collegamenti tra le parti del corpo, come accade scollegando la memoria di Hal, il super-computer del film di Kubrick *Odissea nello spazio*. Ma c'è una differenza tra la morte di Adriano e la fine di Hal e sta in un dettaglio: la presenza o l'assenza di un'anima. Allora, la questione da porsi è se esista un'anima e cosa sia.

Attorno a lei, nei secoli, si sono formate diverse congetture, delle quali alcune sono state abbandonate mentre altre persistono ancora oggi; la scienza, invece, ne ipotizza di nuove. A lungo si è creduto che l'anima abitasse il corpo come una prigioniera che la morte avrebbe liberato o come una scintilla dell'essenza divina a cui, sempre dopo la morte, si sarebbe ricongiunta. Alcuni ritengono che essa pre-esista al corpo e sia destinata a incarnarsi più volte, prima di raggiungere la libertà dal ciclo delle reincarnazioni; per altri invece è unica e individuale: ogni vivente ha la sua. C'è chi la crede insufflata da Dio e chi invece la ritiene una proprietà intrinseca alla natura. Ad ogni modo pochi ne hanno negata l'esistenza fino a tempi recenti, quando le è stato preferito il concetto di spirito o, meglio ancora, di *istanza spirituale*, per svincolarla dalle fedi religiose collegandola, piuttosto, alla cultura o ai meccanismi della mente. Probabilmente cercando di darle in questo modo maggiore consistenza, quasi uno statuto di realtà.

Per quanto sfuggente sia il concetto di *mente*, soprattutto quando è chiamata in causa per fare luce su cosa siano la coscienza o la consapevolezza di sé, bisogna ammettere che il legame innegabile che la unisce all'attività neuronale del cervello, la rende in qualche misura più concreta e afferrabile (con la mente!) di quanto non sia l'anima. Esistono strumenti in grado di tracciare l'attività cerebrale, mentre l'anima non lascia tracce percepibili dai nostri sensi, né registrabili e misurabili. Eppure tutti noi sottoscriveremmo l'affermazione del filosofo Richard Swinburne: «La mia anima è la parte essenziale di me … è la parte essenziale della persona umana … Avete lasciato qualcosa di estremamente importante fuori dalla storia del mondo se raccontate soltanto la storia di quali eventi fisici si siano prodotti a causa di quali altri eventi fisici» (R. Swinburne, *Esiste un Dio?*, Lateran University Press).

Come suggerisce il suo etimo, che rimanda al vento e al soffio, l'anima è una presenza leggera. Assomiglia alla voce divina cui tendeva, speranzoso, le orecchie il profeta Elia nella grotta e, quando giunge, gli si rivela come *soffio di un silenzio sottile*. C'è un legame tra l'anima individuale e l'anima universale, divina. Entrambe sono soffio e potenza che anima, appunto, e dà vita. E dà anche forma all'opera che ogni singola vita rappresenta, e allora, per ognuno, essa diventa quello che un tempo si diceva essere il suo *daimon*. Ne parla diffusamente James Hillman nel suo *Il codice dell'anima* (Adelphi) descrivendolo come una *ghianda* di cui

ciascuno è dotato sin dalla nascita. Come nella ghianda è racchiusa la potenzialità della quercia, così in ogni persona c'è un seme suo proprio che attende di essere scoperto e nutrito affinché lei possa raggiungere compimento e pienezza.



Opera di Wiebke Kaeckenmester.

Il mondo in cui viviamo sembra avere ridotto l'anima a un'assenza, l'ha smarrita e non se ne duole, non le presta attenzione, afferma Gianfranco Ravasi (*Breve storia dell'anima*, Mondadori). Ed è proprio a questo che vuole richiamare Rabbi Adin Steinsaltz nel saggio intitolato *L'anima* (Giuntina), intensa e profonda meditazione su questa realtà «più vicina di ogni cosa vicina e più lontana di ogni cosa lontana», come Dio stesso. Nato a Gerusalemme nel 1937 dopo avere studiato matematica, fisica e chimica in quell'università, Adin Steinsaltz, appartenente alla corrente hassidica dell'ebraismo, è diventato uno dei massimi studiosi contemporanei del *Talmud*. Lo ha commentato e tradotto dall'aramaico all'ebraico moderno, in un'opera colossale di 46 volumi, completata nel 2010 e di cui, poi, ha curato la traduzione anche in diverse lingue occidentali. Per questo è stato chiamato "Talmud vivente" o il "Rashi dei tempi moderni" (Rashi, 1040-1105, è una figura gigantesca nella cultura rabbinica, i suoi commenti alla Bibbia fanno scuola ancora oggi). Leggendo *L'anima*, infatti, entriamo immediatamente nell'atmosfera peculiare della sapienza ebraica, dove non esistono barriere di tempo o di spazio tra discipline diverse, né tra studio, interpretazione e preghiera. In cui il mondo è unificato in un solo grande obiettivo: la sua santificazione. E a contribuirvi sono chiamati tutti senza eccezioni, ciascuno a suo modo.

Nonostante la vastità dell'argomento il libro di Steinsaltz è breve – troppo, dice l'autore – perché vuole essere soltanto un'esortazione a «essere in contatto con l’anima e averne cura». Non intende dimostrarne l'esistenza, che dà per certa in quanto, afferma, la percepiamo a sufficienza grazie ai sentimenti e alle passioni, a tutti quei piaceri e dolori che non ci provengono dal corpo. Essa non ci si palesa come un'unità definita, ma piuttosto «come un'accozzaglia di esperienze differenti». Come il bambino diventa consapevole del proprio corpo progressivamente, crescendo, allo stesso modo prendiamo consapevolezza della nostra anima nel tempo. E tuttavia resta un'entità che conosciamo poco. Siccome è stata sempre associata al respiro e alla forza vitale, si è creduto che risiedesse nel diaframma; mentre, associandola ai sentimenti, si è ipotizzato che avesse sede nel cuore. Oggi, come abbiamo detto, la si accosta alla mente e quindi al cervello. Ma tutti questi organi, afferma Steinsaltz, li possiamo considerare al massimo punti di contatto con l'anima. Allora, si chiede, forse l'anima coincide con quello che chiamiamo *io*? La sua risposta è no: l'io è un'entità psicofisica strettamente legata sia al corpo sia all'anima, è dunque il loro punto d'incontro, come l'interfaccia in un computer.

Per Adin Steinsaltz l'essere umano è una realtà biologica, psichica e spirituale insieme, ognuna delle quali prova gioie e dolori propri. Anche l'anima soffre, e quando il suo dolore, la cui natura è spirituale, non è compreso e curato, può estendersi anche alla psiche o al corpo, più facilmente a entrambi. Perciò, allo stesso modo in cui curiamo il corpo e la mente, dobbiamo aver cura della nostra anima. La si può tormentare, trascurare e mortificare fino quasi ad annullare la vita spirituale, ma non la si può distruggere del tutto. Essa è una forza vitale che può rendere immenso anche un uomo umiliato e in catene. Basta pensare ai trent'anni in prigione di Nelson Mandela, o ai tredici (nove dei quali in isolamento) del vescovo vietnamita Nguyen Van Thuan. E lo stesso è accaduto a molti popoli che hanno saputo conservare la propria identità spirituale nonostante anni e anni di persecuzione.

Del dolore e della forza spirituale ha scritto molto Viktor Frankl, uno dei grandi psichiatri e analisti del Novecento, fautore di un approccio psicanalitico esistenziale e ideatore di un metodo di cura incentrato sull'esigenza di dare senso al proprio vissuto, da lui chiamato *logoterapia* (letteralmente: terapia del significato). Ebreo austriaco, Frankl sopravvisse al campo di concentramento, ma vi perse i genitori e la moglie. Questa tremenda esperienza e, in seguito, l'analisi di diversi pazienti, lo convinse che esiste un

inconscio spirituale, altrettanto importante, esigente e delicato dell’inconscio psichico. Attraverso l'analisi esistenziale intendeva far emergere e portare al livello della consapevolezza nei suoi pazienti proprio questo aspetto e le sue esigenze. «Mentre nella psicanalisi è l’impulsività ad essere portata alla coscienza, – scrive – nell’analisi esistenziale si diviene consapevoli di una realtà del tutto diversa: la spiritualità» (Viktor Frankl, *Dio nell’inconscio*, Morcelliana).

C'è una certa ironia, come sottolinea anche Steinsaltz nel suo saggio, nel fatto che gli esperti della *psiche* spesso rifiutino l'idea di avere a che fare con l'anima dei loro pazienti. Negazione davvero bizzarra, che James Hillman chiaramente denuncia affermando: «Il concetto di immagine individualizzata dell'anima … compare … in quasi tutte le culture e i suoi nomi sono legioni. Soltanto la nostra psicologia e la nostra psichiatria l'hanno espunto dai loro testi. Nella nostra società, le discipline che si occupano dello studio e della terapia della psiche ignorano un fattore che altre culture considerano il nucleo della personalità e il depositario del destino individuale; l'oggetto centrale della psicologia, la psiche o anima, non entra nei libri ufficialmente dedicati al suo studio e alla sua cura!» (*Il codice dell'anima*, cit.).

Concludendo, Rabbi Steinsaltz paragona la voce dell'anima a quella di un pilota che dà la rotta e guida nel viaggio spesso burrascoso della vita: ignorarla potrebbe rivelarsi una sciocchezza imprudente e autolesionista.

Se continuiamo a tenere vivo questo spazio è grazie a te. Anche un solo euro per noi significa molto.
Torna presto a leggerci e SOSTIENI DOPPIOZERO