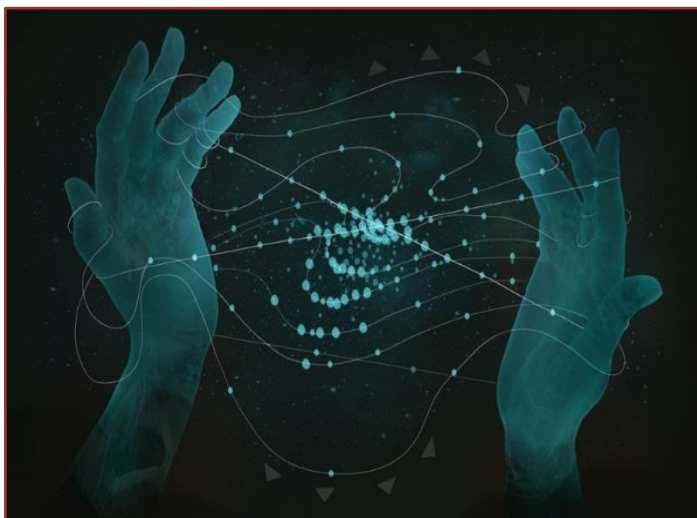


## Spiritualità

Luigina Mortari



Famosa è la definizione aristotelica che presenta l'uomo come un animale politico, cioè un essere che vive nella *polis*, la città dei *poloi*, dei molti.

La dimensione plurale dell'uomo è intrinseca alla sua natura; ma tale dimensione è intimamente connessa all'altro tratto ontologico fondamentale dell'uomo, la sua singolarità, dimensione che indica il suo essere solo di fronte al progetto della vita.

Quando facciamo esperienza di questa solitudine radicale sentiamo insieme la tensione alla trascendenza, alla necessità di dare forma al nostro proprio modo di esserci. Diventare ciò che siamo, dando corpo alle differenti possibilità di essere al mondo che ci sono poste davanti. Ciò significa confrontarsi con le questioni essenziali del vivere, le questioni di significato, quelle "questioni non-rispondibili" che chiedono un continuo investimento di pensiero, ma che sono inaggirabili per fare della vita un abitare con senso nel mondo.

Praticare tali domande, nell'interrogazione profonda e radicale, costituisce il cuore della pratica di spiritualità. Ne va della nostra vita. Sembra una parola desueta spiritualità: è invece il termine fecondo che richiama all'uomo la sua essenza più profonda, senza fare i conti con la quale perde se stesso.

Ma la spiritualità chiusa nel recinto della vita privata diventa arida. Il senso delle pratiche di spiritualità sta nel trovare le strade per dare forma a quella vita buona che costituisce il senso del lavoro politico. E la politica oggi più che in passato ha urgenza di essere ripensata come quella pratica che è al servizio della comunità, orientata a costruire una polis dove vivere una vita giusta, bella e buona.

La scuola, quella vera è chiamata a prendersi cura dell'anima perché da un'educazione spirituale fiorisca una rinascita del bene comune.

### Aver cura di sé

In quanto esseri che vengono al mondo come mancanti, siamo chiamati a dare forma al nostro proprio divenire. La direzione di senso del processo di autoformazione, che possiamo chiamare 'cura di sé', consiste nel costruire quello che Edith Stein chiama "centro interiore" (1999), un punto dell'anima nel quale la vita si concentra e dal quale scaturisce la qualità delle scelte del

proprio vivere. Nel centro interiore si delineano i principi essenziali che aiutino a trovare la strada della propria attuazione esistenziale, le posture della mente che consentono di stare alla ricerca dell'essenziale, la tensione a tenere la mente raccolta nella ricerca dell'irrinunciabile per nutrire di senso l'esistenza. Aver cura di sé è dunque una pratica spirituale.

### **Aver cura di altri e del mondo**

Aver cura di sé è assumersi il compito di dare forma al nostro proprio divenire, in quanto ci scopriamo mancanti di una forma compiuta e perciò sobbarcati del compito di divenire il proprio poter essere, rispondendo alla chiamata della vita. Ma l'aver cura della vita corre il rischio di tradursi in un movimento egoistico, tutto concentrato soltanto sul sé. La realtà si pone però come argine a ciò: il divenire di ciascuno, infatti, è inestricabilmente mescolato a quello di altri. Noi siamo esseri intimamente relazionali. La condizione umana trova la sua essenza non solo nella singolarità di cui ciascuno è portatore, ma anche nella relazionalità che ci caratterizza: per questo motivo l'aver cura della vita non può qualificarsi solo come cura di sé ma anche come cura per gli altri e per il mondo. E la scoperta che ogni uomo fa in questa pratica è quella di trovare che il proprio sé prende forma anche quando l'oggetto di cura sono gli altri e il mondo.

### **Educare la spiritualità**

Chiamati a imparare ad aver cura dell'esistenza, ovvero a imparare l'arte di esistere, ci troviamo in un cammino che dà forma a una sapienza del vivere.

Pervenire a questa sapienza è un apprendimento difficile, che chiede di essere coltivato intenzionalmente. La pratica educativa prende forma dalla necessità di sostenere i giovani nell'apprendimento di tale arte del vivere. Un'arte che, come afferma Socrate, consiste nell'avere "una conoscenza sicura della virtù del vivere umanamente e politicamente" (Platone, *Apologia di Socrate*, 20b). Un habitus di vita che rende l'uomo sempre più umano nella forma della cura di sé e degli altri e della città, nella quale e con i quali soltanto si diventa realmente umani.

L'educazione conosce il proprio limite: non c'è sapienza che si possa insegnare o trasmettere come un dato. C'è un cammino però che si può intraprendere insieme, un cammino fatto di cura per l'altro il cui fine sia fare in modo che l'altro impari a prendersi cura di sé da se stesso. E in questa arte del vivere, la sapienza degli esseri umani che hanno lavorato su di sé per far fiorire la vita ci consegna delle pratiche spirituali che in quanto educatori dobbiamo praticare e proporre ai nostri allievi.

Il lavoro di spiritualità attraverso il quale si ha cura dell'anima richiede che si attivino differenti pratiche di pensiero che possono essere coltivate attraverso dei veri e propri "esercizi spirituali", tecniche di lavoro su di sé che, come afferma Foucault (2001), permettono alla spiritualità di diventare la pratica per mezzo della quale il soggetto opera su se stesso le trasformazioni necessarie per avere accesso alla verità.

Innanzitutto, si tratta di comprendere come conoscere se stessi, e conoscere se stessi significa occuparsi non solo del proprio pensare, ma anche del proprio sentire, perché l'uno è strettamente connesso all'altro. Per conoscere se stessi suggeriamo ad ogni essere umano e all'educatore che lo accompagna di esercitarsi nel dare attenzione, fare silenzio interiore, concedersi tempo, togliere via, cercare l'essenziale, coltivare l'energia vitale, scrivere il pensare.

Non ci può essere una profonda riflessività se la mente non è capace di un'attenzione concentrata sul proprio vissuto; senza il silenzio interiore la vita della mente troppo ingombra e distratta non riesce a raccogliere la forza necessaria per riflettere. Senza il concedersi tempo non è possibile trovare quello spazio di cui la riflessività necessita, poiché richiede un'adeguata quiete cognitiva. Quando si toglie via il di più rispetto all'essenziale, si evita che le energie mentali si disperdano per poterle invece fare confluire ad alimentare la potenza riflessiva. La cura di sé ha bisogno anche di energia vitale, quell'energia positiva indispensabile perché le nostre azioni attualizzino la nostra individualità essenziale. Infine, per intensificare la forza plasmatrice delle pratiche di spiritualità è utile accompagnare il lavoro interiore con la scrittura, cercando un linguaggio che sappia dire la qualità della vita della mente

Intraprendere pratiche di spiritualità significa dare inizio a un cammino, quello che porta verso un altrove, verso altri modi di essere. Il senso di questo cammino sta nel trovare la forma migliore del proprio essere e farla fiorire, far fiorire il tempo del vivere di gemme di senso.

---

### **Bibliografia di riferimento**

Foucault, M. (2001), *L'ermeneutica del soggetto. Corso al Collège de France 1981-1982*. Tr. it. Feltrinelli, Milano 2003.

Mortari, L. (2015), *Filosofia della cura*. Raffaello Cortina, Milano.

Mortari, L. (2018) (a cura di), *Spiritualità e politica*. Vita e Pensiero, Milano.

Mortari, L. (2019), *Melarete*. Cura Etica Virtù. Vita e Pensiero, Milano.

Mortari, L. (2019), *Aver cura di sé*. Raffaello Cortina, Milano.

Platone, *Tutti gli scritti*. Tr. it. Bompiani, Milano 2000.

Stein, E. (1962a ed. ted.), *Essere finito e essere eterno*. Tr. it. Città Nuova, Roma 1999.