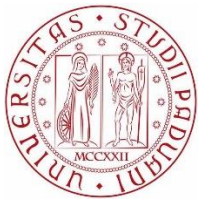
UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA



DIPARTIMENTO DI FILOSOFIA, SOCIOLOGIA, PEDAGOGIA E PSICOLOGIA APPLICATA (FISPPA)

Corso di laurea in Scienze dell'educazione e della formazione
Curriculo Scienze dell'educazione

Sete di vita: spunti di riflessione per riconnettersi alla natura nell'età dell'adolescenza.

"Thirst for life: reflections on reconnecting with Nature During Adolescence"

Relatore
Professoressa Silvia Mocellin

Laureando/a: Ottavia Scaggiante
Matricola: 2056438

Anno Accademico 2024

Indice

Introduzione 4

Capitolo 1- Natura 6

1.1 *La nostra posizione nel mondo e l'incredibile sinergia dell'ecosistema.* 6

1.2. **"***L'uomo non è che una parte della natura"* 12

Cos'è la natura e cosa offre all'uomo. 13

Noi siamo selvaggi 15

Civilizzazione e impoverimento ecologico 17

1.3 Emergenza ambientale ed ecologia profonda. 18

Capitolo 2- Un modo di vivere secondo natura 23

2.1 La percezione della felicità oggi 23

La felicità: da cosa dipende? 26

Il senso, La gioia di vivere e l'autorealizzazione personale 28

2.2 Semplicità e Riconnessione con la Natura 30

Esempi moderni di riconnessione con la Natura 35

Identità e ricerca di un proprio posto nel mondo 38

2.3 Valori e spunti per una vita autentica 41

Capitolo 3 - Educazione e Natura: un'Avventura Esperienziale 48

3.1 Che cos'è l'adolescenza? 48

3.2 La dilatazione del campo di esperienza 53

3.3 Esperienza diretta e pratica di tirocinio. 59

Conclusione 63

Bibliografia 64

Sitografia 66

Ringraziamenti. 67

Introduzione

Questa tesi cerca di proporre una riflessione sulla nostra esistenza e condizione umana, ponendo, da un lato, interrogativi su ciò che siamo e su ciò che potremmo diventare, e suggerendo, dall'altro, che solo attraverso una maggiore consapevolezza del nostro posto nell'universo e dell'ambiente che ci circonda potremo iniziare a ritrovare noi stessi. Ristabilendo un contatto diretto con la natura incontaminata, possiamo riscoprire il nostro senso, in armonia con il mondo e il significato più profondo di tutto ciò.

L'idea di questa tesi nasce dal desiderio di offrire spunti di riflessione a chi, soprattutto in giovane età, si pone domande come: "Che senso ha la vita?" "Perché sono qui?". L'obiettivo di questo lavoro, allora, è di contribuire a queste riflessioni e provare ad offrire suggerimenti a chi ha perso il proprio orientamento, stimolando una nuova energia e motivazione.

Il punto di partenza, tramite l'analisi del pensiero di noti nomi dell'etica ambientale e dell'ecologia profonda in particolare, è l'importante concetto di "natura" come un tutto più ampio, di cui gli esseri umani fanno parte in modo costitutivo. Riconosceremo la natura come punto di riferimento, una fonte di bellezza e saggezza, che con la sua funzione educativa ci accompagna nel cammino verso una maggiore consapevolezza di noi stessi. Partendo da tale riflessione, analizzeremo l'interconnessione tra l'uomo e il mondo, che ci offre un senso di appartenenza e di identità. Come afferma Naess, "Siamo l'aria che respiriamo, il cibo che mangiamo, l'ambiente che abitiamo: siamo nodi nella rete di interconnessioni della vita."[1]

Questa tesi sarà sostenuta da esempi di vita di autori che hanno dimostrato coerenza, autenticità e pienezza nel vivere in semplicità. Verrà proposto un cambiamento profondo che richiede anche, in una certa misura, una messa in discussione delle attuali

[1] Arne Naess, *Siamo l'aria che respiriamo. Saggi di ecologia profonda*, con introduzione di Elisa Cavazza e Alan Drengson; trad.it. di Andrea Roveda (Prato: Piano B, 2021), p.*15*.

strutture economiche, sociali e ideologiche, al fine di generare una saggezza ecologica capace di restituire dignità al nostro amore per la natura, alla pienezza di vita e al valore che diamo all'ambiente che ci circonda.

L'approccio all'etica ambientale porterà inevitabilmente a interrogarci sul significato della vita e sulla nostra condotta, prendendo come riferimento guide spirituali come Gandhi, il Dalai Lama e altri autori, i cui insegnamenti offriranno spunti per riflessioni sul senso dell'esistenza.

Infine, cercherò di declinare alcuni aspetti di questi concetti densi e problematici in chiave educativa, approfondendo l'importanza di ampliare il campo delle esperienze attraverso il contatto con la natura. Porterò come esempio la mia esperienza di tirocinio in una comunità per minori stranieri non accompagnati, un percorso che mi ha fatto riflettere profondamente, mettendomi alla prova e donandomi grandi soddisfazioni.

Capitolo 1- Natura

1.1 *La nostra posizione nel mondo e l'incredibile sinergia dell'ecosistema.*

> Circa 14 miliardi di anni fa, materia, energia, tempo e spazio scaturirono da quello che è noto come il Big Bang. […]. Circa 300.000 anni dopo la loro comparsa, materia ed energia cominciarono a fondersi in complesse strutture chiamate atomi, che poi si combinarono a formare le molecole. […]. Circa 4 miliardi di anni fa, su un pianeta chiamato Terra, certe molecole si combinarono venendo a formare strutture particolarmente articolate e complesse chiamate organismi. […]. Circa 70.000 anni fa, gli organismi appartenenti alla specie Homo sapiens cominciarono a formare strutture ancora più elaborate chiamate culture […]. Questi umani arcaici amavano, giocavano, formavano strette amicizie, competevano tra loro per conquistare status e potere ma la stessa cosa facevano gli scimpanzé, i babbuini e gli elefanti. Non c'era niente di speciale in loro. la cosa più importante da sapere circa gli umani preistorici è che erano animali insignificanti: il loro impatto sull'ambiente in cui vivevano non era superiore a quello di gorilla, lucciole e meduse.[1]

Partendo da questo incipit relativo all'origine della vita, tratto dall'inizio del celebre libro *Sapiens: da animali a dèi* di Yuval Noah Harari, proseguiremo con autori come Aldo Leopold e Gary Snyder, per cercare di collocare l'uomo nell'universo, per una necessità umana di dare ordine alla straordinaria complessità del vivente e riflettere sul significato della nostra esistenza che è ciò che rende unica la nostra posizione. Cercheremo di andare oltre le prospettive fisiche, astronomiche e cosmologiche che cercano di dare una spiegazione scientifica e ci focalizzeremo più sulla prospettiva filosofica fondata sull' *ecocentrismo*[2], che vede l'uomo come parte di un sistema più grande e interconnesso, dove ogni componente ha un valore intrinseco, cercando di ricostruire la relazione tra uomo e ambiente. L'equilibrio vivo e imprevedibile dell'ecosistema, che allo stato attuale ci sembra una fragilità da preservare, è in realtà il suo vero punto di forza. Inoltre, considerare l'ecosistema come la natura stessa dell'essere umano permette di ridurre quella distanza che culturalmente si avverte fra umanità e natura, ma anche

[1] Yuval Noah Harari, *From Animals into Gods: A Brief History of Humankind*, Israel 2011; trad., it. di Giuseppe Bernardi*, Sapiens. Da animali a dèi*, , 9. ed. riveduta, (Milano: Bompiani, 2017), p.11-12.

[2] corrente filosofica nata alla fine del XX secolo, e si fonda sullo sviluppo sostenibile dell'ambiente e dei beni liberi per le generazioni future.

fra individuo e società. Occorre pensare al bene di tutti, un *"tutti"* che include la vita nel suo complesso, non soltanto quella umana.[3]

La consapevolezza del funzionamento dell'ecosistema nella sua interconnessione, perfezione, equilibrio e potenzialità servirà a provare l'idea che l'uomo non è superiore a tutto il resto ma che la nostra esistenza è possibile solo grazie alla complessità del biota, poiché natura è ciò da cui veniamo, quello che sostanzialmente siamo, una forza intrinseca interdipendente, sinergica, integrata e coordinata. Tutto questo ci aiuterà a chiarire la nostra posizione nel mondo.

Aldo Leopold in *Pensare come una montagna*, sostiene esista l'equilibrio di un ecosistema, e che il lupo contribuisca a quello del bosco tanto quanto il cervo e lo scoiattolo, la betulla e il pino. È di quell'equilibrio, secondo Leopold, che l'uomo deve prendersi cura: l'uomo-cacciatore, l'uomo-coltivatore, l'uomo-forestale come custode dell'armonia della Natura.[4]

A tale proposito, Gary Snyder, in *Nel mondo selvaggio* scrive:

> Un mio amico a volte ha la sensazione che il mondo sia ostile agli esseri umani. Dice che la montagna, per esempio, ci congela e ci uccide. Ma come potremmo esser qui se questo pianeta non avesse plasmato la nostra stessa forma? La gravità e un intervallo di temperatura vivibile, a metà strada fra il congelamento e l'ebollizione, hanno permesso ai fluidi e ai tessuti che compongono il nostro corpo di esistere. Gli alberi su cui ci arrampichiamo e il terreno su cui camminiamo ci hanno dato le dita delle mani e dei piedi. La pianura ci ha dato occhi capaci di vedere lontano e i ruscelli e le brezze ci hanno dato lingue versatili e orecchi convoluti. La terra ci ha donato il cammino, il lago il nuoto. Lo stupore ci ha dato questa mente che abbiamo. Dovremmo essere grati di tutto ciò, e sopportare con grazia le lezioni più severe della natura. [5]

Per cercare di spiegare quel poco che sappiamo del meccanismo terrestre, Leopold, in *Pensare come una montagna*, utilizza la metafora della piramide biotica per spiegare il funzionamento della Terra, richiamando concetti usati in economia.[6] La piramide rappresenta il flusso di energia attraverso il biota, ossia l'insieme di organismi viventi, partendo dal suolo e proseguendo attraverso vari strati di vita. Alla base vi sono

---

[3]Chiara Mazzamauro, "Noi siamo ecosistema. L'ecosistema è in noi"*, Il giornale dell'ambiente*, 2023 (https://ilgiornaledellambiente.it/ecosistema-in-noi/).

[4] Aldo Leopold, *Pensare come una montagna: a Sand County almanac*, trad. it. di Andrea Roveda (Prato: Piano B, 2023), p.8.

[5] Gary Snyder, *The Practice of the Wild*, North Point Press, Berley, California 1990; trad. da Augusto Sabbadini *(*Shantena), *Nel mondo selvaggio*, (Como: Red, 1992), p.45.

[6] Leopold, *Pensare come una montagna, cit., p.242*.

le piante, che assorbono energia dal sole. A seguire, ci sono insetti, piccoli animali, fino ad arrivare ai grandi carnivori che occupano lo strato più alto. Ogni livello dipende da quello sottostante per nutrimento e sostegno, e la struttura piramidale riflette il fatto che gli organismi ai livelli superiori sono numericamente meno rispetto a quelli alla base: ci sono molte più piante rispetto ai carnivori, con un equilibrio che regola l'intero sistema.

L'uomo, condividendo lo strato intermedio con animali come orsi e scoiattoli, partecipa a questo ciclo naturale.[7] Tuttavia, la complessità e l'intreccio delle catene alimentari, pur apparendo caotici, dimostrano un alto grado di organizzazione e stabilità, frutto della cooperazione e competizione tra le varie specie. In origine, queste catene alimentari erano brevi e semplici, ma l'evoluzione ha aggiunto nuovi strati, rendendo la piramide sempre più complessa. La Terra, quindi, non è solo suolo, ma una fonte di energia che scorre attraverso piante, animali e il processo di decomposizione. Le catene alimentari portano questa energia verso l'alto, mentre la morte e la decomposizione la restituiscono al suolo, chiudendo il ciclo. [8]

Sul tema della decomposizione, Gary Snyder, in *Nel mondo selvaggio*, sottolinea che la vita naturale non si limita a immagini idilliache. Include anche un lato oscuro, fatto di morte e decomposizione, che è parte integrante dell'ecosistema. Le ossa calcinate, le penne sparse sulla neve e le storie di appetiti insaziabili sono tutte manifestazioni di un sistema che, pur apparendo crudele o parassitico, è profondamente equilibrato. La vita non è solo una proprietà diurna di grandi vertebrati interessanti; è anche notturna, anaerobica, cannibalistica, microscopica, digestiva, fermentativa: ribolle in una tiepida oscurità. La vita si perpetua in condizioni estreme, sia nelle profondità oceaniche che nei deserti, e continua anche nella putrefazione, dove un mondo di organismi prospera nell'ombra.[9]

Thoreau, in *Walden ovvero Vita nei boschi*, esprime un simile rispetto per il ciclo naturale. Egli trova conforto nell'osservare un avvoltoio che si nutre di una carcassa, un segno della vitalità e della salute della natura, capace di sacrificare e rinnovarsi attraverso la morte. Anche ciò che a noi può sembrare ripugnante è parte di un processo vitale in cui nulla è sprecato e tutto viene riutilizzato.

---

[7] Ivi, p.174.
[8] Ivi, p.243.
[9] Snyder, *Nel mondo selvaggio, cit., p.105*.

> C'era un cavallo morto nella valle vicino al sentiero di casa mia, che talvolta mi costringeva a una deviazione, specialmente nelle notti in cui l'aria era troppo pesante, ma la mia ricompensa era la rassicurazione che mi dava sull'appetito forte e sulla salute inviolabile della Natura. Mi piace vedere che la Natura abbonda di vita tanto da permettersi di sacrificare miriadi di esseri, e di farli cadere preda l'uno dell'altro. [10]

Questi pensieri convergono in una visione unitaria della natura, in cui la vita e la morte sono parti inseparabili di un ciclo continuo di trasformazione e rigenerazione. Il circuito energetico, dunque, non è chiuso: parte dell'energia si dissipa durante la decomposizione, altra viene assorbita dall'atmosfera, immagazzinata nei terreni, nelle torbiere e nelle foreste secolari. Si tratta di un circuito autonomo, una riserva di vita che si rinnova lentamente. Sebbene vi sia una perdita netta causata dall'erosione, questa è compensata dal decadimento delle rocce. Col tempo, le rocce erose si depositano nell'oceano, per poi risollevarsi formando nuove terre e nuove piramidi biotiche. L'interdipendenza tra la complessa struttura della Terra e il suo regolare funzionamento come unità energetica è uno dei suoi attributi fondamentali. Quando un elemento del circuito muta, altre parti devono adattarsi. Non tutti i cambiamenti ostacolano il flusso di energia; l'evoluzione è una lunga serie di mutamenti auto-indotti, che ha raffinato il meccanismo e allungato il circuito. Tuttavia, i mutamenti evolutivi sono lenti e circoscritti, mentre l'uomo, con le sue tecnologie, è capace di apportare cambiamenti rapidi e di vasta portata. Uno dei cambiamenti più significativi è avvenuto nella composizione delle flore e faune: i grandi predatori che occupavano l'apice della piramide biotica sono stati eliminati, accorciando per la prima volta nella storia le catene alimentari. Specie domestiche hanno sostituito quelle selvatiche, che sono state costrette a spostarsi in nuovi habitat. Questo scambio globale di specie ha creato squilibri: alcune specie sono diventate invasive, altre si sono estinte, e questi effetti, spesso imprevisti, hanno causato riadattamenti nella struttura ecologica. Grandi animali sono scomparsi, paludi si sono trasformate in campi coltivati, e nuove specie vegetali e animali sono state introdotte, talvolta con effetti nocivi. Tuttavia, il suolo è ancora fertile grazie a nutrienti importati, i fiumi continuano a scorrere e il sistema sembra funzionare. Nonostante ciò, questa stabilità apparente nasconde una riduzione della complessità e della capacità del sistema di sostenere piante, animali e popoli. Questa situazione, simile alla malattia di un

[10] Henry David Thoreau, *Walden, ovvero Vita nei boschi*, a c. di Nicola Tosi (Vedano Olona: Crescere Edizioni, 2021), p.302.

organismo, non porta al collasso totale, poichè la Terra si rigenera a un livello inferiore di complessità. Le prove storiche ed ecologiche suggeriscono che meno violenti sono i cambiamenti imposti dall'uomo, maggiori sono le probabilità che la piramide biotica si riorganizzi con successo. Al contrario, cambiamenti violenti e rapidi, spesso legati a una densità elevata di popolazione, provocano conseguenze ecologiche gravi. Questa conclusione contrasta con l'attuale idea, che presuppone che l'aumento della densità umana porti a un arricchimento continuo della vita. L'ecologia, invece, dimostra che esistono limiti: l'aumento della densità segue la legge dei rendimenti decrescenti. La relazione tra uomo e Terra è complessa e non ancora completamente compresa. [11]

Nel suo saggio, *Pensare come una montagna*, Leopold mette in luce la necessità di sviluppare un'etica che si fondi su un'evoluzione ecologica, intesa come una limitazione della libertà d'azione nella lotta per l'esistenza. Le etiche finora sviluppate condividono un presupposto comune: l'individuo è parte di una comunità composta da elementi interdipendenti. Gli istinti umani lo spingono a competere per affermarsi, ma l'etica lo invita a cooperare. L'etica della terra amplia i confini della comunità, includendo il suolo, le acque, le piante e gli animali, ovvero la terra nel suo insieme. Questo tipo di etica trasforma il ruolo dell'essere umano: da conquistatore della terra a semplice membro e cittadino della comunità biotica. Comporta il rispetto per gli altri membri e per la comunità stessa. Un'interpretazione ecologica della storia dimostra che l'uomo è solo un membro tra tanti nella comunità biotica. Molti eventi storici, spesso attribuiti esclusivamente alle azioni umane, sono in realtà il risultato di interazioni tra l'uomo e la terra. Le caratteristiche della terra hanno avuto un'influenza sugli eventi pari, se non superiore, a quella delle azioni umane. La conservazione, quindi, è uno stato di armonia tra uomo e natura. Nonostante un secolo di impegno ambientale, i progressi sono stati lenti e spesso limitati a discorsi e buone intenzioni. Per ogni passo avanti ne facciamo due indietro. La risposta abituale è promuovere "più educazione alla tutela della natura ", ma questa non sottolinea alcun obbligo verso la terra al di là del tornaconto personale. Di conseguenza, abbiamo più istruzione ma meno terra fertile, meno boschi sani e continuiamo a subire alluvioni. L' impressione è che nessun obbligo abbia valore se non esiste una coscienza condivisa: il vero problema diventa dunque estendere la coscienza sociale nei confronti della Terra. Come avvenuto in ogni grande cambiamento etico, anche

[11] Leopold, *Pensare come una montagna, cit., p.243*.

qui è necessario un mutamento interiore: un cambiamento nei valori di fedeltà, lealtà e affetto verso la terra. La stabilità della comunità biotica dipende dalla sua integrità: ogni elemento ha il diritto di esistere non in funzione del suo valore economico, ma per il suo intrinseco diritto biotico. [12] Nelle ultime pagine del saggio, Leopold scrive:

> Per me è inconcepibile che un rapporto etico con la terra possa esistere senza amore, rispetto e ammirazione, e senza un'alta considerazione del suo valore (non economico).[…] L'uomo moderno è separato da essa da troppi intermediari e innumerevoli gadget. Non ha con la terra alcuna relazione vitale: per lui è solo quello spazio che separa una città dall'altra e dove crescono i raccolti. […]. In breve, la terra è qualcosa che oramai egli ritiene di aver superato. [13]

In conclusione, l'uomo moderno, non ha più un legame vitale con la terra, che considera ormai solo come uno spazio tra città o un luogo di produzione agricola. Il vero ostacolo allo sviluppo di un'etica della terra è il pensare che il suo corretto utilizzo sia solo una questione economica. È necessario iniziare a valutare ogni problema in termini etici ed estetici, oltre che economici: "Una cosa è giusta quando tende a preservare l'integrità, la stabilità e la bellezza della comunità biotica; è sbagliata quando mostra una tendenza diversa.[14]

È passato ormai un secolo da quando Darwin ci dette un primo assaggio dell'origine delle specie. Oggi sappiamo ciò che era sconosciuto a tutte le precedenti generazioni: che nell'odissea dell'evoluzione gli uomini non sono che i compagni di viaggio delle altre creature. Questa nuova conoscenza dovrebbe averci dato, in questo lasso di tempo, un sentimento di fraternità con gli altri esseri viventi: un desiderio di vivere e di lasciar vivere, un senso di meraviglia per la vastità e la durata dell'impresa biotica. [15]

In *Nel mondo selvaggio*, Gary Snyder si pone una domanda cruciale: cosa significa essere "esseri umani"? Cosa definisce la nostra specie? La sua risposta è che l'essenza dell'umanità risiede nelle "montagne e nei fiumi senza fine", in tutto il pianeta che abitiamo, più o meno consapevolmente, come casa nostra. Elementi come bacche, ghiande, semi erbacei, mele e patate dolci contribuiscono a dare vita a creature tanto abili quanto noi. Gli esseri umani, che per dimensioni sono più grandi di un lupo ma più piccoli

[12] Ivi, pp.230-241.
[13] Leopold, *Pensare come una montagna, cit., p.252*.
[14] Ivi, pp. 252-254.
[15] Ivi, p.129.

di un alce, non sono colossali figure del paesaggio terrestre.[16] Tutti noi cerchiamo sicurezza, prosperità, comfort, longevità e stabilità. I cervi lo fanno con le loro zampe agili, i mandriani con trappole e veleni, la maggior parte di noi con macchine, voti e denaro. Ma, in fondo, tutto si riduce a un unico desiderio: vivere in pace. Raggiungere questo obiettivo, in una certa misura, è sufficiente e forse persino essenziale per pensare in modo lucido e oggettivo; tuttavia, un eccesso di sicurezza, col tempo, sembra portare solo a nuovi pericoli. Forse questo significa il detto di Thoreau: "Nella natura selvaggia sta la salvezza del mondo".[17]

1.2. **"***L'uomo non è che una parte della natura"*[18]

Dopo aver tentato di ricollocare l'uomo nel mondo, posizionandolo all'interno del sorprendente ecosistema di cui facciamo parte, e aver provato a mostrare la perfetta interazione, l'equilibrio e la connessione intrinseca della vita, si può iniziare a comprendere che l'uomo non è superiore a ciò che lo circonda, ma che la nostra esistenza è possibile solo grazie alla Terra. Siamo solo un tipo di essere vivente, come tutti gli altri. A questo punto è necessario abbozzare una definizione di ciò che si intende per natura.

Ralph Waldo Emerson, nel suo saggio del 1836 *Natura*, esplora il profondo legame tra l'uomo e l'ambiente naturale, promuovendo l'idea che la natura sia una fonte di ispirazione spirituale e intellettuale. Le sue riflessioni sono particolarmente rilevanti oggi, in una società che spesso si allontana da questo legame. Emerson invita a riconsiderare, attraverso la natura, il nostro rapporto con noi stessi e con il mondo, sollecitandoci a interrogarci su un concetto essenziale ma sfuggente come l'identità.

In *Natura*, Emerson afferma: "L'ondeggiare dei rami nella tempesta è per me nuovo e antico a un tempo. Mi coglie di sorpresa ma non mi è sconosciuto." Questo passaggio esprime come la natura, pur sorprendente, risvegli qualcosa di familiare nell'animo umano. Per Emerson, lo Spirito Universale non è una forza esterna, ma agisce attraverso di noi; la natura è una forza intrinseca e interconnessa con la nostra esistenza:

[16] Snyder, *Nel mondo selvaggio, cit., pp.104-105*.
[17] Leopold, *Pensare come una montagna, cit., p.151*.
[18] Citazione di Baruch Spinoza, libro Breve trattato su Dio, l'uomo e il suo bene.

«l'Essere Supremo non costruisce la natura intorno a noi, ma la fa scaturire attraverso di noi». La natura diventa così un simbolo dello spirito che va letto e interpretato. [19]

In questo percorso verso una maggiore consapevolezza, la natura ci aiuta a riscoprire il nostro "nido" naturale, quel luogo di appartenenza e connessione essenziale per una coscienza equilibrata, come sottolinea anche Arne Naess.[20]

Il concetto di natura espresso da Emerson, come strumento per ritrovare la nostra identità e riconsiderare il rapporto con noi stessi e con il mondo, si collega profondamente al "luogo antropologico" di Marc Augé. Augé lo definisce come una costruzione simbolica e concreta dello spazio, un riferimento essenziale per coloro ai quali assegna un posto. Pur non risolvendo tutte le problematiche sociali, il luogo antropologico è dove ci si riconosce, si comprendono le proprie radici e si costruisce l'identità di un gruppo. Organizzare uno spazio implica l'instaurarsi di pratiche collettive e individuali, che danno forma a questa identità. Secondo Augé, i luoghi antropologici sono identitari, relazionali e storici: definiscono chi siamo, stabiliscono relazioni tra individui e preservano la memoria del passato. Il luogo di nascita, ad esempio, è costitutivo dell'identità personale e di quella collettiva del gruppo, che si unifica e si consolida grazie al legame con il proprio territorio. Questo spazio, però, deve essere protetto da minacce esterne e interne affinché il senso di identità e appartenenza rimanga intatto.[21] Ralph Waldo Emerson, infine, ci ricorda che l'uomo è simile a Dio, ma è un "dio in rovina" che può, anzi deve, ritrovare sé stesso. Il compito principale dell'uomo è quello di riacquisire consapevolezza del proprio posto nell'universo, ristabilendo il giusto rapporto con la natura. Se conoscesse e mettesse in atto le sue possibilità, dice Emerson, ritornerebbe a essere il signore dell'universo: "Contempliamo il ruscello spumeggiante con compunzione, ma se la nostra vita fluisse con la giusta energia saremmo noi a far vergognare il ruscello". [22]

Cos'è la natura e cosa offre all'uomo.

Gary Snyder offre una definizione di natura richiamandone l'etimologia: dal latino *natura*, che significa "nascita, costituzione, carattere, corso delle cose", e, più a fondo, da

[19] Ralph Waldo Emerson, *Natura: utilità, bellezza, armonia*, a c. di Igina Tattoni (Roma: Donzelli, 2017), p.11.

[20] Arne Naess, *Siamo l'aria che respiriamo*. *Saggi di ecologia profonda*, con introduzione di Elisa Cavazza e Alan Drengson; trad.it. di Andrea Roveda (Prato: Piano B, 2021), p.8.

[21] Così sostiene Marc Augè citato in Silvia Mocellin, *L'uomo senza dimensioni: spazio, tempo e cultura nella società globalizzata*, Saggi 57 (Padova: Il poligrafo, 2012), pp.90-91.

[22] Emerson, *Natura, cit., p.12*.

natus, "nato". Il termine viene utilizzato in due accezioni leggermente diverse. In un primo senso, la natura è intesa come il mondo "oltre la soglia delle abitazioni umane", ossia il mondo fisico che include tutti gli esseri viventi non umani e che esiste indipendentemente dalla civiltà e dalla volontà umana. In un secondo senso, più ampio, la natura si riferisce al "mondo materiale" o all'insieme delle cose e dei fenomeni che lo compongono, includendo anche i prodotti dell'azione e dell'intenzionalità umane. Snyder definisce la natura come un agente, una forza creatrice e regolatrice che opera nel mondo materiale, essendo la causa immediata di tutti i suoi fenomeni.[23]

Secondo Emerson, invece, il termine "natura", nell'accezione comune, si riferisce a tutto ciò che non è stato modificato dall'uomo: lo spazio, l'aria, il fiume, la foglia. [24] La Natura è vista come un punto di riferimento rassicurante, un sostegno amichevole, ma anche come fonte di bellezza, utilità e servizio. Essa non solo è utile ai nostri sensi, ma è al servizio dell'essere umano. La Natura non rappresenta soltanto la materia di cui è fatto il mondo, ma anche il processo e il risultato, poiché le sue varie parti collaborano armoniosamente per il beneficio dell'uomo.[25] Inoltre, la Natura soddisfa una delle esigenze più elevate dell'essere umano: l'amore per il Bello. Gli antichi Greci chiamavano il mondo *kosmos*, ovvero "bellezza". Le cose naturali sono costruite in modo tale, o forse è la capacità plastica dell'occhio umano a essere così potente, che le forme primarie – come il cielo, la montagna, l'albero o l'animale – ci regalano piacere intrinseco. Questo piacere deriva dal loro profilo, colore, movimento e dalla loro totalità, e in parte sembra scaturire dalla nostra stessa percezione visiva.[26] La semplice contemplazione delle forme naturali è, di per sé, un piacere. L'influenza che la Natura esercita sulle forme e le azioni umane è fondamentale. Quando corpo e mente sono oppressi da un lavoro faticoso o da una compagnia nociva, la Natura diventa una medicina rigeneratrice. In essa ritroviamo la nostra essenza più vera e, in quella calma eterna, riconquistiamo noi stessi.

La natura è anche un diritto: ogni individuo che abita l'universo ne è parte e può considerarla come proprio patrimonio. L'uomo, in virtù della sua stessa costituzione ed essenza, ha diritto al mondo.[27] La natura ci offre anche il linguaggio, un mezzo attraverso

[23] Snyder, *Nel mondo selvaggio, cit., p.25-26*.
[24] Emerson, *Natura, cit., p.25*.
[25] Ivi, p.29.
[26] Ivi, p.31.
[27] Ivi, p.35.

il quale esprimiamo il nostro pensiero. Le parole sono segni dei fenomeni naturali e il mondo, nella sua totalità, è simbolico. Molte espressioni linguistiche sono metafore perché la natura stessa è una metafora del pensiero umano.[28] Gary Snyder sottolinea che il linguaggio non si apprende solo a scuola, ma nasce spontaneamente nelle esperienze quotidiane, in casa e nei campi. Questa capacità linguistica non è qualcosa che possiamo attribuirci come individui o come specie, poiché ha origine nel mondo naturale, così come l'ordine sociale esisteva nella natura molto prima che fosse codificato nei libri o nelle leggi. Le nostre strutture sociali e di governo sono ispirate ai principi operativi della natura stessa.[29]

La natura, inoltre, è una grande maestra. Ogni giorno ci insegna attraverso lo spazio, il tempo, le stagioni, il lavoro, gli animali e le forze naturali. Questi elementi educano sia l'intelletto che la ragione. Ogni aspetto della materia, come la solidità, la resistenza o l'inerzia, offre lezioni che ci permettono di comprendere il mondo, sviluppando la nostra capacità di osservare, classificare, confrontare e trarre conclusioni. Infine, la natura ci guida in ogni campo della nostra crescita – fisica, intellettuale e spirituale. Nel suo saggio del 1836, Emerson dedica ampio spazio al ruolo educativo della natura, che accompagna l'uomo nel percorso verso una piena consapevolezza di sé e del mondo.[30]

Allo stesso modo, Gary Snyder, nel suo libro *Nel mondo selvaggio*, richiama il pensiero di Dōgen, il quale riflette sulla condizione di ogni essere vivente:

> Radici, cespugli e rami graffiano tutti allo stesso modo: nessuna gerarchia, nessuna uguaglianza. […] Ciascun essere è totalmente il proprio fragile sé. Benché connesso a tutti gli altri esseri in tutti i modi possibili; anzi, perché connesso a tutti gli altri esseri in tutti i modi possibili. Questo esser così è la natura della natura. Il selvaggio nel selvaggio.[31]

In questo pensiero, emerge l'interconnessione tra tutti gli esseri viventi, ognuno distinto eppure parte di un tutto più grande.

Noi siamo selvaggi

Gary Snyder, in *Nel mondo selvaggio,* cerca di portarci tra i luoghi incontaminati della natura in cerca della natura incontaminata dell'uomo. Egli inizia cercando una

[28] Ivi, p.48.
[29] Snyder, *Nel mondo selvaggio, cit., p.34*.
[30] Emerson, *Natura, cit., p.49*.
[31] Snyder, *Nel mondo selvaggio, cit., p.98*.

definizione di ciò che è selvaggio, *wild*. I dizionari definiscono *wild* in termini di ciò che, dal punto di vista umano, non è: per esempio, un animale non domestico, una pianta non coltivata, una società non civilizzata. Questo approccio, però, non coglie il vero significato del termine. Infatti, capovolgendo le cose emerge una definizione diversa ovvero: animale libero, dotato delle proprie caratteristiche naturali; pianta che si riproduce e si sviluppa da sé, secondo qualità innate; terra incontaminata; società che resiste al dominio economico e politico della civiltà e la cui economia è in rapporto stretto e sostenibile con l'ecosistema locale; individuo autonomo, indipendente e libero; comportamento spontaneo e non condizionato. La parola "wilderness" (mondo selvatico o natura incontaminata) ha diverse sfumature di significato. Può indicare un'ampia distesa di terra selvaggia, con flora e fauna originarie, un terreno incolto e inutilizzabile per agricoltura o pastorizia, oppure uno spazio di cielo o mare. È un luogo pericoloso e difficile da esplorare, dove ci si affida alle proprie capacità senza possibilità di aiuto. Wilderness può anche essere inteso come un luogo di abbondanza rappresentata, ad esempio, da Snyder, "dai miliardi di piccoli sgombri e aringhe negli oceani, dai chilometri di semi nelle praterie che ci forniscono il pane, e dall'incredibile fecondità di piccoli animali e piante che sostengono l'intera rete della vita." D'altro canto, la wilderness evoca anche il caos, l'ignoto, il tabù, e tutto ciò che è legato all'estasi e al demoniaco. È un luogo di potere archetipico, dove si imparano lezioni profonde e si affrontano sfide. La wilderness è uno spazio in cui il potenziale selvaggio si esprime pienamente, dove ogni essere, vivente o non vivente, si manifesta secondo il proprio ordine naturale. In questo senso, possiamo parlare di un "sistema selvatico", un ecosistema che funziona pienamente solo quando tutti i suoi membri sono presenti e attivi. Ecco che per Gary Snyder, la wilderness rappresenta la totalità, l'interezza della vita. Gli esseri umani nascono da questa totalità e riaffermare la nostra partecipazione all'insieme di tutti gli esseri non è un ritorno al passato, ma un atto di consapevolezza. Come afferma l'autore, "Wildness non significa semplicemente conservare il mondo; wildness è il mondo".[32]

Le civiltà orientali e occidentali, da tempo, sono in rotta di collisione con la natura selvaggia. Oggi, i paesi industrializzati hanno il potere di distruggere non solo singole creature, ma intere specie e processi vitali del pianeta. Abbiamo bisogno di una civiltà che conviva pienamente e in modo creativo con il mondo selvaggio, con la wilderness.

[32] Ivi, pp.27-29

> Soltanto pochi secoli fa, quando praticamente tutto il continente nordamericano era selvatico, la wilderness non era qualcosa di particolarmente inospitale. Antilocapra e bisonte vagavano per le praterie, i torrenti erano pieni di salmoni, lungo le coste c'erano ettari di molluschi, l'orso grigio, il puma e la pecora delle Montagne Rocciose si incontravano comunemente nelle pianure. E nello stesso ambiente erano presenti anche gli esseri umani.[33]

Secondo Snyder, vivere in una cultura della wilderness è stato un aspetto fondamentale per l'umanità. Da centinaia di migliaia di anni, non esiste natura incontaminata senza una qualche presenza umana. "La natura non è un luogo da visitare, è casa nostra".[34]

Snyder sottolinea inoltre che "il nostro corpo stesso è selvaggio". Le nostre reazioni istintive – come il voltarsi verso un suono improvviso, la vertigine che ci coglie guardando giù da un precipizio, il cuore che batte forte nei momenti di pericolo – sono risposte universali di un corpo di mammifero. Il corpo si autoregola, indipendentemente dall'intelletto cosciente: respira, il cuore batte e vive in autonomia. Le sensazioni non provengono esclusivamente dall'esterno, né i pensieri e le immagini sono soltanto interni. Il mondo è parte della nostra coscienza, ci circonda e penetra in noi. Pensieri, emozioni e immagini emergono spontaneamente. "Il profondo della mente, il nostro inconscio, è la nostra wilderness interna: proprio lì, in questo stesso momento, si nasconde la lince". [35]

Civilizzazione e impoverimento ecologico

Esplorando il tema attuale dell'impoverimento ecologico causato dalla civilizzazione, Thoreau, rifletteva su "questa nostra vasta, selvaggia, ululante madre, la Natura, che ci circonda con tanta bellezza, con lo stesso affetto che una madre leopardo ha per i suoi figli; eppure, veniamo così presto svezzati dal suo seno per essere consegnati alla società". [36]Thoreau si interroga su come, nonostante la nostra vita possa sembrare "viscida e bestiale", essa sia pervasa da una sorprendente moralità. Secondo Thoreau, "la bontà è l'unico investimento che non fa mai fallimento", e sebbene il nostro lato animale possa risvegliarsi quando la nostra natura superiore si assopisce, le leggi dell'universo resteranno sempre a favore dei più sensibili. Questa parte di noi, "rettile e sensuale", non può essere completamente espulsa, ma possiamo solo ritirarci da essa senza cambiarne la

[33] Snyder, *Nel mondo selvaggio, cit., p.24*.
[34] Ibidem.
[35] Snyder, *Nel mondo selvaggio,cit.,p. 33*.
[36] Thoreau, *Walden, ovvero Vita nei boschi*.

natura. [37]Oggi ci troviamo di fronte a due cambiamenti significativi: l'esaurimento della natura selvaggia nelle aree più facilmente abitabili e l'ibridazione globale delle culture dovuta all'industrializzazione e ai moderni mezzi di trasporto. Sebbene entrambi i fenomeni sembrino inevitabili, sorge la domanda se sia possibile preservare alcuni valori attraverso piccoli interventi sui mutamenti in corso.

Oggi l'ecologia ci insegna a cercare analogie tra i problemi delle popolazioni animali e i nostri. Comprendere parti del biota ci aiuta a immaginare il funzionamento dell'intero ecosistema. La capacità di percepire e valutare questi significati più profondi è cruciale per il futuro della nostra conoscenza della natura selvatica. In passato, la fauna selvatica non solo ci nutriva e modellava la nostra cultura, ma ci offriva anche piacere. Oggi, però, questo piacere è spesso ricercato attraverso mezzi moderni, che finiscono per distruggere parte del suo valore. Se cambiassimo mentalità, il piacere derivato dalla natura non solo sarebbe più autentico, ma porterebbe anche saggezza.[38]

1.3 Emergenza ambientale ed ecologia profonda.

In quest'era dei cambiamenti climatici e della modernità, caratterizzata da rapidi avanzamenti tecnologici e industriali, stiamo assistendo a una significativa alterazione degli ecosistemi naturali. Attività umane come la deforestazione, l'inquinamento e l'urbanizzazione accelerata hanno causato la perdita di biodiversità e cambiamenti climatici, minacciando la stabilità degli habitat naturali e mettendo a rischio sia le specie animali che la qualità della vita umana. È essenziale, ora più che mai, nutrire e legittimare le spinte ambientaliste a tutti i livelli della nostra società. Il movimento dell'ecologia profonda, inaugurato dal filosofo norvegese Arne Naess, e in particolare il suo pensiero ecofilosofico denominato *Ecosofia T*, offrono una prospettiva preziosa per chi riconosce la propria esistenza come parte di una rete di relazioni vitali con il mondo naturale. Naess ha sottolineato l'affinità tra le scoperte della scienza ecologica, come i principi di "diversità", "complessità" e "simbiosi", e l'idea che l'io individuale sia un'illusione che ci allontana dal riconoscere la nostra appartenenza a una rete di relazioni. Non siamo semplicemente parte della natura; queste relazioni costituiscono intrinsecamente la nostra

[37] Ivi, p.213.
[38] Leopold, *Pensare come una montagna, cit., pp. 212-213*.

identità. “Siamo l'aria che respiriamo, il cibo che mangiamo e l'ambiente che abitiamo, siamo nodi nella rete della vita”. Questa concezione estesa del sé, che Naess chiama *sé ecologico*, richiede un'interrogazione profonda e continua sul nostro stato di cose e sulle nostre vite. Naess ci invita a riflettere su come vediamo il nostro rapporto con la natura, poiché è questa visione che determina i nostri confini etici.

Secondo i principi dell’ecologia profonda, espressi in veri testi filosofici e ambienteli[39], formulati da Naess e dall'ambientalista americano George Sessions nel 1984, la prosperità della vita umana e non umana sulla Terra ha un valore intrinseco, indipendente dalla sua utilità per l'uomo. La ricchezza e la diversità delle forme di vita sono valori in sé, e gli esseri umani non hanno il diritto di ridurre questa ricchezza e diversità se non per soddisfare bisogni vitali. Inoltre, l'interferenza umana nel mondo non umano è eccessiva e chi condivide questi principi dovrebbe apportare cambiamenti al proprio stile di vita e far sentire la propria voce. [40]

I principi dell’ecologia profonda sono:

1. La vita umana e non-umana sulla Terra ha un valore intrinseco.
2. La ricchezza e la diversità delle forme di vita sono valori in sé e contribuiscono alla prosperità della vita.
3. Gli esseri umani non hanno il diritto di ridurre questa ricchezza e diversità se non per soddisfare bisogni vitali.
4. Il benessere delle culture umane può essere compatibile con una riduzione della popolazione umana, mentre la prosperità della vita non-umana richiede tale riduzione.
5. L’attuale interferenza umana con il mondo non-umano è eccessiva e la situazione sta deteriorando rapidamente.
6. Le politiche devono essere modificate per influenzare le strutture economiche, tecnologiche e ideologiche di base.
7. Il cambiamento ideologico deve mirare ad apprezzare la qualità della vita.

[39] I testi di riferimento fondamentali per trovare i principi dell’ecologia profonda sono: Arne Naess, *Ecology, Community and Lifestyle: Outline of an Ecosophy*, trad. David Rothenberg (Cambridge: Cambridge University Press, 1989) e Bill Devall e George Sessions, *Deep Ecology: Living as if Nature Mattered* (Salt Lake City: Gibbs M. Smith, 1985).

[40] Naess, *Siamo l’aria che respiriamo. Saggi di ecologia profonda,* cit., pp.*15-17*.

8. Chi condivide questi principi ha l'obbligo di provare a implementare i cambiamenti necessari.

Questi principi mirano a promuovere un rispetto fondamentale per la biosfera e l'ecosfera nel suo complesso. La complessità e la simbiosi sono essenziali per mantenere la diversità e la ricchezza della vita. Un approccio profondo all'ecologia, che considera le cause profonde dei problemi ambientali anziché limitarsi agli effetti, è necessario per contrastare l'inquinamento e il degrado ambientale. [41] Naess sostiene che la terra non appartiene agli esseri umani, ma che essi semplicemente la abitano e usano le risorse per soddisfare bisogni vitali. Se i bisogni non vitali entrano in conflitto con quelli delle forme di vita non-umane, gli esseri umani potrebbero dover cedere. L'istruzione dovrebbe quindi concentrarsi sull'accrescimento della sensibilità verso i beni non di consumo, contrastando l'eccessiva valorizzazione del denaro e spostando l'accento sulla cultura locale e sulla cooperazione globale. La differenza tra un movimento per l'ecologia profonda e uno superficiale è la volontà di mettere pubblicamente in discussione le politiche economiche e legislative, interrogandosi costantemente e senza dare nulla per scontato.[42] Naess ci invita allora a elaborare una nostra propria ecosofia, che significa saggezza ecologica nella gestione della nostra casa-Terra. Si tratta di un pensiero che ci permette di chiarire la contraddizione che viviamo tra lo sfruttamento e il degrado ambientale ed ecologico intorno a noi e la nostra condizione umana povera di significato, alienata e irrealizzata. Come ogni saggezza, il suo fine ultimo è qualcosa di simile alla vita buona, o alla felicità. Per Naess, la norma più alta dell'ecosofia infatti è l'autorealizzazione, e questa non si può ottenere se non attraverso un contatto più stretto, consapevole e gioioso con la vita non umana. L'obiettivo di Naess è quello di restituire dignità al nostro amore per la natura, alla pienezza di vita che sentiamo, per esempio, quando siamo all'aria aperta, quando esploriamo l'ambiente, all'esperienza spontanea che abbiamo del valore del mondo naturale. In realtà, la posta in gioco è ben più alta. Ce lo suggerisce la scienza ecologica quando ammonisce, parafrasando con Naess, che «tutto dipende da tutto». Un'identità umana separata e indipendente dalle sue relazioni con il

[41] Ivi, pp. 97-101.
[42] Ivi, pp.104-110.

non umano non esiste. Un organismo è un'interazione. Infatti come scrive l'antropologo Gregory Bateson: “se la creatura distrugge il suo ambiente, distrugge sé stessa”[43].[44]

In un articolo pubblicato il 28 agosto 2019 da Armando Gariboldi, intitolato "Perché l’uomo distrugge la Natura?", il naturalista, agrotecnico e giornalista scientifico si interroga su come una specie, in poco più di duecentomila anni, sia riuscita a dominare l'intero Pianeta, nonostante la sua limitata capacità riproduttiva, corpi fragili e una forza fisica inferiore rispetto ad altre specie simili. Gariboldi evidenzia come l'uomo abbia intrapreso una strada evolutiva che potrebbe condurlo all'estinzione, consumando interamente le risorse vitali e distruggendo l'habitat in cui vive. Si domanda inoltre perché, nonostante decenni di avvertimenti sempre più urgenti da parte della comunità scientifica e l'aumento di disastri naturali, molti dei quali causati dall'uomo, l'umanità continui imperterrita a devastare l'ambiente. Per rispondere a questa domanda bisognerebbe scrivere un’intera enciclopedia, tante sono le probabili concause che, in modo più o meno complesso, s’intrecciano tra loro: cause sia sociopolitiche, storiche ed economiche, sia psicologiche, biologiche ed ecologiche. La nostra specie ama il luogo in cui vive? Ovvero, ama la Natura? Poiché sappiamo benissimo che, al di là di tante belle parole o dei vari “sensi duri” (senso del dovere, senso di colpa, ecc.) nei fatti solo chi ama qualcosa/qualcuno se ne prende davvero cura. Oggi è facile dire che, almeno in Occidente, la maggior parte degli uomini non ama la Natura. Ma per amare davvero qualcosa/qualcuno ci sono solo due strade: quella del cuore (l’emozione, l’empatia che ci coglie in certe situazioni, magari sostenuta da un legame di sangue, come quello per i figli) o quella della testa (la conoscenza, conoscere bene qualcosa o qualcuno, in modo da arrivare a coglierne il valore). Per millenni l’Uomo nomade cacciatore-raccoglitore ha vissuto la Natura con l’amore istintivo che avvolge un essere la cui vita dipende da essa, con un misto di paura e attrazione, sapendo appunto che dalla Natura poteva arrivare anche la morte. Ma sempre con il rispetto e con l’equilibrio di chi sa anche che della Natura ha bisogno e che essa è sempre più grande di lui. Ora, in seguito all’inurbamento e alla modernizzazione, non solo una parte significativa degli esseri umani non conosce

[43] G. Bateson, *Steps to an Ecology of Mind: Collected Essays in Anthropology, Psychiatry, Evolution, and Epistemology*, trad. It. di Andrea Roveda. (University of Chicago Press, 2000), p. 332.

[44] Naess, *Siamo l’aria che respiriamo. Saggi di ecologia profonda,* cit., pp.20-21

più il mondo naturale, ma, soprattutto negli ultimi decenni, si è creata una vera e propria sindrome di "disconnessione della Natura", come scrivono filosofi e psicologi, per cui alla fine sempre meno si sente il bisogno di una sua vicinanza, di un rapporto profondo e vero con essa. In pratica, oggi per molte persone la Natura vale solo perché serve. E non essendoci più contatto, è sempre più difficile rimanere in sintonia. Questo è il vero dramma dell'Uomo, poiché innesca un processo a cascata di impoverimento interiore che porta all'ignoranza cognitiva e culturale, alla perdita di identità (di specie, di popolo ma anche, almeno in parte, personale), all'inaridimento emotivo, ma soprattutto all'incapacità di essere in risonanza con il mondo che ci circonda che, volenti o nolenti, è ancora in massima parte naturale (per quanto rovinato e contaminato). Questo processo incide sulla nostra capacità di adattamento. Senza più contatto e sintonia con la Natura, perdiamo quindi la capacità di adattarci ai suoi mutamenti. E l'adattamento di una specie è un processo biologico, oltre che culturale, che richiede tempo e che può essere solo in parte compensato o contenuto dalla tecnologia. Inoltre, riduce la nostra istintiva biofilia, ovvero il nostro amore e attrazione per la Vita. Ovvio, quindi, che tutto ciò ci porti a diventare sempre più insensibili e distaccati da ciò che sta succedendo "fuori", nella natura, appunto. Che ormai a molti sembra lontanissima e quasi irreale, e dove anche le immagini delle catastrofi ambientali che stanno avvenendo in varie parti del pianeta assumono una percezione surreale. Allora è a questo punto che si può scatenare una sorta di "effetto Lemmig" o anche "ultimo ballo sul Titanic": incuranti della nave (il Pianeta così come è oggi) che affonda, continuiamo a ballare, cercando di godercela il più a lungo possibile, senza credere in realtà all'avvicinarsi della fine. Fine che non è quella della Terra, è bene ribadirlo ancora una volta, ma di "questa" umanità. Ci sono buone ragioni, infatti, per ritenere che il Pianeta sopravviverà abbastanza bene al collasso in corso (sì, è già cominciato!) e che anche l'Umanità non si estinguerà. Tornerà sotto il miliardo di individui, privilegiando i popoli e le culture a bassa tecnologia (per esempio, boscimani, indios amazzonici, aborigeni, ecc.), ma andrà avanti, meno ricca ma forse anche più felice di oggi.[45]

[45] Armando Garibondi, «Perché l'uomo distrugge la Natura?», *La Rivista della Natura*, 28 agosto 2019, https://rivistanatura.com/perche-luomo-distrugge-la-natura/.

Capitolo 2- Un modo di vivere secondo natura

Nel seguente capitolo, esamineremo come il pensiero e le innovazioni della modernità abbiano influenzato la felicità umana e il significato della vita, interrogandoci su quanto il progresso, un concetto generalmente percepito in modo positivo, abbia effettivamente contribuito al benessere, alla felicità delle persone e alla loro qualità di vita. Successivamente, esploreremo alcune proposte per un modo di vivere in armonia con la natura, basandoci su esempi concreti tratti dalle opere di autori che hanno sperimentato e descritto la forza straordinaria e la bellezza della natura. Questi autori, ispirati dalle più grandi guide spirituali come il Mahatma Gandhi e il Dalai Lama, hanno cercato di rispondere alla domanda fondamentale: "Qual è il senso della vita e della nostra esistenza?". Questo capitolo intende offrire spunti di riflessione e motivazioni per una vita orientata al benessere, ricca di significato in equilibrio con il mondo naturale. Attraverso l'analisi di questi esempi, cercheremo di fornire un quadro che possa guidare verso un'esistenza più consapevole e in armonia con il pianeta.

2.1 La percezione della felicità oggi

Negli ultimi cinquecento anni, l'umanità ha assistito a rivoluzioni straordinarie. La Terra è diventata un'unica sfera ecologica e storica, l'economia è cresciuta in modo esponenziale e oggi godiamo di una ricchezza che un tempo sembrava esistere solo nelle fiabe. La scienza e la Rivoluzione industriale hanno donato all'uomo poteri straordinari e fonti di energia quasi illimitate. L'ordine sociale, la politica, la vita quotidiana e persino la psicologia umana sono stati profondamente trasformati. Tuttavia, viene da chiedersi: siamo davvero più felici? L'abbondanza accumulata nei secoli si è tradotta in una felicità senza precedenti? Le scoperte tecnologiche hanno aperto nuove strade per il benessere umano? Se guardiamo indietro, i millenni successivi alla Rivoluzione cognitiva [1]hanno

[1] Termine che fa riferimento al cambiamento radicale nelle capacità mentali e cognitive degli esseri umani. Questo evento segnò l'emergere di abilità quali il linguaggio complesso, il pensiero simbolico e l'immaginazione, che ha permesso una cooperazione sociale e culturale più avanzata.

migliorato davvero la qualità della vita? Neil Armstrong, la cui impronta resta impressa sulla Luna, è stato forse più felice del cacciatore-raccoglitore che 30.000 anni fa ha lasciato l'impronta della sua mano nella grotta di Chauvet? Se la risposta è no, a cosa sono serviti il progresso agricolo, le città, la scrittura, la moneta, gli imperi, la scienza e l'industria? La storia ha indagato molti aspetti della civiltà, ma raramente si è interrogata sull'effetto che tali cambiamenti hanno avuto sulla felicità umana.

Una visione comune sostiene che le capacità umane si siano accresciute nel corso della storia e che, grazie a queste, abbiamo alleviato le sofferenze e realizzato i nostri desideri, rendendoci così più felici dei nostri antenati medievali, i quali sarebbero stati più felici dei cacciatori-raccoglitori dell'Età della Pietra. Tuttavia, questo miglioramento progressivo non è affatto scontato. Non è detto che nuove abilità e comportamenti migliorino davvero la vita. Alcuni critici propongono una visione opposta, sostenendo che esiste una correlazione inversa tra potere umano e felicità. Secondo loro, il potere corrompe, e man mano che l'umanità ha ottenuto maggiore controllo sul mondo, ha creato un ambiente meccanicistico e freddo, poco adatto ai nostri bisogni più autentici.
L'evoluzione ha plasmato le nostre menti e i nostri corpi sulla vita dei cacciatori-raccoglitori. La transizione prima all'agricoltura e poi all'industria ci ha condannato a un tipo di vita innaturale, che non può dare piena espressione alle nostre innate inclinazioni e istinti e dunque non può soddisfare i nostri desideri più profondi. Non c'è niente, nell'esistenza confortevole della borghesia urbana, che possa avvicinarsi al vivido eccitamento e alla pura gioia sperimentati da un branco di nomadi in una caccia fortunata a un mammut. Ogni nuova invenzione non fa che aggiungere un altro miglio di distanza tra noi e il giardino dell'Eden.[2]

> Da "guardiacaccia" della natura immutabile a "giardiniere" d'una esistenza tutta da costruire e progettare, l'uomo postmoderno si fa "cacciatore di possibilità apparentemente infinite: egli deve procurarsi selvaggina ad ogni costo, competere con un infinito numero di altri cacciatori; e se boschi e foreste in realtà infiniti non sono, egli non se ne cura, il problema non è suo e non deve risolverlo lui. Egli misura il futuro a ore, a giorni, senza riuscire a connettere il problema delle risorse al tempo; non avendo un progetto che ecceda il proprio immediato appetito, l'uomo del terzo millennio non ha un'idea di cosa significhi la costruzione faticosa di un altro modo di vivere.[3]

[2] Yuval Noah Harari, *Sapiens. Da animali a dèi*, cit., pp. 467-470.
[3] Mocellin, *L'uomo senza dimensioni, cit., p.37*.

Nella postmodernità, sostiene Zigmunt Bauman, l'individuo vive in una profonda ambiguità: per ottenere una maggiore libertà, oggi intesa come assenza di limiti e disinteresse per il bene comune, sacrifica la sicurezza e il senso di comunità. Tuttavia, questa apparente emancipazione individuale priva di vincoli lo espone a rischi, incertezze, insicurezze e precarietà, alimentando così una crisi dell'identità personale.[4]

Certo, negli ultimi due secoli la medicina ha fatto passi da gigante dando un enorme contributo alla felicità. Anche altre conquiste straordinarie si sono registrate, come i progressi tecnologici e sociali che hanno trasformato il mondo in modi senza precedenti. Tuttavia, questa visione ottimistica semplifica forse troppo le cose. In primo luogo, si basa su un periodo di tempo relativamente breve. Sebbene gli ultimi decenni siano stati un'epoca di straordinarie opportunità e crescita, è ancora troppo presto per capire se rappresentino un cambiamento fondamentale o solo una fase passeggera. In secondo luogo, gli stessi progressi possono aver generato nuove sfide: abbiamo alterato l'equilibrio del nostro pianeta in modi che potrebbero aver gettato i semi di una futura catastrofe. Nel corso degli ultimi decenni, abbiamo continuato a turbare l'equilibrio ecologico del nostro pianeta in ogni modo e, a quanto pare, ciò potrà avere delle tremende conseguenze. Tutta una serie di prove indica che stiamo distruggendo i fondamenti della prosperità umana, vivendo in un'orgia di consumi sconsiderati. Infine, possiamo congratularci con noi stessi riguardo alle conquiste senza precedenti compiute dal moderno Sapiens solo se ignoriamo il destino di tutti gli altri animali. Gran parte della tanto decantata ricchezza materiale che ci mette al riparo dalle malattie e dalla fame è stata accumulata a spese delle scimmie da laboratorio, delle mucche da latte e dei pulcini selezionati sul nastro trasportatore. Nel corso degli ultimi due secoli, decine di miliardi di questi animali sono stati sottoposti a un regime di sfruttamento industriale che non ha precedenti. Se teniamo per buono anche solo un decimo di ciò che gli attivisti dei diritti degli animali vanno affermando, la moderna agricoltura industriale può a buon diritto essere considerata il più grande crimine della storia. Quando si valuta la felicità globale, è sbagliato tenere conto di quanto siano felici le sole classi elevate, o i soli europei, o i soli uomini. Forse è sbagliato anche considerare unicamente la felicità dei soli esseri umani.[5]

[4] Ivi, p.21.

[5] Harari, *Sapiens, cit., p.470-471*.

La felicità: da cosa dipende?

Nel suo *Sapiens: Da animali a dei*, Harari esplora il concetto di felicità e le sue determinanti, cercando di andare oltre l'idea che essa dipenda unicamente da fattori materiali come salute, alimentazione o ricchezza. Sebbene si tenda a pensare che chi è più ricco o più in salute sia anche più felice, questa correlazione non è affatto ovvia. Filosofi, sacerdoti e poeti, nel corso dei millenni, hanno riflettuto sulla felicità, concludendo che fattori sociali, etici e spirituali hanno un impatto altrettanto importante quanto quelli materiali. Forse, nonostante la prosperità, nelle moderne società, la gente soffre gravemente di alienazione e mancanza di senso nella vita. E forse i nostri antenati meno abbienti trovavano più soddisfazione nella comunità, nella religione e nel legame con la natura. Negli ultimi decenni, psicologi e biologi hanno iniziato a indagare scientificamente ciò che rende felici le persone. Tra le ipotesi avanzate, si interrogano se la felicità dipenda dal denaro, dalla famiglia, dal patrimonio genetico o dalla virtù. Una definizione generalmente accettata di felicità è quella di "stato di benessere soggettivo". La felicità, secondo questa concezione, è qualcosa che sentiamo dentro di noi, un senso di piacere immediato o di soddisfazione a lungo termine su come sta andando la nostra vita. Tuttavia, misurare questo stato soggettivo è complesso e l'unico modo per farlo è chiedere direttamente alle persone come si sentono. Una conclusione interessante è che i soldi possono effettivamente contribuire alla felicità, ma solo fino a un certo punto. Oltre quel limite, l'importanza del denaro diminuisce. La famiglia e la comunità sembrano avere un impatto maggiore sulla nostra felicità rispetto al denaro e alla salute. Le persone con forti legami familiari che vivono in comunità coese e solidali sono significativamente più felici delle persone le cui famiglie sono scollegate e che non hanno mai trovato o cercato una comunità di cui sentirsi parte. Ciò suggerisce che l'enorme miglioramento delle condizioni materiali degli ultimi due secoli potrebbe essere stato compensato dal crollo delle strutture familiari e comunitarie. Di conseguenza, l'individuo medio oggi potrebbe non essere più felice di quello che viveva nel 1800. Emile Durkheim, nel suo studio sul suicidio[6], sottolinea come l'indebolimento dei legami sociali e comunitari possa aumentare l'isolamento e il malessere individuale. Anche la libertà, che consideriamo fondamentale, potrebbe avere un impatto ambivalente. Con l'aumento delle scelte

[6] Emile Durkheim, *Il suicidio: Studio di sociologia* (Roma: Edizioni di Comunità, 1969).

disponibili, diventa più difficile assumersi responsabilità, e questo potrebbe alimentare il senso di solitudine, contribuendo alla dissoluzione di famiglie e comunità. Zygmunt Bauman, nella sua teoria della modernità liquida[7], evidenzia come la dissoluzione delle strutture sociali tradizionali renda più difficile costruire legami stabili, generando una maggiore insicurezza e solitudine.

La scoperta più importante, però, è che la felicità non dipende tanto dalle condizioni oggettive di ricchezza, salute o relazioni, quanto dal rapporto tra queste condizioni e le aspettative personali. Quando le condizioni migliorano, le aspettative aumentano di conseguenza, e ciò può lasciare insoddisfatti anche di fronte a miglioramenti notevoli. Al contrario, quando le condizioni peggiorano, le aspettative si abbassano, e perfino una malattia grave potrebbe non compromettere la felicità di una persona. Questa dinamica tra aspettative e felicità ha implicazioni profonde. Se la felicità dipendesse esclusivamente da fattori oggettivi, sarebbe facile da studiare; invece, il ruolo centrale delle aspettative rende l'indagine molto più complessa. Nonostante l'arsenale di farmaci moderni, le nostre aspettative di benessere sono aumentate così tanto da farci soffrire forse più dei nostri antenati. A questo punto, "se la felicità è determinata dalle aspettative, i due pilastri della nostra società - i mass media e l'industria pubblicitaria - possono involontariamente impoverire le riserve globali della contentezza".[8]

Un'argomentazione in linea con questo pensiero è espressa da Katharina Ceming, teologa e filosofa tedesca, che confrontandosi con la domanda circa che cosa renda compiuta una vita, si è resa conto di un fatto importante: ci concentriamo molto sulla felicità della vita, ma essere felici non è così essenziale, almeno se per felicità intendiamo la sensazione di essere felici. Essere felici è uno stato emotivo, e quindi sempre qualcosa di fragile, poiché gli stati emotivi vanno e vengono, non possiamo fissarli una volta per tutte. Per provare questo tipo di felicità abbiamo bisogno di uno stimolo che sia migliore delle nostre aspettative e che attivi il cosiddetto centro del piacere nel cervello. In assenza di tale stimolo la sensazione di felicità non si attiva. La ricerca della felicità diventa quindi una sorta di "sport agonistico", perché dobbiamo generare sempre più stimoli di felicità per sentirci felici.[9] Nella sua visione del futuro, Huxley, immagina un mondo, *Brave New*

[7]Zygmunt Bauman, *Modernità liquida*, trad. Silvia Cappellini (Bari: Laterza, 2002).
[8] Harari, *Sapiens, cit.,* pp.472-477.
[9] Katharina Ceming, *Una vita piena di senso* (Brescia: Queriniana, 2023), p.6.

World, che sembra piuttosto mostruoso, nonostante gli abitanti siano sempre felici. Si tratta di una società controllata, superficiale ed edonistica, dove la stabilità è mantenuta attraverso il condizionamento e la manipolazione. Gli abitanti vivono in una felicità artificiale, sacrificando la libertà e l'autenticità.[10] Ma cosa c'è di sbagliato se lo scopo è il raggiungimento della felicità? Lo sconcertante mondo di Huxley si basa sul presupposto biologico che la felicità equivalga al piacere. Essere felici vuol dire né più né meno che provare sensazioni fisiche piacevoli. In un suo famoso studio, Daniel Kahneman, vincitore del premio Nobel per l'economia[11], mostra come la felicità non sia una prevalenza di momenti piacevoli rispetto a quelli spiacevoli. Essa consiste piuttosto nel percepire la propria esistenza nella sua interezza come qualcosa di importante e di valido. Nella felicità c'è un'importante componente cognitiva ed etica.

D'altronde, prosegue Ceming, "la felicità è per definizione connotata positivamente, ma la vita non ci riserva solo cose belle. Se cerchiamo qualcosa che ci aiuti a sopportare la vita lungo un esteso periodo di tempo, con i suoi lati dolorosi, forse è meglio spostare l'attenzione dalla felicità al senso". [12]

Il senso, La gioia di vivere e l'autorealizzazione personale

Che cos'è il senso? Dietro il concetto di «senso della vita» si nasconde un insieme di fattori che influisce sul nostro esperire o meno la vita come sensata e di valore. Il senso non è statico; se le condizioni e le situazioni di vita cambiano, il nostro senso può essere scosso e siamo di nuovo alla ricerca di qualcosa che ci sostenga e ci dia orientamento. Per quanto il senso della vita sia individuale, ci sono alcuni aspetti che nella ricerca psicologica sul significato e nella tradizione filosofica sono considerati come essenziali per una vita piena di senso. [13]

Quando parliamo di senso della vita però non ci riferiamo tanto a questa dimensione di scopo, quanto piuttosto alla significatività, a qualcosa che crea in noi una risonanza. Nel suo studio sul senso, Tatjana Schnell, docente di psicologia presso l'Università di Innsbruck, parla di quattro fattori essenziali per la pienezza di senso: coerenza, significatività, orientamento e appartenenza. Per pienezza di senso s'intende qui

[10] Aldous Huxley, *Brave New World* (London: Chatto & Windus, 1932).
[11] Daniel Kahneman, *Thinking, Fast and Slow*, (Milano: Mondadori 2012).
[12] K. Ceming, *Una vita piena di senso, cit., p.6*.
[13] Ivi, p.7.

“l'esperienza fondamentale che la propria vita abbia un senso e un valore, che valga la pena di essere vissuta”. La coerenza si riferisce all'allineamento tra azioni, obiettivi e valori personali. La significatività implica che le nostre azioni abbiano un valore e un impatto percepibile. L'orientamento, guidato dai valori, fornisce una direzione anche nei momenti difficili e si basa maggiormente su valori altruistici (come l'autonomia, l'assunzione di rischi, la fiducia in sé stessi, lo sviluppo, la realizzazione, lo slancio, la libertà o la creatività, tutti importanti per l'autorealizzazione), che offrono un maggiore senso rispetto a quelli egoistici. Infine, l'appartenenza evidenzia il bisogno umano di sentirsi parte di una comunità, fondamentale per il supporto e la sopravvivenza sociale.[14]

Gran parte di ciò che ci aiuta a vivere la vita come significativa ha a che fare con il volgere lo sguardo verso il mondo e con l'impegnarsi nel mondo. È improbabile che viviamo un'esperienza di pienezza di senso se ci preoccupiamo solo di noi stessi. Un buon prendersi cura di sé è certamente utile per sperimentare la significatività, ma è l'impegno con il mondo a risvegliare la possibilità di una pienezza di senso.[15] Non si tratta quindi solo di vedere soddisfatti i propri desideri o di provare piaceri effimeri, ma di senso e pienezza che raggiungiamo con l’autorealizzazione. Autorealizzazione è “realizzare le proprie potenzialità intrinseche” e dipende da una profonda presa di coscienza delle nostre potenzialità.[16]

Amartya Sen ci insegna che si può essere ricchi e avere comunque una cattiva qualità della vita. È quindi necessario rimettere al centro della riflessione non il semplice soddisfacimento delle preferenze, spesso effimere, ma *l'eudaimonia*[17] aristotelica e il concetto correlato di *ergon*[18]. Questa prospettiva sottolinea la realizzazione di dimensioni oggettive della vita umana. Infatti, a parità di reddito, persone con caratteristiche e ambienti diversi finiscono per condurre stili di vita differenti. Di conseguenza, il focus non dovrebbe essere sul reddito, che è solo uno strumento per raggiungere il benessere, ma piuttosto sugli obiettivi e sulle realizzazioni che definiscono la qualità della vita. La vera misura del benessere, *l'eudaimonia*, risiede nella capacità dell'individuo di

[14] Ivi, pp.13-14.

[15] Ivi, p.17.

[16] Naess, *Siamo l’aria che respiriamo. Saggi di ecologia profonda, cit., pp.147 ss*.

[17] L’*eudaimonia*, nella filosofia greca antica, è un concetto che indica lo stato di fioritura o realizzazione piena dell'essere umano, spesso tradotto come "felicità" o "benessere". È il risultato di una vita vissuta secondo virtù e ragione, in armonia con la propria natura e con il bene comune.

[18] Il termine *ergon* nella filosofia greca antica si riferisce alla "funzione" o "scopo" proprio di un essere o di un oggetto.

sviluppare e realizzare le proprie potenzialità e progetti di vita. Amartya Sen introduce quindi il concetto di "funzionamenti" come criterio per valutare la qualità della vita, puntando a comprendere la capacità di una persona di esprimere le proprie competenze e abilità, con l'obiettivo di realizzarsi nelle dimensioni più importanti dell'esistenza. L'autorealizzazione, in questo senso, implica l'esperienza di una realtà ricca e gioiosa. Qual è, dunque, il fine ultimo della vita? L'autorealizzazione rappresenta una chiave fondamentale per rispondere a questa domanda. È utile confrontarla con altri concetti come il piacere e la felicità, ma ciò che distingue l'autorealizzazione è la sua stretta connessione con le potenzialità umane. La realizzazione e il soddisfacimento delle proprie capacità sono profondamente legati alla felicità.[19]

Anche secondo John Stuart Mill, uno dei più influenti filosofi del XIX secolo, che ha trattato il concetto di autorealizzazione nel contesto del suo utilitarismo e della sua filosofia liberale, l'autorealizzazione si intreccia strettamente con il concetto di felicità e con l'idea di libertà individuale. Secondo Mill è cattiva strada assumere la felicità come obiettivo ultimo o fondamentale nella vita. Cercare l'autorealizzazione, ossia sviluppare le proprie capacità, è una strada migliore ed essa implica il perseguimento di piaceri superiori, lo sviluppo delle proprie capacità e virtù, e l'esercizio della libertà personale in modo che ciascuno possa realizzare il proprio potenziale unico. Essa ha il merito di essere chiaramente ed efficacemente applicabile ad ogni essere con una specifica gamma di potenzialità. [20]

2.2 Semplicità e Riconnessione con la Natura

Dopo aver dedicato alcuni cenni al tema della felicità e della realizzazione personale, vorremmo proporre una riflessione su un nuovo modo di vivere capace di promuovere il benessere e l'equilibrio con l'ambiente circostante. Questo approccio ecologico all'esistenza supera la semplice ricerca di soddisfazioni individuali, abbracciando una connessione profonda e rispettosa con la natura e con gli altri esseri viventi.

[19] Amartya Sen, *Commodities and Capabilities*. (Amsterdam- New York: North Holland,1985).

[20] Naess, *Siamo l'aria che respiriamo. Saggi di ecologia profonda, cit., p.165*.

In un contesto segnato dalla crisi ambientale e dalla crescente disconnessione dell'uomo dal mondo naturale, l'approccio ecologico proposto da Arne Naess offre una prospettiva preziosa per comprendere il nostro ruolo all'interno dell'ecosistema globale.

L'umanità, nel suo breve ma significativo percorso, si è interrogata sulle questioni fondamentali dell'esistenza: chi siamo, dove stiamo andando, e qual è la natura della realtà di cui facciamo parte. Naess ci invita a riconoscere il nostro potenziale più profondo attraverso il concetto di "sé ecologico", che ci ricorda la nostra origine e appartenenza alla natura.

La realizzazione delle nostre potenzialità, secondo Naess, è indissolubilmente legata a questa identificazione con il mondo naturale e con gli altri esseri viventi. Il significato della vita e la gioia che ne deriva si intensificano con l'autorealizzazione, intesa come il pieno compimento delle nostre capacità. Questo processo non solo arricchisce la nostra esperienza esistenziale, ma favorisce anche un inevitabile processo di identificazione con gli altri, il quale aumenta l'amor proprio e contribuisce all'auto-realizzazione collettiva. Solo attraverso questo legame profondo con il mondo naturale e gli altri esseri umani possiamo contribuire alla realizzazione degli altri e alla salvaguardia del pianeta.[21]

Questo concetto si intreccia con la necessità di un allontanamento dal consumismo, come sostenuto da pensatori come Leopold, Thoreau e lo stesso Naess, che evidenziano come la ricerca incessante di beni materiali nelle società moderne, pur offrendo libertà individuale e sicurezza economica, abbia portato a una profonda perdita di interconnessione con il mondo naturale. Questa alienazione non solo compromette la salute mentale e la felicità, ma minaccia anche il significato stesso della vita umana, rendendo urgente un ritorno a una vita più semplice e armoniosa con la natura.[22]

Come allontanarsi dalla società modernizzata e consumistica attuale e riconnettersi alla natura per ritrovare sé stessi? Porteremo alcuni esempi di esperienze dirette di persone che ci hanno provato e ci sono riusciti.

Nel 1937, Arne Naess, si trasferì a Tvergastein, un rifugio di montagna in Norvegia, per vivere in stretta connessione con la natura e approfondire le sue riflessioni filosofiche. Costruito con l'aiuto di amici e familiari, il rifugio era semplice e robusto, progettato per resistere al clima estremo. Vivere lì significava abbracciare uno stile di vita

[21] Ivi, p.139.

[22] K. Ceming, *Una vita piena di senso, cit., p.36*.

di autosufficienza e semplicità, senza elettricità e con risorse limitate. L'isolamento e la bellezza selvaggia del luogo erano ideali per Naess, che cercava un ambiente lontano dalla frenesia urbana per contemplare e vivere in armonia con la natura. Naess si rese conto che Tvergastein brulicava di vita.

> La scelta del luogo geografico era stata più o meno basata su una serie di requisiti, ma adesso la domanda era: cosa avrebbe preteso *da me* questo luogo? Che tipo di stile di vita, attività e cerimonie sarebbero state appropriate a questo luogo? Quale tipo di vita sarebbe stato […] solidale con la grande montagna, rispettoso delle altre forme viventi?[23]

Le peculiarità del luogo suggerivano chiaramente uno stile di vita semplice e autosufficiente. L'imperturbabilità, l'equanimità, l'austerità, la distanza, la riservatezza, la non violenza, la diversità e l'egualitarismo divennero per Naess virtù centrali per un'esistenza adatta al luogo che aveva scelto. [24]

> tutto ciò che viene portato quassù, ai miei occhi, assume un valore ben più importante di quanto ne avesse prima. Da ciò deriva una crescente sensazione di qualità e ricchezza. L'acqua portata a mano da sorgenti lontane duecento o trecento metri diventa via via più preziosa. [25]

Tvergastein offriva i fondamenti per una vita "semplice nei mezzi e ricca nei fini". La semplicità dei mezzi liberava tempo per immergersi in situazioni caratterizzate da valori intrinseci, permettendo di riscoprire la ricchezza nelle cose più semplici. Queste, quando guadagnate con fatica e dedizione, assumono un valore straordinario. Si tratta di un richiamo al valore dell'esperienza e al significato che attribuiamo agli oggetti attraverso il nostro impegno e la nostra connessione con essi. [26]

> Visto dall'esterno, lo stile di vita della montagna sembrava spartano, rozzo e rigido, ma il suono di quel violino e l'evidente predilezione per tutto ciò che si trova al di sopra del limite del bosco, "vivente" o morto, rendeva testimonianza di un ricco e sensuale attaccamento alla vita, un profondo piacere per ciò che può essere vissuto con gli occhi e la mente spalancati.[27]

Un altro esempio emblematico di vita in profonda connessione con la natura è rappresentato dall'esperienza di Henry David Thoreau a Walden. Nel 1845, Thoreau, filosofo e naturalista americano, scelse di allontanarsi dalla frenesia della società per vivere in una piccola capanna da lui costruita sulle rive del lago Walden, nel

[23] Naess, *Siamo l'aria che respiriamo. Saggi di ecologia profonda, cit., p.48*.
[24] Ivi, p.49.
[25] Ivi, p.51.
[26] Ivi, p.52.
[27] Ivi, p.78.

Massachusetts. Egli trascorse più di due anni in questo luogo, abbracciando una vita semplice e autosufficiente, cercando di dimostrare che il vero benessere non risiede nell'accumulo di beni materiali, ma nella capacità di vivere in armonia con la natura. Questa esperienza, narrata nel suo celebre libro *Walden ovvero Vita nei boschi* (1854), è diventata un simbolo di riflessione sul rapporto tra l'uomo e l'ambiente, offrendo una visione alternativa del significato di una vita ricca e significativa. Qualche passaggio di *Walden* ne farà capire la portata:

> Andai nei boschi perché desideravo vivere consapevolmente, affrontare solo i fatti essenziali della vita, e vedere se non potessi imparare cosa essa avesse da insegnare, senza scoprire, in punto di morte, di non aver vissuto. […] Volevo vivere in profondità e succhiare tutto il midollo della vita, vivere in modo così risoluto e spartano da sbaragliare tutto quanto non fosse vita; falciare ampio e raso terra, in modo da spingere la vita all'angolo e ridurla ai minimi termini; […]. [28]

Thoreau, in "Walden", affronta il tema della società consumista e critica i lussi e le comodità della modernità: "Gran parte dei lussi, e molte delle cosiddette comodità della vita, sono non soltanto tutt'altro che indispensabili, ma autentici ostacoli per l'elevazione del genere umano."[29] Evidenzia poi l'attuale frammentazione della vita quotidiana, proponendo la semplicità come rimedio: "[...]semplicità! Lasciate che i vostri affari siano due o tre, non cento o mille; invece che a un milione, contate fino a mezza dozzina". Per Thoreau, la riduzione del superfluo permette di riscoprire ciò che conta ed ha vero valore. Thoreau riflette sulla velocità e la superficialità della vita moderna criticando anche l'intero sistema sociale, definendolo ingombrante e privo di uno scopo vero:

> La stessa nazione, con tutti i suoi cosiddetti miglioramenti interni, è un'istituzione impacciata e cresciuta troppo, rovinata dal lusso e da spese non motivate, per mancanza di calcolo e di uno scopo degno, come i milioni di famiglie che vi risiedono.[…] Essa vive troppo velocemente. […] Se non posiamo le traversine, non forgiamo i binari e non ci dedichiamo al lavoro giorno e notte, ma armeggiamo con le nostre *vite* per migliorare *quelle*, chi costruirà le ferrovie? E se non si costruiscono le ferrovie, come andremo in paradiso in tempo? […] Non siamo noi a viaggiare sulla ferrovia, è la ferrovia a viaggiare su di noi.[30]

Riassumendo, Thoreau è convinto "per fede e per esperienza, che mantenersi su questa terra non sia una fatica, ma un passatempo, se viviamo con semplicità e saggezza". [31]

---

[28] Thoreau, *Walden, ovvero Vita nei boschi, cit. p.91*.
[29] Ivi, p.17.
[30] Ivi, pp.92-93.
[31] Ivi, p.72.

Infine, in *Walden*, Thoreau celebra la natura in tutte le sue forme, trasformando ogni elemento in una fonte di riflessione e insegnamento. I suini e gli altri animali, anche quelli più umili, sono visti come parte integrante della rete della vita, degni di rispetto e attenzione. Le stagioni scandiscono il tempo, offrendo a Thoreau un ritmo naturale che lo avvicina alla ciclicità della vita e al cambiamento continuo. Gli alberi, i campi e i laghi diventano simboli della bellezza e della serenità che la natura offre, ma anche della profondità spirituale che Thoreau ricerca. La solitudine, lontana dall'essere una condizione negativa, viene vissuta come un'opportunità per esplorare sé stesso e il mondo circostante con maggiore intensità. Thoreau trae spunti significativi anche dalle persone che incontra durante il suo soggiorno a Walden. I visitatori, provenienti da realtà diverse, gli portano storie e prospettive che accoglie con curiosità e rispetto, diventando per lui un'occasione di riflessione sulla condizione umana e sul valore delle relazioni autentiche. Ogni aspetto della vita semplice e naturale a Walden diventa per Thoreau un esempio di come vivere con autenticità, traendo dalle cose più semplici lezioni di valore universale. La sua osservazione attenta e la capacità di trovare profondi significati in ciò che lo circonda lo portano a valorizzare ogni elemento, facendone una fonte di continua ispirazione e saggezza.

Per finire anche Aldo Leopold, guardiaboschi, filosofo, ambientalista e scrittore, ha avuto esperienze significative in solitudine immerso nella natura, che hanno profondamente influenzato il suo pensiero. Una delle più importanti fu il periodo trascorso in una vecchia fattoria abbandonata nella contea di Sand, nel Wisconsin con la sua famiglia. Nella solitudine e nel silenzio di questo ambiente rurale che divenne per Leopold un laboratorio vivente, dove poteva osservare, studiare e interagire con l'ambiente naturale in modo intimo e diretto, egli sviluppò molte delle idee che avrebbero formato la base del suo pensiero ecologico, tra cui il concetto di *etica della terra.* La sua esperienza solitaria nella natura gli permise di riflettere profondamente sul rapporto tra l'uomo e la terra, arrivando alla convinzione che gli esseri umani dovessero considerarsi parte di una comunità ecologica più ampia, con un dovere morale di rispettare e proteggere l'ambiente come dice una delle sue frasi più celebri: “Noi abusiamo della terra perché la consideriamo come una merce che ci appartiene. È solo quando vediamo la terra come una comunità a cui appartenere, che iniziamo a trattarla con amore e rispetto”.[32]

[32] Leopold, *Pensare come una montagna, cit*.

In *Pensare come una Montagna*, Leopold scrive in modo poetico e riflessivo sulla bellezza e la complessità della natura, e su come l'osservazione attenta e la solitudine nella natura possano portare a una comprensione più profonda del mondo naturale e del ruolo dell'umanità al suo interno. La sua esperienza solitaria in mezzo alla natura è stata cruciale per lo sviluppo della sua visione ecologica e per la sua influenza duratura nel campo della conservazione ambientale.

Le esperienze di Arne Naess a Tvergastein, di Henry David Thoreau a Walden e di Aldo Leopold nel Wisconsin non devono essere replicate pedissequamente, poiché risultano inevitabilmente estreme e poco praticabili nel contesto della società contemporanea moderna. Tuttavia, queste esperienze sono di fondamentale importanza poiché offrono una visione illuminante su cosa significhi condurre una vita pienamente sostenibile e in armonia con la natura. Lo stile di vita che viene proposto apprezza l'abbondanza, la ricchezza, il lusso, il benessere - ma tali gioie sono definite in termini di qualità della vita e non di tenore di vita. Per questo motivo sostengono un tipo di vita che altri definiscono "semplice", ma che loro stessi considerano ricco e multiforme, caratterizzato da semplicità di mezzi e ricchezza di fini. Tuttavia, questa semplicità non deve essere intesa come un appello alla vita spartana, all'austerità o al sacrificio. Al contrario, ci ricorda l'importanza di riequilibrare il nostro rapporto con l'ambiente, promuovendo una sostenibilità che non si limiti alla riduzione dell'impatto ecologico, ma che coltivi anche un senso profondo di rispetto e connessione con il mondo naturale. Solo attraverso questa integrazione di armonia e sostenibilità possiamo aspirare a un futuro in cui l'uomo e la natura coesistano in modo prospero e duraturo.[33]

Esempi moderni di riconnessione con la Natura

Desideriamo aggiungere degli esempi di connessione con la natura e di vite semplici utilizzando delle modalità più interattive, moderne e attuali. Navigando nella piattaforma *You Tube* non è stato possibile non essere colpiti da un profilo chiamato *Progetto Happiness* che ha come obiettivo girare il mondo per incontrare i personaggi più straordinari del pianeta e fare loro una semplice domanda: "Cos'è per te la felicità?".

[33] Naess, *Siamo l'aria che respiriamo. Saggi di ecologia profonda, cit., p.177.*

Un primo esempio è la tribù degli Tsaatan[34], chiamati anche "uomini renna": sono un gruppo nomade della Mongolia che vive in condizioni estreme, con temperature fino a -50°C, circondati da orsi e lupi. Questi mantengono tradizioni millenarie, vivendo in simbiosi con le renne, che forniscono loro cibo, trasporto e abiti. Per questa comunità, le renne sono animali sacri e il fulcro della loro esistenza, dimostrando così una connessione ancestrale con la natura. Nonostante le sfide, la tribù continua a preservare il proprio modo di vivere, lontano dalla modernità. La loro vita è una dedizione totale alla natura, vissuta con profondo rispetto e gratitudine.

Una donna del villaggio, intervistata dall'autore del video, sottolinea come la vera felicità risieda in una vita semplice, a contatto con la natura e aggiunge:

> "i giovani di oggi tendono a trasferirsi in città per una vita più facile ma non comprendono che la felicità risiede in una vita semplice, a contatto con la natura. Le renne e la natura ci insegnano a sentire l'essenza della vita che scorre intorno a noi e riusciamo ad essere grati di ogni secondo della nostra vita terrena".

Un uomo del villaggio invece esprime preoccupazione per le minacce moderne come le leggi che vietano la caccia e il cambiamento climatico. Nonostante le sfide, la tribù resta resiliente e continua a vivere in armonia con la natura, preservando il proprio modo di vivere. Nel video, il *Content Creator* domanda a quest'uomo del villaggio: "Come ti senti quando sei nella natura selvaggia?" E l'intervistato risponde:

> "Mi sento un animale felice perché sono libero e non esistono più i confini creati dall'uomo. Amo immergermi nella natura da solo per connettermi con i miei animali e diventare una cosa sola. Mirare la potenza della natura. Quanto è semplice essere felici qui. […]. Noi viviamo la vita così e non importa quanto difficile o scomoda possa essere. Dobbiamo esserne grati perché ogni giorno è un dono."

Nonostante le sfide e i cambiamenti del mondo moderno, gli Tsatann ci ricordano che "la connessione con la terra e gli esseri viventi che la abitano è ciò che ci rende davvero umani". "Per vivere felicemente devi onorare e rispettare le leggi della natura. Questo è il segreto della felicità".

[34] Giuseppe Bertuccio D'Angelo, *Gli uomini renna: la tribù che sopravvive a -50° tra orsi e lupi,* pubblicato da *Progetto Happiness* (You tube, 2024), [https://www.youtube.com/watch?v=QIs9DCzvdIA].

Un altro esempio è quello della riserva dei Woarani[35], una delle tribù più antiche e isolate di tutto l'Ecuador. I Waorani vivono e cacciano nella riserva biologica del Parco Nazionale Yasuní, uno degli ultimi santuari della biodiversità del pianeta. Per loro la caccia non è uccidere un altro animale e cibarsi, ma ha un significato molto più sacro e profondo. Credono che in ogni animale ci sia uno spirito sacro che loro devono rispettare. Per loro è come una raccolta di un cibo che la natura gli offre. La maggior parte dei Waorani crede che non ci sia un confine tra il mondo fisico e quello spirituale. Per loro ogni elemento naturale è sacro e animato da uno spirito divino che viene venerato e celebrato. Essi comunicano con la natura, conoscono tutte le piante e riconoscono i suoni degli animali: sono in totale simbiosi. Il *Content Creator* afferma:

> "Al contrario della nostra civiltà che sfrutta le risorse naturali senza pensare al futuro, questa tribù si è adattata perfettamente al luogo in cui vive, alle leggi della natura e al pensiero che la sua stessa esistenza è parte di essa. È affascinante pensare che, se non li disturbassimo, potrebbero sopravvivere per altri 20.000 anni senza alcun impatto sul pianeta. Loro non tolgono nulla alla Terra. Ne fanno semplicemente parte".

Sorge spontanea la domanda: "e se i Waorani, come tante tribù indigene nel mondo che ancora vivono in totale armonia con la natura, avessero già le risposte per aiutarci a capire come evitare di auto-estinguerci?"

In tutte le culture e per millenni, la natura è sempre stata considerata come una fonte di benessere, e quindi di felicità. La Terra era percepita come una creatura viva che respirava, era ricca di saggezza e celebrata come una dea. Diverse civiltà, anche quelle che non erano mai entrate in contatto tra loro, celebravano la Madre Terra, riconoscendo con reverenza i limiti dell'uomo di fronte alla sua maestosità.

Con la scienza e il progresso l'umanità ha indubbiamente migliorato le proprie condizioni di vita. Tuttavia, parallelamente, ha iniziato a perdere di vista il suo ruolo originario nella natura, cercando non più di rispettarla ma di dominarla e sfruttarla a proprio piacimento. Questo distacco ha generato una domanda essenziale: "E se fossero state proprio quelle antiche civiltà, che oggi consideriamo primitive, a sapere meglio di

[35] Giuseppe Bertuccio D'Angelo, *Dentro la foresta amazzonica con la tribù dei Waorani,* pubblicato da *Progetto Happiness* (You tube, 2024), [https://www.youtube.com/watch?v=9k_u4T-HS5k].

noi cosa è necessario per essere felici? E se fosse la natura l'ingrediente fondamentale per riscoprire una felicità autentica, oggi troppo spesso dimenticata?"[36]

Un esempio illuminante di questa riflessione si trova nel libro *Papalagi*, che raccoglie e adatta i discorsi del capo samoano Tuiavii di Tiavea, trascritti e diffusi da Erich Scheurmann. In uno dei passaggi più significativi del testo, Tuiavii critica profondamente la società occidentale e il suo attaccamento ai beni materiali, affermando: "Il Papalagi si fa schiavo delle cose, pensa che il suo valore dipenda da ciò che possiede e si dimentica della vera ricchezza: vivere in armonia con la natura e con gli altri."[37] Questa riflessione sottolinea una critica al materialismo e all'alienazione dell'uomo dalla natura e dai valori autentici. Tuiavii ci invita a riscoprire una vita più semplice e connessa all'ambiente naturale, opponendosi all'ossessione occidentale per il possesso e il progresso tecnologico.

Identità e ricerca di un proprio posto nel mondo

Nel suo libro *Nel mondo selvaggio*, Gary Snyder ci invita a riflettere sull'importanza di trovare "il proprio posto nel mondo", un concetto che va oltre il semplice luogo fisico e abbraccia una dimensione più profonda, spirituale e vocazionale. La domanda che emerge è fondamentale: "Quanto è importante per l'autorealizzazione e per il senso di identità e di appartenenza dell'essere umano trovare un proprio posto nel mondo?" Da questa riflessione scaturiscono altre domande esistenziali: "Chi sono io? Cosa sono venuto a fare in questo mondo?"

Per Snyder, il "posto" non è solo il luogo in cui viviamo, ma rappresenta anche il nostro lavoro, il cammino che scegliamo nella vita, e l'appartenenza a una comunità. Essere "del posto" significa sentirsi parte di una rete, appartenere a qualcosa di più grande di noi stessi. Nel suo ragionamento, il cammino o il sentiero simboleggiano la linearità e la prevedibilità della vita, mentre l'uscire dal sentiero rappresenta l'esplorazione dell'ignoto e della complessità del mondo. Snyder afferma che "l'infinita complessità del mondo è là fuori, ai margini del sentiero"[38], e per scoprirla dobbiamo "percorrere il terreno

[36] Giuseppe Bertuccio D'Angelo, *Imparare a vivere nella foresta*, pubblicato da *Progetto Happiness* (You tube, 2024),[https://www.youtube.com/watch?v=SE1fXxCbUBc].

[37] Tuiavii, *Papalagi: discorso del capo Tuiavii di Tiavea delle isole Samoa*, a c. di Matteo Guarnaccia (Viterbo: Stampa alternativa, 2013).

[38] Snyder, *Nel mondo selvaggio,* cit., p.137.

in tutti i sensi per conoscerlo e memorizzarlo"[39]suggerendo che solo abbandonando i percorsi prestabiliti possiamo trovare tutto ciò di cui abbiamo realmente bisogno. Questa metafora non si limita al semplice atto fisico di camminare, ma diventa un'immagine della vita stessa. Tuttavia, per realizzare il nostro potenziale e per vivere in piena armonia con il mondo che ci circonda, dobbiamo essere disposti a lasciare quei sentieri e ad avventurarci nel "mondo selvaggio". Qui risiede la vera libertà: la possibilità di fare il "nostro lavoro migliore" nasce dalla capacità di esplorare l'ignoto, abbracciare l'imprevisto e riconnetterci alla totalità del nostro ambiente.

Snyder prosegue esplorando il concetto di libertà attraverso l'immagine dell'alpinista, che scala le vette non solo per il panorama o la compagnia, ma soprattutto per essere portato "là fuori", dove accade l'ignoto e si incontrano la sorpresa e la avventura.[40] Il "gioco" della vita, suggerisce Snyder, consiste proprio nell'uscire completamente dal sentiero, nell'abbandonare la regolarità per scoprire una rete infinita di possibilità. Ogni esperienza fuori dal sentiero è unica, poiché ogni elemento del mondo naturale è diverso: "Non esistono due aghi di abete uguali". Il mondo ci offre milioni di variazioni sugli stessi temi, ma ogni punto, ogni istante, è irripetibile e ricco di significato.

In questo contesto, Snyder ci invita a riconoscere e a celebrare la bellezza dell'ordinario. Il vero esperto della vita, secondo lui, è colui che trova gioia nelle cose semplici e quotidiane, colui che, pur esplorando la vastità del mondo, riesce a deliziarsi della grandezza nascosta nelle piccole cose. Questo atteggiamento ci connette con la "Via", un concetto che rappresenta il tessuto di infinite possibilità che costituisce il nostro mondo. Le nostre opere e capacità, sottolinea l'autore, non sono altro che riflessi minuscoli di un ordine più grande e innato, quello del mondo selvaggio. Non esiste un'esperienza paragonabile a quella di lasciare il sentiero e inoltrarsi in territori inesplorati, non per il desiderio di novità, ma per il senso di ritorno alla nostra casa più autentica: la totalità dell'ambiente in cui viviamo.[41]

Trovare il proprio posto nel mondo, secondo Snyder, significa abbracciare questo equilibrio dinamico tra il sentiero e il fuori sentiero. Anche se i sentieri prestabiliti sono necessari, dobbiamo essere capaci di superarli per sperimentare la vera essenza della vita,

[39] Ivi, p.138.
[40] Ivi, p.145.
[41] Ivi, pp.145-146.

quella che ci connette profondamente al mondo selvaggio. Questo mondo non è solo un luogo fisico, ma una dimensione spirituale e simbolica, un ritorno alla nostra origine, dove la libertà e la conoscenza si fondono.

Nella conclusione di questa riflessione, possiamo trovare un'eco delle parole di Thoreau in *Walden*:

> "Non conosco fatto più incoraggiante dell'indiscutibile capacità dell'uomo di elevare la propria vita con uno sforzo consapevole. […] Influire sulle qualità del giorno: questa è la più alta fra le arti. Ognuno ha il compito di rendere la propria vita, in tutti i particolari, degna di essere contemplata nella sua ora più elevata e critica." [42]

Thoreau, come Snyder, ci invita a influire sulla qualità del nostro quotidiano e rendere la nostra vita degna.

Snyder, infine, ci guida verso un'idea di vita semplice, votata al coraggio appropriato, al buonumore, alla gratitudine, alla generosità nel gioco e nel lavoro. È una vita che ci avvicina alla totalità del mondo, alla sua esistenza autentica. Chi abbraccia le culture della wilderness non cerca avventure per il proprio tornaconto, ma per ragioni spirituali, per un bene collettivo. È una vita vissuta con dignità tranquilla, dove le lezioni apprese nel mondo selvaggio diventano un vero e proprio "galateo della libertà". Questo galateo ci insegna a godere della *nostra umanità*, ad accettarci come esseri uguali, a vivere senza aspettative e a muoverci nel mondo con attenzione, gratitudine e semplicità. In questo ritorno alla natura e alla wilderness, si nasconde il segreto del nostro posto nel mondo: [43]

> "Possiamo goderci la nostra umanità, con il suo spettacolare cervello e la sua vibrante sessualità, le sue ambizioni sociali e i suoi ostinati malumori, senza ritenerci né più né meno di qualsiasi altro essere. Possiamo accettarci tutti quanti come esseri uguali che, scalzi, dormono sullo stesso terreno. Possiamo smettere di sperare di essere eterni e di lottare contro la polvere. Possiamo allontanare le zanzare e i parassiti senza odiarli. Senza aspettative, attenti e sufficienti, grati e prudenti, generosi e diretti. Momenti di calma e di chiarezza ci sorprendono mentre, fra un lavoro e l'altro, ci puliamo il grasso dalle mani e guardiamo le nuvole che passano. Un'altra gioia è quella di sederci, quando il lavoro è compiuto, a bere il caffè con una persona amica. Il mondo selvaggio ci chiede di conoscere il terreno, salutare tutte le piante, gli animali e gli uccelli, attraversare i torrenti, salire le cime e infine raccontare una bella storia quando siamo di ritorno a casa." [44]

---

[42] Thoreau, *Walden, ovvero Vita nei boschi, cit., p.91*.
[43] Snyder, *Nel mondo selvaggio, cit., pp.38-40*.
[44] Ivi, p.40.

2.3 Valori e spunti per una vita autentica

Dopo queste osservazioni, orientate alla ricerca di una connessione con il mondo naturale per condurre una vita significativa e autentica, pare opportuno soffermarsi, attraverso le massime di alcune tra le più importanti guide spirituali mai esistite—tra cui il Mahatma Gandhi e il Dalai Lama—su una serie di insegnamenti e consigli che possono avere un impatto profondo sulla nostra vita, arricchendola interiormente.

In *Il mondo come io lo vedo*, Einstein scrive:

> "Qual è il senso della vita, o della vita organica in generale? […] l'uomo che considera la propria vita e quella delle creature consimili priva di senso non è semplicemente sventurato, ma quasi inidoneo alla vita. […] Quale straordinaria situazione è quella di noi mortali! Ognuno di noi è qui per un breve soggiorno; non sa per quale scopo, sebbene talvolta pensi di percepirlo. Ma dal punto di vista della vita quotidiana, senza approfondire ulteriormente, noi esistiamo per i nostri consimili - in primo luogo per quelli che ci rendono felici con i loro sorrisi e il loro benessere e, poi, per tutti quelli a noi personalmente sconosciuti ai cui destini siamo legati dal vincolo della solidarietà." [45]

Uno spunto per una vita ricca e compiuta è praticare l'altruismo. Il Dalai Lama, in *Il senso dell'esistenza* cerca di descrivere il valore dell'altruismo:

> "La natura di una mente altruista è preziosa, davvero meravigliosa. È proprio stupefacente che la mente umana possa sviluppare un simile atteggiamento, perché ci si scorda di sé stessi e si considerano tutti gli altri esseri importanti come noi stessi. Questo è veramente meraviglioso. […] Questa è la vera fonte di gioia, non solo a lungo termine, ma anche in questo momento. Anche un'esperienza minima di tutto questo può essere d'aiuto, in quanto svilupperà pace mentale e forza interiore. Attira il meglio di tutte le esperienze e fornisce il terreno più efficace per una partecipazione attiva alla vita sociale." [46]

Quando siamo attivamente coinvolti nella vita e rivolgiamo lo sguardo da noi stessi agli altri e al mondo che ci circonda, sperimentiamo questa attività come più appagante nel lungo periodo rispetto a quando ci preoccupiamo esclusivamente della realizzazione del nostro potenziale. Si può trascorrere l'intera vita concentrati su sé stessi, perseguendo obiettivi presumibilmente più elevati come la conoscenza di sé, la crescita spirituale e così via, ma tali obiettivi elevati non ci impediscono di rimanere bloccati nel nostro egocentrismo, anche quando gli obiettivi stessi sono progettati per rompere questa

[45] Albert Einstein, *Il mondo come io lo vedo* (Milano: RCS Quotidiani, 2010), p.11.
[46] Dalai Lama, *Il senso dell'esistenza* (Milano: Rizzoli, 1997), p.102.

fissazione dell'ego. Aprirsi ai nostri simili è quindi un buon modo per essere coinvolti nella vita. [47] Come scrive Gandhi in *L'arte di vivere*:

> "L'uomo rimane al di sotto delle bestie finché è egoista e indifferente alla felicità del prossimo. Egli raggiunge il livello veramente umano[..]quando lavora per il bene di tutti i suoi simili[…]. Dovremmo servire assiduamente, in tutti i modi possibili, il mondo intero, convinti che ognuno dei nostri fratelli ha un certo diritto su di noi. È dovere dell'uomo mettersi al servizio degli altri senza egoismi, non solo per il loro bene, ma perché è la legge stessa del suo essere."[48]

Katharina Ceming, in *Una vita piena di senso*, sostiene che vivere con interesse e buone intenzioni verso gli altri può rendere la vita significativa. Tuttavia, rinunciare completamente a sé stessi non è salutare. È fondamentale comprendere che impegnarsi non comporta una perdita, ma un guadagno: l'appagamento, una sensazione di pienezza interiore che permette di dare agli altri senza sentirsi impoveriti, ma arricchiti. Anche uno dei fondatori dell''utilitarismo John Stuart Mill, sosteneva che la lotta per un mondo migliore non fosse vantaggiosa solo per gli altri, ma anche per chi si impegna, sebbene questo impegno possa essere molto faticoso. La convinzione di Mill è confermata dalla psicologia: l'impegno verso un valore superiore, cioè qualcosa che non serve direttamente alla soddisfazione dei nostri bisogni, è qualcosa che ci trasmette un senso di compiutezza.[49]

Arun Gandhi, nel suo libro *Il dono della rabbia*, afferma che la vera grandezza risiede nel riconoscere l'umanità che ci accomuna e nell'impegno ad aiutarci reciprocamente, piuttosto che distruggerci a vicenda. La felicità è un'aspirazione universale, ma spesso la cerchiamo nei beni materiali, accumulando sempre di più a discapito degli altri. Tuttavia, la vera felicità ha radici molto più profonde: essa nasce dalla lotta per la pace e la giustizia universali. Arun prosegue raccontando come suo nonno (Gandhi), attraverso ogni gesto e atteggiamento, incarnasse la serenità e l'appagamento interiore cui tutti aspiriamo. Pur non vincendo ogni battaglia e consapevole di non poter modellare il mondo secondo il suo ideale, si dedicò ogni giorno a migliorare

[47] K. Ceming, *Una vita piena di senso, cit., p.25*.
[48] Mohandas Karamchand Gandhi, *L'arte di vivere* (Prato: Piano B, 2019), pp.121-122.
[49] K. Ceming, *Una vita piena di senso, cit., pp.27-28*.

sé stesso e la società. Come ripeteva spesso: “La gioia risiede nella lotta, nello sforzo e nella sofferenza dell'impegno, non nella vittoria in sé”. [50]

Ecco che anche in *Siamo l’aria che respiriamo* di Naess troviamo dei passi dedicati a Ghandi per spiegare con ancor più chiarezza il raggiungimento dell’autorealizzazione attraverso l'azione altruista e disinteressata. Per il Padre della Nazione, ogni essere vivente è intimamente connesso, e questa connessione porta alla capacità di identificarsi con gli altri e, di conseguenza, alla pratica della non violenza. Egli aggiunge: “Credo nell'essenziale unità dell'uomo e, dunque, di tutto ciò che vive. Perciò credo che, se un uomo guadagna la spiritualità, tutto il mondo guadagna con lui e, se un uomo fallisce, tutto il mondo fallisce in quella stessa misura.” [51] Questo approccio, che lega l’autorealizzazione individuale alla connessione profonda tra tutti gli esseri viventi, trova forti affinità con la filosofia buddhista. Sia Gandhi che il buddhismo condividono una visione che riconosce l'unità fondamentale di tutto ciò che esiste, e la necessità di un percorso interiore per liberarsi dalla sofferenza. La pratica della non violenza, così centrale nel pensiero gandhiano, si fonda infatti su una consapevolezza profonda dell’interconnessione, un principio che ritroviamo nel buddhismo, in cui la felicità autentica non dipende dalle circostanze esterne, ma è una condizione interiore.

Il buddhismo, similmente all’ecologia profonda e al pensiero gandhiano, sottolinea come la sofferenza non nasca semplicemente dal dolore o dalla tristezza, ma dall’incessante e vana ricerca di sensazioni effimere. Le persone tendono a identificare le sensazioni piacevoli con la felicità e quelle spiacevoli con la sofferenza, portandole così a inseguire costantemente il piacere e a evitare il dolore. Questo comportamento crea uno stato perenne di tensione e insoddisfazione, poiché le sensazioni sono per loro stessa natura temporanee e mutevoli. La pratica meditativa buddhista mira a rompere questo ciclo vizioso. Meditando, si osserva il sorgere e il dissolversi delle sensazioni, riconoscendone la natura transitoria. Quando si smette di ricercare e attaccarsi a sensazioni particolari, si raggiunge una serenità profonda, che permette di vivere pienamente nel presente anziché inseguire piaceri fugaci. La vera libertà dalla sofferenza si ottiene quando si smette di identificarsi con le proprie sensazioni, riconoscendo la loro

[50] Arun Gandhi, *Il dono della rabbia e altre lezioni di mio nonno Mahatma Gandhi*, 5. rist. (Firenze: Giunti, 2019), p.200.

[51] Naess, *Siamo l’aria che respiriamo. Saggi di ecologia profonda, cit., p.156*.

effimerità. Questo processo permette alla mente di rilassarsi, trovare appagamento e scoprire una verità più profonda su sé stessi, superando la frenetica ricerca della felicità basata su sensazioni temporanee.[52]

Un altro importante insegnamento buddhista riguarda la compassione, che il Dalai Lama descrive come un atteggiamento essenziale per raggiungere la felicità. La compassione non dovrebbe essere limitata solo a chi ci è vicino o a chi ci è simpatico, ma estesa a tutti, inclusi coloro che consideriamo nemici. Il Dalai Lama suggerisce che, poiché il nostro nemico potrebbe diventare un amico in futuro, è meglio considerare tutti come potenziali amici. Mostrare odio non porta a nulla di positivo, mentre sviluppare compassione genera sempre risultati piacevoli e duraturi. Tale compassione dovrebbe essere estesa progressivamente: prima ai vicini, poi a tutto il paese, all'intero continente, fino ad abbracciare l'umanità intera e, infine, tutti gli esseri senzienti e viventi. [53] Questa visione della compassione universale ci invita a riflettere sulla direzione in cui la nostra società si sta muovendo. In un mondo dove spesso l'enfasi è posta sul diventare "qualcuno", sull'affermarsi a scapito degli altri e sul primeggiare in una competizione globale, l'importanza dell'altruismo rischia di essere dimenticata. Come sottolinea il Dalai Lama, la felicità autentica e duratura non può essere raggiunta tramite il successo egoistico o il desiderio di superare gli altri, ma attraverso la cooperazione e la connessione profonda con ogni forma di vita.

Tuttavia, nella nostra società, i valori dell'economia di mercato, basati su domanda e offerta, sembrano dominare ogni aspetto della vita, relegando il benessere collettivo a un ruolo secondario. Identificare l'autorealizzazione con l'egoismo personale sottovaluta il vero potenziale umano. L'autentica autorealizzazione, così come la descrive anche il buddhismo, nasce quando l'individuo abbraccia l'altruismo, superando l'opposizione tra ego e alter. Quando il Sé si spande fino a includere gli altri, non solo le persone a noi vicine, ma tutta l'umanità e gli ecosistemi che la sostengono, allora si raggiunge un livello di consapevolezza più profondo e autentico.

Abbiamo bisogno di una vasta varietà di fonti di gioia, attraverso una sensibilità accresciuta verso la ricchezza della vita e la bellezza della natura selvaggia. Parte della gioia deriva dalla consapevolezza della nostra connessione intima con qualcosa di più

[52] Harari, *Sapiens*, cit., pp. 489,491,492,606.
[53] Dalai Lama, *Il senso dell'esistenza, cit., p.105*.

grande del nostro ego, qualcosa che esiste da milioni di anni e merita di essere protetto. Quando il nostro Sé è espanso e approfondito, la protezione della natura selvaggia diventa una naturale estensione della protezione di noi stessi.

Conoscere chi siamo e quali atteggiamenti ci fanno bene è essenziale per sperimentare una vita piena di senso. L'esperienza di senso e significato non deriva solo dall'agire in modo prosociale, dall'essere parte di una comunità o dal riferimento a una trascendenza superiore. Un fattore importante, soprattutto nelle società moderne individualistiche, è il confronto con sé stessi. Chi conosce sé stesso può controllare la propria vita in modo molto più consapevole.

Acquisire conoscenze, essere creativi, realizzare qualcosa, cercare sfide e affrontarle sono tutte esperienze che arricchiscono di significato la vita. Affinché ciò avvenga, una persona ha bisogno di tempo, stimoli e sostegno. Una società che aiuta i suoi membri a svilupparsi fa del bene anche a sé stessa: quanto più i suoi componenti riescono a realizzare il proprio potenziale, ma anche a valutare le proprie debolezze e i propri limiti, tanto migliore sarà il suo sviluppo.

Fare chiarezza su ciò che ci rende noi stessi come persone è fondamentale per sperimentare la pienezza di senso. Più ci conosciamo e meglio comprendiamo i nostri sogni, le nostre capacità, i nostri talenti, ma anche le nostre debolezze, più facile sarà riconoscere ciò che è personalmente significativo per noi. Cicerone, nel suo *De Officiis*, sottolinea che l'uomo ha ricevuto dalla natura alcuni elementi che formano e costituiscono la sua personalità. Chi riesce a fare buon uso di questi doni ne guadagna in qualità della vita:

> "Ciascuno, dunque, ben conosca la propria indole, facendosi giudice attento e oculato delle sue virtù e dei suoi difetti […]. Applichiamoci dunque con cura a quelle cose alle quali siamo più specialmente adatti."[54]

La considerazione di Cicerone è confermata da studi psicologici moderni. Spesso, tendiamo a sopravvalutare le nostre capacità, il che può essere vantaggioso dal punto di vista evolutivo, permettendoci di osare e affrontare nuove sfide. Tuttavia, questa tendenza presenta un rischio: sopravvalutare noi stessi può impedire una valutazione realistica delle situazioni, portandoci al fallimento. Se dopo un fallimento non seguiamo una nuova autoriflessione critica, rischiamo di ripetere gli stessi errori. Per questo è importante

[54] Cicerone, *De Officiis*, I, 31, 114, (Milano: Einaudi, 2019), versione eBook.

rispecchiarsi negli altri, non solo in chi ha buone intenzioni nei nostri confronti, ma anche in coloro che vedono le nostre azioni in modo più critico.

È fondamentale non sprecare le nostre energie vitali in qualcosa che non corrisponde alle nostre capacità. Così come possiamo metterci nei guai sopravvalutandoci, possiamo anche bloccarci investendo tutte le nostre energie in ambiti in cui non eccelliamo. È più favorevole alla nostra soddisfazione concentrare le energie sulle nostre potenzialità e sui nostri talenti. Tuttavia, nella vita accade di non poter sempre fare ciò in cui eccelliamo. A volte siamo chiamati a svolgere compiti e affrontare sfide che non ci corrispondono affatto e che troviamo difficili. In questi casi, Cicerone consiglia:

> Se talora la necessità, sviandoci dal nostro cammino, ci spingerà a cose non conformi all'indole nostra, ci converrà adoperare ogni cura, ogni più meditata diligenza per poterle fare, se non proprio convenientemente, almeno con la minore sconvenienza possibile. Non tanto dobbiamo sforzarci di conseguire quelle doti che la natura ci ha negato, quanto piuttosto di fuggire quei difetti che essa ci ha dato.[55] [56]

In Walden, Thoreau a proposito di essere sé stessi scrive:

> "Che ciascuno pensi ai propri affari, e si sforzi di essere ciò che è stato crealo. Perché dovremmo avere una fretta cosi disperata di aver Successo, e in una impresa cosi disperata? Se un uomo non tiene il passo dei suoi compagni, forse è perché sente un tamburino diverso. Che marci secondo la musica che sente, qualunque ne sia il ritmo o comunque sia lontana. Non è importante che maturi insieme al melo o alla quercia. Dovrebbe trasformare la sua primavera in estate?" [57]

Per finire, in *Il dono della rabbia e altre lezioni di mio nonno Mahatma Gandhi*, Arun Gandhi scrive:

> "Un giorno mio nonno mi disse: «Io ringrazio il cielo di essere me stesso, e spero che sia così anche per te. Dovremmo tutti essere grati della nostra identità. Fin troppo spesso, da piccoli e da adulti, ci confrontiamo con chi sembra avere più di noi: più ricchezze, più fama, più giocattoli. Ma se apriamo gli occhi, vedremo anche la tristezza e la povertà che ci circondano e capiremo quanto sono preziosi i nostri talenti per fare la differenza. Quei momenti di silenzio e solitudine, lontani dal frastuono della folla e dalle aspettative altrui, sono essenziali per dare una giusta prospettiva alle nostre esperienze».[58]

---

[55] Ibidem.
[56] K. Ceming, *Una vita piena di senso, cit., pp.56 ss*.
[57] Thoreau, *Walden ovvero Vita nei boschi, cit., pp.* 309-310.
[58] Gandhi, *Il dono della rabbia e altre lezioni di mio nonno Mahatma Gandhi, cit., p.60*.

In conclusione, la vita autentica non pare risiedere in un'unica formula universale, ma nell'arte di coltivare un'esistenza che rispecchi i valori della pace interiore, della semplicità e dell'armonia con la natura. Come insegnano le massime di Gandhi e del Dalai Lama, è nell'essenziale che si trova la vera ricchezza, mentre la felicità fiorisce dalla capacità di vivere in equilibrio con se stessi e con il mondo. Ognuno ha la libertà di plasmare il proprio cammino, abbracciando uno stile di vita che favorisca l'autorealizzazione e la connessione con l'universo che ci avvolge. Forse è proprio in questa scelta consapevole che può risiedere il segreto di una vita piena, genuina, e in sintonia con l'essenza stessa dell'esistenza.

Capitolo 3 - Educazione e Natura: un'Avventura Esperienziale

Una volta riconosciuta l'importanza di ristabilire un rapporto autentico e diretto con la natura – che ci può aiutare a ritrovare la nostra identità, il senso di appartenenza, la nostra vera indole e il nostro essere – possiamo anche provare a riconquistare il nostro posto nel mondo. Da qui, si apre una riflessione sul ruolo dell'educazione. Il ritorno al "selvaggio", inteso come riconnessione con le nostre radici più profonde, diventa una chiave interpretativa preziosa, soprattutto in ambito pedagogico.

Ci concentreremo sull'età adolescenziale, una fase cruciale caratterizzata da sfide legate alla ricerca di identità e significato. Analizzeremo le caratteristiche di questa fase complessa della vita, concentrandoci sulla capacità dell'adolescente di rivedere e trasformare la propria visione del mondo, partendo dall'individuo e dal suo percorso personale. Successivamente, approfondiremo il ruolo fondamentale della natura nel contesto educativo, dimostrando come essa offra un'opportunità unica per sperimentare e ampliare il campo delle esperienze, contribuendo alla scoperta dei propri talenti e capacità, della propria forza ed energia vitale, favorendo così uno sviluppo armonico e consapevole dei giovani.

Non c'è fase più adatta dell'adolescenza per affrontare e approfondire le questioni legate all'identità e alla consapevolezza di sé.

3.1 Che cos'è l'adolescenza?

Nell'opera di Rousseau, *L'Emilio o dell'educazione,* l'adolescenza è vista come una seconda nascita, un momento di crisi che richiede un'educazione mirata. La natura, in questo contesto, offre un ambiente ideale per espandere le esperienze dei giovani, permettendo loro di sviluppare competenze sociali e personali attraverso attività all'aperto.

> Noi nasciamo, per così dire, due volte: una per esistere, l'altra per vivere. […]
>
> Ma l'uomo, in generale, non è fatto per restare sempre nella fanciullezza. Ne esce nel momento stabilito dalla natura e questo momento di crisi, se pur molto breve, produce conseguenze che durano a lungo. Come il muggito del mare precede da lontano la burrasca, così questa tempestosa rivoluzione è annunciata dal mormorio delle passioni nascenti: un sordo fermento segnala l'avvicinarsi del pericolo. Sbalzi d'umore, frequenti impeti di collera, una continua irrequietezza

dello spirito rendono il fanciullo quasi incontrollabile. Diventa sordo alla voce che prima lo rendeva docile, la sua febbre lo trasforma in un leone, non riconosce più la sua guida e rifiuta di essere guidato.

Ai segni morali di un umore che si altera si aggiungono dei cambiamenti evidenti nell'aspetto, La sua fisionomia cambia e assume l'impronta del carattere, la peluria rada e morbida che gli cresce sulle guance diventa scura e acquisisce consistenza. La sua voce si trasforma o per meglio dire la perde: non è né bambino, né uomo e non può assumere il timbro dell'uno o dell'altro. I suoi occhi, gli organi dell'anima che finora sono stati muti, trovano un linguaggio e si fanno espressivi; un fuoco nascente li anima, i loro sguardi più vivaci conservano ancora una certa innocenza, ma hanno perso la primitiva semplicità: intuisce che possono dir troppo, comincia a saperli abbassare, impara ad arrossire, diventa sensibile prima di sapere ciò che sente, è irrequieto senza ragione.

Questo processo può avvenire lentamente e lasciarvi ancora del tempo; ma se la sua vivacità diventa troppo impaziente, se i suoi sbalzi d'umore si tramutano in furore, se passa in un istante dall'irritazione alla tenerezza, se piange senza motivo, se trovandosi vicino a oggetti che per lui cominciano a essere pericolosi il suo polso accelera e il suo sguardo s'infiamma, se la mano di una donna che si posa sulla sua lo fa fremere, se si turba o si intimidisce in sua presenza, Ulisse, o saggio Ulisse, stai attento. Gli otri che avevi chiuso con tanta cura si sono aperti, i venti si sono già scatenati, non abbandonare più un solo momento il timone o tutto è perduto.

È questa la seconda nascita di cui ho parlato, solo ora l'uomo nasce veramente alla vita e nulla di umano gli è estraneo. Fino a questo momento le nostre cure non sono state che giochi da fanciulli, solo adesso assumono vera importanza, Quest'epoca, in cui di solito termina la comune educazione, è proprio quella in cui la nostra deve cominciare.[1]

Riflettendo sulle parole di Rousseau, comprendiamo che l'adolescenza è una fase cruciale della vita, caratterizzata da profondi cambiamenti fisici, emotivi e sociali.

In questo periodo, i giovani cercano di definire la propria identità e di trovare un senso di appartenenza nel mondo. Si tratta di una fase particolarmente delicata, che può dare origine a comportamenti problematici, soprattutto tra coloro che vengono definiti "ragazzi difficili". Con il termine "ragazzi difficili" ci riferiamo a giovani che abbandonano la scuola, scappano di casa, commettono reati, tentano il suicidio, subiscono violenze o fanno uso di sostanze stupefacenti.

Piero Bertolini e Letizia Caronia, nel loro libro *Ragazzi difficili*, sostengono che, pur essendo protagonisti di storie diverse e comportamenti eterogenei, questi giovani

[1] Jean-Jacques Rousseau, *Emilio o dell'educazione*, trad. it. di Andrea Potestio (Roma: Studium, 2016), pp. 335-337.

condividono un elemento comune: una percezione di dissonanza rispetto al modello sociale dominante di competenza e integrazione. Questa percezione di "diversità" mette in evidenza come, al di là delle singole manifestazioni di devianza, ci troviamo di fronte a giovani la cui vita è segnata da ostacoli e difficoltà. Questi ostacoli, vissuti intensamente da loro, fanno sì che vengano percepiti come "difficili" anche da chi li circonda.

Da un punto di vista pedagogico, le differenze nei comportamenti, che potrebbero sostenere classificazioni più dettagliate, risultano poco rilevanti, poiché tutti questi giovani condividono un aspetto comune più importante: una visione debole o disadattiva di sé nel mondo e del proprio rapporto con gli altri. In un'ottica educativa, questo tratto è più significativo di qualsiasi ulteriore distinzione.

Ciò che conta maggiormente è comprendere le motivazioni profonde dietro i comportamenti. Ogni atto deviante è il riflesso di una storia personale complessa, segnata da difficoltà nel costruire un'identità stabile e da relazioni disfunzionali che influiscono sulla loro visione di sé e del mondo.[2]

La classificazione "ragazzi difficili" non implica un approccio educativo standardizzato, ma al contrario, invita a personalizzare l'intervento, riconoscendo l'unicità e la complessità di ogni singolo caso. Dietro ogni comportamento antisociale, infatti, vi è un soggetto con le proprie motivazioni, che non può essere ridotto a una semplice etichetta. Come spiega il sociologo Erving Goffman, considerare un ragazzo non più come "delinquente", ma come "ragazzo difficile", permette di andare oltre la definizione del suo comportamento e di valorizzare le sue potenzialità evolutive.

Secondo Bertolini e Caronia, i "ragazzi difficili" sono quelli che vengono percepiti come tali in base a modelli sociali e culturali variabili. Da un punto di vista legislativo e scientifico, esistono giovani che sono oggettivamente considerati problematici, ma è necessario ricordare che dietro ogni comportamento problematico c'è una biografia, una visione del mondo che spesso rimane inascoltata. È proprio da queste storie di vita che bisogna partire per costruire un progetto educativo capace di andare oltre le difficoltà. [3]

Partire dal soggetto è una scelta che colloca la riflessione pedagogica sul fenomeno della devianza minorile all'interno di un paradigma fenomenologico, una scelta

[2] Piero Bertolini e Letizia Caronia, *Ragazzi difficili: pedagogia interpretativa e linee di intervento*, Nuova edizione aggiornata (Milano: Angeli, 2015), pp.35-37.

[3] Ivi, pp.44-45.

che implica conseguenze significative, che è opportuno esplicitare. Dal punto di vista fenomenologico, ogni individuo, in quanto soggetto vivente, ha come caratteristica essenziale l'intenzionalità della coscienza, ovvero la capacità di investire di senso il mondo naturale e sociale. Ogni attività psichica dell'uomo, che si tratti di desiderio, ricordo, giudizio o percezione, segue la struttura fondamentale della coscienza.

La coscienza non è mai passiva, ma stabilisce una relazione attiva con il mondo. Ciò significa che la realtà non è un dato oggettivo dotato di senso intrinseco, ma è la coscienza che attribuisce significato agli oggetti, costruendo una rappresentazione personale del mondo.[4] In questo senso, il soggetto e il mondo si costruiscono reciprocamente: il soggetto attribuisce significato agli oggetti, mentre il mondo, a sua volta, influenza le rappresentazioni che il soggetto sviluppa. Da un punto di vista pedagogico, ciò che importa non è tanto la realtà in sé, ma come questa realtà incide sull'esistenza e sull'orientamento dell'individuo. Quali sono i modi in cui la coscienza attivamente attribuisce significato? E come questo processo influenza il soggetto nella sua interazione con il mondo?[5]

La coscienza umana attribuisce significato al mondo attraverso un processo attivo e intenzionale, interpretando e assegnando senso e valore alla realtà. La soggettività umana, dunque, è una coscienza che crea senso. Il "mondo reale" per il soggetto è il "mondo-per-sé", ovvero una realtà costruita attraverso la propria interpretazione personale. Tuttavia, questa visione del mondo non è mai definitiva né chiusa; la coscienza continua a investire il mondo di nuovi significati, sia nel contesto naturale che sociale, in un continuo processo di costruzione del senso. È importante ricordare che il soggetto non vive isolato, ma "nel-mondo-con-gli-altri", quindi la costruzione del proprio significato della realtà si intreccia con quella degli altri, in una dinamica di confronto e scambio. Le pratiche soggettive di attribuzione di senso al mondo naturale necessitano quindi di una negoziazione intersoggettiva, dove i vari significati individualmente attribuiti vengono confrontati e si giunge a un accordo condiviso sul senso e il valore che il mondo ha per la comunità di appartenenza.[6]

[4] Ivi, p.61.
[5] Ivi, p.62.
[6] Ivi, pp.62-64.

È dunque essenziale ricostruire la storia attraverso la quale un individuo giunge a formare la propria identità come soggetto. Questa costruzione può dipendere dall'esperienza vissuta, da fattori esterni, da condizionamenti o dall'attività intenzionale della coscienza, così come dall'imprevedibilità. Ma quali sono le cause dell'irregolarità della condotta, del disadattamento e della devianza? Tali fenomeni possono derivare da una combinazione di fattori psicologici, sociali, familiari e ambientali, che influenzano lo sviluppo del soggetto e il suo rapporto con il mondo. Il disadattamento si verifica quando la capacità del soggetto di attribuire senso al mondo si blocca o funziona in modo disfunzionale. Nei "ragazzi difficili", questa rottura si manifesta come un'incapacità di vivere il mondo in maniera attiva e significativa, impedendo loro di creare una visione del mondo coerente e positiva. [7]

In *Ragazzi difficili*, viene proposto un modello educativo caratterizzato da un insieme di linee guida fondamentali. Questa pedagogia del ragazzo difficile non è e non può essere un sistema chiuso, definito e definitivo, ma piuttosto si presenta come un insieme coerente di orientamenti che dichiarano fin dall'inizio la propria flessibilità. Il versante metodologico-pratico della pedagogia del ragazzo difficile si configura come l'aspetto operativo di queste interpretazioni e orientamenti; più che proporre azioni specifiche, traccia direzioni dell'agire. Il primo momento fondamentale del percorso rieducativo è la conoscenza: l'obiettivo iniziale è quello di raggiungere una comprensione il più autentica possibile del ragazzo. L'educatore deve riuscire a mettersi dal suo punto di vista, guardando il ragazzo e il mondo con i suoi occhi, per cogliere la sua visione del mondo, la sua capacità di "intenzionare", ovvero di dare senso alla realtà, e il suo modo di rapportarsi, più o meno alterato, a questa realtà.[8] Il secondo momento è quello della destrutturazione e ristrutturazione, che coinvolge principalmente interventi mirati alla dimensione psico-fisica del ragazzo. Questi interventi sono volti a superare quei limiti oggettivi che impediscono al ragazzo di esercitare la sua capacità di intenzionare. Il terzo momento del processo rieducativo è quello della dilatazione del campo di esperienza. Questo stadio prevede azioni o forme di comunicazione che hanno l'obiettivo di rendere dinamica la vita del ragazzo, inducendolo a superare la fissazione dei suoi interessi e atteggiamenti, che tende a limitarlo a schemi di comportamento asociali. L'idea è di

[7] Ivi, pp. 67-76.
[8] Ivi, pp.93-94.

esporre il ragazzo a situazioni nuove e stimolanti, permettendogli di sperimentare l'esistenza e il valore di prospettive fino a quel momento sconosciute. La scelta e la calibrazione delle esperienze proposte devono essere adattate a ciò che è stato compreso della visione del mondo del ragazzo: ciò che è opportuno per un ragazzo eccessivamente autocentrato potrebbe non esserlo per uno che si sente completamente in balia del mondo. L'ultimo momento del processo rieducativo riguarda la costruzione di una nuova visione del mondo da parte del ragazzo. In questa fase, il ragazzo riprende coscienza della propria responsabilità nelle scelte e comprende il suo ruolo intersoggettivo nella società. Immerso in un campo di esperienze più vasto e vario, il ragazzo ristruttura la propria visione di sé e del mondo, superando i limiti dell'intenzionalità che sostenevano una visione disadattiva del sé, del mondo e delle relazioni. Il compito dell'educatore è centrale nel guidare il ragazzo verso la consapevolezza del proprio cambiamento e delle conseguenze di un nuovo modo di orientarsi verso il mondo.[9]

3.2 La dilatazione del campo di esperienza

Riprendendo l'argomentazione centrale della tesi orientata alla riscoperta del rapporto autentico con la natura, Bertolini, in *Ragazzi difficili*, sottolineano come questo ritorno alle radici profonde sia cruciale, specialmente nell'educazione durante l'adolescenza. Si evidenzia come l'espansione delle esperienze sia fondamentale per offrire agli adolescenti l'opportunità di esplorare nuovi orizzonti, sviluppare competenze diverse e costruire una visione più ampia e articolata della realtà. L'ipotesi di fondo della dilatazione del campo di esperienza è che il confronto con esperienze diverse, qualitativamente disomogenee, stimoli la riflessione sul fatto che il mondo può essere significato in molteplici modi. Ampliare concretamente la gamma degli incontri con il mondo e con gli altri, offrendo al ragazzo occasioni per sperimentare modi diversi di relazionarsi alle cose e alle persone, rappresenta una strategia educativa per incrinare una visione del mondo limitata e provocare un ampliamento o una riformulazione della capacità soggettiva di attribuire senso alla realtà. L'obiettivo finale della rieducazione è giungere a una (auto)ridefinizione della visione del mondo da parte del ragazzo, e questo richiede la creazione di opportunità per permettere tale cambiamento. Ogni pratica

[9] Ivi, pp.95-97.

rieducativa che si limiti ad allontanare il ragazzo dalla sua vita senza offrire nuovi modi di stare al mondo rischia di fallire. L'intervento non può limitarsi a sostituire una vita «ricca» di difficoltà con una vita «povera» di esperienze. Diventa dunque essenziale centrare la rieducazione sulla dilatazione del campo di esperienza, ossia sulla costruzione delle condizioni che possono (anche se nessuna pratica educativa è garantita) stimolare un ripensamento del mondo e della propria collocazione in esso. Ampliare il campo di esperienza e diversificare i tipi di incontro con il mondo possono rappresentare per il ragazzo il segno tangibile della molteplicità dei punti di vista possibili e uno strumento per iniziare a capire che la realtà può essere percepita in molti modi, oltre le più immediate costrizioni. Inoltre, ciò consente al ragazzo di riconoscere uno spazio di attribuzione autonoma di senso.

L'obiettivo fondamentale della rieducazione è la costruzione di un ottimismo esistenziale, quel senso di appagamento derivante dal pensarsi come originatore di un progetto di investimento di senso nel mondo. Questo risultato è reso possibile attraverso la dilatazione del campo di esperienza, che consente al ragazzo di sviluppare la sua capacità intenzionale e di percepirsi come il vero attore della propria vita.[10]

Esistono diverse strategie educative, tra cui l'educazione estetica, l'educazione al difficile, l'esperienza con l'altro e l'educazione all'avventura.

Una delle strategie più efficaci per sviluppare l'ottimismo esistenziale è l'educazione estetica, o educazione al bello. Questa consiste nel far compiere al ragazzo esperienze centrate sul bello, che favoriscano la costruzione di un vero e proprio senso estetico. Molti giovani in difficoltà mostrano una sorta di sordità al bello, spesso a causa della mancanza di esperienze di questo tipo nella loro vita. Per questi ragazzi, la bellezza viene percepita principalmente come un bene da consumare o possedere, privo di valore intrinseco. L'educazione estetica dovrebbe partire dall'incontro con realtà possibili e accessibili al loro mondo, come la natura e l'avventura (bello naturale), e poi progredire gradualmente verso il "bello artistico".

L'obiettivo è far acquisire una nuova prospettiva sul mondo, permettendo ai ragazzi di riconoscere il bello anche nelle piccole cose quotidiane, sviluppare consapevolezza e un nuovo modo di giudicare e interpretare la realtà. L'educazione al bello ha tre valori principali:

[10] Ivi, pp.131-133.

-Valore cognitivo: consiste nell'esperienza di diverse esperienze estetiche che permettono al ragazzo di emettere giudizi e attribuire significato alla realtà. Si acquisisce la consapevolezza che la realtà non è bella in sé, ma che la bellezza è il risultato di un'interpretazione soggettiva.

-Valore esistenziale: dà importanza alla gratificazione e all'appagamento derivanti dal riconoscere e apprezzare il bello. Quando si affina la capacità di vedere il mondo sotto il segno della bellezza, si individua un serbatoio inesauribile di gratitudine.

-Valore pragmatico: riguarda la capacità di stimolare la costruzione di progetti di trasformazione del mondo. Si tratta di un'educazione alla costruzione, volta al miglioramento, che richiede impegno personale per contribuire a realizzare tale trasformazione. In questo senso, entrano in gioco due momenti centrali nel percorso rieducativo: l'impegno personale e la responsabilità sociale.

Un'altra strategia efficace per sviluppare un senso stabile di impegno personale e responsabilità sociale è quella che propone esperienze genuine di scoperta e conquista. Queste esperienze devono rivelarsi efficaci e produttive per raggiungere obiettivi motivanti per il ragazzo. Piuttosto che enfatizzare il valore finale dell'impegno e della responsabilità, è più utile proporne il valore strumentale, identificando obiettivi motivanti per il giovane, che possano essere raggiunti solo attraverso impegno e responsabilità. [11]

Da un punto di vista metodologico, il percorso più efficace è quello centrato sulla difficoltà. L'educatore deve progettare esperienze in cui il percorso verso uno scopo significativo per il ragazzo sia costellato di ostacoli e prove da superare, prevedendo un uso calibrato dell'aiuto lungo l'asse che va dalla totale autonomia alla cooperazione. Le difficoltà possono includere ostacoli naturali (come percorsi in montagna o torrenti da attraversare), la necessità di costruire strumenti indispensabili per attività particolari o l'apprendimento di tecniche specifiche. Questi ostacoli stimolano il ragazzo a non arrendersi di fronte alle difficoltà e a scoprire che, adattando il suo intervento ai vincoli della realtà, può contribuire in modo significativo alla modificazione della stessa.

Come l'educazione al bello, anche l'educazione al difficile è una potente strategia di formazione della capacità intenzionale, offrendo al ragazzo la possibilità di percepirsi come attore della propria storia.

[11] Ivi, pp.135-143.

Un'altra strategia per modificare la visione del mondo del ragazzo è l'esperienza con l'altro, fondamentale per riconoscere l'intersoggettività, cioè la dimensione relazionale che caratterizza ogni azione e conoscenza sul mondo e su sé stessi. Le nuove esperienze devono includere pratiche di scambio, negoziazione e accordo con l'altro. Inserire queste esperienze in un contesto intersoggettivo aiuta a sviluppare la consapevolezza dell'importanza di stabilire convenzioni per un agire efficace e contribuisce a una progressiva ridefinizione dell'identità personale. L'identità non è mai definitiva, ma si costruisce, decostruisce e ricostruisce continuamente in relazione alle nuove esperienze e interazioni. Ogni cambiamento nei rapporti e nelle situazioni porta a un'evoluzione della percezione di sé. Costruire l'esperienza dell'altro nella forma della vita di gruppo è la strategia più adeguata per far maturare nel ragazzo un senso di appartenenza e la percezione di essere parte di un mondo intersoggettivo, in cui si è collocati in un rapporto di autonomia e dipendenza.

Le strategie educative finora proposte si connettono tutte alla dilatazione del campo di esperienza del "ragazzo difficile", promuovendo un'educazione orientata al possibile. Questo implica far percepire al ragazzo che il mondo, gli altri e sé stesso possono essere diversi da come li conosce. Solo attraverso la riattivazione o il reindirizzamento della capacità intenzionale si può contrastare il comportamento antisociale e affrontare la devianza minorile. In quest'ottica, si inserisce l'educazione all'avventura, vista come la ricerca di ciò che è nuovo e straordinario, al di fuori della quotidianità.

Le esperienze straordinarie devono possedere il tratto dell'eccezionalità per agire come simboli efficaci dell'interpretabilità del reale e della costruzione soggettiva della realtà. Tali esperienze spingono il ragazzo a confrontarsi con nuove prospettive sul mondo, inducendolo a vedere diversamente sé stesso e la sua posizione nel mondo.
Come afferma il viaggiatore statunitense Christopher McCandless, da cui è tratto il film *Into the wild*:

"Il vero nucleo dello spirito vitale di una persona è la passione per l'avventura. La gioia di vivere deriva dall'incontro con nuove esperienze, e quindi non esiste gioia più grande dell'avere un orizzonte in costante cambiamento, del trovarsi ogni giorno sotto un sole nuovo e diverso. Non dobbiamo che trovare il coraggio di rivoltarci contro lo stile di vita abituale e buttarci in un'esistenza non convenzionale."[12]

[12] Sean Penn, regista. *Into the Wild*. 2007. Film. Paramount Vantage.

Ecco che l'educazione all'avventura provoca un cambiamento radicale nell'intenzionalità del ragazzo, costringendolo a rivedere gli schemi abituali di percezione e azione.

Come già accennato riguardo alle esperienze legate al bello e al difficile, l'incontro con l'imprevisto e lo straordinario svolge una funzione destrutturante, costringendo a rivedere gli schemi di percezione e azione abituali. Esperienze come il trekking in montagna, i campeggi di sopravvivenza o le gite speleologiche sfruttano il desiderio di esplorare e mettersi alla prova, tipico di molti adolescenti. Tuttavia, l'educatore deve essere in grado di individuare o stimolare la motivazione all'avventura, trasformandola in una spinta verso esperienze formative.[13]

L'educazione all'avventura non deve sostituire il valore della quotidianità, ma piuttosto integrarsi con essa. L'esperienza eccezionale ha senso solo se si staglia sullo sfondo della quotidianità, evitando che la routine diventi asfittica e che l'avventura si riduca a pura evasione. Un contesto quotidiano stabile, con regole e routine riconoscibili, offre al ragazzo una base sicura da cui partire per affrontare l'avventura, permettendogli di tornare alle sue abitudini con una prospettiva rinnovata.

Le esperienze di avventura possono ristrutturare l'identità del ragazzo: una personalità svalorizzata può rinascere quando il ragazzo si scopre inaspettatamente capace di affrontare nuove sfide. Allo stesso modo, una eccessiva sicurezza o autostima infondata può essere messa in discussione da un'esperienza che si rivela più difficile del previsto. Il valore pedagogico delle esperienze di avventura risiede nella loro capacità di destrutturare vissuti cristallizzati, conservando il tratto dell'eccezionalità e permettendo al ragazzo di rivedere sé stesso e la realtà in maniera nuova.[14]

Abbiamo chiarito come in questa fase complessa di crescita, la natura offra un ambiente ideale per dilatare il campo delle esperienze. Le diverse strategie educative appena affrontate si servono tutte dell'ambiente naturale: le attività all'aperto, come l'escursionismo, il campeggio e l'osservazione della fauna e della flora, non solo stimolano la curiosità e l'interesse per l'ambiente, ma promuovono anche lo sviluppo di abilità sociali e personali. Questo è strettamente legato al concetto di natura espresso da

[13] Ivi, pp.144-154.
[14] Ivi, p.155.

Emerson in *Natura*, in cui la natura è intesa come “un tutto più ampio di cui gli esseri umani fanno parte in maniera costitutiva”, come una “forza intrinseca”, un punto di riferimento rassicurante, sostegno che offre bellezza, utilità, servizio e come “maestra che guida la nostra crescita in tutti i campi — fisico, intellettivo e spirituale”. [15]

La natura assume così una funzione educativa, diventando una vera e propria "aula senza pareti", in cui gli adolescenti imparano attraverso il contatto diretto con l'ambiente. Inoltre, le esperienze nella natura aiutano a sviluppare un senso di responsabilità verso la comunità e l’ambiente. Osservando e interagendo con il mondo naturale, i giovani comprendono l'importanza della sostenibilità e del rispetto per tutte le forme di vita. Questo percorso educativo è cruciale per formare cittadini consapevoli, capaci di affrontare le sfide globali del nostro tempo. Come afferma il viaggiatore statunitense Christopher McCandless, da cui è tratto il film *Into the wild*:

> "Vivere soltanto vivere, in quel momento, in quel luogo. Senza mappe, senza orologio senza niente. Montagne innevate, fiumi, cieli stellati. Solo io e la natura selvaggia." [16]

Inoltre, l'immersione nella natura contribuisce a migliorare il benessere psicofisico degli adolescenti. Studi recenti dimostrano che il contatto con l'ambiente naturale riduce lo stress, migliora l'umore e aumenta la capacità di concentrazione. Bertolini sottolinea come queste esperienze possano essere particolarmente benefiche per i "ragazzi difficili", aiutandoli a trovare equilibrio e serenità attraverso attività che li coinvolgono fisicamente e mentalmente.

In conclusione, l'integrazione della natura nel percorso educativo degli adolescenti rappresenta una strategia efficace ed essenziale per ampliare il campo delle esperienze, come viene sottolineato in *Ragazzi difficili*. Il contatto con l'ambiente naturale non solo arricchisce il bagaglio di conoscenze e competenze dei giovani, ma contribuisce al loro sviluppo armonico e al benessere complessivo. Le esperienze nella natura devono quindi essere considerate un elemento centrale nella formazione degli adolescenti, offrendo loro strumenti preziosi per affrontare le sfide della vita con consapevolezza e responsabilità.

La riscoperta di un rapporto autentico con la natura può aiutarci a ritrovare la nostra identità, il senso di appartenenza e il nostro essere nel mondo. Questo ritorno alle

---

[15] Ralph Waldo Emerson, *Natura: utilità, bellezza, armonia*, (Roma: Donzelli, 2017), pp.11-14.

[16] Penn, Sean, regista. *Into the Wild*. 2007. Film. Paramount Vantage.

radici diventa particolarmente significativo durante l'adolescenza, una fase cruciale per la ricerca di sé e del proprio posto nel mondo. Favorire esperienze che aprano nuovi orizzonti di senso è fondamentale per promuovere una crescita autentica e consapevole.

Attraverso il suo modo di percepire e interpretare il mondo, l'adolescente può trarre grandi benefici da un'esperienza educativa ispirata alla vita secondo natura. Ampliare il suo campo di esperienza, aprendo nuovi orizzonti di significato, è essenziale per favorire una crescita personale profonda e consapevole.

3.3 Esperienza diretta e pratica di tirocinio.

Nel quadro del percorso di studi previsto dal corso di laurea in Scienze dell'educazione e formazione, ho avuto l'opportunità di svolgere un tirocinio formativo presso una Comunità di minori situata nel comune di Venezia.

La struttura accoglie giovani minori dai 14 ai 18 anni (anche 20 in caso di buone condotte), per lo più maschi, includendo sia minori non accompagnati stranieri presenti sul territorio italiano sia italiani allontanati dalla famiglia per varie ragioni, in alcuni casi con precedenti penali.

La comunità ospita ragazzi che, oltre a non avere provvedimenti legali, possono presentare difficoltà di comunicazione a causa della lingua, problemi relazionali, vissuti conflittuali in famiglia, comportamenti problematici o disfunzioni educative derivanti da mancanze nel loro sviluppo. L'ammissione dei ragazzi avviene su richiesta dei Servizi Sociali dei comuni, che li seguono fino al raggiungimento della maggiore età.

La struttura è abbastanza grande per il numero delle persone e molto semplice, offre camere individuali per ogni ospite, due servizi igienici, una cucina, un salotto con divani, una grande tavola, una dispensa con gli alimenti e strumenti necessari, una terrazza, un ufficio utilizzato dagli operatori ed un grande giardino.

L'équipe educativa, composta da coordinatori, educatori, operatori sociosanitari e psicologi, si confronta mensilmente per supervisionare il lavoro, consultarsi, sollevare questioni e prova insieme a risolvere i vari problemi e situazioni. Il *team* inoltre elabora progetti educativi individualizzati per offrire sostegno personalizzato e promuovere lo sviluppo dei ragazzi attraverso attività che favoriscono il loro sviluppo personale, sociale e l'integrazione. L'obiettivo principale è accompagnare i ragazzi verso la maggiore età,

guidandoli verso la maturità, l'autonomia e la consapevolezza necessarie per affrontare la vita al di fuori della struttura, perseguendo questo scopo ogni giorno.

L'esperienza di tirocinio che ho avuto il privilegio di vivere è stata estremamente significativa, sia dal punto di vista personale che professionale. Questo periodo formativo mi ha permesso non solo di confermare e ampliare le competenze già acquisite, ma anche di scoprire nuove abilità e di riconoscere e affrontare i miei limiti.

Immersa nella quotidianità della comunità, ho sviluppato una comprensione diretta della gestione pratica dell'ambiente e delle varie situazioni che possono emergere in questo contesto. Ho avuto l'opportunità di affiancare gli educatori, collaborando alla comprensione e alla soddisfazione delle esigenze dei ragazzi, e contribuendo a creare un clima sereno e rispettoso. Durante questo percorso ho costruito relazioni autentiche e profonde sia con i ragazzi che con il personale della comunità. Entrando con rispetto nelle loro vite, sono riuscita a instaurare legami basati sulla fiducia reciproca. Ho potuto sviluppare competenze pratiche, organizzative e collaborative, mettendo a frutto tutte le mie risorse e cercando, in ogni momento, di essere un sostegno concreto per i ragazzi e per il personale.

Questa possibilità ha rappresentato per me un'esperienza formativa unica, che mi ha offerto un'importante occasione per entrare in contatto con una realtà complessa, fatta di vulnerabilità, marginalità, ma anche di resilienza e potenziale di rinascita.

In un contesto come questo, il lavoro educativo e di supporto non si limita alla gestione quotidiana delle difficoltà individuali, ma mira a ricostruire un senso più profondo di appartenenza e a guidare i ragazzi verso una riconnessione con sé stessi e con il mondo che li circonda.

Desidero ora riportare uno degli episodi più significativi che ha suscitato in me le domande fondamentali alla base di questa tesi. L'episodio si è verificato durante un dialogo con uno dei ragazzi della comunità.

Una mattina un ragazzo appena sveglio ha esclamato in tono provocatorio nei miei confronti: "Che schifo la vita! Che senso ha? Dai, dimmi tu che senso ha vivere!"

La sua provocazione era forte, ma ancor più lo era il contenuto della domanda. Di fronte a questa richiesta improvvisa e carica di significato, mi sono trovata a dover rispondere prontamente. La mia risposta, per quanto animata da sincerità e ottimismo, mi appariva immediatamente insufficiente: "Ma come che senso ha vivere? È meraviglioso!"

risposi. Nonostante fossi profondamente convinta di ciò che affermavo, mi resi conto che la mia risposta, pur positiva, risultava dispersiva e priva di quella forza e concretezza necessarie per trasmettere realmente il valore della vita a chi, come quel ragazzo, stava esprimendo un profondo disagio esistenziale.

Mi sono quindi interrogata sulle ragioni del mio ottimismo e sul perché, per me, la vita avesse effettivamente un senso così chiaro. Forse erano le mie esperienze personali, l'educazione ricevuta dai miei genitori o la vocazione che sentivo dentro di me. Tuttavia, comprendere ciò non bastava: la vera sfida era riuscire a trasmettere il significato e il potenziale della vita a chi, in quel momento, non riusciva a vederlo.

Fu in quell'istante che maturò in me la decisione di scrivere questa tesi.

Avevo deciso che avrei tentato di mostrare, dandone un esempio in prima persona, il potenziale della vita, in quel poco tempo, a quei ragazzi.

Molti dei giovani con cui ho avuto l'opportunità di formarmi avevano vissuto esperienze traumatiche, caratterizzate da contesti di violenza, abbandono, ignoranza, criminalità, povertà o emarginazione sociale. Come potevo trasmettere loro la mia gioia di vivere? Dovevo far scoprire la forza vitale che c'è in ognuno di noi capace di trasformare le difficoltà in opportunità di crescita e far emergere il loro potenziale naturale per riscoprire le proprie predisposizioni e i propri talenti innati.

Sentii l'urgenza di approfondire quindi il tema del senso della vita, ponendo la natura al centro della mia riflessione, poiché credo sia da essa che tutto ha origine.

La natura, infatti, come abbiamo già visto precedentemente, è il miglior ambiente nel quale sperimentare e dilatare il possibile campo di esperienze per la costruzione di una nuova visione di mondo con lo scopo di provocare una rielaborazione delle proprie strutture di significato, maturando una prospettiva critica e autonoma del proprio vissuto.

Durante il mio tirocinio ho avuto molte conferme che un ambiente naturale ed esperienziale fosse la chiave giusta per favorire il benessere dei ragazzi. Ho osservato personalmente quanto un'attività fuori casa, uno sport, un'avventura o un'esperienza eccezionale potessero fare la differenza nelle loro vite. Al ritorno da queste esperienze, mi raccontavano con occhi brillanti ciò che avevano vissuto e scoperto su sé stessi: competenze inaspettate, limiti superati o nuove consapevolezze. Si trattava di scoprire il valore autentico della libertà.

La libertà che questi ragazzi stavano esplorando non era solo fisica, ma interiore. Come sottolinea Paolo Cognetti in *Le otto montagne*, "per la prima volta da quando ero partito, mi resi conto che la libertà non era un posto, ma una condizione dell'anima".[17] Questo passaggio riflette ciò che ho osservato nei giovani: la scoperta che la vera libertà non risiede solo nello spazio esterno, ma nel potere di determinare il proprio cammino interiore. Similmente, John Stuart Mill, nel suo celebre *Saggio sulla libertà*[18], esplora l'importanza della libertà individuale come strumento per raggiungere l'autorealizzazione. Egli sostiene che la libertà di espressione, di azione e di pensiero sono fondamentali per lo sviluppo completo dell'individuo. Mill afferma che ogni persona deve poter perseguire il proprio bene a modo suo, purché non danneggi gli altri. Questa libertà permette agli individui di esplorare le proprie potenzialità, scoprendo capacità uniche.

La natura, con la sua bellezza selvaggia e incontaminata, offriva a questi giovani un primo assaggio di libertà autentica. Leopold, in *Pensare come una montagna*, scrive:

> Ora il motivo del loro viaggio era chiaro: rappresentava il loro primo e ultimo assaggio di libertà, […] L'essenziale naturalezza del viaggio in quelle lande selvagge gli appariva meravigliosa, non soltanto per il fatto di vivere cose nuove, ma perché rappresentava la completa libertà di commettere errori. La natura selvaggia forniva un primo assaggio di ricompense e punizioni per le loro azioni, sagge o sciocche; le stesse azioni che ogni boscaiolo affronta quotidianamente, ma contro le quali la civiltà ha eretto mille e mille barriere. In questo senso, quei ragazzi erano " da soli". [19]

Per molti di loro l'esperienza di avventurarsi in ambienti naturali rappresentava "il loro primo e ultimo assaggio di libertà", una sfida contro sé stessi per sentirsi vivi.

[17]Paolo Cognetti, *Le otto montagne* (Milano: Einaudi, 2016).
[18] John Stuart Mill, *Saggio sulla libertà*. A cura di Giovanni Mollica. (Milano: Bompiani, 2020).
[19] Leopold, *Pensare come una montagna,* cit., pp.132-133.

Conclusione

Il percorso intrapreso in questa tesi ha preso avvio da alcuni studi in merito alla posizione dell'essere umano nell'universo, riconoscendo il valore intrinseco di ogni forma di vita e la profonda interconnessione dell'uomo con la natura. Si è riflettuto sul fatto che l'essere umano non è né superiore né separato dal resto della natura, ma parte di una rete vitale il cui equilibrio è essenziale per la nostra stessa esistenza.

Nonostante i progressi della modernità abbiano migliorato il benessere umano, esperienze di vita suggeriscono che il vero senso di pienezza e autorealizzazione si trova nella semplicità e in una vita in armonia con la natura, come suggeriscono Gandhi e il Dalai Lama. Il ritorno alla natura non solo riconcilia l'essere umano con le sue radici, ma offre spunti per una vita più autentica e significativa.

In ambito educativo, l'esperienza diretta con la natura diventa uno strumento fondamentale per lo sviluppo dell'autodisciplina, del carattere e del pensiero critico. La natura ci insegna ciclicità, crescita e rigenerazione, offrendo ai giovani l'opportunità di scoprire e coltivare il loro potenziale, le loro capacità e le loro doti innate.

Durante il mio tirocinio nella comunità per minori, ho potuto osservare come il contatto con l'ambiente e con gli altri possa trasformarsi in un potente motore di crescita. Se stimolato e coltivato, tale potenziale può diventare un'energia vitale capace di affrontare le sfide e trasformarle in opportunità di crescita. Questa forza, se alimentata, può guidare i ragazzi verso un futuro più consapevole, realizzato e orientato all'equilibrio, alla ricerca di significato e al benessere non solo individuale ma anche collettivo. Le storie di questi ragazzi, le loro riflessioni e i piccoli ma significativi cambiamenti che ho osservato hanno rafforzato la mia convinzione che un'educazione ispirata alla natura possa guidare i giovani verso un futuro più consapevole ed equilibrato.

In conclusione, con questo lavoro ho cercato di trasmettere l'energia e la passione per una vita vissuta con autenticità e consapevolezza, aperta all'esplorazione, alla crescita e alla scoperta del mondo. Il mio intento è di offrire spunti che possono ispirare i ragazzi e risvegliare il proprio "fuoco" interiore, una spinta a vivere pienamente, a coltivare il proprio potenziale e a orientarsi verso una vita autentica, sostenibile e ricca di significato,

per affrontare il futuro con consapevolezza, equilibrio e gratitudine verso il mondo che ci circonda.

Bibliografia

- Augé, Marc. *Nonluoghi*. Tradotto da Carlo Milani. Milano: Elèuthera, 2020.
- Bateson, Gregory. *Steps to an Ecology of Mind: Collected Essays in Anthropology, Psychiatry, Evolution, and Epistemology*, University of Chicago Press, 2000.
- Bauman, Zygmunt. *Modernità liquida*. Tradotto da Silvia Cappellini. Bari: Laterza, 2002.
- Bertolini, Piero, e Letizia Caronia. *Ragazzi difficili: pedagogia interpretativa e linee di intervento*. Nuova edizione aggiornata. Milano: Angeli, 2015.
- Camus, Albert. *Il mito di Sisifo*. Milano: Bompiani, 2008.
- Ceming, Katharina. *Una vita piena di senso*. Tradotto da Eliza Zocchi. Brescia: Queriniana, 2023.
- Cicerone. *De Officiis*, I, 31, 114. Milano: Einaudi, 2019. Versione eBook.
- Cognetti, Paolo. *Le otto montagne*. Milano: Einaudi, 2016.
- Dalai Lama. *Il senso dell'esistenza*. Milano: Rizzoli, 1997.
- Devall, Bill, e Sessions, George. *Deep Ecology: Living as if Nature Mattered*. Salt Lake City: Gibbs M. Smith, 1985.
- Durkheim, Emile. *Il suicidio: Studio di sociologia*. Roma: Edizioni di Comunità, 1969.
- Einstein, Albert. *Il mondo come io lo vedo*. Milano: RCS Quotidiani, 2010.
- Emerson, Ralph Waldo. *Natura: utilità, bellezza, armonia*. A cura di Igina Tattoni. Roma: Donzelli, 2017.
- Foer, Jonathan Safran. *Possiamo salvare il mondo, prima di cena: perché il clima siamo noi.* Tradotto da Milena Zemira Ciccimarra. Milano: Guanda, 2019.

- Gandhi, Arun. *Il dono della rabbia e altre lezioni di mio nonno Mahatma Gandhi*. 5. rist. Firenze: Giunti, 2019.
- Gandhi, Mohandas Karamchand. *L'arte di vivere*. Prato: Piano B, 2019.
- Garibondi, Armando. "Perché l'uomo distrugge la Natura?", *La Rivista della Natura*, 28 agosto 2019, https://rivistanatura.com/perche-luomo-distrugge-la-natura/
- Harari, Yuval Noah, *From Animals into Gods: A Brief History of Humankind*, Israel 2011; traduzione di Giuseppe Bernardi, *Sapiens. Da animali a dèi*, 9. ed. riveduta, Bompiani, Milano 2017.
- Huxley, Aldous. *Brave New World*. London: Chatto & Windus, 1932.
- Kahneman, Daniel. *Thinking, Fast and Slow.* Milano: Mondadori, 2012.
- Krakauer, Jon. *Nelle terre estreme*. Tradotto da Laura Montovani. Milano: Corbaccio, 1997.
- Leopold, Aldo. *Pensare come una montagna: A Sand County almanac*. Tradotto da Andrea Roveda. Prato: Piano B, 2023.
- Mazzamauro, Chiara. "Noi siamo ecosistema. L'ecosistema è in noi." *Il giornale dell'ambiente*, 2023. https://ilgiornaledellambiente.it/ecosistema-in-noi/
- Mill, John Stuart. *Saggio sulla libertà*. A cura di Giovanni Mollica. Milano: Bompiani, 2020.
- Mocellin, Silvia. *L'uomo senza dimensioni: spazio, tempo e cultura nella società globalizzata*. Saggi 57. Padova: Il poligrafo, 2012.
- Naess, Arne. *Ecology, Community and Lifestyle: Outline of an Ecosophy*. Cambridge: Cambridge University Press, 1989.
- Naess, Arne. *Siamo l'aria che respiriamo. Saggi di ecologia profonda*. A cura di Elisa Cavazza e Alan Drengson. Tradotto da Andrea Roveda. Prato: Piano B, 2021.
- Progetto Happiness. You tube, 2024. https://www.youtube.com/@ProgettoHappiness#:~:text=%22PROGETTO%20HAPPINESS%22%20%C3%A8%20una%20grande%20avventura%20attorno%20al

- Raimondi, Nicolò. “Carl Gustav Jung e l’eccezionale intelligenza della Natura”. *La Rivista della Natura*, 7 aprile 2017, https://rivistanatura.com/carl-gustav-jung-e-leccezionale-intelligenza-della-natura/
- Rousseau, Jean-Jacques. *Emilio o dell’educazione*. Tradotto da Andrea Potestio. Roma: Studium, 2016.
- Sen, Amartya. *Commodities and Capabilities*. Amsterdam-New York: North Holland, 1985.
- Snyder, Gary. *Nel mondo selvaggio*. Tradotto da Augusto Sabbadini (Shantena). Como: Red, 1992.
- Thoreau, Henry David. *Walden, ovvero Vita nei boschi*. A cura di Nicola Tosi. Vedano Olona: Crescere Edizioni, 2021.
- Tuiavii. *Papalagi: discorso del capo Tuiavii di Tiavea delle isole Samoa*. A cura di Matteo Guarnaccia. Viterbo: Stampa alternativa, 2013.

Sitografia

- Bertrand, Yann Arthus. *Terra. L’origine della vita- Ogni cosa è illuminata*. Video. You tube. Pubblicato il 6 luglio 2019. https://www.youtube.com/watch?v=2o8dSeE_JxA
- Bertuccio D'Angelo, Giuseppe. *Dentro la foresta amazzonica con la tribù dei Waorani*. Pubblicato da Progetto Happiness, 2024. Video. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=9k_u4T-HS5k
- Bertuccio D'Angelo, Giuseppe. *Gli uomini renna: la tribù che sopravvive a -50° tra orsi e lupi. P*ubblicato da *Progetto Happiness*, 2024. Video. You tube. https://www.youtube.com/watch?v=QIs9DCzvdIA
- Bertuccio D'Angelo, Giuseppe. *Imparare a vivere nella foresta*. Pubblicato da Progetto Happiness, 2024. Video. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=SE1fXxCbUBc
- Galimberti, Umberto. “Come scoprire il senso della vita nei momenti più dolorosi.” Video. YouTube. Pubblicato il 13 novembre 2020. https://www.youtube.com/watch?v=bsNzl7cAEuQ&t=103s
- Merini, Alda. “Il senso della vita.” Video. YouTube. Pubblicato il 6 giugno 2021. https://www.youtube.com/watch?v=vVL2t-7Obwk
- https://bigthink.com/thinking/albert-einsteins-surprising-thoughts-on-the-meaning-of-life/
- https://aforisticamente.com/frasi-del-film-into-the-wild/

- https://www.youtube.com/@ProgettoHappiness.
- https://frasix.it/2020/05/22/into-the-wild-frasi

Filmologia

- Penn, Sean, regista. *Into the Wild*. 2007. Film. Paramount Vantage.

Ringraziamenti.

Vorrei, alla fine di questo percorso, ringraziare tutti coloro che hanno contribuito alla realizzazione di questa tesi e al raggiungimento di questo traguardo.

Questa tesi non è solo un'elaborazione di concetti appresi, ma riflette pienamente la mia vita e i miei ideali, maturati attraverso gli studi e le esperienze vissute. Vi sono racchiusi i miei principi, le mie contraddizioni, la speranza e i sogni che spero un giorno, non troppo lontano, di realizzare. La scelta di questi argomenti nasce dalla mia naturale predisposizione per l'educazione, dalle esperienze che mi hanno formata e dai valori trasmessi dai miei genitori, che continuano a guidarmi.

Il mio più grande ringraziamento va alla Professoressa Silvia Mocellin, la persona che più ha lasciato il segno in questo percorso e con cui ho avuto l'immenso piacere di condividerne l'importante conclusione. La sua umanità, la sua dedizione e gli ideali che incarna mi hanno ispirato fin dal principio. Non solo mi ha guidata con pazienza, entusiasmo e fiducia, ma ha anche saputo creare una profonda connessione che ha reso possibile la stesura di questo elaborato.

Un ringraziamento speciale va alla mia famiglia, presente in ogni mio traguardo e sempre pronta a offrirmi tutto il supporto di cui ho bisogno. Se sono qui e sono quella che sono, è grazie a loro. Un grazie particolare a mia mamma, persona sensibile e forte al tempo stesso; a mio papà, incurabile entusiasta; a mio fratello, irrefrenabile sognatore; e a mia sorella, guida inconsapevole di tutti i giorni.

Un grazie ai miei amici, quelli speciali che ci sono sempre, ai compagni di avventure e a tutte le persone incontrate lungo il cammino che hanno lasciano il segno.

Grazie a tutti di cuore.