

ELLE • STORIE

*La ricerca del sacro è un'esigenza sempre
più diffusa. Ce lo racconta chi ne scrive,
chi ne fa pratica quotidiana.
E chi ci riempie i teatri.*

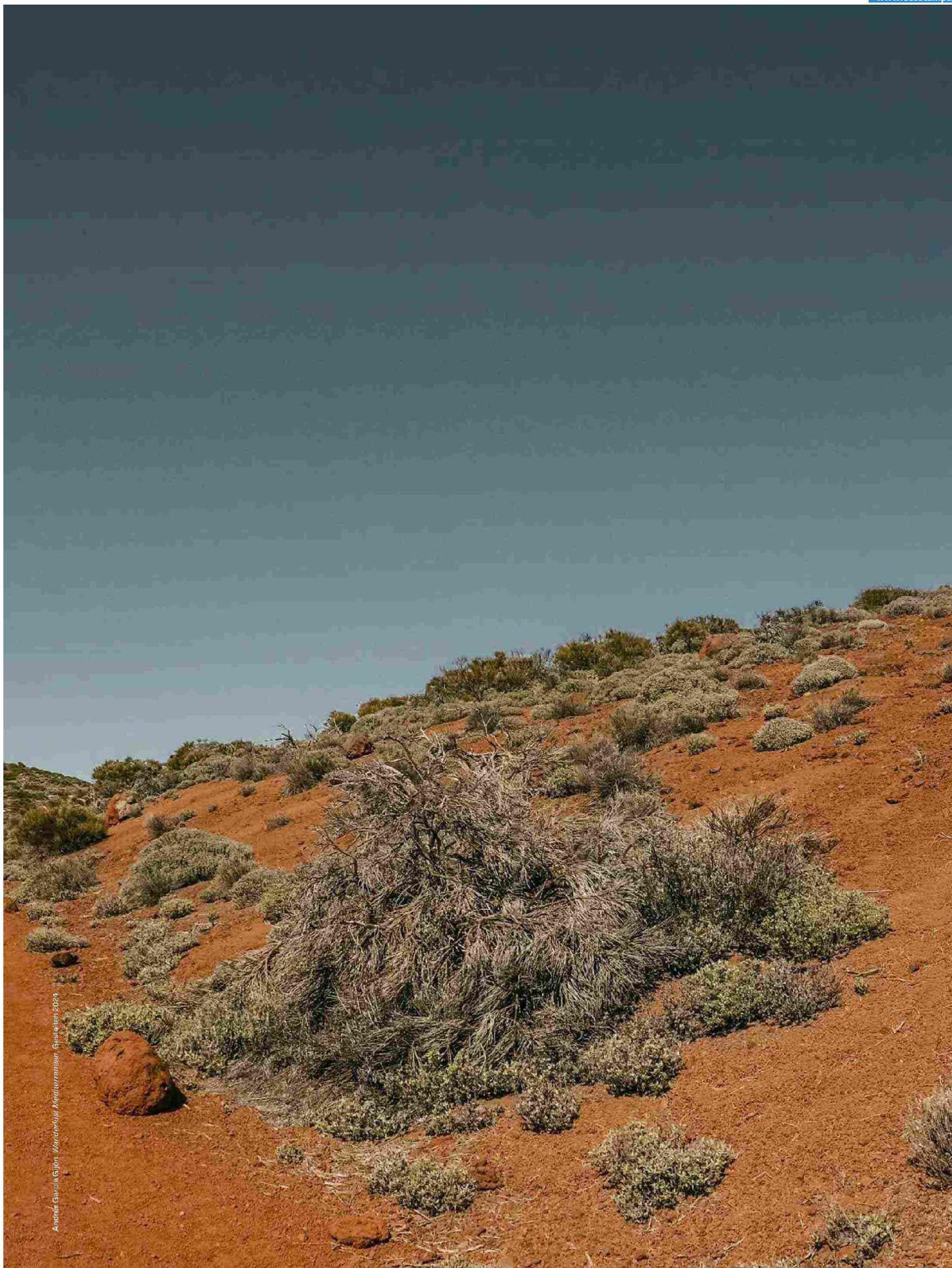
CREDO *libero*

Testo di ANNA BOGONI

INFINITO Il paesaggio ibriare di Tenerife, l'isola più grande delle Canarie, tra deserto, foreste e montagne.

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

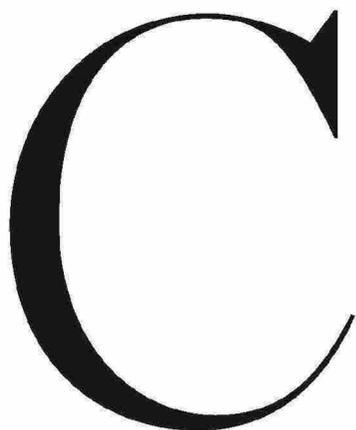
003600



Andrés Garrata Cujón, *Marrochiosus Mediterraneus*, gennaio 2024

003600

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



he viviamo in una fase di grandi incertezze politiche ed economiche, di Borse impazzite e di conflitti che non trovano risoluzione è un dato quotidiano; lo *Zeitgeist* è di grande precarietà venata q.b. da insicurezza individuale e collettiva. Ma non è solo questione di pil e del nostro potere d'acquisto in decrescita, c'è chi parla di grande smarrimento di valori e di tempi particolarmente oscuri. Tempi che, per contrappasso, attiverebbero la ricerca di risposte per comprendere l'essenza del vivere attraverso una nuova spiritualità che non può, e non vuole, essere ridotta a un unico modello. Una ricerca che spesso non cresce all'interno delle religioni confessionali, ma neppure le contesta, spesso ci convive. Non sempre è un percorso personale, in molti casi diventa una ricerca collettiva e condivisa.

«Ho scoperto che la partecipazione con altre persone, che ho chiamato "tribù", era un fattore chiave per una persona, qualsiasi fosse la sua pratica spirituale», spiega Nancy Tatom Ammerman, sociologa dell'Università di Boston, autrice di *Tribù spirituali e narrazioni del sacro. Trovare la religione nella vita quotidiana* (Franco Angeli ed.) che racconta le esperienze di 95 adulti di Boston e Atlanta. «Tra questi, pochi vivono in uno stato permanente di trascendenza; ciò che accade è spesso un senso di chiarezza o benessere, che può anche essere inquietante, perché mette in discussione le scelte di vita. I luoghi della spiritualità quotidiana, poi, possono essere ovunque, anche se le persone spesso vi riservano luoghi speciali, soprattutto nelle loro case. Altri invece cercano di "stare" nella natura per percepire la presenza di una vita che è più

grande di loro», aggiunge Ammerman. Al netto delle differenze storiche e culturali tra Italia e Stati Uniti, la ricerca americana può essere una sorta di certificazione globale di una tendenza in atto. Lo conferma l'esplosione tutta nostrana di corsi, trekking, libri, meditazioni proposte in presenza e sui social (vedi box a pagina 40) e uno per tutti il libro esperienziale di Tiziana Zubani *La seduzione dell'anima* (Wise Society ed.), un percorso dedicato a "nutrire la mente per aprire il cuore" con 4 meditazioni finali da ascoltare inquadrando il QRCode.

Abbiamo chiesto a quattro persone speciali di raccontarci la propria esperienza. Ad Antonella Lumini, eremita urbana che scrive libri e tiene corsi e seminari di spiritualità; a Lucilla Giagnoni, attrice e autrice di teatro con la *Trilogia della spiritualità*, oltre che direttrice artistica del teatro Faraggiana di Novara; e ad Alessandro Seidita e a Joshua Wahlen, registi, che hanno realizzato *Voci dal silenzio. Viaggio tra gli eremiti d'Italia* e oggi stanno lavorando al documentario *The Wonder*, in cui intervistano sette scrittrici in merito al loro atto creativo e poetico.

ANTONELLA LUMINI EREMITA URBANA E CUSTODE DEL SILENZIO

Come fare silenzio, come "spegnere" la mente e i pensieri?

Ci sono diverse tecniche, ma prima occorre praticare la sosta, cioè stare lì dove siamo per capire cosa si muove dentro di noi. La sosta nella quiete ci fa capire tutto il rumore che ci portiamo dentro. Poi arriva il silenzio che ci parla, come una voce che vuole farsi sentire.

Come si traduce nella vita quotidiana, questa pratica?

Non è un compito ma un desiderio, un richiamo universale che ci fa ritrovare un equilibrio. Poi è chiaro che siamo un tutt'uno, corpo anima e spirito, quindi prima si va a restaurare le parti più esterne, poi arriva la parte più profonda, la dimensione del mistero, dell'invisibile. Il silenzio e la meditazione ci aiutano a traghettarci verso questa dimensione misteriosa di cui abbiamo grande necessità.

Lei ha scritto di spiritualità incarnata, cosa significa?

La santità traspare dall'umanità, il cristianesimo è tutta una dimensione incarnata, con il divino che si incarna proprio

nell'umano. Più la vita è purificata, più rimanda a qualcosa di universale che è poi la misura dell'Amore, la forza di coesione del mondo. Dove c'è Amore tutto sta insieme, dove non c'è, tutto si disgrega. Noi dobbiamo diventare il segno di quell'Amore universale, è questa la mistica incarnata. Più aderiamo alla nostra autenticità più riveliamo questa presenza che governa il mondo.

Il desiderio di ricerca può convivere con la frustrazione?

Certo, c'è difficoltà e sofferenza, perché significa anche andare controcorrente. Ma poi io vedo trasformazioni grandi nelle persone. Le scoperte che scaturiscono dall'esperienza interiore sono come rivelazioni e tu cominci a vedere il mondo e la tua vita in un altro modo.

L'obiettivo è raggiungere la felicità?

No, la beatitudine che scaturisce dall'incontro con quel mistero. E più c'è beatitudine più c'è la possibilità di sopportare il dolore e non fuggirlo. Da quel senso di appartenenza a Dio, a un universale che trascende ma ti contiene, riesci a sopportare il peso e la sofferenza di tutti i giorni in un altro modo. Si crea quel distacco prodotto dallo spirito che dà quella risorsa in più che ti permette di guardare con maggiore distanza le cose senza farsi travolgere. È un cammino che si impara solo facendolo, attraverso l'esperienza diretta.

Un consiglio a chi inizia a provare questo desiderio di spiritualità?

Di ascoltarlo, di metterlo al primo posto perché oggi ce n'è bisogno e il tempo lo chiede, anche in nome delle nuove generazioni.

LUCILLA GIAGNONI ATTRICE, AUTRICE E DIRETTRICE ARTISTICA

Qual è stato il suo incontro con la spiritualità?

Vengo da posizioni atee ma attraverso la poesia di Dante sono partita per una ricerca che mi ha aperto la strada alla spiritualità con il mio primo spettacolo *Vergine madre*, nato nei giorni successivi alla caduta delle torri gemelle: avevo l'esigenza di trovare una strada di salvezza e parole di bellezza per uscire dall'inferno. La poesia e l'arte mi hanno aperto la porta a un sentire che mi apparteneva già, ma che adesso capivo che mi trascendeva perché aveva a che fare con qualcosa di più grande. Nel 2001 ero la prima sperimentatrice

"Più la vita è purificata, più rimanda a qualcosa di universale che è poi la misura dell'Amore, la forza di coesione del mondo. Dove c'è Amore tutto sta insieme, dove non c'è, tutto si disgrega"



FUORI DAL MONDO Il sentiero del Sinai, in Egitto, attraversa un deserto in alta quota con canyon colorati, oasi verdeggianti e montagne sacre.

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

003600

ELLE • STORIE

che portava queste tematiche in teatro, luogo di grande laicità.

E il pubblico come ha reagito?

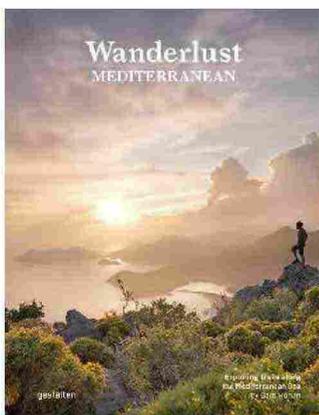
Per 10 anni ho vissuto come un pilota. Ho inventato un nuovo pubblico, ho inventato un nuovo mercato, anche se è difficile parlare di mercato e spiritualità, ma per un artista il mercato è la possibilità di avere un dialogo con qualcuno. Così sono andata anche nelle chiese, persino in posti sperduti, ho abitato spazi inusuali per il teatro, ma che erano invece gli spazi privilegiati della spiritualità. Facevo dialogare scienza, letteratura, arte e spiritualità, linguaggi diversi fino a trovare la mia voce, la mia vocazione: fondere questi linguaggi e trovare punti di unione.

C'è il rischio o la possibilità di diventare un guru, una guaritrice?

Sì, è anche il *nomen omen*: sono Lucilla. Mi dicono che porto luce, mi attribuiscono doti taumaturgiche. In realtà è meraviglioso quello che avviene nel momento teatrale: è l'arte in sé che ha la capacità di elevarti a una condizione di sensibilità espansa, a una dimensione sovrasensibile ma anche immanente dentro di noi.

Nella quotidianità come vive la sua spiritualità?

Vado a correre e in mezzo alla natura scrivo i miei spettacoli. Mentre corro ascolto i miei riferimenti poetici e culturali e mi vengono immagini, intuizioni, collegamenti. Per dire quanto la spiritualità è incarnata, tutto ciò avviene nell'atto fisico della fatica immersa nella natura.



ESPLORAZIONI Le immagini di questo articolo sono tratte dal libro *Wanderlust Mediterranean*, un itinerario dei paesaggi più suggestivi e meditativi del Mediterraneo (Gestalten ed.).



INCANTO Il lago color smeraldo di Škrčko nel cuore del Durmitor, in Montenegro.

**ALESSANDRO SEIDITA
E JOSHUA WAHLEN
REGISTI E RICERCATORI**

Cos'è per voi la ricerca spirituale?

Non è qualcosa di astratto ma un modo di navigare nell'esistenza. Non è un obiettivo, ma un atteggiamento: ogni istante del quotidiano si fa materia vibrante; l'esperienza stessa è sacra se la osserviamo con la giusta attitudine.

Cosa vi siete portati a casa dall'esperienza del progetto dedicato agli eremiti?

Che il silenzio è il più potente dei maestri. Non quello imposto o sofferto, ma il silenzio che accoglie, che espande, che apre varchi verso dimensioni più grandi. Nel silenzio scopriamo una visione più profonda di noi stessi, una connessione più intima con il tutto.

Perché la scelta di concentrarsi sulle donne in *The Wonder*?

Per il ruolo che hanno avuto e hanno nella rielaborazione del mondo interiore e della vita quotidiana. Ci hanno parlato di una scrittura come gesto prezioso e privilegiato che cerca di stabilire un legame, di riconnettersi con il mistero e la sacralità della vita.

Quando avremo la possibilità di vedere *The Wonder* nella sua interezza?

L'uscita è prevista per settembre. Seguiamo un iter produttivo insolito per il cinema: i nostri lavori sono resi possibili grazie al supporto di una comunità che partecipa alle nostre campagne prenotando in anticipo la visione su *produzionedalbasso.com*.

— IL SACRO FA SOLD OUT

Se prima erano solo i comici a fare sold out con i propri monologhi, ora filosofi, psichiatri e psicoanalisti riescono a riempire teatri con conferenze affollatissime e biglietti non proprio economici, pari al costo di uno spettacolo tradizionale. Massimo Recalcati ha appena terminato il tour *Scena da un matrimonio* con un successo senza precedenti e a settembre sarà a Verona con la conferenza *A scuola di meraviglia*. Il filosofo Umberto Galimberti ha incantato il pubblico al teatro Colosseo di Torino (uno spazio da 1.500 posti!) e il 3 maggio parlerà a Brindisi sull'*Illusione della libertà*, mentre lo psichiatra Paolo Crepet, forte del tutto esaurito al teatro Arcimboldi di Milano, a maggio porterà al pubblico la lectio magistralis *Mordere il cielo*. Durante l'estate percorrerà poi la penisola con il suo tour *Il reato di pensare* (ticketone.it). Il bisogno di capire il senso della propria vita, di farsi domande complesse, di andare al di là dei problemi di tutti i giorni, del lavoro, delle piccole e grandi incombenze da portare avanti è confermato dai video culturali su YouTube, dove spopolano personaggi come Matteo Saudino, professore di filosofia, noto ai più come BarbaSophia: il suo pubblico non è formato solo da studenti liceali alle prese con la metafisica di Kant, ma da professionisti, impiegati e tanti appassionati incantati dalla sua dialettica. Altrettanto apprezzati i video delle conferenze spirituali su temi come la fede o il senso del divino del teologo Vito Mancuso, sempre su YouTube. A fine settembre tornerà infine l'appuntamento con *Torino spiritualità*, che ogni anno riscontra un incredibile successo.

— ISABELLA LECHI

“Il silenzio è il più potente dei maestri. Non è quello imposto o sofferto, ma quello che accoglie, che espande, che apre varchi verso dimensioni più grandi. Scopriamo così una connessione più intima con il tutto”

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Freya Müller, Wanderlust Mediterranean, Gestalten 2024

003600