

PANDEMIA, NON CHIAMATELA PIÙ GUERRA

Se la cura o *welfare* «è ascolto, adozione di una visione olistica», la guerra o *warfare* «è affermazione sull'altro a qualsiasi costo, espropriazione». È il punto di vista scelto dalla sociologa Fatima Farina per analizzare «radici e ombre della metafora bellica» usata per definire la situazione sociale innescata dal Covid-19. Curatrice del volume *Siamo in guerra. L'anno che per poterci curare non andammo da nessuna parte*, pubblicato da Mimesis (pp. 208, € 16), l'autrice ha approfondito insieme a un gruppo di laureande all'Università di Urbino «l'insostenibile pesantezza» del vissuto pandemico e del linguaggio per raccontarlo, a partire dalle «vite delle persone, messe a valore o scartate se inutilmente improduttive, sono le vene scoperte dalla pandemia. Persone malate e persone morte in solitudine, una tragedia di immani proporzioni che l'essere in guerra rende, se non accettabile, comprensibile. Una guerra teletrasmessa, a



cui si assiste da spettatori inermi e responsabili. La casa è la trincea?». E se la solidarietà resta salvifica, «mal si concilia con lo stato di guerra in cui il nemico è l'altro, portatore di contagio o contagiabile». Un saggio prezioso per comprendere che «il ricorso alla guerra è una reazione scomposta, ma la guarigione richiede equilibrio e controllo». (LB)

nariosanita@gmail.com, chi si è cimentato in versi poetici o in disegni, come Giovanna Degni, infermiera all'ospedale milanese San Carlo, che ha inventato il personaggio femminile di Alma (in spagnolo significa anima) e con l'hashtag #leparoledialma pubblica profonde riflessioni come questa: «**Gli abbracci sono opportunità che questo periodo di pandemia ci ha negato.** Sono guarigione. Leniscono ira, rabbia, brutti pensieri. Alleggeriscono la mente critica, mente che mente. Abbracci che donano forza, energia, buon umore. Mai avremmo potuto pensare che potessero essere pericolosi. Nulla però può

fermare il potere energetico di essi, nulla può abbassare le frequenze vibrazionali se in quegli abbracci c'immergiamo anche solo con il cuore, in accoglienza. Gli abbracci sono dialogo, comunicazione silente, sono pace e accettazione. L'abbraccio è un bel paesaggio naturale sito dentro ognuno di noi».

Con il trascorrere dei mesi il gruppo **ha cominciato a organizzare dirette formative con esperti che condividevano le loro esperienze su un'emozione** (empatia, gentilezza, tanto per citarne alcune) e a proporre rubriche come «Lo zainetto del benessere», che include «strumenti di autocura come respiro consapevole, *coaching*, *mindfulness*, tecniche teatrali», spiega Titti. Agli infermieri si è unita la filosofa e formatrice manageriale Azzurra Maria Sorbi, da qualche mese in libreria con *Storie senza fine* (Il Ciliegio edizioni) scritto a quattro mani con Enza Eleonora Trocino: «In pieno lockdown, ho sentito il bisogno di scrivere le storie di 29 personaggi noti e non che possono diventare di ispirazione nelle più diverse fasi della vita». A novembre scorso Azzurra ha conosciuto un'infermiera dell'Emozionario a un master di medicina narrativa: «**Mi sono incuriosita e sono andata a leggere i post del gruppo su Facebook.** Mi piaceva lo stile e così ho scritto su Messenger che volevo mettere a disposizione le mie competenze, anche se finora sono l'unica che non ha una formazione prettamente sanitaria». Proprio in quel periodo l'Emozionario «si stava trasformando da gruppo di auto-aiuto a realtà aperta verso l'esterno». Per Titti e le altre è cruciale «tessere una rete di formazione» per «prenderci cura di chi si prende cura». —

