

LIBRI

MANUELA BARBAROSSA
ALBERTO GIANNELLI
MARIAFONSA FONTANA SARTORIO
LUCI E OMBRE
DELLA SOLITUDINE
MIMESIS



**Luci e ombre
della solitudine**
Barbarossa,
Giannelli, Fontana
Mimesis
P.128;E12,00

Essere soli è diverso dall'essere isolati

Di solitudine (e soprattutto delle strategie per evitarla) si parla spesso senza rendersi conto che di questo stato dell'essere si conosce ben poco. La moderna società occidentale tende a considerare l'individuo in relazione alla collettività, e quindi a definire problematica la condizione di chi non rientra in quest'ottica. In questo modo tuttavia si confonde la solitudine con l'isolamento, due situazioni ben diverse: infatti molte persone si sentono sole anche se oggettivamente non lo sono e al contrario altre percepiscono questo stato come desiderabile e ne apprezzano la conseguente libertà. Il senso di solitudine è simbolicamente collegato alla paura dell'abbandono e della separazione sperimentati già nell'infanzia, e già questo ne spiega la connotazione negativa. La psicoanalista Manuela Barbarossa, con lo psichiatra Alberto Giannelli e la psicoterapeuta Mariafonsa Fontana Sartorio analizzano i diversi aspetti della solitudine mettendone in luce le potenzialità (nella storia ampiamente dimostrate da artisti e creativi) e gli elementi patologici e di sofferenza. Uno spunto di riflessione poi viene dal sonno, l'unico momento in cui nel nostro mondo iperconnesso si è davvero soli, ed è proprio questa fase di isolamento e silenzio che rende possibile l'attività onirica così importante per l'equilibrio mentale. Vista in una prospettiva globale l'esperienza interiore della solitudine diventa parte del percorso esistenziale, comprenderne il significato e non temerla aiuta anche nei rapporti con gli altri.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

120634