

Aprire alla “lotta interiore”. Estensioni della parola “agonismo” per *crescer d’anima*

Cosimo Costa

Abstract

Partendo dal presupposto che spesso inquadra e direziona l’agonismo in una sola dimensione quale quella dello sport, ma anche dell’economia, dell’arte, della politica e della religione, nel presente contributo, dopo una particolare considerazione delle “forze originarie” che si annidano nell’*essere* dell’uomo e una breve analisi delle varie estensioni di significato della parola *agón* si aprirà al senso di *educabilità* al fine di ridire il fenomeno agonistico non più e solo come momento per “superare l’altro” ma soprattutto come “lotta interiore” per *crescer d’anima*.

Parole chiave: Legge di natura; Agonismo; Educabilità; Ascolto; Relazione; Esercizio

Starting from the assumption that competition is quite often only perceived as a dimension of sports, economy, arts, politics or religion and after a particular consideration of the “original forces” that exist in every man’s *being* and a brief analysis of the various meanings of the word *agón*, this contribution opens up to the sense of *educability* in order to re-define competition not only as a moment of “fighting the other” but first of all as an “inner struggle” with the purpose to grow one’s soul.

Keywords: Law of nature; Race training; educability; Listen; Report; Exercise

«L’arte del vivere somiglia più a quella della lotta che della danza»
Marco Aurelio

1. Introduzione

In un suo recente saggio, e in maniera abbastanza decisa, Bruno Ballardini scrive:

Se oggi lo sport è diventato eccessivamente formalizzato, cristallizzato e

grottescamente serio, è perché ha perso definitivamente il suo spirito ludico sostituendolo con uno sterile ed esasperato agonismo. A causa di questa deformazione, la sua unica finalità oggi è la vittoria. Di conseguenza, l'unica cosa che conti nella vita di milioni di persone influenzate dal Grande Gioco è vincere o sentirsi vincitori. Ma questo ha un carattere distruttivo ed è esattamente l'antitesi del gioco: questo è guerra¹.

Le parole dell'autore spingono la riflessione circa l'agonismo a vari interrogativi ma soprattutto danno la possibilità di porci su diversi piani di analisi.

Nell'orizzonte pedagogico del filosofare sull'educativo² ciò che maggiormente interessa sono le radici profonde dell'aggettivazione «sterile ed esasperato»; e necessaria conseguenza la comprensione esistenziale di come il «sentirsi vincitori» spesso diviene «antitesi del gioco» per trasformarsi in «distruzione» e «guerra».

A tal fine l'indagine che seguirà comporterà l'elaborazione di una breve osservazione socio-antropologica, volta a cogliere, nel suo fondamento metafisico, la dimensione vitale del soggetto. Il passaggio troverà di conseguenza una sua legittimità nel considerare l'essere dell'uomo come l'esplicitarsi di più possibilità, in cui da una parte privilegiare il *sapere* intorno ad esso, quindi le sue leggi rigorose e meravigliose, e dall'altra mirare al costituirsi di una dialettica costantemente alimentata dalla simbiosi tra il sapere e il suo *modo di essere*. Sarà grazie a tale “nota” che si potrà aprire al “sentimento umano” quindi ad un'osservazione profonda delle “forze originarie” che si annidano nell'essere, per procedere in ultima battuta con i tanti e importanti significati assegnati dall'etimologia al termine *agón* in grado di aprire ad una “lotta interiore” e ad un “esercizio etico” intesi come momenti di “misura” per «crescer d'anima»³.

2. Una legge di natura

In un mondo quale quello in cui viviamo provare un senso di disorientamento è ormai facile. Il dissolvimento non risparmia niente e nessuno e la vita sembra poter mutare da un momento all'altro. Il Sacro lascia spazio all'Immediato, l'autenticità diviene imitazione, la cura per l'altro si trasforma in vanità. Ma lo sappiamo bene: si

¹ B. Ballardini, *Contro lo sport (a favore dell'ozio)*, Baldini & Castoldi, Milano 2016, p. 64.

² Devo la lezione del “filosofare sull'educativo” a Edda Ducci. Esso non può considerarsi come un generico settore accademico; piuttosto, preso nella sua accezione primaria, dovrebbe intendersi come un “amore sapienziale” verso un oggetto vastissimo e variegato qual è l'uomo. Esso pertanto riguarda chi è immerso concretamente nella realtà educativa o si sente coscientemente in essa, chi si “ferma” a riflettere, chi non è distratto da esiti positivi o negativi, chi è consapevole di una personale ignoranza circa la *specificità* che porta in sé, cfr. E. Ducci, *Filosofare sull'educativo*, in Ead. (a cura di), *Preoccuparsi dell'educativo*, Anicia, Roma 2002, p. 8.

³ Il riferimento poetico va al titolo della raccolta di poesie di B. Fattori: *Crescer d'anima. Poesie dello sport*, Vallerini, Pisa 1983.

tratta del tempo della complessità, della società liquida, dell'uomo senza volto⁴. Cosa chiedere se non che il navigare nell'inautentico, nel meccanico, nelle false credenze?. Chi non si imbarca è morto, ma chi si imbarca senza portare nulla con sé non sopravvive a lungo. Non sopravvive all'eterna competizione, alla continua lotta che non dice della sopravvivenza o della conservazione ma di una *performance* in cui il "rendimento" deve essere maggiore e migliore, al fine di potersi convincere che domani si sarà di "più" rispetto a quello che si è al momento⁵.

Gli esempi di situazioni, momenti e figure di quanto si sta affermando sono tanti; riportarli altro non significherebbe che entrare nell'inutilità della descrizione. In fondo, ogni singolo esempio restituirebbe il senso di una vita intera come di un immenso accumulo di competenze in cui il "più forte" è colui che prevale. La prospettiva sembra non poter andare oltre a quanto si sta affermando, e per dirla con il recanatese il "pessimismo" che di nero tinge la "natura", prevale.

Il pensiero va alla versione di quegli uomini che vissero questo "misterioso ritorno". Ed ecco le parole dell'Ateniese: «Noi crediamo che per legge di natura chi è più forte comandi: che questo lo faccia la divinità lo crediamo per convinzione, che lo facciano gli uomini, lo crediamo perché evidente»⁶; o l'affermazione di Callicle: «il più forte è destinato ad avere di più (*pleon echein*) del più debole»⁷; o anche quella di Trasimaco – «il giusto non è altro se non l'utile del più forte»⁸ – in cui l'edificante relazione cede il passo alla "forza", come per Gige che servo di un sovrano, con un anello magico, sedusse la moglie del re, lo uccise e gli portò via il potere⁹. Dai ritorni, o meglio dai "rimbombi", s'intuisce la necessaria "nota metafisica". La dimensione sensibile rimanda infatti alla conoscenza profonda dell'*essere* per comprenderlo nella sua essenza spirituale, coglierlo nei suoi impulsi, orientarlo all'immortalità del suo spirito. Ed ecco che la legge "necessaria" dell'Ateniese, di Trasimaco, di Callicle, si trasforma in "stato di natura" che precede qualsiasi regolamentazione etica e politica, fondata su una "naturale propensione" dell'essere alla violenza, su una dinamica universale di "sopraffazione", timbrando il vissuto come un continuo e cruento gioco di forze che pensa l'utilità come la strategia più sensata. La vita diviene un eterno teatro le cui maschere cambiano al

⁴ Sono tanti gli autori del postmoderno che enfatizzano tali prospettive. Cfr. P. Ricoeur, *Dell'interpretazione. Saggio su Freud* (1965), tr. it. di E. Renzi, Il Saggiatore, Milano 1967; J.-P. Sartre, *L'essere e il nulla* (1943), tr. it. di G. Del Bo, Il Saggiatore, Milano 1965; M. Foucault, *Le parole e le cose. Un'archeologia delle scienze umane* (1966), tr. it. di E. Panaitescu, Rizzoli, Milano 1967; M. Heidegger, *Che cosa significa pensare* (1954), tr. it. di U.M. Ugazio, Sugarco, Milano 1978; oltre che pensatori a noi più vicini quali Z. Bauman, *Modernità liquida* (2000), tr. it. di S. Minucci, Laterza, Roma-Bari 2002; M. Ceruti, *Il tempo della complessità*, Raffaello Cortina, Milano 2018.

⁵ Cfr. M. Gancitano, A. Colamedici, *La società della performance. Come uscire dalla caverna*, Edizioni Tlon, Roma 2019.

⁶ Tucidide, *La guerra del Peloponneso*, V, § 105, 2.

⁷ Platone, *Gorgia*, 483b-d, in cui notare la necessità della *pleonexia* quasi come imposizione della natura.

⁸ Platone, *Repubblica*, I, 348c.

⁹ Ivi, 359c ss.

cambiar delle scene: con i più deboli la maschera del duro, con i più forti quella del simpatico, con i sentimentali quella del galante, con la cultura quella dell'appassionato e a volte del devoto.

Verità, giustizia, sincerità? Ideali che non irrobustiscono. Meglio accorti stratagemmi, tattiche sperimentate per poter essere più forti. Le figure della storia e i suoi passaggi lo confermano. Come per Callicle, la natura è forza, competizione, guerra, *struggle for life* per un richiamo a *L'origine della specie* di Darwin. E la morale? «[Togliersi il gusto di tutto ciò di cui viene voglia] non è possibile ai più, perciò essi [...] esaltano la temperanza e la giustizia, ma è solo a causa della loro mancanza di virilità»¹⁰. Molti secoli dopo Friedrich Nietzsche scriverà: «nella morale ha inizio la rivolta degli schiavi»¹¹. L'essere dell'uomo si muove con una logica “al di là del bene e del male” in cui la morale altro non è che una lotta per l'affermazione, non la ricerca di un bene o giustizia in sé. La forza allora apparterrà all'uomo che meglio adempirà alla realizzazione del proprio essere. Realizzazione che di certo non sarà sempre violenta o ingiusta. Anzi, molte volte sarà corretta, persino generosa, ma altre volte vorrà imperversare come la furia degli elementi naturali.

Sembra che per cambiare, orientare o rettificare la propria vita, l'uomo si sia incamminato verso ciò che è al di là di sé, misurando erroneamente la sua azione con un termine di paragone più elevato per cercare una verità impossibile nella sua povera azione. Una verità illusoria, simile alle ombre della “caverna”, in cui il soggetto manca della giusta «estranità interiore»¹². E si sa bene, quando il “riferimento” manca, l'orizzonte della propria condizione diviene invalicabile visto che il tentativo di pervenire al fondo facilmente si conclude in autogiustificazione.

Siamo di fronte alla condizione di un “soggettivismo” che scaglia l'essere in una solitudine tremenda, lontana da legami, per porlo in un “individualismo” che lo restituisce povero nelle motivazioni, lo confonde e lo accresce nell'immediato godimento, rendendolo «duro, ambizioso, meschino»¹³, incapace di comprendere che bisogna lottare con se stessi prima di lottare con gli altri.

3. *Agón o dell'agonismo: estensioni di significato*

Una “legge di natura” che trova una sua particolare dialettica nel fenomeno dell'agonismo, spesso frainteso e declinato in una sola direzione, quale può essere quella dello sport ma anche dell'economia, dell'arte, della politica e della religione, in grado di «condurre il soggetto verso un'aggressività distruttiva e feroce che prelude a

¹⁰ Platone, *Gorgia*, 492 a.

¹¹ Nietzsche, *Genealogia della morale* (1887), vol. VI, t. II, tr. it. di F. Masini, Adelphi, Milano 1972, p. 235.

¹² A. Rigobello, *Oltre il trascendentale*, Fondazione Ugo spirito, Roma 1994, pp. 66-68.

¹³ Cfr. S. Kierkegaard, *Atti dell'amore*, Bompiani, Milano 2003.

un senso di frustrazione»¹⁴.

Per comprendere e insieme approfondire la questione penso che il primo passo da compiere sia quello di cogliere le varie estensioni di significato della parola agonismo dal sostantivo greco *agón*.

Già in Omero, senso primo del termine è assemblea (*ágheine*)¹⁵, solo per estensione passa ad indicare il luogo in cui avviene la riunione significando così anche campo, arena. Frequente è anche il significato di «riunione per i giochi, gara, competizione». Forse proprio il fatto che nelle assemblee ci fossero dei contrasti ha fatto sì che il termine significasse anche «dibattito, contesa» e infine che si specializzasse nell'ambito giuridico col significato di «processo». Connessi con *agón* sono quindi il verbo *agōnízomai*, il sostantivo *agōnisma* e l'aggettivo *enagōnios*. Anche per questi si riscontra un ampio spettro semantico: il significato del verbo *agōnízomai* può variare da «gareggiare, lottare», al significato giuridico di «discutere [una causa]» e a quello teatrale di «recitare, rappresentare»; il sostantivo *agōnisma* che significa «contesa, lotta», indica anche il premio dato al vincitore; l'aggettivo *enagōnios* può invece significare sia «da combattimento», sia «protettore di gare o giochi».

Da quanto si nota, il comune ambito semantico è sempre la lotta per un premio nei giochi, in tribunale o in una rappresentazione teatrale¹⁶. Agonismo pertanto potrà intendersi come lotta contro l'altro, competizione con l'altro, ma anche e per estensione come «lotta interiore», come vittoria o fallimento contro se stessi. In fondo, la lotta è quella che ciascuno combatte fin dall'infanzia con se stesso, al fine di costruire se stesso, confrontandosi con il mondo, con l'obbligo di sottomissione ad una dura disciplina, fatta di doveri, codici, modi di sentire e pensare. Il punto è però sempre la vittoria o il fallimento, mai completi e definitivi, implicanti un'aspra opposizione in grado di «dividere la volontà». Una guerra civile dell'animo, di un io diviso che afferma e nega una particolare scelta. È per questo che ogni uomo porta in sé le ferite del conflitto, e tenta di essere testimone, per dirla con Fedra, che non si vuole ciò che si vuole¹⁷, o con le parole di san Paolo che il bene che si vuole non si fa, ma si fa il male che non si vorrebbe¹⁸. In Fedra, nonostante la sconfitta della volontà, non c'è remissione; e in San Paolo la volontà umana non basta, c'è bisogno della grazia divina per uscire dalla contraddizione. Ed ecco che se la sconfitta non si supera in saggezza, si entra nella stanchezza della lotta, nel rischio di logorarsi, di perdersi, di avvertire la tentazione di lasciarsi andare, di abbandonare l'arena, di cedere all'irresponsabilità, alle seduzioni della nostalgia o

¹⁴ S. Bellantonio, *L'altra faccia della medaglia. L'agonismo secondo la prospettiva della pedagogia dello sport*, in «Formazione & Insegnamento», XVI, 1 (2018), pp. 78-79.

¹⁵ Un significato che si riscontra in Omero: «assemblea degli dei» (*Iliade*, 7, 298) e un «gruppo di navi» (*Iliade*, 16, 239).

¹⁶ Cfr. Aristofane, *Rane*; Sofocle, *Antigone*.

¹⁷ Seneca, *Fedra*, v. 604.

¹⁸ Paolo (san), *Lettera ai Romani*, 7, 17.

peggio della cattiva Eris, «demone alato» e «figlia della notte»¹⁹ che porta all'annientamento reciproco, rompe ogni limite per far trionfare l'ambizione smisurata, la mediocrità, l'insignificanza dell'altro²⁰, l'«invidia» secondo Aristotele²¹. L'uomo sconfitto che non legge nella lotta la competizione con se stesso e nel fallimento la sua misura è lo «schiavo» che ha una sola cosa: «un grande orecchio, o un grande occhio, un gran naso»²².

Si arriva al significato profondo di agonismo che facilmente richiama l'altro volto di Eris. Il volto che spinge l'uomo a migliorarsi, a trovare una misura, a combattere in competizione per distaccarsi dalla natura istintuale, per trovare condotte meno riprovevoli, per aprire a virtù e valori. Ma così come si è accennato, oggi la sfida a combattere contro se stessi è spesso travisata, per modellarsi su un paradigma quale quello della metafora sportiva o della «corsa» nei diversi campi della vita. Un paradigma che il passato ha declinato in modi sostanzialmente diversi da quelli odierni. San Paolo, rivolgendosi ai Corinzi, parla di corsa per conseguire l'Eterno: «Io [...] corro, ma non come chi è senza meta; faccio il pugilato, ma non come chi batte l'aria, anzi tratto duramente il mio corpo e lo trascino in schiavitù perché non succeda che dopo avere predicato agli altri, venga io stesso squalificato»²³; e Thomas Hobbes per primeggiare il mondo, per entrare «felicitemente» nella *con-correnza*: «guardare quelli che stanno dietro è gloria, guardare quelli che stanno davanti è nobiltà, il perdere terreno per guardarsi indietro è vanagloria, essere superato continuamente è infelicità, superare continuamente chi ci sta davanti è felicità, abbandonare la pista è morire»²⁴. Nei due l'avversario è il proprio essere. Una visione «competitiva» dell'esistenza del singolo che oggi trova senso nel conseguimento di soldi, della carriera, della fama, del prestigio²⁵.

Il da farsi è dunque chiaro: liberarsi dal considerare l'agonismo come esclusiva caratteristica dello sport, o delle tante occasioni di sfida presenti nel sociale²⁶, per riprenderlo nel suo significato primo, come «lotta per la vita» in cui accanto alla *pleonexia* esiste un'etica dell'altruismo, una volontà di pace; in cui la possibile sconfitta diviene passaggio per risalire verso il «sole», per «crescer d'anima». E l'interpretazione di autori quali Hadot con i suoi «esercizi spirituali»,

¹⁹ Omero, *Iliade*, IV, 440 ss.

²⁰ F. Nietzsche, *Lo stato dei greci-L'Agone omerico*, Edizioni di AR, Avellino 2006.

²¹ Cfr. Aristotele, *Retorica*, II.

²² F. Nietzsche, *Così parlò Zarathustra*, BUR, Milano 1985, *Della redenzione*, pp. 160-165.

²³ Paolo (san), *Lettera ai Corinzi*, 9, 24-27.

²⁴ T. Hobbes, *Elementi di legge naturale e politica* (1650), tr. it. di A. Pacchi, Sansoni, Milano 2004, pp. 75-76.

²⁵ Ritorna il messaggio del vecchio Socrate: «Ottimo uomo, non ti vergogni di occuparti delle ricchezze per guadagnare il più possibile [...], e invece non ti occupi e non ti dai pensiero della saggezza, della verità e della tua anima?», Platone, *Apologia di Socrate*, 29de.

²⁶ Cfr. N. Elias-E. Dunning, *Sport e aggressività*, il Mulino, Bologna 1989.

Foucault con la “cura del sé”, Sloterdijk con “la necessità di cambiare vita”²⁷ lo confermano: nella lotta l’io fallito, divenuto fragile, indifeso e spesso narcisistico ha bisogno di una resilienza in grado di farlo tornare all’autorità che gli appartiene.

4. *Aprire all’educabilità per esercitarsi a vivere*

La questione di significato appena precisata se rimandata allo sport – paradigma primo in cui il fenomeno agonistico spesso viene ridotto e frainteso – richiede necessariamente un breve richiamo, almeno iniziale, a Platone che in un passo della *Repubblica* afferma: «i giovani devono essere allevati nella ginnastica» ma anche in questa «educati con cura» perché di certo «un corpo in buona forma non rende buona l’anima ma un’anima buona, per la sua stessa virtù, può perfezionare il corpo in misura straordinaria»²⁸. Lo sport è inteso dal filosofo come espediente mediante cui giungere, per dirla con Fabrizio Ravaglioli, all’«eterno delle forze mitiche più arcaiche». Esso pertanto, opportunamente filtrato dall’implicazione etica dell’*ἐπιμέλεια*²⁹, sarà in grado di svolgere «una funzione insostituibile di alleviamento del disagio della civiltà»³⁰, capace di presentare «l’integrità della persona come corpo, anima e spirito», far «considerare la vita come esercizio di perfezionamento ascetico e la formazione stessa come un infinito viaggio interiore»³¹. Dire sport equivale quindi a dire “mezzo”. Mezzo attraverso cui educare alla “competizione” con se

²⁷ Cfr. P. Hadot, *Esercizi spirituali e filosofia antica* (1981), tr. it. di A.M. Marietti e A. Taglia, Einaudi, Torino 2002; M. Foucault, *La cura di sé* (1984), tr. it. di L. Guarino, Feltrinelli, Milano 1985; P. Sloterdijk, *Devi cambiare la tua vita* (2009), tr. it. di S. Franchini, Raffaello Cortina, Milano 2010.

²⁸ Platone, *Repubblica*, III, 403c. Sulla dimensione anima/corpo nello sport mi permetto di rimandare a un mio lavoro: *Note di paideia platonica per formare allo sport*, in «Pedagogia e Vita», 75, 1 (2017), pp. 130-140.

²⁹ In questo concetto, salute equivale a fonte di valore oltre che ad esercizio di misura e di azione per l’accettazione del proprio Io, cfr. A. Rigobello, *Epimeleia cura dell’anima e del copro*, in G. Sorigi (a cura di), *Ripensare lo sport. Per una filosofia del fenomeno sportivo*, Guaraldi, Rimini 2010, p. 164-165.

³⁰ F. Ravaglioli, *Filosofia dello sport*, Armando, Roma, 1990, ristampa a cura di P. Palmieri con il titolo *La filosofia dello sport*, Armando, Roma 2015. Si ricorda come nel 1960 un altro pedagogista, Luigi Volpicelli, in un libro dal titolo *Industrialismo e sport (antisportivo)* intese lo sport, a causa della sua intrinseca natura competitiva ed i valori estrinseci che gli venivano attribuiti dalla società (denaro, successo, potere), come diseducativo. Secondo l’autore, esso poteva ritenersi educativo solo se ripensato come antisportivo, quindi in modo opposto rispetto alla sua natura conflittuale ed al concetto di competizione che ne definiva l’essenza.

³¹ R. Regni, *La grande bellezza dello sport. Educazione e cultura sportiva*, in «Pedagogia e Vita», 75, 1 (2017), pp. 119, 115. È interessante notare ciò che evidenzia Ortega y Gasset. Il filosofo spagnolo considera lo sport alla base della cultura umana, della conversazione e della poesia, facendo risalire all’espressione «de portu» ed al verbo *deportar*, a cui rimanda etimologicamente il concetto di sport, la spiegazione della sua teoria, *Dos prólogos: a un tratado de montería, a una historia de la filosofía* (1944). Quello di Ortega è un concetto che Johan Huizinga estende all’origine ludico-sportiva della cultura umana, *Homo ludens*.

stessi, alla lotta con se stessi, alla misura attraverso cui cogliere la propria “forza energetica” nel suo genuino divenire.

Sono necessarie a tal punto le parole di Aristotele: «ciò che muta, [...] è la *materia*; ciò a cui il mutamento tende è la *forma*»³². Per lo Stagirita “forza” è *dynamis*, capacità di assumere una forma, nucleo energetico che “diviene”. Essa può intendersi come perfettibilità, tensione viva, spinta a diventare l’io che si è, per divenire “educabilità” nonché percorso attraverso cui riscoprire la propria espressione, il proprio «fascio di energie inesauribili da sviluppare in tutto l’arco del vivere»³³. Scrostare tale forza dalle “ombre” equivale a lottare, competere con un io che ancora non ha volto. Supporla, immaginarla e bramarla è poco o nulla. Necessario è invece farla divenire con passione, entusiasmo, guardando alla bellezza dei suoi infiniti risvolti.

Ma aprire all’educabilità rimanda anche alla necessità di rivisitare l’attuale connessione sport-agonismo, soprattutto in alcune dimensioni proprie della natura umana. Prima fra tutte la possibilità di restringimento dell’“orecchio interiore”. Esso può tendere a restringersi per tanti motivi. Forse per aver già ascoltato tante parole. E il pensiero va al mediatico che spesso illude, allontana dalla buona Eris per immettere nella cattiva. Qui, il rischio è di avere della propria forza una conoscenza misera, ripetitiva, scontata, da usare o vantare, ritenere quindi le proprie competenze come esaurite, compiute, senza possibilità di arricchirsi. Alla dimensione dell’ascolto si associa la dimensione della sensibilità in grado di far avvertire e decifrare il *bisogno* naturale e costante di *educazione*. Quindi, il bisogno insopprimibile di avvalersi di una “cooperazione” idonea per diventare l’io che si è. Il bisogno naturale di educazione potrebbe non essere mai stato inteso realmente. Tutto quello che si è ricevuto può essere stato passivamente accolto perché offerto o addirittura imposto. Una terza dimensione riguarda il *volere*. Bisogna espressamente giungere a volere l’attuarsi della propria forza, il realizzarsi della propria perfettibilità. E si guardi allo schiavo della caverna che nel dubbio si «alza, gira la testa, cammina, alza lo sguardo»³⁴. Tale dinamismo potrebbe non essersi mai avviato adeguatamente, perché mai avvertita la radice del volere. E più che al volere, il soggetto può rimanere all’essere *voluto*; e vista la difficoltà di conoscenza e la scomodità di attuarla, essere soppiantato nell’originalità della sua forza dal suggerito o dall’imposto. La passività o l’arbitrarietà possono mascherarsi tanto da sembrare volontà voluta. Imparare a volere è invece saper volere, mettere a frutto le nobili energie del proprio essere. La forza energetica in oggetto ha anche una *natura di relazione*. Essa di certo non è destinata all’autoreferenzialità o ad uno sviluppo solipsistico. È forza che per divenire esige *sinergia* nonché conversione di più energie per il compimento di una funzione che

³² Aristotele, *Metafisica*, A 3, 1070 a 1-5, tr. it. e comm. di G. Reale, 2 voll., Loffredo, Napoli 1968.

³³ E. Ducci, *Educabilità umana e formazione*, in AA.VV., *Educarsi per educare. La formazione in un mondo che cambia*, Edizioni Paoline, Milano 2002, pp. 27-28.

³⁴ Il rimando è al *mito della caverna* di Platone (*Repubblica*, VII, 514a-521b).

un'energia da sola non può assolvere³⁵. È nella relazionalità che ogni forza trova l'*habitat* appropriato per attuarsi in crescente ampiezza e crescere in un concreto senso del limite.

Quelle appena intese sono dimensioni che esigono un sano e costante «esercizio etico»³⁶. In esso, il pensiero farà di se stesso la sua materia, comprendendo di non essere padrone del “contenuto” ma dell'adesione che ad esso potrà dare³⁷. Si tratterà di una *áskēsis*, che circoscrive l'essere nella totalità del mondo³⁸, e che Marco Aurelio, nei suoi *Ricordi*, propone a se stesso in questi termini:

Dipendono tutte intere da te sincerità, sopportazione, indifferenza al piacere, rassegnazione, frugalità, benignità, liberalità, semplicità, serietà, generosità. Non ti accorgi quante sono le doti di cui puoi senz'altro far mostra? Per tutte queste non c'è scusa di incapacità o di scarsa propensione. E pur tuttavia ancora, per quanto sta in te, tu le trascuri, queste doti. O forse quel continuo mormorare, quella neghittosità, quella tendenza all'adulazione, quel ricorrere a scuse o a ragioni di debolezza fisica, quel lusingare, quella certa tua millanteria e quelle tue continue ansie, quei tuoi incessanti turbamenti; ebbene: sei forse costretto a subire tutto questo in te irreparabilmente per cattiva disposizione? Eh! Non lo credo, in nome del cielo. Certo da lungo tempo avresti potuto esser già libero da questi difetti, mentre invece una sola cosa cercavi: il modo, si capisce bene, di non apparir un uomo troppo lento nel pensiero e di troppa scarsa penetrazione. Del resto anche quest'ultimo difetto è suscettibile d'un opportuno esercizio per un uomo che non trascurasse le cose con la sua negligenza e non si compiacesse troppo della propria indolenza³⁹.

Occuparsi prevalentemente di ciò che dipende da noi, questo è l'esercizio che nei lunghi mesi invernali l'imperatore impone a se stesso. Un esercizio finalizzato a fortificare l'essere senza chiuderlo al mondo. Ed ecco che bisognerà esercitarsi a considerare le proprie forze energetiche come tò *akíbdēlon* quindi senza falsificazioni o adulterazioni; come tò *semnón*, nobili ma anche splendide, maestose, che non conoscono meschinità e ripiegamento; tò *pheréponon*, in grado di portare il peso con disinvoltura, di avere costanza senza gemere; tò *aphilēdonon*, non amanti del piacere; tò *amempsímoiron*, soddisfatte della propria sorte; tò *oligodés*, capaci di diminuire al massimo i propri bisogni per non essere condizionati dall'esterno; tò *eumenés*, ben disposte agli altri; tò *eléutheron*, libere; tò *apérisson*, non propense al superfluo e gli eccessi; tò *aphlúaron*, in grado di perseguire l'essenziale; tò *megaléion*, magnifiche per la piacevole calma a cui fanno giungere.

Sono “dinamismi” che danno qualità alla vita, che non si legano ad una particolare acutezza di ingegno o concentrazione. Richiedono solo una particolare

³⁵ Cfr. C. Costa, *La relazione educativa tra fenomeno empatico e sintonia sinergica*, in «Pedagogia e Vita», 76, 1 (2018), pp. 113-127.

³⁶ P. Hadot, *Esercizi spirituali e filosofia antica*, cit., p. 30.

³⁷ Epitteto, *Le Diatribe e i Frammenti*, IV, 5, 7.

³⁸ Seneca, *Lettere a Lucilio*, 66, 6.

³⁹ Marco Aurelio, *Ricordi*, V, 5.

attitudine interiore: tenersi sempre in guardia e ben saldi perché «l'arte del vivere somiglia più a quella della lotta che della danza»⁴⁰.

⁴⁰ *Ibi*, VII, 61.