

## Conosci te stesso... e gli altri

***Caffè filosofici per gli adulti, merende filosofiche per i bambini. Confrontare il proprio punto di vista con altre persone nel rispetto reciproco ci rende più consapevoli del mondo che ci circonda.***

di Arianna Corti



Che cos'è per voi l'amore? E la giustizia? Sapreste dare una risposta ben definita? La saggezza di Socrate (470-399 a.C.) stava nell'ammissione della sua ignoranza: «So di non sapere», diceva. Per colmare le sue lacune, e possibilmente anche quelle degli altri, ciondolava per Atene interrogando la gente su vari argomenti.

Con pochi clic oggi si trova qualsiasi cosa online. Eppure abbiamo tutti abbastanza esperienza e ragione da condividere nel rispetto altrui. Mi sono chiesta: perché non creare momenti d'incontro in cui scambiare di persona i propri punti di vista su temi che toccano ognuno di noi? E così, in settembre dell'anno scorso, ho iniziato a condurre un caffè filosofico alla biblioteca cantonale di Locarno, aperto a tutti perché non richiede alcuna conoscenza specifica. Basta avere una mente aperta, voglia di comunicare e di mettersi in gioco. Si è parlato di coraggio, generosità, rabbia, stupidità e altro.

All'inizio della discussione, di 60 minuti, propongo un argomento. A turno, ognuno è poi libero di prendere la parola tematizzando la propria esperienza, senza entrare troppo nel personale. Io accompagno ponendo domande. Da una parte, quindi, si mettono in pratica le capacità espressive; dall'altra ci si allena a vedere la stessa cosa da prospettive diverse, tante quante sono i presenti, accogliendo pensieri capaci anche di stupirci. Filippo, un partecipante occasionale, concorda: «Scaturiscono domande e dubbi che non sarebbero nati senza un confronto. Ricevo conferme, ma anche smentite del mio modo di pensare». Per Michela, «gli scambi con le persone presenti sono molto stimolanti. Ogni volta ne traggio vari e interessanti spunti di riflessione che mi accompagnano anche nei giorni seguenti».

C'è chi, come Graziano, prende parte agli incontri per conoscere meglio la realtà locale. «Mi sono aperto, superando pregiudizi e differenze, e ho conosciuto una realtà molto diretta, umana, caratteristica del Ticino. Trovo unico osservare le persone, sentire i loro commenti. Dà anche soddisfazione avere la libertà di esprimere il proprio pensiero, essere ascoltati e presi sul serio».

Ho condotto due eventi simili anche alla Biblioteca Interculturale della Svizzera Italiana e, a Bellinzona, insieme all'arteterapeuta Anita

Fry organizzo serate con una discussione filosofica d'apertura seguita da un'attività con la pittura a dita per dare forma alle emozioni emerse. «È utile alla mia crescita personale», dice Roberta. «È interessante e divertente: esprimo le mie opinioni, sento nuovi punti di vista e do libero sfogo alla mia creatività». Un'altra partecipante ai caffè filosofici di Bellinzona, Rossella, trova questi momenti «un luogo dove si può pensare fuori dal gregge, esprimersi e sentire la propria umanità e quella degli altri manifestarsi liberamente. Torno a casa con una mente ringiovanita, più capace di pensiero creativo e critico».

### Si parla, si crea e si mangia

Questi momenti filosofici sono adatti anche ai bambini, che grazie a essi diventano più consapevoli di sé e degli altri. In futuro, saranno forse adulti capaci di stare meglio al mondo. Nella sua libreria Lo Stregatto di Locarno, Daniela Lehmann organizza regolarmente con me merende filosofiche per bambini dai 7 agli 11 anni. Dopo aver filosofato tutti insieme su temi tipicamente «dei grandi», ci si dedica a un lavoretto creativo e alla fine è offerto uno spuntino.

«Credo che una libreria, oltre ad essere un commercio, debba rappresentare anche un punto d'incontro dove i lettori si sentano a proprio agio tra di loro», spiega Daniela. «I bambini a volte sono un po' timidi, ma le nostre merende filosofiche li motivano ad essere più spontanei: nella prima parte, di circa mezz'ora, parlano basandosi sul proprio vissuto, mentre nella seconda rielaborano e comunicano quanto detto in un'altra forma».

La parola «filosofia» spesso mette in soggezione... tuttavia, come racconta Daniela, «l'atmosfera durante gli incontri è molto rilassata e gioiosa. A tu per tu con me e Arianna, che non siamo le loro mamme né le loro maestre, i bimbi si sentono liberi di dire quello che pensano senza paura di essere giudicati. La formula funziona, e stiamo pensando a un'attività analoga per i ragazzi delle scuole medie».

Irene, la mamma di Fabian, un piccolo filosofo amante del bricolage, approva: «Trovo bello che i bambini possano discutere e riflettere tra di loro in uno spazio che non sia la casa o la scuola».

«La filosofia è lo yoga per la mente», sostiene Anouk, una bimba di 7 anni che, vinta la timidezza iniziale, si è trovata a suo agio nei pic-



coli gruppi che si creano. E Viviana, la sua mamma, aggiunge: «Discutere in modo libero di alcuni argomenti ha dato a mia figlia la possibilità di riflettere sui temi trattati, facendola poi sentire più rilassata».

L'esperienza che sto facendo è meravigliosa. All'università analizzavo il pensiero dei maggiori filosofi e nessun professore chiedeva a noi studenti quali fossero le nostre idee. Nondimeno... ognuno ha una scala di valori, una propria filosofia che però spesso ignora, vuoi perché è più facile seguire gli altri, vuoi perché conoscere se stessi è un'impresa non da poco. Ma che vale senz'altro lo sforzo.

Maggiori informazioni su [www.filobus.ch](http://www.filobus.ch).