

La psicoterapeuta Lobb: «Le regole non sono una limitazione di libertà, ognuno impari a fare la sua parte»

«Obbedienza e fragilità: ecco perché tocca a noi»

Giusi Parisi

Obbediencia, fragilità e interconnessione. Tre parole a cui prima non davamo peso e che, invece, adesso, in piena emergenza Covid-19, possono aiutarci a guardare oltre il muro della paura. «L'emergenza Coronavirus si affronta meglio tra obbedienza e accettazione della fragilità», dice Margherita Spagnuolo Lobb, psicologa e psicoterapeuta, direttore dell'Istituto di Gestalt Hcc Italy.

Che genere di momento è questo?

«Quello che non ci saremmo mai aspettati di vivere. Siamo decisamente impreparati davanti ad una pandemia che ci costringe a stare a casa e ad adattarci ad una dimensione di vita nuova».

In realtà, non riusciamo a rispettare quanto viene chiesto per tutelare la salute...

«E invece dobbiamo obbedire alla regola di stare a casa e osservare norme igieniche non solo per noi ma per proteggere gli altri. Questo virus ci sta insegnando che siamo tutti biologicamente interconnessi».

In che senso?

«Dobbiamo obbedire perché siamo interconnessi, non perché accettiamo un potere di un altro su di noi. L'obbedienza non è una limitazione di libertà, come siamo abituati a pensare, è accettazione di una condizione biologica. Non possiamo pensare

“tanto io sono forte e non lo prendo”, né negare un sospetto di contagio per paura di non poter continuare ad aiutare gli altri».

Perché no?

«Perché la nostra responsabilità va ben oltre noi stessi. Non è come bruciarsi con il fuoco quando tutti ci dicono che il fuoco non si tocca. L'obbedienza è diventata una responsabilità per tutta l'umanità, non solo per se stessi».

Un bel cambiamento di prospettiva per le democrazie...

«Come la nostra società occidentale che ha conquistato da più di mezzo secolo i diritti alla libertà davanti a varie forme di oppressione (e con alcune delle quali combatte ancora oggi, vedi la violenza di genere). Una volta obbedire poteva essere sinonimo di rinuncia alla propria creatività. In que-



sti giorni, invece, obbedire è attingere alla propria solidità (siamo vivi anche se chiusi in casa) e inventare nuovi modi di essere in contatto con gli altri. Non sono mai stata così orgogliosa di essere italiana quando ho visto la gente creare musica nei balconi».

Un'altra parola chiave che ha usato è fragilità...

«L'accettazione della fragilità dell'altro. In questi giorni viviamo tante paure: quando non troviamo le mascherine, quando pensiamo che le strutture sanitarie siciliane, già carenti prima del Coronavirus, non sarebbero in grado di dare le cure adeguate se ci ammalassimo, quando non ci sentiamo sicuri sul posto di lavoro e il nostro datore non può fornirci i dispositivi individuali di sicurezza...».

Esiste una soluzione?

«Davanti a queste situazioni, in genere o criticiamo l'operato di chi non riesce a fornirci sicurezza, o ci deprimiamo. Nel primo caso usiamo la nostra energia per aggredire, nel secondo la perdiamo».

Quindi?

«Chiediamoci quale contributo, seppur piccolo, possiamo dare e non cadiamo nella paura che l'altro non è capace di capirci o di proteggerci. Non ci sono persone che hanno il potere di fare le cose e persone che subiscono: siamo tutti in prima linea, ognuno con una funzione di aiuto importante». (*GIUP*)

© RIPRODUZIONE RISERVATA