

## Anoressia del corpo, ascetismo della mente.

### Premessa

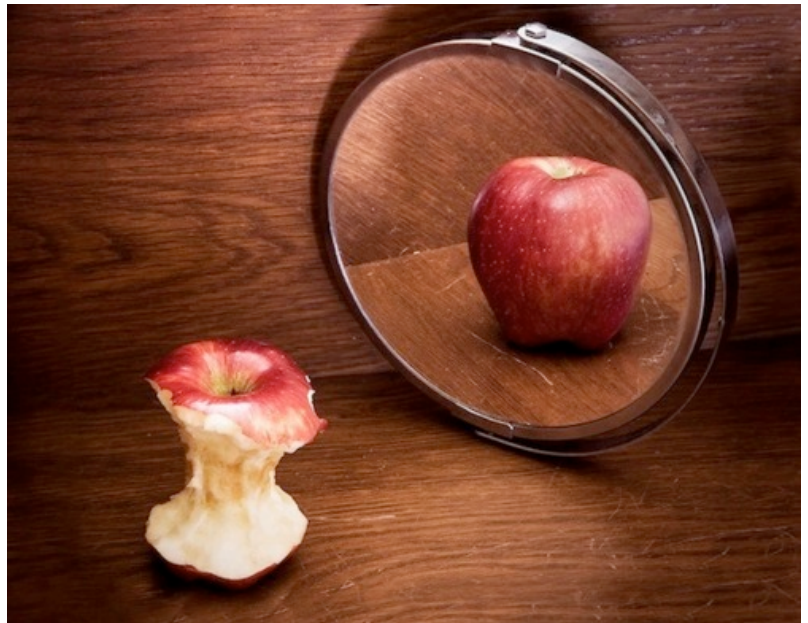
Il mio lavoro inerente al rapporto “Mente e corpo” prende in considerazione il fenomeno contemporaneo dell’adorazione della magrezza, della padronanza di sé che si estremizza nella “tirannia della snellezza” e che provoca noti disturbi alimentari come l’anoressia e la bulimia.

La magrezza è sinonimo di purezza ed elevazione dello spirito ma nella rinuncia al cibo opera non tanto la mente quanto la volontà. Essa, in quanto “volizione umana”, nella filosofia aristotelica nasceva dall’incontro tra appetito e ragione e, come tale, poteva indurre il soggetto ad approvare l’oggetto appetibile (scegliendolo) o a disapprovarlo (rifiutandolo).

Invece nel pensiero contemporaneo l’equilibrio fra intelletto e volontà della filosofia pratica di tipo aristotelico si incrina. Emerge dunque il primato della volontà e degli aspetti sentimentale ed emotivi sull’intelletto e le capacità razionali.

Ho voluto quindi analizzare questa potente forza direttiva del nostro agire che ci spinge non solo a preservare la nostra sopravvivenza ma anche a suscitare il desiderio di andare al di là della semplice materialità fisica. Ho scelto perciò di prendere in considerazione la concezione schopenhaueriana della volontà legata al corpo per provare a spiegare come avvenga l’approccio del nostro io alla fisicità e quindi come divenga fondamentale il nostro controllo su questo.

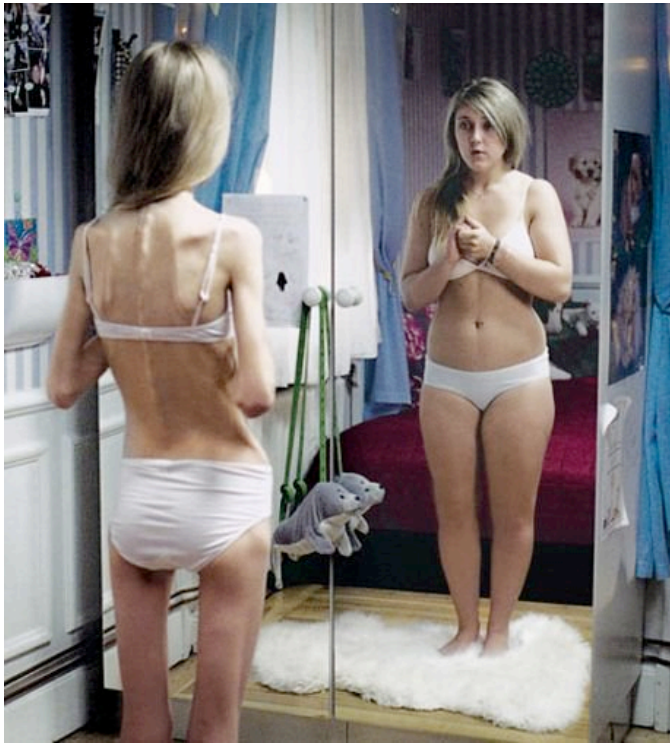
Il fenomeno che ho trattato è molto antico, per cui ho anche voluto chiarire la differenza tra l’ascesi religiosa di un tempo e l’odierna smania di esercitare potere su di sé e sugli altri, anche conformandosi a modelli dati.



La mia indagine segue sostanzialmente tre interrogativi:

- Quanto può essere efficace la volontà nel sostituire la mente?
- Quali sono le basi sociali e antropologiche su cui poggia tale fenomeno?
- Qual è e come è cambiato nel corso dei secoli il significato della battaglia per la magrezza?

## Il fenomeno contemporaneo



Il corpo ha sempre rappresentato un campo privilegiato di indagine, autoriflessione ed analisi. Intorno a questo si concentrano credenze, pregiudizi, falsi miti, che storicamente sono stati responsabili dell'atteggiamento culturale di popoli ed epoche.

Il corpo è il tramite immediato nel contatto con il mondo, facilmente visibile e prima parte di noi ad essere conosciuta dagli altri; per di più subisce cambiamenti visibili e continui, manifestando palesemente i segni dell'avanzare degli anni.

La comunicazione di massa si è da tempo impadronita dei temi riguardanti l'immagine corporea e la bellezza, contribuendo a creare e diffondere stereotipi ben noti sul corpo e sulle sue rappresentazioni.

Questo rigido modello culturale rispetto a

bellezza e peso corporeo fa in modo che chi non incarna certe caratteristiche molto spesso si trovi vittima di critiche e prese in giro, in questo modo è facile per una persona debole rimanere impressionata dalle immagini offerte dai media e questo può innescare un'esigenza di controllo sul proprio corpo che spesso porta a seri disturbi alimentari.

Ma questa è soltanto la faccia più superficiale ed evidente della questione.

Sono molti gli elementi che possono far scaturire nell'individuo la malattia. Nello specifico, si è ipotizzato che in molti casi di disturbi alimentari si abbia a che fare con giovani terrorizzati dal passaggio dall'età prepuberale, caratterizzato da tranquillità e spensieratezza, all'età adulta, fatta di scelte, responsabilità e cambiamenti.

Le persone affette da anoressia sono spesso dotate di peculiare intelligenza: sono tenaci, determinate e fredde, sono inoltre animate da una costante mania di controllo su tutto ciò che sta loro intorno. Esse intrattengono con familiari e amici relazioni solo apparentemente profonde, infatti non permettono a nessuno di entrare nella loro intimità ma si limitano ad adottare comportamenti tali da ottenere l'attenzione e la stima altrui.

Spesso il soggetto malato ha al suo interno un dolore che può essere nato da delusioni affettive, lavorative o scolastiche e finisce col sentirsi impotente, incapace di intraprendere scelte proprie e sottomesso a decisioni altrui. Di qui, inconsciamente, si rifugia nel rifiuto del cibo, per provare una sensazione d'indipendenza e l'emancipazione dalla propria persona fisica.

Questi individui, dopo essere caduti nel baratro del disturbo alimentare, tendono a cercare e a confrontarsi con le immagini raffiguranti uomini e donne fisicamente perfetti. A questo punto cominciano a tenere minuziosamente il calcolo delle calorie ingerite e a praticare assiduamente attività fisica. Accade assai spesso che le giovani vittime di tale disturbo creino blog o, in ogni caso, spazi online in cui discorrono tra loro riguardo alle "diete" adottate o agli esercizi fisici svolti e parlano della loro malattia come un di vero e proprio stile di vita, contrassegnata da un canone estetico e dalla rigida disciplina dell'autocontrollo. Spesso arrivano a divinizzare la loro malattia. Infatti Ana e Mia (rispettivamente le personificazioni di Anoressia e Bulimia) vengono trattate

come veri e propri personaggi, come se fossero delle semi-divinità. In queste comunità online è possibile vedere come le giovani malate esponano le une alle altre i risultati raggiunti ringraziando le divinità propizie. Inoltre spesso le invocano affinché le aiutino a seguire certi modelli, come ad esempio le loro martiri (intendendo le vittime che la malattia ha già portato via).

## L'Anoressia come Ascesi nelle sante del Medioevo.

A proposito di martiri, è necessario ricordare che l'atto di rinuncia al cibo ha una storia ben più profonda e antica. Possiamo trovare testimonianze di questo fenomeno nel Medioevo, considerando personaggi come Santa Chiara d'Assisi, Santa Caterina da Siena e Santa Teresa d'Avila. Le motivazioni che hanno spinto queste donne mistiche a rinunciare al nutrimento non sono sempre riconducibili alla spiritualità. Ad esempio, Santa Caterina era succube delle scelte che famiglia compiva al posto suo, per cui intraprese questo stile di vita per ribellarsi silenziosamente alla legge dei genitori. In generale, le sante praticavano digiuni per svuotare il corpo di ogni materialità, aspiravano ad essere più vicine all'aspetto spirituale che terreno e, in questo modo, anelavano a nutrirsi solo del cibo divino, dell'ostia consacrata, ovvero del pane angelico.



## Arthur Schopenhauer fra corpi, volontà e irrazionalità: una chiave di lettura.

Il fenomeno della tirannia della snellezza implica un dualismo che non riguarda tanto la mente quanto la volontà anteposta al corpo.

Quando una persona si ossessiona per raggiungere la magrezza rinunciando al cibo, lo fa per un atto di volontà. Non vuole mangiare, ma ciò non implica che non abbia appetito, che quindi la mente non generi in lei la sensazione di fame.

E' una scelta che porta il corpo ad essere assoggettato al dominio della volontà. La sensazione di avere il controllo sul corpo rende liberi e forti. La libertà di poter modellare il proprio corpo, determinando la propria vita e la propria immagine è solo una superficiale impressione dietro la quale si nasconde la dittatura del gusto di quest'epoca, dei desideri e delle emozioni.

Ma il grande problema che viviamo oggi è che i modelli estetici dominanti sono, appunto, "nascosti". Essi appaiono ovunque (sui manifesti pubblicitari, in TV, sulle riviste, in rete, ecc.) ma, proprio per questo, risultano "invisibili" e agiscono su di noi senza che ce ne rendiamo conto.

Penso che il legame fra corpi e l'irrazionalità dei meccanismi in atto nella nostra epoca, che si traducono nella maniacale volontà di dimagrire, possano trovare un utile riscontro in alcuni punti della filosofia di Schopenhauer, soprattutto nell'opera "Il mondo come volontà e rappresentazione".

Com'è noto, per Schopenhauer la conoscenza, la consapevolezza umana e la razionalità, ossia il mondo della rappresentazione, sono soltanto fenomeni, pura apparenza (velo di Maya), che

servono per nascondere alla vista l'orrore della volontà cieca e irrazionale, che è il fondamento del fenomeno. Egli indica però un modo per accedere al mondo della volontà: esso è il corpo.

Per il soggetto conoscente il mondo non è soltanto uno fra gli oggetti possibili, ma si dà come l'unico reale oggetto che può essere veramente conosciuto nella sua totalità e immediatezza. Infatti ogni uomo sa per intuizione immediata di essere un corpo che soffre per il bisogno e gioisce per la soddisfazione. Accade così che ogni movimento del corpo è l'esplicitazione della volontà, tanto che il volere e l'azione del corpo che ne consegue sono un'unica cosa: il volere coincide con l'azione.

Ma Schopenhauer dice anche che il mondo della volontà, che fonda quello della rappresentazione e che muove tutti i corpi, non obbedisce a leggi razionali né risponde alle determinazioni spazio-temporali. L'istinto, la volontà che muove il corpo è fondamentalmente irrazionale.

Il problema che Schopenhauer si pone è come possa l'uomo, che è schiavo della volontà, liberarsi da essa.

Il filosofo sostiene che lo si possa fare rendendosi conto del carattere "negativo" della volontà, che continuamente genera bisogni e desideri insoddisfatti.

Questo significa accedere alla "noluntas" (negazione della volontà) e ciò è possibile soprattutto tramite l'ascesi, il cui principale carattere è la castità, che consiste nell'astinenza dai piaceri del corpo e del cibo.

Schopenhauer mette bene in luce alcuni punti importanti per riflettere in senso filosofico sui disturbi alimentari e, in particolare, sull'anoressia. Eccoli di seguito:

- a) Innanzitutto collega la verità al corpo e non alla mente e dichiara la sua superiorità, in termini di forza e di potenza, sulla ragione consapevole;
- b) Poi sostiene che la Volontà, che spinge i corpi ad agire, è "unica";
- c) Quindi associa la Volontà all'irrazionalità, all'oscurità di una forza inconscia e ne parla come di una ossessione totalizzante, senza alternativa.
- d) Infine sostiene però che è grazie alla Volontà (alla percezione in sé della Volontà nel corpo) che l'uomo è spinto a comprendere l'inutilità e la futilità delle cose esteriori. Egli ritiene inoltre che soltanto l'ascesi, ossia la castità e la ricerca di una spiritualità che verte sulla negazione del corpo, permetta una reale liberazione della Volontà.

Si possono riconsiderare questi temi schopenhaueriani per chiarire alcuni aspetti relativi all'anoressia e al comportamento (soprattutto femminile):

1. Nell'anoressia è la volontà e non la mente (o ragione cosciente) a influenzare le scelte e i comportamenti finali;
2. E' sempre la volontà a far agire, a muovere il corpo, per esempio inducendolo a rifiutare il cibo.
3. Il rifiuto del cibo dettato dalla volontà ha una natura inconscia, irrazionale: si concretizza inoltre in una vera e propria mania ossessiva.
4. Tale rifiuto viene spesso intrapreso come un modo per purificare il corpo, per renderlo più "spirituale" proprio in forza di un percorso ascetico simile a quello delle sante medievali.

In sintesi, la volontà è un impulso inconsapevole irrazionale ma anche contraddittorio che, da un lato spinge a vivere tramite il piacere del corpo e del cibo; ma, dall'altro, induce anche a rifiutare il corpo e il cibo in nome di una purezza da anime dell'aldilà.

## Fra materialità e spiritualità: per concludere

L'atto di rinuncia al cibo, dato da un'azione della volontà in noi, non è altro che l'oggettivazione di un istinto più o meno inconscio in noi, sia che questo riguardi la purezza del corpo per avvicinarsi al divino, praticato dalle mistiche medievali, sia che si riferisca a un desiderio di evasione e indipendenza insito nella propria persona e proprio di molte ragazze e donne di oggi. La volontà è il nostro istinto vitale che ci porta ad adottare comportamenti che esaltino la nostra esistenza; in ambito strettamente materiale, la rinuncia al cibo porta alla magrezza che per i canoni di bellezza odierni viene desiderata e molto amata.

Si può scegliere di non mangiare semplicemente per sentirsi apprezzati dal sesso opposto. Oppure si può voler reclamare la propria essenza di individuo, come avviene nelle donne, che stanche del loro ruolo di subordinazione rispetto agli uomini in una società a volte maschilista che troppo spesso strumentalizza la figura femminile, dimagriscono volutamente per perdere le loro caratteristiche femminee, diventando androgine quindi molto più simili al genere maschile.

Così la rinuncia al cibo nelle giovani d'oggi esplicita la loro volontà inconscia di non voler affrontare il futuro o un qualsiasi altro problema, rinchiudendosi nella loro malattia con l'idea di poter arrivare a qualcosa di più profondo e spirituale della semplice realtà, rivolgendosi quindi ad Ana e a Mia. Possiamo riconoscere nella volontà lo stesso istinto che spingeva le sante mistiche del Medioevo a praticare digiuni: è il desiderio di andare oltre la vita, che prevede il ricongiungimento con Cristo, abbandonando la materialità del corpo.

Tuttavia, diversamente dalle esperienze vissute dalle mistiche medievali, oggi questo desiderio "ascetico" non è finalizzato al ricongiungimento con un dio trascendente ma è rivolto ad ingraziarsi "divinità pagane" che personificano due malattie del corpo e della psiche: Ana e Mia.

### Bibliografia

- R. M. BELL, *La santa Anoressia. Digiuno e Misticismo dal Medioevo a oggi*, Laterza, Roma – Bari 1987
- A. Schopenhauer, *Il mondo come volontà e rappresentazione*, Mursia, Milano 1982

### Sitografia Internet