

## Il “Modus Vivendi” che arriva dal passato

Tempi duri....durissimi per i ...refrattari al salutismo, i trasgressori delle sane (e rigide) regole dell’equilibrio psico-fisico, i recidivi del vizio mascherati da cultori di edonismo, alla luce del quale avevano, finora più o meno indisturbati, praticato eccessi di ogni tipo, sottovalutando, se non consapevolmente ignorando del tutto le conseguenze negative per il benessere individuale e della collettività, ovvero quei danni ambientali e sociali palesati ormai in modo così perentorio.

Provvedimenti legislativi severi, strategie di dissuasione diffuse a mezzo di campagne mediatiche, spesso invasive (gli spot anti-fumo ad esempio non vengono più contestualizzati, ma compaiono in appuntamenti televisivi diversi, dalle rubriche scientifiche, agli spettacoli di varietà, alla pubblicità), e ancora informative puntuali su quello che a suon di statistiche e dati scientifici comprovati, sembra già un obiettivo raggiunto: la tanto auspicata riduzione della spesa pubblica in uno dei settori più “gravati” del nostro sistema, vale a dire quello sanitario (ma dove collocare, in questa convergenza così unanime di nobili intenti proibizionisti l’attenzione sopita a questioni tipo l’inquinamento atmosferico, il depauperamento delle risorse naturali, lo spreco energetico?): ai fumatori incalliti e, in questo periodo, più che mai stressati, ai consumatori di alcol prossimi a subire analoghe vessazioni, non resta che suggerire, almeno per concedersi un momento di relax, un tuffo nel passato..... *letterario*, per tentare, almeno con l’immaginazione, di raggiungere le antiche civiltà che ci hanno preceduto, soprattutto, per quanto ci riguarda, quella greca e latina, dispensatrici entrambe, nelle persone illustri di tanti poeti e filosofi, di una saggezza limpida e pragmatica, attenta alla profondità dei valori umani, ma anche ai piaceri dell’esistenza.

Penso ...ad Alceo di Lesbo, poeta greco del VII secolo A.C. che inneggiava al vino in tutte le stagioni dell’anno e in tutte le circostanze della vita, celebrandolo.....come rimedio per resistere ai mali, scacciando gli affanni .....o ancora di più all’Orazio latino, in particolare quello delle “Satire” o “Sermones”, componimenti nei quali, sforzandosi di dimostrare che la morale epicurea (di cui era sostenitore) non era in contrasto con i valori tradizionali della Roma antica quali la moderazione, il rispetto dei costumi etc, esortava l’uomo alla ricerca della felicità come sinonimo di godimento di una semplicità ispirata alla vita di campagna, di un benessere basato su cose e attività essenziali (il cibo, la tranquillità dell’animo, l’amicizia etc.) polemizzando non tanto contro i vizi in sé, quanto contro la loro vera radice, ovvero l’eccesso.....

Consigli pratici e profondamente aderenti alla realtà, da recepire e “riadattare” anche ai giorni nostri, tenendo conto, come è ovvio, del progresso dei tempi e della diversità di contesti e singole situazioni e dunque in questo senso, adottando “opportune modifiche”; a scenari bucolici e dimensioni rurali per noi lontane se non definitivamente perdute, conviene, per esempio, sostituire soluzioni più adatte al nostro concetto di fitness, che la nostra *modernità* sviluppa e aggiorna in continuazione: combinazioni di cultura e intrattenimento (le librerie con zona “bar”), percorsi museali che associano visite classiche a itinerari esterni (i *walking trails* molto in voga per ora solo negli Stati Uniti), palestre sempre più sofisticate e “aperte” anche a discipline di tipo meditativo, le case “privilegiate” dove si riuniscono i cultori del tabacco per esercitare in pace la loro occupazione preferita.....

La possibilità di curare il corpo e la mente, magari concedendosi qualche “strappo”, risulta ancora possibile, anche se non infinita: l’importante è continuare a coglierla...e anche alla luce degli insegnamenti della cultura classica, sviluppare con ottimismo un proprio .....*modus vivendi*.

**Donatella L. M. Vasselli**