

Letti tra noi



Nel 1988 a Tokyo ha preso vita il movimento *Japan Small Kindness Movement*, che ha come scopo la valorizzazione della gentilezza e la diffusione delle sue pratiche. Pochi anni più tardi, il 13 novembre del 1997, il movimento ha promulgato una *Dichiarazione della gentilezza* e ha inaugurato una ricorrenza: la *Giornata della gentilezza* che si celebra ogni anno proprio in quella data. Da allora, il movimento, che ha assunto dimensioni mondiali (il *Word Kindness Movement*) conta oggi l'adesione di ben 40 nazioni.

Cristina Milani, psicologa e ricercatrice, è dal 2011 presidente di *Gentle-tude Switzerland* e *Gentletude Onlus* e vicepresidente del *Word Kindness Movement* e ha deciso di racchiudere il senso del movimento che rappresenta in un saggio, *La forza nascosta della gentilezza*, Sperling & Kupfer, Milano 2017, con cui ci guida alla scoperta di un valore che è insieme arte del vivere e base di un'idea universale di civiltà. Attraverso le pagine del suo bel saggio si impara da subito a riflettere sul *cultural transfer* per cui ogni Paese associa al valore della gentilezza un diverso fondamento. Se in Giappone questo è rappresentato dal profondo legame di appartenenza dell'individuo al gruppo ed è alimentato soprattutto dal desiderio di mantenere l'equilibrio tra il singolo e la collettività, in Svizzera la gentilezza trova la sua base più salda nel senso del dovere, che garantisce coesione sociale, mentre in Italia un moto silenzioso e carsico verso la gentilezza si alimenta del ben radicato tessuto della cooperazione, che si manifesta soprattutto nel volontariato e dall'aumento delle associazioni no profit registrato negli ultimi anni.

Varie basi e spinte sociali, dunque, ma un medesimo obiettivo: in una società di cui tutti lamentiamo la frammentazione in atto delle relazioni umane,

complice l'onnivora diffusione dei legami virtuali, creare una rete alternativa di buone pratiche di gentilezza, generosa e potente come un'onda, in grado di contagiare a poco a poco un numero sempre crescente di persone. Si impara molto da questo libro: dal "kit di ingredienti" per diventare autenticamente gentili a come imparare a essere gentili nella comunicazione, nei rapporti con gli altri ma, prima di tutto, con se stessi. Solo dal rispetto di sé, del proprio essere unico e irripetibile, fatto di corpo e di psiche, si può partire, per diventare rispettosi e gentili con gli altri, con l'ambiente di lavoro, con il mondo, in una sorta di "nuova ecologia globale".

Del tutto nuova? Non direi. Per noi occidentali, il rispetto dell'altro è antico come le nostre radici, elaborato dal pensiero greco e passato nella cultura europea attraverso il potente motto di Terenzio che recita «Sono un essere umano: non ritengo estraneo a me niente dell'umanità». È questa forza antica, di comprensione universale e di coesione, che sembra riproporci oggi il Movimento per la gentilezza. E se l'evoluzione verso la gentilezza aveva significato, storicamente, restringere lo sguardo dall'appartenenza al genere umano (*l'humanitas*) all'appartenenza alla stirpe (la *gens*), secondo un ideale aristocratico di virtù ereditata per nascita, ora, in un mondo che vede allargarsi sempre di più i confini di ciò che è noto e non estraneo, il valore e il senso del Movimento ridiventano potentemente globali, in una piccola grande rivoluzione.