



Va subito detto che la situazione coronavirus a livello mondiale è in una tale fase di evoluzione che qualsiasi dato o considerazione che oggi è attuale, domani potrebbe non esserlo. Cominciato in Cina quasi in sordina - la città di Wuhan? mai sentita fino a quel momento -, questo famelico virus assolutamente sconosciuto prima di novembre dello scorso anno ha preso tutti in contropiede. Oggi, dopo la grande esplosione, ci si sta apparentemente avviando verso una recessione del virus e in quasi tutto il mondo si è passati alla Fase 2, ma l'incertezza per il futuro permane in assenza di cure standardizzate e di un vaccino, nel dubbio sul suo andamento, delle sue possibili mutazioni, dell'eventuale attenuazione, forse di un ritorno? La malattia Covid-19 ha colpito al cuore il mondo intero. Ci ha colto di sorpresa, mettendoci di fronte a una sconcertante verità, cioè la nostra limitata capacità di controllare ciò che ci circonda, una delle illusioni più grandi dei nostri tempi. Disorientati e smarriti, ci siamo posti e continuiamo a porci molte domande. Domande alle quali cercano di dare un significato le riflessioni di BrainCircle Lugano, nata due anni fa dall'esperienza di BrainCircle Italia, associazione no profit con un think tank di altissimo livello internazionale, fondata nel 2010 da Viviana Goren Kasam. Con immediata flessibilità, il Circle luganese ha fatto sue in una newsletter le tematiche che sono state sollevate dal coronavirus, con l'intento di creare una comunità di persone che

scelgano di affrontare l'emergenza come un momento di crescita individuale e collettiva. Un modo per cambiare, migliorare, e sentirsi uniti, guardandosi dentro e interrogandosi. Impossibile infatti non porsi domande in questo frangente, perché questa pandemia ha assunto in tempi brevissimi i connotati della catastrofe e ognuno di noi è stato toccato intimamente. Nessuno si aspettava un sovvertimento del genere. «Non credo negli avvertimenti soprannaturali», afferma Viviana Kasam Goren, «però è evidente che la pandemia, come un hacker, ha scardinato le nostre certezze. Non solo quella di essere potenzialmente eterni, ma anche quella di poter disporre del mondo, della natura, delle risorse, a nostro piacimento. Quanto sta accadendo, sta minando la certezza che la scienza può tutto e che potremmo conquistare l'eterna giovinezza e scon-

La rapida e pervasiva propagazione del Covid-19, cogliendoci del tutto impreparati, ha rivelato la precarietà delle sicurezze su cui le nostre società pretendevano di fondarsi. Tra ottimismo della volontà e pessimismo della ragione si comincia a guardare al futuro

LA GRANDE SFIDA

figgere la morte; abbiamo vissuto anni di grande superbia scientifica e di arroganza nei confronti del 'sistema mondo'. Potevamo girare, prendere aerei, fare tutto quello che volevamo, avere la massima libertà in ogni cosa e... in un attimo... tutti a casa, prigionieri».

Un peccato di superbia che ora ci presenta il conto, poiché abbiamo distrutto foreste, prodotto montagne di rifiuti, inquinato i mari, l'ambiente, l'intero ecosistema! «Non vorrei essere fraintesa», chiarisce Viviana Kasam, «non voglio insinuare che ci sia a un rapporto diretto di causa-effetto fra disastro ambientale e pandemia, anche se non si esclude che inquinamento e deforestazione abbiano dato il loro contributo al diffondersi del virus. Ma, come insegnano le filosofie orientali, "un battito di ali di farfalla a Pechino fa crollare un grattacielo a New York": tutti gli eventi sono concatenati. Questa nozione, che è alla base del buddhismo, è stata verificata dalla fisica quantistica e dalla teoria del caos sviluppate negli anni Cinquanta del secolo scorso da Alan Turing e poi da Edward Lorenz. Viviamo immersi in una rete di concause, una rete è il web e una rete è il nostro cervello, dove fattori genetici, epigenetici, biochimici, elettrici, nutrizionali si combinano per produrre azioni e pensieri». Vista in questa prospettiva, la pandemia potrebbe indurci di riconsiderare ogni cosa in un'ottica diversa, più rispettosa della natura, ma anche di noi stessi.

Una natura che pare ribellarsi e che, dopo essere stata a lungo maltrattata, ha deciso di far sentire il suo grido contro un'umanità che non ha più cura né di essa né dei suoi figli. Una natura che ci suggerisce con forza di rivedere il nostro sistema sociale, i nostri stili di vita non solo a livello individuale, ma di società, di collettività internazionale. Di fronte a un virus che si è propagato rapidamente, che ci ha cambiato la vita in pochissimo tempo, è stato inevitabile provare sentimenti che non amiamo riconoscere, come la paura, l'ansia, talvolta l'angoscia. E, in contrapposizione, anche altri sentimenti positivi come la riconoscenza, la solidarietà, un senso di comunione e fratellanza. «La paura nel genere umano è fondamentale per sopravvivere», commenta Viviana Kasam, «nel senso che ci aiuta a sfuggire al pericolo e a scegliere la risposta più efficace. Il Covid-19 fin dall'inizio è stata una minaccia seria e di fronte a un virus che si è propagato così velocemente il primo sentimento è stato indubbiamente quello della paura. Una prima fase di ansia e angoscia - ora che faccio? - cui è seguito il lockdown in cui si era chiusi in casa: amata, odiata, un carcere se si vuole, ma comunque una specie di conchiglia protettiva. Adesso alle vecchie paure se ne aggiungono altre, quelle nuove. Chi è vissuto fuori dai luoghi di grande



Il cervello di Brain Circle

Viviana Goren Kasam, presidentessa e fondatrice di Brain Circle, ha avuto una vita professionale molto intensa: giornalista del *Corriere della Sera* e delle altre testate del gruppo Rcs, ha collaborato per lunghi anni con la Rai. Per la sua attività giornalistica ha vinto numerosi premi. Ha organizzato eventi, spettacoli e festival in collaborazione con enti pubblici italiani, dalla Presidenza della Repubblica alla Presidenza del Consiglio; è stata nominata Governatore dell'Università Ebraica di Gerusalemme; nel 1978 è stata insignita del titolo di Cavaliere della Repubblica Italiana. È vicepresidente della Fondazione Federica Spitzer di Lugano, per la quale nel 2019 ha ideato l'evento "Lugano Città Aperta", e ha contribuito a fondare al Parco Ciani il primo Giardino dei Giusti svizzero.

contagio, stando in casa in un qualche modo si è sentito protetto e si è quasi rilassato. Adesso invece si trova nella necessità di affrontare un nuovo problema: trovandosi di fronte alla possibilità di uscire, ha ancora paura, ma di affrontare il mondo. Io la chiamo la 'sindrome del carcerato'. La prigione è odiata ma rassicurante, protettiva. Come lo sono state le nostre case durante il lockdown. Ora siamo felici di uscire, di ricominciare a fare programmi, ma abbiamo paura perché non sappiamo dove il virus si annidi, chi possa esserne portatore. Una minaccia non identificabile, ma che potrebbe essere onnipotente». Una sorta di paura generalizzata del 'fuori', con regole che noi stessi ci dobbiamo dare, mentre prima la responsabilità era delegata ad altri. Cosa in effetti molto comoda, perché ci si può arrabbiare, attribuire colpe, criticare. Quando invece si ha la responsabilità di fare o non fare in prima persona, il fardello può diventare molto pesante. «Durante il periodo di lockdown ci preoccupavamo del futuro», continua Viviana Kasam, «ma in un certo senso quello è stato

Brain Circle

BrainCircle Lugano, nasce due anni fa dall'esperienza di BrainCircle Italia, associazione no profit fondata nel 2010 da Viviana Goren Kasam, con il sostegno di Rita Levi Montalcini. Avvalendosi di un think tank di altissimo livello internazionale, l'associazione si propone di divulgare le nuove frontiere della ricerca sul cervello, con la quale organizza i BrainForum in diverse parti del mondo.

Gli obiettivi di BrainCircle Lugano (www.braincircelugano.ch), come quelli di BrainCircle Italia, si propongono di divulgare le neuroscienze con un linguaggio immediatamente comprensibile al vasto pubblico, senza compromessi sul rigore scientifico; di presentare le ricerche più avanzate e innovative per suscitare una riflessione sul loro impatto etico nella vita quotidiana e sugli scenari del prossimo futuro; di avvicinare i giovani alla ricerca, promuovendo un approccio multidisciplinare, e di facilitare lo scambio e la conoscenza tra i ricercatori locali e gli scienziati di tutto il mondo.



un 'tempo sospeso'. Adesso dobbiamo confrontarci con la realtà e fare i conti con quello che succede veramente: la crisi economica, l'incertezza, i disturbi posttraumatici».

Si è visto ad esempio che nei bambini soprattutto nella fascia di età tra i 4 e i 13 anni, grossomodo elementari e medie, ci sono disturbi importanti. Mentre ai piccolissimi, fino ai quattro anni, è stato possibile godersi i genitori, e i più grandi se la sono in qualche modo cavata attraverso i social, i più penalizzati sono proprio loro. Chiusi in casa, non hanno potuto giocare con gli amichetti, non potevano uscire, non si potevano muovere, hanno perso la loro vita all'aria aperta, hanno dovuto interrompere attività sportive, sono stati privati del contatto con la natura e del confronto con gli altri bambini; una situazione improvvisa, imprevedibile, e probabilmente da loro non capita fino in fondo, che sta avendo inevitabili ripercussioni sulla loro salute psicofisica e in conseguenza problemi giganteschi di depressione, di pianti senza motivo, di aggressività, di apatia, e voglia di fare niente.

Un'altra importante conseguenza della quarantena è stata l'aumento della violenza sulle donne. Donne che magari tendevano già ad essere abusate, psicologicamente o fisicamente, chiuse in casa senza potersi rivolgere a nessuno, in balia di uomini nervosi, arrabbiati e preoccupati, si sono trovate in situazioni pesantissime, per molte un dramma. Impossibilità a confidarsi con le amiche, a rivolgersi agli organi preposti alla loro protezione, o consultare un professionista. Anche perché, sorvegliate a vi-

sta, solo fare una telefonata di soccorso o mandare un sms poteva rivelarsi difficile.

«In mezzo alle difficoltà non deve mancare però un certo ottimismo», precisa Viviana, «abbiamo riscoperto valori importanti, dei quali, se ne saremo capaci, potremo fare tesoro per il futuro, come la solidarietà, l'empatia ed essere meno indifferenti ai problemi di chi ci circonda. Una crisi porta sempre delle opportunità. Questa potrebbe essere la grande occasione per fermarci, riflettere e rivedere le nostre priorità, ridimensionare i nostri problemi, provare a fare squadra con gli altri, essere meno egoisti e competitivi. Speriamo che nel frattempo la scienza in qualche modo risolva il problema con farmaci o vaccini, e se riusciremo a vincere la guerra contro il virus, ne usciremo più consapevoli dei nostri limiti, più rispettosi verso il Pianeta, più capaci di sfuggire all'accelerazione esponenziale delle nostre vite e dei nostri consumi, per ritrovare un migliore equilibrio con noi stessi, con chi ci sta intorno e con nuove consapevolezze ambientali. Qualche segno positivo si intravede già: a livello europeo si sta faticosamente cercando di migliorare i rapporti tra gli Stati membri all'insegna della solidarietà, una via tutta in salita, ma l'importante è averla intrapresa. Personalmente mi auguro che, al di là degli strumenti finanziari, l'Europa possa trarre una lezione da quanto è successo per pensare alla creazione di uno strumento transnazionale permanente, in grado di intervenire con rapidità ed efficacia in caso d'insorgenza di una pandemia».

L'enorme diffusione di questa malattia - nessun angolo della Terra è stato risparmiato - ci renderà più giusti e favorirà l'equità nel mondo, oppure in tempi brevi tutto tornerà come prima? «Ottimismo della volontà e pessimismo della ragione!», sospira Viviana Kasam. «Sarebbe bello se questa esperienza ci aiutasse a creare un mondo migliore, ma ho dei dubbi. Dipenderà da diversi fattori. Dipenderà da quanto durerà la pandemia e dai mezzi che si metteranno in atto, se in tempi abbastanza rapidi si arriverà ad avere delle terapie e un vaccino, da come saranno colpite la finanza e l'economia produttiva». Grande l'interrogativo, enorme l'incertezza. □