



Esercizi filosofici per la navigazione della vita

Prospettive interdisciplinari sul
governo dei moti di mente e corpo

SECONDO CICLO DI INCONTRI

Ciclo di incontri online gratuiti

In collaborazione con il Comitato Scientifico
della Collana "Filosofie dell'esercizio"
di **Edizioni ETS di Pisa**

Gli esercizi di Cartesio

Luca Mori

luca.mori@unipi.it



Hadot, Foucault

e il problema della discontinuità nella storia della filosofia come **arte di vivere**



L'ENIGMA CARTESIO

- Foucault fa iniziare da **Cartesio**, e non dal **Medioevo**, la teoretizzazione della filosofia
- Hadot non condivide l'idea di Foucault secondo cui in Cartesio l'evidenza esonera dall'ascesi (*askesis* = esercizio: sottolinea che le *Meditazioni metafisiche* di Cartesio possono essere considerate esercizi spirituali, ma su questo punto anche Foucault sarebbe d'accordo)
- Foucault sostiene che il «momento cartesiano» ha funzionato in due modi: «da un lato riqualificando lo *gnōthi seauton* (conosci te stesso) e dall'altro, al contrario, squalificando l'*epimeleia heautou* (cura di sé)».
- Secondo Hadot, Foucault incentra troppo il suo discorso sul sé, finendo col proiettare sugli antichi una «estetica dell'esistenza» che non è la loro.

Entrambi riconoscono alle *Meditazioni* la tensione e l'impostazione caratteristica di un esercizio filosofico per modificare il proprio modo di vedere le cose (con effetti trasformativi sul modo di vivere...)

Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

René Descartes (1596-1650)



A **23 anni**, In una notte di **novembre del 1619** in Germania, arruolato nell'esercito cattolico di Massimiliano di Baviera, a Ulm, Cartesio pieno di entusiasmo trova i fondamenti di una scienza mirabile.

Affiora la domanda: **Quod vitae sectabor iter?, Quale strada seguirò nella vita/quale cammino di vita seguirò?**

Opere:

- anni '20: redazione delle *Regole per la direzione dell'ingegno*, lasciate incomplete e inedite => prima edizione in nederlandese nel 1684, e latina nel 1701. Prima il manoscritto conosce una circolazione limitata
- **1637**: *Discorso sul metodo*, anonimo, in francese, con tre saggi (*Diottrica*, *Meteore*, *Geometria*), prima opera stampata da Cartesio
- **1641, 1642**: *Meditazioni di filosofia prima con Obiezioni e risposte*
- **1644**: *Principi di filosofia* (in latino; trad. francese nel 1647)
- **1649**: *Passioni dell'anima*

Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

René Descartes (1596-1650)

«Vivere senza filosofare è propriamente avere gli occhi chiusi senza mai tentare di aprirli» (Dalla Lettera prefazione alla traduzione francese dei Principi di filosofia, 1647)

RENÉ
DESCARTES
OPERE 1637-1649

A cura di Giulia Belgioioso

Testo francese e latino a fronte



BOMPIANI
IL PENSIERO OCCIDENTALE

APPENDICE AI
PRINCIPI DELLA FILOSOFIA

1

LETTERA DELL'AUTORE

A COLUI CHE HA TRADOTTO IL LIBRO

*la quale può qui servire da Prefazione**

[AT IX-2 1-20]

Signore¹,

la traduzione che vi siete dato la pena di fare dei miei *Principi* è così netta e compiuta da farmi sperare che saranno letti da più persone in francese che in latino, e che saranno meglio intesi. Temo soltanto che il titolo scoraggi coloro che non sono stati educati nello studio delle lettere² o che hanno una cattiva opinione della filosofia per il fatto che quella che è stata loro insegnata non li ha soddisfatti³; e ciò mi fa credere che sarebbe bene aggiungervi una Prefazione che chiarisca loro qual è l'argomento del libro, qual è stato il mio disegno scrivendolo e quale utilità se ne può trarre. Ma sebbene spetti a me fare questa Prefazione, in quanto dovrei sapere tali cose meglio di chiunque altro, non riesco a ottenere altro da me stesso che proporre qui in | compendio i principali punti che mi sembra debbano esservi trattati, e lascio alla vostra discrezione di far partecipare il pubblico secondo quanto giudicherete opportuno.

In questa Prefazione avrei voluto innanzi tutto spiegare cosa è la filosofia, cominciando dalle cose più ordinarie: che la parola filosofia significa lo studio della saggezza e che per saggezza non si intende soltanto la prudenza negli affari, ma una perfetta conoscenza di tutte le cose che l'uomo può sapere, tanto per la condotta della sua vita quanto per la conservazione della sua salute e l'invenzione di tutte le arti; e che, affinché questa conoscenza sia tale, è necessario che sia dedotta dalle prime cause, di modo che, per cercare di acquisirla (ciò che propriamente si dice filosofare), si deve cominciare dalla ricerca di queste prime cause, cioè dai principi; e che questi principi devono soddisfare due condizioni: l'una è che essi siano così chiari e così evidenti che la mente umana, quando si applica con attenzione a considerarli, non possa dubitare della

insieme ad una bibliografia secondaria essenziale, in M. Savini, *Indice biografico dei corrispondenti*, in B, pp. 2938-2939.

² *Nourris aux lettres*. Lo stesso sintagma, in un contesto simile, in *Discorso I, B Op I 29* (AT VI 4, l. 21); *A Mersenne*, 29 giugno 1638, B 170, p. 711 (AT II 179).

³ Sull'insoddisfazione di Descartes nei confronti della *philosophia recepta*, cfr., soprattutto, *Discorso I, B Op I 29* (AT VI 4, ll. 21-31).

FILOSOFIA, studio della saggezza.

Conoscenza di tutte le cose che l'uomo può sapere, per la condotta della propria vita, per la conservazione della salute, per l'invenzione di tutte le arti => conoscenza dedotta dalle prime cause e da principi chiari ed evidenti

Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

René Descartes (1596-1650)

«Vivere senza filosofare è propriamente avere gli occhi chiusi senza mai tentare di aprirli» (Dalla Lettera prefazione alla traduzione francese dei Principi di filosofia)

RENATI
DESCARTES
PRINCIPIA
PHILOSOPHIÆ.



AMSTELÆDAMI,
APUD LUDOVICUM ELZEVIRIUM,
ANNO MDCLXXIV.
Cum Privilegio

PRINCIPI DELLA FILOSOFIA. APPENDICE: LETTERA PREFAZIONE

2217

loro verità; l'altra è che da essi dipenda la conoscenza delle altre cose, così che quelli possano essere conosciuti senza queste, ma non, reciprocamente, queste senza quelli; e che poi bisogna cercare di dedurre da questi principi la conoscenza delle cose che ne dipendono in maniera tale che, nell'intera successione delle deduzioni che se ne traggono, non resti nulla che non sia del tutto manifestato. In verità, non c'è che Dio solo che sia perfettamente saggio, cioè che abbia la conoscenza completa |
3 della verità di tutte le cose; ma si può dire che gli uomini hanno più o meno saggezza in ragione della maggiore o minore conoscenza che hanno delle verità più importanti. E in ciò credo non vi sia nulla su cui tutti i dotti non siano d'accordo.

Avrei in seguito fatto considerare l'utilità di questa filosofia, e avrei mostrato che, siccome si estende a tutto ciò che la mente umana può sapere, si deve credere che essa soltanto ci distingue dai più selvaggi e barbari e che ciascuna nazione è divenuta tanto più civile ed educata quanto meglio gli uomini vi filosofano; e, così, che il bene più grande che possa esserci in uno Stato è quello di avere veri filosofi. Inoltre, avrei fatto considerare che, per ciascun uomo preso singolarmente, non soltanto è utile vivere con coloro che si dedicano a questo studio, ma è anche incomparabilmente meglio che vi si applichi da se stesso, come probabilmente è molto meglio servirsi dei propri occhi per condurre se stessi, e così godere della bellezza dei colori e della luce, piuttosto che tenerli chiusi e lasciarsi condurre da un altro; ma lasciarsi condurre da un altro è pur sempre meglio che tenere gli occhi chiusi e avere solo se stessi come guida⁴. Vivere senza filosofare è propriamente avere gli occhi chiusi senza mai tentare di aprirli; e il piacere di vedere tutte le cose che la nostra vista scopre non è comparabile alla soddisfazione che dà la conoscenza di quelle cose che si trovano mediante la filosofia; e, infine, è più necessario questo studio per regolare i nostri costumi e condurci in
4 questa vita di quanto non sia l'uso dei nostri occhi | per guidare i nostri passi. I bruti, che hanno da conservare solo i loro corpi, si occupano di

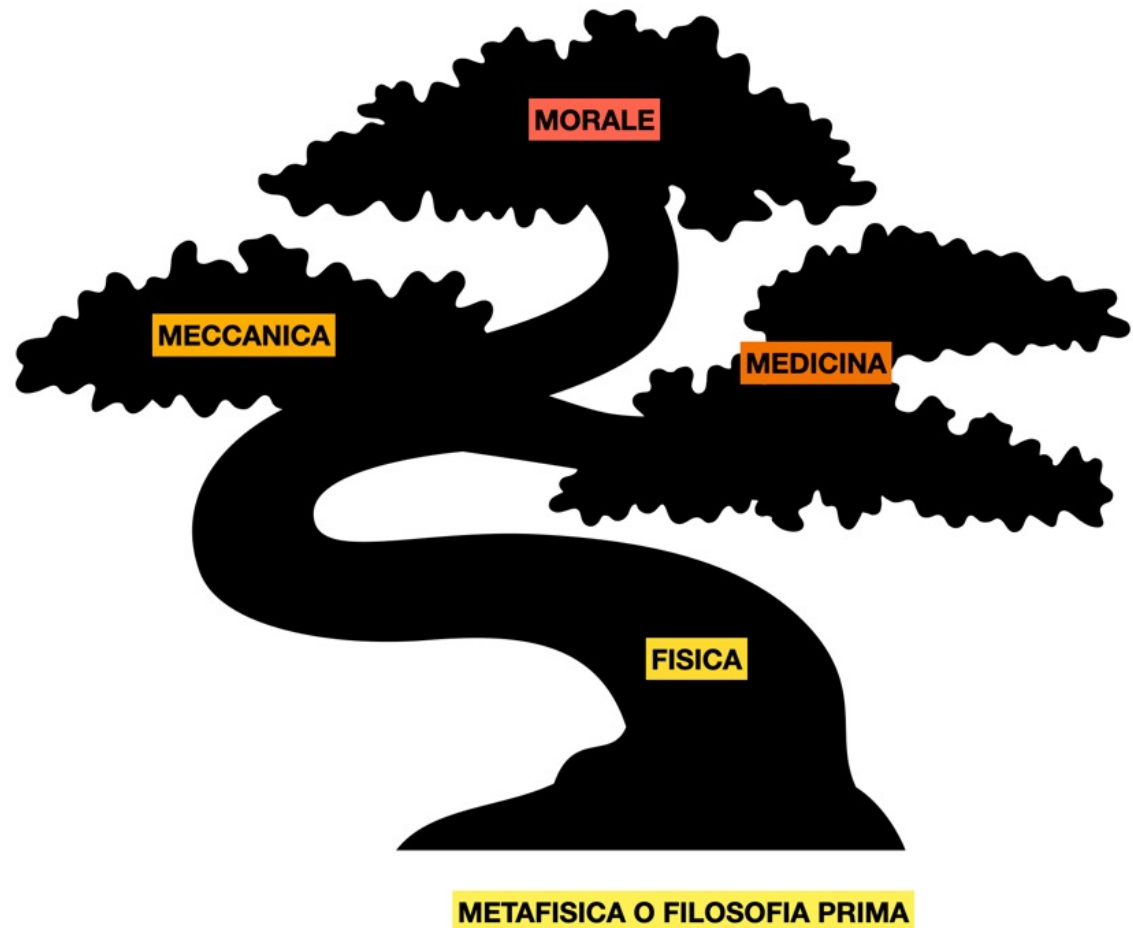
Dai primi principi si procede con deduzioni tali che non resti nulla che non sia del tutto manifesto

Cosa migliore di tutte è applicarsi alla filosofia in prima persona, aprendo gli occhi per condurre se stessi (piuttosto che farsi guidare da altri tenendo chiusi gli occhi)

Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

René Descartes (1596-1650)

La filosofia è come un albero... => la **morale** («la più alta e perfetta morale») (domanda: *come dovrei vivere?*) presuppone una conoscenza completa delle altre scienze ed è «l'ultimo grado della saggezza»



Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

Il Discorso sul metodo (1637)

La morale provvisoria

DISCOURS
DE LA METHODE
Pour bien conduire la raison, & chercher
la verité dans les sciences.
PLUS
LA DIOPTRIQUE.
LES METEORES.
ET
LA GEOMETRIE.
Qui sont des essais de cete METHODE.



A LEYDE
De l'Imprimerie de IAN MAIRE.
MDCCXXXVII.
Avec Privilege.

23 La prima era di obbedire alle leggi e ai costumi del mio paese, continuando ad osservare la religione in cui Dio m'ha fatto grazia di essere educato sin dalla mia infanzia e seguendo, per il resto, le opinioni più moderate e più lontane dall'eccesso che fossero in genere messe in pratica dalle persone più ragionevoli tra coloro in cui mi trovassi a vivere.

La mia seconda massima³⁵ era di essere quanto più fermo e risoluto potessi nelle mie azioni, seguendo sempre le opinioni più dubbie, una volta che mi fossi determinato ad esse, come se fossero assai certe. Imitavo in ciò i viaggiatori che, quando si trovano persi in qualche foresta, non devono né vagare, girando un po' da una parte un po' dall'altra, né fermarsi in un posto, ma camminare sempre il più possibile dritto nella stessa direzione, senza cambiarla per deboli ragioni, quand'anche, all'inizio, fosse stato solo il caso a determinarli nella scelta. In questo modo, infatti, se anche non si dirigono precisamente dove vogliono, perlomeno, alla fine, giungeranno da qualche parte, dove, verosimilmente, staranno meglio che nel mezzo di una foresta. E così, poiché spesso le

Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

Il Discorso sul metodo (1637)

La morale provvisoria

DISCOURS
DE LA METHODE

Pour bien conduire la raison, & chercher
la verité dans les sciences.

PLUS
LA DIOPTRIQUE.
LES METEORES.
ET
LA GEOMETRIE.

Qui sont des essais de cete METHODE.



A LEYDE
De l'Imprimerie de IAN MAIRE.
MDCCXXXVII.
Avec Privilege.

La mia terza massima³⁷ era di cercare sempre di vincere me stesso piuttosto che la fortuna e cambiare i miei desideri piuttosto che l'ordine del mondo; e generalmente di cercare di abituarmi a credere che non vi è nulla che sia interamente³⁸ in nostro potere eccetto i nostri pensieri³⁹; così, dopo aver fatto del nostro meglio, per quanto riguarda le cose che stanno fuori di noi, tutto quel che manca per riuscire resta, rispetto a noi, del tutto impossibile. Questo mi sembrava da solo essere sufficiente per imperdirmi di desiderare in futuro tutto quello che non avrei ottenuto, e rendermi così contento. Infatti, poiché la nostra volontà è portata naturalmente a | desiderare solo le cose che l'intelletto le presenta in qualche modo come possibili, è certo che, se consideriamo tutti i beni che sono fuori di noi come ugualmente lontani dal nostro potere, non rimpiangeremo la mancanza di quelli che ci sembrano dovuti per nascita, qualora ne fossimo privati non per nostra colpa, più di quanto rimpiangiamo di non possedere i regni della Cina o del Messico; e che facendo, come si dice, di necessità virtù, non desidereremo esser sani quando siamo malati, o essere liberi quando siamo in prigione, più di quanto adesso desideriamo un corpo fatto di una materia così poco corruttibile quanto i diamanti o di ali per volare come gli uccelli⁴⁰. Ma ammetto che c'è bisogno di un lungo esercizio e di una meditazione più e più volte ripetuta per abituarsi a guardare sotto questo punto di vista tutte le cose; credo che in ciò consistesse principalmente il segreto di quei filosofi che sono riusciti un tempo a sottrarsi all'impero della fortuna e a disputare della felicità, malgrado i dolori e la povertà, con i loro dèi. Costantemente impe-

Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

Il Discorso sul metodo (1637)

La morale provvisoria

DISCOURS
DE LA METHODE
Pour bien conduire la raison, & chercher
la verité dans les sciences.
PLUS
LA DIOPTRIQUE.
LES METEORES.
ET
LA GEOMETRIE.
Qui sont des essais de cete METHODE.



A LEYDE
De l'Imprimerie de IAN MAIRE.
C1515CXXXVII.
Avec Privilege.

A conclusione di questa morale provvisoria, Cartesio pensa di non poter fare nulla di meglio che ***impiegare tutta la vita a coltivare la propria ragione e ad avanzare per quanto poteva nella conoscenza della verità, seguendo il metodo che si era prescritto***

Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

Le passioni dell'anima (1649)

LES
PASSIONS
DE L'ÂME
PAR
RENE' DES CARTES.



Sur La Copie imprimée à Amsterdam.

A PARIS,

Chez JEAN GVINARD, en la
Grand' Salle du Palais,
au premier Pilier.

M. D C. L.

Scrivendo a Elisabetta di Boemia (il padre fu re di Boemia ma perse il trono; lei in esilio fin da bambina...), Cartesio prende posizione sui «**mezzi che la filosofia ci insegna per raggiungere quella somma felicità che le anime volgari attendono invano dalla sorte e che non possiamo avere che da noi stessi**».

Descartes, *A Elisabetta*, 21 luglio 1645, in R. Descartes, *Tutte le lettere 1619-1650*, a cura di G. Belgioioso, Bompiani, Milano 2009, p. 2051 (AT, IV, pp. 251-253).



Uno di questi mezzi è **esaminare quello che gli antichi ne hanno scritto e cercare di superarli** aggiungendo qualcosa ai loro precetti: così, infatti, possiamo appropriarci di questi precetti e disporci a metterli in pratica.

Prima c'è un riferimento a Seneca, al suo testo intitolato ***De vita beata***. In una lettera successiva Cartesio mette in discussione il rigore e l'utilità del testo di Seneca (4 agosto 1645), riprendendo comunque la distinzione dello stoicismo tra ciò che dipende da noi (virtù, saggezza) e ciò che non dipende da noi, come onori, ricchezze, salute.

Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

Le passioni dell'anima (1649)

LES
PASSIONS
DE L'ÂME
PAR
RENE DES CARTES.



Sur La Copie imprimée à Amsterdam.

A PARIS,

Chez JEAN GVINARD, en la
Grand' Salle du Palais,
au premier Pilier.

M. D C. L.

Struttura dell'opera:

- **PRIMA PARTE:** Sulle passioni dell'anima in generale
- **SECONDA PARTE:** Il numero e l'ordine delle passioni e la spiegazione delle **sei passioni primitive**
- **TERZA PARTE:** Le passioni particolari

ART 1. Limitatezza di quel che gli antichi hanno detto sulle passioni => è come se la materia non fosse mai stata trattata prima

Premesse:

- **il corpo non pensa, né può pensare** [= la materia, la *res extensa*, non può pensare]
- **pensieri e volontà vanno attribuiti alla *res cogitans***, all'anima
- il corpo vivente si caratterizza per l'estensione, il calore e il movimento [non è l'anima che dà calore al corpo e che lo muove]
- pur essendo l'anima e il corpo due sostanze distinte (**dualismo**), il corpo può esercitare delle *azioni* sull'anima (e dal punto di vista dell'anima, questi movimenti che subisce a partire dal corpo si chiamano *passioni*). L'anima può a sua volta *agire* sul corpo (=> **dualismo interazionista**).

Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

Le passioni dell'anima (1649)

LES
PASSIONS
DE L'ÂME
PAR
RENE' DES CARTES.



Sur La Copie imprimée à Amsterdam:

A PARIS,

Chez JEAN GVINARD, en la
Grand' Salle du Palais,
au premier Pilier.

M. D C. L.

ART. 7: i movimenti dei muscoli e i sensi dipendono dai **nervi**: «sono come piccoli filamenti, o come piccoli canali provenienti per intero dal cervello e, come esso, contengono una certa aria o vento sottilissimo, denominato **spiriti animali**».

Cosa succede, più precisamente?

- Il calore del cuore dilata il sangue e mette/mantiene in moto la circolazione
- Le **parti più veloci e sottili del sangue** entrano nella cavità del cervello: sono questi gli **spiriti animali**, che dunque sono **corpi, corpi piccolissimi e rapidi come le parti della fiamma di una fiaccola**: entrano nel cervello e ne escono attraverso i pori, passando poi per i nervi e arrivando ai muscoli e a tutto il corpo
- I muscoli, ad esempio, si accorciano e si allungano a seconda del flusso degli spiriti in ingresso e in uscita

Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

Le passioni dell'anima (1649)

LES
PASSIONS
DE L'ÂME
PAR
RENE' DES CARTES.



Sur La Copie imprimée à Amsterdam.

A PARIS,

Chez JEAN GVINARD, en la
Grand' Salle du Palais,
au premier Pilier.

M. D C. L.

LA COMPOSIZIONE DEGLI 'SPIRITI ANIMALI' PUÒ VARIARE E CIÒ DETERMINA DIVERSI EFFETTI E MOVIMENTI DEL CORPO

Ad esempio: **bevendo vino, i vapori del vino entrano nel sangue: essendo questo tipo di vapori più numerosi del solito, muovono il corpo in modo strano....**

Le caratteristiche degli spiriti sottili e la loro composizione dipende anche dalla disposizione del cuore, del fegato, dello stomaco, della milza ecc., cioè dalla composizione del sangue che arriva al cuore dalle diverse parti del corpo: a seconda della 'consistenza' e delle caratteristiche del sangue variano la 'consistenza' e le caratteristiche degli spiriti animali

Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

Le passioni dell'anima (1649)

LES
PASSIONS
DE L'ÂME
PAR
RENE' DES CARTES.



Sur La Copie imprimée à Amsterdam.

A PARIS,
Chez JEAN GVINARD, en la
Grand' Salle du Palais,
au premier Pilier.

M. D C. L.

Nell'ART. 69 definisce come **PRIMITIVE** le seguenti **PASSIONI**:

- **MERAVIGLIA**
- **AMORE**
- **ODIO**
- **DESIDERIO**
- **GIOIA**
- **TRISTEZZA**

Tutte le altre derivano da queste 6.

Abbiamo, in sostanza, un **codice senario delle passioni (M, A, O, D, G, T)**.
Dalla combinazione degli elementi di base derivano tutte le altre.

Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

Le passioni dell'anima (1649)

LES
PASSIONS
DE L'ÂME
PAR
RENE' DES CARTES.



Sur La Copie imprimée à Amsterdam.

A PARIS,

Chez JEAN GVINARD, en la
Grand' Salle du Palais,
au premier Pilier.

M. D C. L.

ARTICOLO XXVII *La definizione delle passioni dell'anima*

Dopo aver considerato in che cosa le passioni dell'anima differiscano da tutti gli altri suoi pensieri, mi sembra che si possa definirle in generale come percezioni o sensazioni o emozioni dell'anima che si riferiscono a essa in particolare e che sono causate, mantenute e rafforzate da qualche movimento degli spiriti³³.

PROBLEMA FONDAMENTALE per dar conto di ciò:

Cfr. ART. XXX: **L'anima è veramente unita a TUTTO IL CORPO**, ma NON HA RAPPORTI con la materia, con il piano dell'ESTENSIONE della materia.

Dunque: come le 'impressioni' del cervello, legate al movimento degli spiriti animali, possono causare della 'passioni' dell'anima e come i pensieri e la volontà dell'anima possono influenzare il flusso degli spiriti animali?

Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

Le passioni dell'anima (1649)

LES
PASSIONS
DE L'AME
PAR
RENE' DES CARTES.



Sur La Copie imprimée à Amsterdam.

A PARIS,

Chez JEAN GVINARD, en la
Grand' Salle du Palais,
au premier Pilier.

M. D C. L.

La **ghiandola pineale**: c'è una ghiandola, nel cervello, posizionata *al centro della sua sostanza*, sospesa sul dotto attraverso cui comunicano gli spiriti della cavità anteriore e quelli della cavità posteriore del cervello. In questa posizione privilegiata, *la ghiandola è particolarmente sensibile ai movimenti, ne risente*, può essere *mossa*, ma al tempo stesso può influenzare con il suo movimento il movimento degli spiriti animali (ART. XXXI). La **ghiandola pineale** 'unifica' le impressioni generate dagli organi di senso 'doppi' (es. occhi, orecchie) [oggi nota come **epifisi**, ghiandola endocrina (detta anche *corpo* o *ghiandola pineale*), situata nell'interno del cranio tra le eminenze quadrigemine anteriori e unita all'encefalo da un peduncolo.

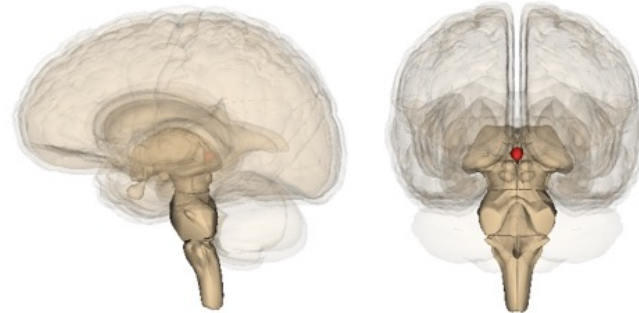
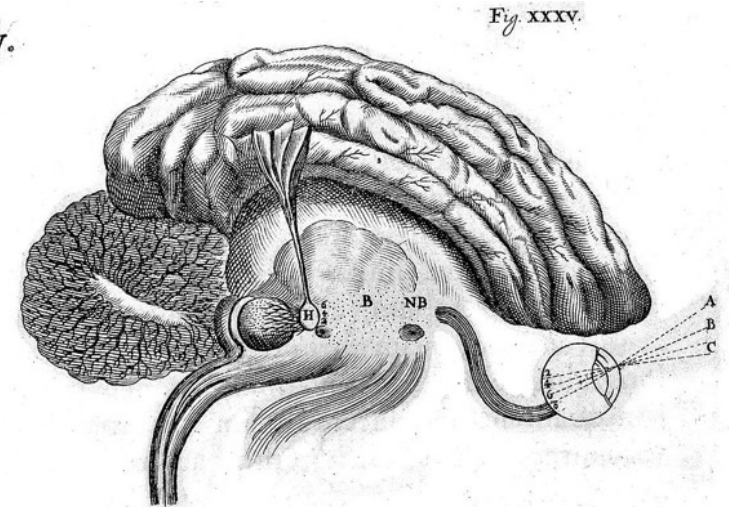


Figura
XXXV.



Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

Le passioni dell'anima (1649)

LES
PASSIONS
DE L'AME
PAR
RENE' DES CARTES.



Sur La Copie imprimée à Amsterdam.

A PARIS,
Chez JEAN GVINARD, en la
Grand' Salle du Palais,
au premier Pilier.

M. D C. L.

ESEMPIO:

- c'è un ANIMALE.
- l'animale viene visto e gli occhi ne formano due immagini
- le due immagini, attraverso i nervi ottici, arrivano al cervello
- gli spiriti animali 'informano' la ghiandola pineale, che unifica le impressioni formando l'immagine dell'animale visto
- la ghiandola agisce 'contro' l'anima trasmettendole la figura dell'animale visto



SE L'IMMAGINE DELL'ANIMALE (o di altra cosa vista) è STRANA E TERRIFICANTE ed ha una relazione con COSE RITENUTE NOCIVE PER IL CORPO

ART. 37



Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

Le passioni dell'anima (1649)

LES
PASSIONS
DE L'ÂME

PAR
RENE' DES CARTES.



Sur La Copie imprimée à Amsterdam.

A PARIS,

Chez JEAN GVINARD, en la
Grand' Salle du Palais,
au premier Pilier.

M. D C. L.

Le passioni non possono essere suscitate o eliminate direttamente attraverso la volontà, ma solo indirettamente, lavorando sulle rappresentazioni (associate alle passioni)

ARTICOLO XLV

Qual è il potere dell'anima riguardo alle sue passioni

Neppure le nostre passioni non possono essere direttamente suscitate o eliminate dall'azione della volontà, ma possono esserlo indirettamente attraverso la rappresentazione di cose che solitamente sono unite alle
363 passioni che vogliamo avere, e che sono | contrarie a quelle che vogliamo rigettare. Così, per suscitare in sé stessi l'audacia ed eliminare la paura, non basta averne la volontà, ma bisogna applicarsi a considerare le ragioni, gli oggetti o gli esempi che persuadono che il pericolo non è grande;

che vi è sempre maggior sicurezza nella difesa che nella fuga; che dall'aver vinto si ricaveranno gloria e gioia, mentre ci si può aspettare solo rimpianto e vergogna dall'essere fuggiti, e così via.

Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

Vediamo un esempio più attuale

COSA FARE SE INCONTRI UN ORSO?

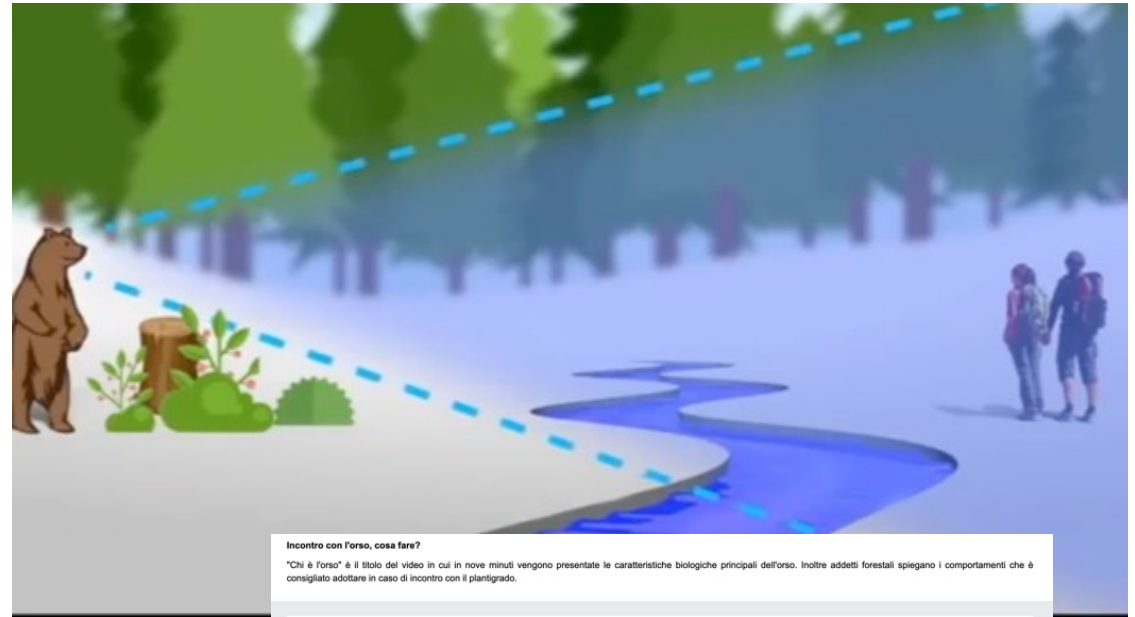
Attenzione: a volte il nostro comportamento diventa parte del problema che vorremmo risolvere

Rappresentarsi la scena diversamente aiuta a gestire l'impatto emotivo (la reazione emotiva ecc.)?

Per 'pensare' al da farsi bisogna avere 'sangue freddo', oppure riuscire a 'pensare' al da farsi aiuta a mantenere il 'sangue freddo'?

Esempi di consigli di esperti

Se l'orso rimane fermo, allontanatevi con calma, indietreggiando o muovendovi lateralmente. Se l'orso dovesse seguirvi, fermatevi e mantenete la vostra posizione. Non lanciate contro l'animale pietre o bastoni, non scappate di corsa e non arrampicatevi su un albero. 26 giu 2017



Incontro con l'orso, cosa fare?

"Chi è l'orso" è il titolo del video in cui in nove minuti vengono presentate le caratteristiche biologiche principali dell'orso. Inoltre addetti forestali spiegano i comportamenti che è consigliato adottare in caso di incontro con il plantigrado.

In caso di avvistamento a distanza...

Se si avvista un Orso in lontananza si può godere tranquillamente di questa rara opportunità. Non esistono pericoli, tuttavia non si deve cercare di avvicinarsi, magari per scattare delle foto. Anche nel caso di avvistamento di cuccioli non tentare di avvicinarli né, tantomeno, di seguirli; la madre ha un forte istinto protettivo e probabilmente non è lontana.

In caso di un incontro ravvicinato

Se ci si trova improvvisamente a pochi metri di distanza da un Orso, è importante mantenere la calma e far notare la propria presenza parlando a voce alta. L'orso si allontanerà. Se ci si imbatte in un piccolo orso bisogna allontanarsi con cautela, poiché quasi sicuramente la madre è nelle vicinanze. Questa è una delle rare occasioni di effettivo pericolo. Se si incontra un orso e questo si dovesse alzare in piedi, non significa che esso stia per attaccare. L'orso, al pari di altri animali selvatici (lepre, marmotta, ecc.), assume questa posizione solo per meglio identificare "l'oggetto" sconosciuto. È comunque opportuno allontanarsi lentamente, senza correre, lasciando sempre una via di fuga all'orso.

Se l'orso manifesta un atteggiamento aggressivo

L'orso non attacca se non è provocato. L'eventuale atteggiamento aggressivo o minaccioso ha il solo scopo di intimorire ed allontanare la persona che lo ha in qualche modo disturbato. Per questo qualche volta si possono verificare falsi attacchi, che non portano ad un reale contatto con l'uomo.

Nel caso in cui l'attacco dovesse invece realmente verificarsi, esperienze acquisite in Nord America ed in Europa orientale suggeriscono di:

- mettere qualcosa davanti a sé, come il cesto dei funghi o l'equipaggiamento da pesca.
- se ciò non aiuta, sdraiarsi a terra in posizione fetale, proteggendo la testa con le braccia.

Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

Le passioni dell'anima (1649)

LES
PASSIONS
DE L'ÂME
PAR
RENE' DES CARTES.



Sur La Copie imprimée à Amsterdam.

A PARIS,

Chez JEAN GVINARD, en la
Grand' Salle du Palais,
au premier Pilier.

M. D C. L.

ARTICOLO XLVII

In cosa consistono i combattimenti che solitamente si immaginano tra la parte inferiore e quella superiore dell'anima

È solo nel conflitto tra i movimenti che il corpo, tramite i suoi spiriti, e l'anima, tramite la sua volontà, tendono a suscitare nello stesso tempo nella ghiandola che consistono tutti i combattimenti che si è soliti immaginare tra la parte inferiore dell'anima, che viene chiamata sensitiva, e la superiore, che è quella razionale, oppure tra gli appetiti naturali e la

volontà. C'è infatti in noi una sola anima, e questa anima non ha in sé alcuna diversità di parti: la stessa che è sensitiva è razionale, e tutti i suoi appetiti sono delle volontà. L'errore che si è commesso facendole recitare diversi personaggi, che sono generalmente contrari gli uni agli altri, deriva semplicemente dal fatto che | non si sono distinte bene le sue funzioni da quelle del corpo, al quale soltanto si deve attribuire tutto ciò che può essere notato in noi che ripugna alla nostra ragione. Di modo che in tutto ciò non vi è altro combattimento che questo: poiché la piccola ghiandola che è al centro del cervello può essere mossa da un lato dall'anima, e dall'altro dagli spiriti animali, che, come ho detto qui sopra³⁸, non sono altro che corpi, accade spesso che queste due spinte siano contrarie, e che la più forte impedisca l'effetto dell'altra. Ora, possiamo

C'è una **sola anima, non divisa in parti**. Si è commesso un errore immaginando che nell'anima recitassero diversi personaggi contrari gli uni agli altri. Non si sono distinte bene le funzioni dell'anima da quelle del corpo

Ricorda, ad esempio, la tripartizione platonica dell'anima nella *Repubblica*, per dare conto del conflitto intrapsichico:

- **Parte razionale** = *logistikòn* | λογιστικόν
- **Parte 'animosa'** = *thymoeidès* | θυμοειδής (parte 'combattiva', orientata all'onore, al prestigio ecc.)
- **Parte 'appetitiva', desiderativa, concupiscibile** = *epithymetikòn* | ἐπιθυμητικόν (quale si manifesta e si 'scatena' nel sogno: parte ferina, bestia policefala)

Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

Le passioni dell'anima (1649)

LES PASSIONS DE L'ÂME

PAR

RENE' DES CARTES.



Sur La Copie imprimée à Amsterdam.

A PARIS,

Chez JEAN GVINARD, en la
Grand' Salle du Palais,
au premier Pilier.

M. D C. L.

Le 'armi' a nostra disposizione sono **giudizi fermi e determinati** che riguardano la conoscenza del bene e del male.

La forza dell'anima sta nel non lasciarsi coinvolgere dalle passioni del momento. Anche un'anima debole può essere guidata ad avere il **potere assoluto sulle passioni** (esempio del cane da caccia, ART. 50)

Nello stoicismo antico i giudizi sono fondamentali per controllare le passioni. Anche perché secondo alcuni le passioni sono giudizi, o correlate fortemente a giudizi (l'amore per il denaro sta nel giudicare il denaro cosa di valore).

Epitteto scrive: **A turbare gli esseri umani non solo le cose, ma i giudizi attorno alle cose.**

Es. si teme la morte giudicando che la morte è un male. Cambiando modo di vedere le cose e giudizi sulle cose, cambiano gli effetti delle cose su di noi

non richiede un lungo uso. Allo stesso modo, quando si trova inopinatamente qualcosa di molto sporco in un cibo che si sta mangiando con appetito, la sorpresa di questa scoperta può cambiare talmente la disposizione del cervello, che in seguito non potremo più vedere tale cibo se non con orrore, mentre in precedenza lo mangiavamo con piacere. E si può notare la stessa cosa tra gli animali; infatti, sebbene essi non abbiano la ragione, né forse alcun pensiero, tutti i movimenti degli spiriti e della ghiandola, che in noi suscitano le passioni, sono anche in essi e servono a intrattenere e fortificare non già le passioni come in noi, bensì i movimenti dei nervi e dei muscoli, | che di solito le accompagnano. Così, quando un cane vede una pernice, è portato naturalmente a correre verso di lei, e quando sente un fucile sparare, tale rumore lo spinge naturalmente a scappar via; ma nondimeno i cani da caccia vengono generalmente addestrati in maniera tale che la vista di una pernice li faccia fermare e che il rumore che sentono subito dopo, quando si spara contro di essa, li faccia accorrere. Ora, queste cose sono utili a sapersi, per dare a

Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

1 Vedere le cose come effettivamente sono

LOGICA | FISICA (visione adeguata
della natura, del cosmo, della psyché)

ETICA



2 Non essere agitati, scossi, trascinati in alto e in basso dagli eventi

Esercizi filosofici per la navigazione della vita | 2

Vedere le cose come effettivamente sono



A turbare gli esseri umani non sono le cose (PRÁGMATA), bensì i loro giudizi sulle cose (DÓGMATA)

Non essere agitati, scossi, trascinati in alto e in basso dagli eventi