



Sophia's voices

Le voci di Sophia

**Rivista di Filosofia
e scienze umane**

Journal of
philosophy
and
humanities



<https://levocidisophia.it>

<https://levocidisophia.it/en/>

EDITORE: STEFANIA LOMBARDI. VIA DEI BOLLORI, 735. 55100 LUCCA



Le voci di Sophia, numero 5 [DIVERSITÀ BIOLOGICA E CULTURALE], 2025. ISSN: 2975-0156



Direttore responsabile: Paolo Ercolani (Aggiunto come Direttore responsabile DOPO il processo di revisione tra pari inerente alla pubblicazione del primo numero a seguito di accordi successivi post revisione effettuata; iscritto all'albo dei giornalisti), Università degli Studi di Urbino Carlo Bo.

Direttrice editoriale, coordinamento scientifico, curatela del numero monografico e sponsorizzazione: Stefania Lombardi, Università Europea di Roma e CNR (tecnologa). ORCID ID: 0000-0003-3545-1170.

Comitato di direzione: Beppe Carrella (già Luiss Guido Carli), Sara Chessa (Giornalista. Bridges for Media Freedom), Maria De Carlo [Giornalista pubblicista. Presidente di "Conduco un Dialogo"], Mario De Caro (Università Roma Tre. Aggiunto nel Comitato di Direzione dopo il 15 aprile 2025), Paolo Ercolani (Università degli Studi di Urbino Carlo Bo), Arianna Fermani (Università di Macerata), Mario Guarna [Presidente del Premio Nazionale di Filosofia], Stefania Lombardi (CNR. ORCID ID: 0000-0003-3545-1170), Antonio Martone (Università degli Studi di Salerno. Aggiunto nel Comitato di Direzione dopo il 15 aprile 2025). Pamela Memè (Giornalista pubblicista. Ultima affiliazione come studentessa: Università Europea di Roma), Riccardo Roni (Università della Basilicata. ORCID ID: 0000-0002-9704-2033), Nicla Vassallo (Università di Genova. Aggiunta nel Comitato di Direzione dopo il 15 aprile 2025).

Comitato scientifico: Domenico Bilotti (Università Magna Graecia – Catanzaro), Danilo Campanella (già Università degli Studi Giustino Fortunato), Beppe Carrella (già Luiss Guido Carli), Sara Chessa (Bridges for Media Freedom), Antonio Cecere (Università Tor Vergata di Roma), Stefano Coletta, Francesco Coniglione (Università degli Studi di Catania), Giuseppe D'Acunto (Università Pontificia Regina Apostolorum), Mario De Caro (Università Roma Tre), Moira De Iaco (Università degli Studi di Bari. ORCID ID: 0000-0001-5943-8267), Anna Donise (Università degli Studi di Napoli Federico II), Paolo Ercolani (Università degli Studi di Urbino Carlo Bo), Adriano Fabris (Università di Pisa. ORCID ID: 0000-0001-5245-4125), Ubaldo Fadini (Università degli Studi di Firenze. ORCID ID: 0000-0002-1425-0540), Fabiola Falappa (Università di Macerata), Arianna Fermani (Università di Macerata), Valentina Ferrari (CNR. Aggiunta dopo il 15 aprile 2025), Piero Formica (Innovation Value Institute della Maynooth University, Irlanda), Elena Giglia (Università di Torino. ORCID ID: 0000-0003-4927-2632), Elisa Guidi (Scuola Normale Superiore di Pisa), Barbara Henry (Scuola Superiore Sant'Anna di Pisa), Alfonso Maurizio Iacono (Università di Pisa), Laura Lippolis (Sapienza – Università di Roma), Stefania Lombardi (CNR. ORCID ID: 0000-0003-3545-1170), Giovanni Magri (già Università degli Studi di Catania), Antonio Martone (Università degli Studi di Salerno), Paola Chiara Masuzzo (IGDORE. ORCID ID: 0000-0003-3699-1195), Alessio Moneta (Scuola Superiore Sant'Anna di Pisa. ORCID ID: 0000-0002-1117-1062), Luigi Somma (Università degli Studi di Salerno. ORCID ID: 0009-0006-1236-3484), Roberto Mordacci (Università Vita-Salute San Raffaele, Milano. ORCID ID: 0000-0002-6949-549X), Donato Nitti (Tongji University, Shanghai), Antonina Nocera (Accademia cristiana russa per gli studi umanistici – RHGA. ORCID ID: 0000-0002-2517-2701), Giuseppe Pintus (Università degli Studi di Sassari. ORCID ID: 0000-0003-2628-5713), Paolo Quintili (Università Tor Vergata di Roma), Riccardo Roni (Università della Basilicata. ORCID ID: 0000-0002-9704-2033), Luigi Russo (Università Europea di Roma. ORCID ID: 0000-0001-5871-7619), Laura Santos Fernández (Universidad CEU San Pablo – Madrid), Salvatore Spina (già Università degli Studi di Messina. ORCID ID: 0009-0006-4318-9220. Aggiunto dopo il 15 aprile 2025), Michele Stanco (Università degli Studi di Napoli Federico II. ORCID ID: 0000-0002-1117-1062), Luigi Somma (Università degli Studi di Salerno. ORCID ID: 0009-0006-1236-3484), David Vannozzi (Università Telematica Pegaso), Nicla Vassallo (Università di Genova), Jose Luis Vazquez-Poletti (Universidad Complutense de Madrid. ORCID ID: 0000-0002-6241-8141), Simone Zacchini (Università di Siena. ORCID ID: 0000-0002-8817-7075), Susy Zanardo (Università Europea di Roma), Achille Zarlenga (University of Rijeka), Davide Zizza (Italian Oscar Wilde Society).

Comitato di redazione: Carmelo Bisucci (Ultima affiliazione come studente: Università degli Studi di Catania; collaborazione iniziata nel cuore del quinto numero della rivista), Danilo Campanella (già Università degli Studi Giustino Fortunato), Stefano Coletta (psicologo iscritto all'Ordine degli Psicologi del Lazio, Università delle Tre Età), Andrea Ignazio Daddi (Ultima affiliazione come studente: Università degli Studi di Milano-Bicocca. ORCID ID: 0000-0001-6550-8233), Moira De Iaco (Università degli Studi di Bari. ORCID ID: 0000-0001-5943-8267), Fabiola Falappa (Università di Macerata; collaborazione iniziata durante la fine della redazione del secondo numero della rivista), Roberta Graci (CNR; collaborazione iniziata nel cuore del terzo numero della rivista), Elisa Guidi (Scuola Normale Superiore di Pisa), Stefania Lombardi (CNR. ORCID ID: 0000-0003-3545-1170), Silvia Manca (Università Telematica Pegaso), Gioacchino Mazzocco (Ultima affiliazione come studente: Università degli Studi Federico II di Napoli. ORCID ID: 0009-0006-2234-464X; collaborazione iniziata durante la fine della redazione del secondo numero della rivista), Pamela Memè (Ultima affiliazione come studentessa: Università Europea di Roma), Alessio Moneta (Scuola Superiore Sant'Anna di Pisa. ORCID ID: 0000-0003-4786-9507), Donato Nitti (Tongji University, Shanghai), Davide Orlandi (Universidad de Granada. ORCID ID: 0009-0007-2102-625X), Federica Piangerelli (Università di Macerata. ORCID ID: 0000-0002-5448-4544; collaborazione iniziata immediatamente dopo la pubblicazione del primo numero della rivista), Luigi Somma (Università degli Studi di Salerno. ORCID ID: 0009-0006-1236-3484), Federico Virgilio (Scuola Umbra di Consulenza Filosofica), Achille Zarlenga (già University of Rijeka).

Revisioni tutte in double blind peer review. NB: I nominativi dei revisori in double blind peer review sono stati pubblicati (assieme a quelli noti in open peer review) in occasione delle prime quattro uscite della rivista. La successiva pubblicazione sarà effettuata dopo altri 4 numeri pubblicati.

Layout editoriale a cura di Stefania Lombardi.

Sponsor per il costo dei DOI degli articoli, per l'eventuale pagamento dell'ISSN della rivista e per i costi di un'eventuale registrazione della rivista: Stefania Lombardi.

Autori, redattori e revisori contribuiscono a titolo gratuito alla rivista e, anche per questo, si ringraziano tutti. Si ringrazia il redattore e membro del Comitato Scientifico Donato Nitti per i non pochi pareri legali forniti a titolo gratuito in materia di proprietà intellettuale - e non solo - nel corso di questa prima pubblicazione.

Grazie anche alle menti poetiche come quelle di Tiziana Amendola che hanno arricchito un nostro editoriale.

PS: Per uniformità si è optato per una sola affiliazione dei membri del Comitato Scientifico, anche in presenza di più affiliazioni; solo per la Direzione si fanno eccezioni.

Collaborazioni con il "Premio Nazionale di Filosofia" (Presidente: Mario Guarna) e con la rivista "Il Contributo" diretta da Aldo Meccariello.



Indice del quinto numero: Diversità culturale e biologica

Titolo: Editoriale – Diversità e collaborazione

Autrice: Stefania Lombardi

Link: <https://levocidisophia.it/2025/06/26/editoriale/>

Doi: 10.14672/VDS20255ED14

7

Titolo: Per un cucinare biodiverso. La Marsica sostenibile e biodiversa riscopre il suo antico sapore.

Autrice: Maria Galdi

Link: <https://levocidisophia.it/2025/05/10/per-un-cucinare-biodiverso-la-marsica-sostenibile-e-biodiversa-riscopre-il-suo-antico-sapore/>

Doi: 10.14672/VDS20255PR14

11

Titolo: La diversità bioculturale: nessi, caratteristiche, sfide

Autore: Carmelo Bisucci

Link: <https://levocidisophia.it/2025/05/10/diversita-bioculturale-nessi-caratteristiche-sfide/>

Doi: 10.14672/VDS20255PR15

32

Titolo: Riflessioni sulla biodiversità

Autore: Davide Orlandi

Link: <https://levocidisophia.it/2025/05/10/riflessioni-sulla-biodiversita/>

Doi: 10.14672/VDS20255PR16

47

Titolo: Recensione 1 - Recensione di Davide Orlandi a "La Chiesa brucia. Crisi e futuro del cristianesimo" di Andrea Riccardi

Autore: Davide Orlandi

Link: <https://levocidisophia.it/2025/05/10/recensione-1/>

Doi: 10.14672/VDS20255RE13

60

Titolo: Recensione 2 - Recensione di Maria Galdi a "Le parole sono finestre, oppure muri" di Marshall B. Rosenberg

Autrice: Maria Galdi

Link: <https://levocidisophia.it/2025/06/26/recensione-2/>

Doi: 10.14672/VDS20255RE14

71

Titolo: Recensione 3 - Recensione di Carmelo Bisucci a "Nuove lezioni di filosofia. I temi fondamentali del pensiero umano" di Antonio Rinaldis

Autore: Carmelo Bisucci

Link: <https://levocidisophia.it/2025/06/26/recensione-3/>

Doi: 10.14672/VDS20255RE15

76

Titolo: Recensione 4 - Recensione di Alessandra Pellegrino a "Filosofie di Avatar. Immaginari, soggettività, politiche" a cura di Antonio Caronia e Antonio Tursi

Autrice: Alessandra Pellegrino

Link: <https://levocidisophia.it/2025/04/30/recensione-4/>

Doi: 10.14672/VDS20255RE16

79

Titolo: Invited paper 1 - Il tramonto delle ideologie in Paul Karl Feyerabend: Against Method. Outline of an Anarchistic Theory of Knowledge.

Autore: Andrea Gentile

Link: <https://levocidisophia.it/2025/07/02/invited-paper-1/>

Doi: 10.14672/VDS20255IP16

85

Titolo: Invited paper 3 - Oblio e perdono: da un secolo all'altro

Autore: Stefano Bucciarelli

Link: <https://levocidisophia.it/2025/07/08/invite-paper-3/>

Doi: 10.14672/VDS20255IP18

94

Titolo: Invited paper 4 - Pinocchio maestro di diversità tra culture diverse e stili di pensiero

Autrice: Anna Lisa D'Aniello

Link: <https://levocidisophia.it/2025/07/30/invited-paper-4/>

Doi: 10.14672/VDS20255IP19

112

Titolo: Invited paper 5 - Verso una monocoltura dell'umano

Link: <https://levocidisophia.it/2025/07/30/invited-paper-5/>

Doi: 10.14672/VDS20255IP20

121

Titolo: Invited paper 2 - Science as an Universal Language: From Apollo-Soyuz to the International Space Station

Autore: José Luis Vázquez Poletti

Link: <https://levocidisophia.it/2025/07/02/invited-paper-2/>

Doi: 10.14672/VDS20255IP17

150





La scelta dello stile Chicago per note e bibliografia adottata solitamente dalla rivista è stata effettuata perché

Questa pratica garantisce snellezza nelle citazioni e facilità di accesso alle informazioni più dettagliate. La bibliografia deve essere ordinata alfabeticamente per autore, in modo che i riferimenti inseriti in nota possano essere recuperati agevolmente.

[https://it.bul.sbu.usi.ch/learning/chicago_note], sito visitato per l'ultima volta il 29/06/2023. In Chicago style, nei titoli, si utilizzano le virgolette alte per articoli in inglese e basse (caporali) per articoli in italiano. Per le citazioni a testo, invece, valgono la rivista adotta i seguenti criteri:

Il corsivo senza virgolette, sempre, per citazioni lunghe e separate dal resto del testo con un carattere più piccolo. Non essendo un testo di narrativa vanno preferite le virgolette alte a quelle basse/caporali (la rivista NON le utilizza), a meno che non ci sia un dialogo. In Chicago style si possono elencare i curatori come autori (ma con cur., specificato dopo) e in questo senso, ad esempio, un autore vivente sembra aver curato il volume con un autore deceduto da molti decenni (o secoli) ma non è così. Quando ci sono state citazioni tratte da APA style, la rivista ha riadattato la citazione APA con autore e anno (Paolino 2015, ad esempio) con autore, anno (Paolino, 2015).

Gli articoli prodotti rispettando i criteri di circa 20000/30000 battute (spazi inclusi; solo per la seconda call della rivista, data la vastità del tema che riguarda il riconoscimento e le discriminazioni, il massimale è stato, eccezionalmente, portato a 72000 battute) in Times (da Mac) o Times Romans con una sola interlinea di spazio, devono essere inviati a: redazione@levocidisophia.it

Allineamento giustificato. Carattere 12. Utilizzare il carattere 10 per le note. Come stile citazionale per note e bibliografia si raccomanda sia il chicago-fullnote-bibliography-16th-edition, che il chicago-author-date-16th-edition. Entrambe le forme vanno bene per la rivista, sebbene le note potrebbero risultare, in questo modo, non del tutto omogenee. Se abbiamo un doi delle pubblicazioni che citiamo, possiamo usare il <https://citation.crosscite.org/> che, una volta inserito il doi, converte l'articolo nello stile citazionale richiesto, nel nostro caso, ad esempio, chicago-fullnote-bibliography-16th-edition, e nella lingua richiesta; selezioniamo infatti, en-GB se il nostro articolo è in inglese o it-IT se il nostro articolo è in italiano.

In Chicago style non si indicano le pagine con p. o pp. ma direttamente con il numero, ad esempio:

"Paolino, Paperino. Spirito della rivoluzione dei paperi, 99. Paperopoli: Paperas Editore, 1940"* è corretto perché la pagina 99 è indicata subito dopo il titolo preceduta da una virgola. Se citiamo ancora quel saggio di Paolino Paperino, non usiamo ibidem o ivi ma il cognome dell'autore, una virgola e il numero di pagina. Ad esempio: "Paolino, 401" è corretto e non un'omissione di testo perché è indicato nella nota precedente. Lo stile Chicago fa parte delle norme editoriali della rivista ed è stato inserito fra i criteri di valutazione nella griglia dei revisori; e, se non utilizzato, quella parte è necessariamente valutata in modo negativo. I revisori sono scrupolosi e, occorre ricordare (vale sempre) che non bisogna mai prendersela se le valutazioni possono anche essere negative, accade anche ai più competenti e preparati; semmai, occorre far tesoro di quei suggerimenti per le prossime volte. Non ci sono intenti punitivi ma solo intenti sinceramente volti al nostro miglioramento. Note e bibliografia sono importanti ma non sono necessarie per un invited paper (non soggetto a peer review nella nostra rivista); lo sono, invece, per gli articoli rispondenti alle varie call della rivista e sempre soggetti a peer review nella nostra rivista, nonché elemento di valutazione nella griglia consegnata ai revisori (la bibliografia è esclusa dal massimale di caratteri previsti per singolo articolo). Dal secondo numero abbiamo deciso di dare spazio anche alle recensioni che hanno un massimale di battute di 15000 caratteri spazi inclusi (possiamo inserire massimo 8 recensioni per numero), a meno che non sia una recensione ragionata (ne prevediamo al massimo una per numero). Le recensioni hanno poche o nulle note, non è necessaria una bibliografia, e non sono soggette a peer review; restano soggette a un controllo redazionale. Sono previsti doi anche per le recensioni. Ovviamente, i doi, pur avendo una base fissa e una variabile, hanno una base fissa differente a seconda se sono editoriali, invited paper, articoli soggetti a peer review (il cuore della nostra rivista) o recensioni. Siamo una rivista nuova, e, forse per questo, facilmente confondibile con una rivista predatory (pratica che combattiamo anche grazie, in primis, alle nostre rigorose peer review; grazie anche a tutto il nostro lavoro redazionale ai fini dell'uniformità generale; e grazie alla non richiesta di qualsivoglia pagamento; l'unica cosa che hanno in comune le riviste giovani e le riviste predatory è la richiesta di contributi per email ad alcuni docenti e/o ricercatori - e da lì la confusione - ma, nelle riviste giovani, questa pratica si rende, a volte, necessaria dato che non sono ancora conosciute); in quanto rivista nuova, non abbiamo ancora gli anni necessari per la scientificità e questo potrebbe "allontanare" chi è pratico di questo mondo e attirare chi non ne ha dimestichezza alcuna e che, dalle valutazioni, anche negative, dei nostri revisori potrebbe imparare moltissimo. Ai "pratici", invece, diciamo che è un investimento, come si dovrebbe fare con ogni rivista nuova, altrimenti destinate al fallimento alla nascita se nessuno crede nelle nuove riviste. Pochi sono pratici della portata rivoluzionaria delle riviste in diamond open access, non ne comprendono le implicazioni, non comprendono l'importanza di mantenere i propri diritti come autori senza doverli cedere a un qualsiasi editore per pubblicare; e non comprendono ancora, inoltre, quanto sia importante che nessuno debba pagare, né chi scrive e né chi legge, per la diffusione della conoscenza. Tuttavia, è il futuro delle pubblicazioni. Per esigenze editoriali, a volte, la redazione potrebbe formattare i lavori in queste forme ibride egualmente corrette:

- "Paolino, Paperino. 1940. Spirito della rivoluzione dei paperi, 99. Paperopoli: Paperas Editore"(chicago-author-date-16th-edition)
- "Paolino, Paperino (1940). Spirito della rivoluzione dei paperi, 99. Paperopoli: Paperas Editore" (sorta di merge con apa).



Policy sulle affiliazioni

Le affiliazioni indicate per i membri dei comitati scientifici ed editoriali di Le voci di Sophia hanno esclusivamente una funzione informativa, biografica e contestuale. Salvo ove espressamente indicato, tali affiliazioni non implicano rapporti di impiego, collaborazione attiva o rappresentanza istituzionale con gli enti menzionati. In assenza di una collaborazione accademica o istituzionale in corso, può essere indicata l'ultima affiliazione rilevante a fini di contestualizzazione del percorso scientifico o culturale della persona.

Le voci di Sophia si impegna ad aggiornare periodicamente tali informazioni per garantire la massima chiarezza e correttezza editoriale.

La presente versione (01/01/2026) aggiorna le informazioni relative alle affiliazioni dei membri dei comitati, al fine di migliorarne chiarezza e trasparenza.

Le versioni precedenti devono considerarsi superate e non più rappresentative dello stato attuale.

Si invita, in caso di possesso di versioni PDF obsolete, a fare riferimento esclusivamente all'ultima versione disponibile.



RECENSIONE 2

Recensione di Maria Galdi a "Le parole sono finestre, oppure muri" di Marshall B. Rosenberg

Maria Galdi, Università Degli Studi dell'Aquila

E-mail: mariagaldi22@outlook.it

doi: [10.14672/VDS20255RE14](https://doi.org/10.14672/VDS20255RE14)

(<https://levocidisophia.it/2025/06/26/recensione-2/>)

(<https://www.doi.org/10.14672/VDS20255RE14>)

Titolo: Le parole sono finestre, oppure muri. Introduzione alla comunicazione nonviolenta

Autore: Marshall B. Rosenberg

Formato: 15 x 2 x 23 cm, 280 p.

Editore: Edizioni Esserci, Cavriago (RE), 2020



Fig. 2. L'immagine, di proprietà dell'editore, è qui utilizzata solo ai fini previsti di trattazione del testo e d'incentivare la conoscenza e la diffusione dell'opera.



Nel quotidiano mondo contemporaneo, spesso si assiste ad una regressione della comunicazione, che passa da un cortocircuito. Nella storia della comunicazione, l'essere umano, infatti, dalla semplicità dell'arcaico ha progredito verso il complesso del presente, per poi giungere oggi a quel che sembra un indietreggiamento, con un moto tanto opposto quanto diretto, verso una semplificazione depauperante. Le cause di un tale cambiamento possono ricondursi a più fattori, i più impattanti dei quali rimangono la frenesia tipica del *modus vivendi* della maggior parte della popolazione e la pervasività della tecnologia, che se da un lato semplifica, facilita, rende più immediato e veloce il comunicare, dall'altro appunto lo spoglia e lo impoverisce, in alcuni casi all'estremo: si pensi all'uso delle *emoji*, geroglifici moderni, sempre più sostituti delle parole in una comunicazione che diviene unicamente grafica e che, da un certo punto di vista, tanto toglie allo scambio umano.

Questo accade non del tutto a torto. I cambiamenti di una società sono sempre il riflesso di quel che accade anche nel suo contesto, e sono sempre necessari nel momento in cui si verificano, al di là del loro essere giudicabili come positivi o negativi.

La tecnologia e la fretta con la quale conduciamo le nostre esistenze, rendono possibili tantissime delle cose che sono ormai parte del vissuto di tutti e, dunque, indispensabili; ma sono anche i fattori scatenanti di un progressivo allontanamento dell'umano dall'umano.

Lo psicologo Marshall Rosenberg, negli anni '60, giunge all'ideazione di un nuovo modello di comunicazione, che pare proprio avere come obiettivo un riavvicinamento, un ritorno al dialogo di qualità: un approccio, che mira a creare connessioni più profonde e autentiche, sia con sé stessi che con gli altri, basato sull'empatia e sulla comprensione reciproca.

Le dinamiche tipiche della modernità, cui si è accennato pocanzi, vengono analizzate nelle loro dinamiche sottili e profonde, anche attraverso il prezioso ausilio di soluzioni pratiche, creando un vero e proprio metodo: una comunicazione nonviolenta, basata sul contatto emotivo e del sentire, empatico.

Negli ultimi anni il termine *empatia*, accanto ad esempio a *resilienza*, è stato molto in voga, fino quasi a perdere di significato, proprio come accade quando si ripete una parola troppe volte.

Volgendo lo sguardo all'etimologia, però, si può cogliere il senso più profondo della parola, ecco allora che l'Enciclopedia Treccani sentenzia:

dal greco en= in, dentro e paqeia (paq- da pascw= soffrire) = qui traducibile come sentimento, e in generale l'idea di sentire.

In psicologia, la capacità di comprendere lo stato d'animo e la situazione emotiva di un'altra persona, in modo immediato, prevalentemente senza ricorso alla comunicazione verbale. Più in particolare, il termine indica quei fenomeni di partecipazione intima e immedesimazione attraverso i quali si realizzerebbe la comprensione estetica.

Comprendere l'altro senza bisogno di parole, sentendo e percependo quel che prova, solo grazie a quello che può definirsi, molto riduttivamente, uno spiccato tipo di sensibilità.

Proprio in questo nodo cruciale si innesta l'innovazione apportata da Rosenberg: fondere empatia e linguaggio, generando una comunicazione di tipo verbale, nonviolenta, che solo ad una prima e



superficiale analisi può sembrare non necessaria. Essa, invece, una volta sperimentata, si configura come indispensabile.

Se essere empatici significa non avere bisogno di parole per comprendere gli altri, comunicare empaticamente significa, invece, impiegare molte parole, puntando alla chiarezza e alla completezza del messaggio.

Comunicare con empatia significa rendere manifesto all'altro che esiste un legame tra le parti in causa, significa avallare le incomprensioni e i malfunzionamenti del dialogo e significa riuscire ad avvicinarsi, praticando compassione, tolleranza, comprensione, immedesimazione.

Lo psicologo fornisce esempi pratici di questo tipo di comunicazione, tramite spezzoni di dialogo centellinati nel testo in ogni capitolo. Un eloquente estratto è fornito proprio nel primo capitolo, nel quale si parla del cuore della comunicazione nonviolenta, che è poi sostanziato dall'ascolto profondo, dal rispetto dell'altro e dalla focalizzazione dell'attenzione sulla soggettività altrui:

Mi trovavo a presentare la Comunicazione Nonviolenta in una moschea nel Campo Profughi Deheisha di Betlemme, di fronte a circa 170 uomini musulmani palestinesi. In quel periodo, il loro atteggiamento verso gli americani non era favorevole. Mentre parlavo, mi accorsi improvvisamente di un'ondata di agitazione soffocata che si spargeva tra il pubblico. "Stanno sussurrando che lei è americano!" mi avvertì il traduttore, quando d'un tratto un signore tra i presenti scattò in piedi. Guardandomi negli occhi, gridò con tutto il fiato che aveva nei polmoni: "Assassino!" Subito una dozzina di altre voci si unirono a lui in coro: "Omicida!", "Assassino di bambini!", "Assassino!"

Per fortuna, riuscii a concentrare la mia attenzione su ciò che l'uomo sentiva e desiderava. In questo caso, avevo degli indizi. Mentre viaggiavo verso il campo profughi, avevo visto molti contenitori vuoti di gas lacrimogeno che erano stati lasciati nel campo la sera prima. chiaramente stampata su ogni contenitore c'era la scritta "Made in U.S.A." Sapevo che i profughi nutrivano molto rancore verso gli Stati Uniti perché questi fornivano gas lacrimogeno ed altre armi ad Israele.

Mi rivolsi all'uomo che mi aveva chiamato assassino.

Io: è arrabbiato perché vorrebbe che il mio governo usasse diversamente le sue risorse? (non sapevo se il mio tentativo era azzeccato, ma ciò che contava davvero era lo sforzo sincero da parte mia di connettermi con i suoi sentimenti e bisogni).

Lui: certo che sono arrabbiato! Pensate che abbiamo bisogno di gas lacrimogeno? Abbiamo bisogno di fognature, non del vostro gas lacrimogeno! Abbiamo bisogno di case! Abbiamo bisogno di avere un paese nostro!

Io: quindi lei è furioso e vorrebbe ricevere qualche aiuto per migliorare le vostre condizioni di vita e per ottenere l'indipendenza politica?

Lui: ha idea di che cosa vuol dire vivere qui da ventisette anni come faccio io con la mia famiglia, i bambini e tutto quanto? Ha una seppur vaga idea di come stanno le cose qui da noi?

Io: sembra che lei sia molto disperato e si chiedi davvero se io o qualcun altro possiamo capire cosa significhi vivere in queste condizioni.



Lui: vuole capire? Mi dica, ha dei figli? Vanno a scuola? Hanno dei parchi dove giocare? Mio figlio sta male! Gioca nelle fogne a cielo aperto! In classe non hanno libri! Ha mai visto una scuola senza libri?

Io: sento quanto è doloroso per lei crescere i suoi figli qui; vorrebbe che io sapessi che quello che lei desidera è quello che tutti i genitori desiderano per i loro figli: una buona istruzione, la possibilità di giocare e di crescere in un ambiente sano...

Lui: giusto, le cose fondamentali! I diritti umani, non è così che li chiamate voi americani? Perché molti più di voi non vengono qui a vedere il tipo di diritti umani che state portando?

Io: vorrebbe che più americani fossero consapevoli dell'enormità della vostra sofferenza e riflettessero più in profondità sulle conseguenze delle nostre azioni politiche?

Il nostro dialogo continuò, con quell'uomo che esprimeva il suo dolore e io che ascoltavo il sentimento ed il bisogno dietro ciascuna affermazione, per quasi altri venti minuti. Non mi mostrai né in accordo né in disaccordo. Non ricevetti le sue parole come attacchi, ma come doni provenienti da un altro essere umano, mio simile, disposto a condividere con me la sua anima e la sua profonda vulnerabilità. Una volta che quel signore si fu sentito compreso, fu in grado di ascoltarmi mentre spiegavo le ragioni della mia presenza presso il campo. Un'ora dopo, quello stesso uomo che mi aveva chiamato assassino mi invitò a casa sua per una cena di ramadan.

Le vite delle persone, nel bene e nel male, sono mosse e traghettate dalle relazioni che queste stabiliscono con gli altri e dalle azioni quotidiane che scaturiscono a loro volta proprio da queste interazioni. Risiede proprio qui l'importanza capitale del lavoro di Rosenberg.

Talvolta, inoltre, le esistenze cambiano dopo un semplice, quanto cruciale e spartiacque, dialogo. Una conversazione può cambiare una vita.

L'autore esamina, capitolo dopo capitolo, sentimenti e metodi di approccio ed utilizzo della CNV, che, una volta introiettati, divengono parte dello schema mentale del parlante, che diviene capace poi di attuarli quindi senza sforzo, poiché ormai in grado di esprimere liberamente i suoi bisogni, giungendo ad un'armonica risoluzione, persino dei conflitti più intricati, ma anche di tutelare l'altro locutore, essendo in grado di non ferirlo, ma divenendo capace di porsi nel suo punto di vista e di esprimere e condividere questa profonda vicinanza generatasi.

Alla base di questo processo ci sono due assunti: il dover ammettere che ci si trovi in un contesto nel quale la comunicazione è spesso inadeguata, migliorabile, inefficace, e la consapevolezza che l'elemento fondante di questo passo in avanti verso l'empatizzazione del dialogo è la pazienza.

Si tratta infatti di investire tempo nella parola, esprimendosi con i termini giusti, estraendoli con cautela dalle possibili combinazioni, prendendosi un momento per costruire una frase più completa, che sia in grado di spiegare al meglio ciò che vogliamo arrivi dall'altra parte, attraverso l'utilizzo di tecniche e metodologie *ad hoc*.

La filosofia di Rosenberg allora si fonda proprio su questo: una comunicazione efficace ed efficiente è in grado di ricoprire un ruolo fondante e decisivo, non solo nel trasmettere un messaggio correttamente all'altro, ma soprattutto è tale da migliorare le relazioni interpersonali, insegnare ad esprimere bisogni ed emozioni, giungere a sentirsi finalmente visti, compresi, accolti.



Le voci di Sophia, numero 5, 2025. ISSN: 2975-0156

