



INTELLIGENCE IN LIFESTYLE

SETTEMBRE
2010

NUMERO
22



IL MASCHILE DE
Il Sole
24 ORE

Nr 22/2010 del 20 agosto 2010 mensile Poste Italiane
Sped. in A.P. - D.L. 353/2003 CONV. L. 46/2004 ART. 1, C.1,
DCB MILANO - Venerdì 20 agosto in abbonamento
obbligatorio con "Il Sole 24 ORE" 1,50 euro (1,00 euro
quotidiano + 0,50 euro "IL") - Da sabato 21 agosto
solo "IL" - Il maschile del "Sole 24 ORE" 0,50 euro

VALORI

— ***Fuga in sanatorio***

Ritrovare se stessi, come in
un romanzo di Thomas Mann

EMOZIONI

— ***Nel tempio di Mou***

In pellegrinaggio al Bernabéu,
lo stadio divenuto leggenda

TENDENZE

— ***Università da cani***

Il decalogo per la scelta
e l'educazione dell'amico Fido

Loggeria Italia

— *La Cricca e la P3, Carboni e carbonari, poteri forti
e fantocci. "Più sette per tutti" è lo slogan del Paese?*





RITROVARE SE STESSI – Come nelle pagine della *Montagna incantata*

TORNIAMO A RESPIRARE

FERMarsi E FARE IL VUOTO. IN UN'ATMOSFERA CHE CI RIPORTA INDIETRO DI UN SECOLO, AL LIBRO DI THOMAS MANN. IL SANATORIO ESISTE ANCORA. CON PAZIENTI DIVERSI, AFFLITTI DA UN MALE MOLTO CONTEMPORANEO

TESTO – **Tommaso Basevi** da Braunlage / Harz (Germania) | FOTOGRAFIE – **Nelly Rodriguez** per **IL**
MUSICA – **The Coral** · **Butterfly House**

Le streghe di Valpurga, racconta la leggenda, abitano un poco più su, nascoste tra le pendici e le grotte del monte Brocken, dove Goethe amava scarpinare in solitudine tra sentieri ombrosi, guizzanti ruscelli e squarci di luce che irrompono attraverso i rami delle conifere. Poi la “Cortina di ferro” lacerò la regione faustiana dell’Harz, macchia verde incontaminata nel cuore della Germania, a cavallo tra Est e Ovest. E ci mancò poco che il Sanatorium Dr. Barner di Braunlage finisse dalla parte “sbagliata”. Ma di rischi i membri della **dinastia** oggi rappresentata dal 47enne Johann ne hanno affrontati parecchi, riuscendo comunque sempre a preservare il sanatorio dalle cupe vampe della storia. Una “bolla” direbbe il filosofo Peter Sloterdijk, uno spazio protetto da una coltre di silenzio (*Leise!* avverte il cartello vintage appeso a un albero del giardino) in cui i principi della *Lebensreform* che si diffusero nel mondo germanico all’inizio del XX secolo e che riportavano in auge i benefici di una vita sana a **contatto con la natura** si fondono con le pratiche “olistiche” della psicoterapia, dello yoga, dei bagni di sole, del riposo all’aria pura (*Liegekur*) riportandoci dritti dritti alle atmosfere svizzere del sanatorio di Davos catturate in un grande libro di Thomas Mann.

IL MARE CON UN SECCHIELLO

La sua *Montagna incantata* non si è sciolta come neve davanti all’avanzata delle beauty farm e dei centri benessere. Il mito del Berghof descritto da Mann rivive nelle sale *jugendstil* e proto-bauhaus di questa clinica che nel 1933 ospitò Lili, consorte di Paul Klee e dove il nonno di Johann sposò una paziente di origine ebrea che tra queste mura, protetta dal silenzio complice dei suoi cari, riuscì a sfuggire alle persecuzioni naziste. Seguendo gli insegnamenti di **Jean-Martin Charcot** e i primi esperimenti di psicoanalisi, Friedrich Barner, umanista e filologo riconvertito alla medicina, “ipnotizzava” i suoi ospiti colpiti dal male oscuro della depressione praticando l’elettroterapia.

Il Sanatorium Barner diffonde, scientemente, effluvi di un passato remoto ma sedimentato nell’inconscio collettivo, effluvi atti a risvegliare i ricordi primigeni, i traumi rimossi del paziente che qui sceglie di fermarsi e “fare il vuoto”, ricercando il suo Io perduto in un ambiente impregnato di oggetti e atmosfere che appartengono alla cultura e alle **tradizione umanistica** tedesca e alle sperimentazioni del “moderno” ai suoi albori. Qui, tra le pareti di lincrusta e le sedie disegnate da Peter Behrens, maestro





«Questo non è un hotel a cinque stelle, ma la sua atmosfera mi ha conquistato»

di Gropius e Mies van der Rohe, qui, sotto gli stucchi della sala circolare riservata alle serate musicali, **Hans Castorp** riprende vita, ricerca il respiro perduto.

Il giovane borghese protagonista della *Montagna incantata* oggi ha cambiato nome: proviene anch'egli da Amburgo ma si chiama Ralf. Non ha "macchie umide" nei polmoni né fuma sigari Maria Mancini. È un salutista in Lacoste che va in bicicletta con tutta l'attrezzatura del perfetto *mountain biker*. Ma anche lui ha un "male oscuro", una patologia tipica della propria **epoca ipercinetica** e globalizzata il cui nome in codice è *burn out*. Primi sintomi: tachicardia, emicranie, calo del desiderio sessuale, perdita delle nozioni spazio-temporali, ansia. Il *burn out* è una discesa agli inferi. Al secondo livello compaiono periodici attacchi di panico, pulsioni suicide, perdita di fiducia in se stesso. Segnali di un disagio e di una sofferenza che creano il vuoto tra il soggetto colpito (in genere un manager o un alto quadro dirigente ossessionato dalle performance professionali, ovvero un *workaholic*) e l'entourage familiare, amicale, lavorativo.

«Sei come un uomo in barca - ci spiega Ralf mostrandoci la sua **camera con vista** dotata di lettino "analitico" per le *réveries* post-pranzo una barca in cui si è aperta una falla da cui, inesorabilmente, continua a entrare acqua. Fai sforzi sovrumani ma è come cacciare indietro il mare con un secchiello. Affondi. Sei sempre stato un vincente, hai costruito la tua personalità in base a un solo imperativo: il successo. Vedere che qualcosa sta cambiando provoca sensi di colpa devastanti, provi a buttarti a capofitto nel lavoro ma nonostante l'impegno ti infogni sempre più. Stress e depressione provocano un aumento di adrenalina e cortisone nell'organismo danneggiando il sistema immunitario. Io lavoravo per una grande impresa immobiliare, 4 giorni su 7 li passavo in **Business class**. Appena sceso a terra mi fiondavo in taxi e passavo le giornate in riunione. Dai meno 5 gradi della →



FATE IL RIPOSINO

Nelle foto grandi, l'ora del riposo nel giardino; il corridoio che collega la struttura centrale progettata da Albin Müller alla vecchia ala dell'edificio.

Nelle foto piccole, dall'alto: serata nella sala concerti (per il programma della stagione, aperta a tutti e organizzata con il Conservatorio di Hannover, si veda il sito); particolare di un laboratorio creativo; nel salone che dà sul parco. In apertura, la cura della sdraio all'aria aperta (*Liegekur*)

sanatorium-barner.de





HANS E THOMAS SOSPESI NEI GRIGIONI

di Riccardo Paradisi

Niente appare più inattuale, nell'era delle ginnastiche e della performance salutistica, d'un sanatorio alpino. In particolare del sanatorio di Davos, nelle alpi svizzere dei Grigioni, teatro d'ambientazione della *Montagna incantata* di Thomas Mann (sopra nel disegno), scena d'azione d'un agire che si risolve nel patire e nel meditare di Hans Castorp, il protagonista del romanzo qui inchiodato dalla tubercolosi. Lui, figlio della pianura tedesca, prigioniero del chiuso mondo della stazione climatica alpina. Vi resta sette anni Castorp a Davos e saranno «i sette anni favolosi del suo incantamento» perché qui il tempo non è dettato dalla vita sociale, ma da un ritmo che si fonda sull'unità dei mesi, dove anche i minuti per misurare la febbre si stirano pigri. Castorp non fa riparare il suo orologio e non stacca più i fogli del calendario: il tempo di Davos è un tempo sottile, qualitativamente diverso da quello della pianura, di coloro che sono sani e attivi. È il tempo del mito, delle civiltà fondate sullo spazio, antiche come le montagne dei Grigioni. Con la discesa di Castorp in pianura e l'esplosione della Grande Guerra fa irruzione nel mondo la civiltà ritmata dal divenire concitato d'un tempo senza qualità, si dispiega l'epoca liquida di cui noi viviamo l'apoteosi ginnica, tecnica e virtuale. Nell'illusione d'un ubiquità che è impulso a muoversi, a esserci, a spostarsi, a ritrovarsi in ogni luogo... fuorché in se stessi.



Illustrazione di Danilo Agutoli

MEDITATE, GENTE

Dall'alto, riunione giornaliera del team di medici e psicologi; la sala massaggi e il corso di yoga (all'aperto nella bella stagione). Foto grandi: la sala da pranzo (presto due lunghe tavole sostituiranno i tavolini circolari); Rolf in camera

I soggiorni durano 6-8 settimane, poi si riprende contatto con la vita di tutti i giorni

Germania ai 35° del Brasile, tra aria condizionata, umidità tropicale, pasti indigesti e sfiancanti cene di lavoro. Avevo un raffreddore cronico, alle riunioni il cervello mi partiva. Sono qui da 4 settimane. Quando uscirò tornerò a lavorare, ma in un'impresa locale. Quando sono arrivato mi sono chiesto: che ci faccio io qui? Tutto mi sembrava imperfetto, **troppo familiare**, guardi l'entrata del sanatorio! L'entrata è una vetrina, la cartina di tornasole di quello che c'è dietro, lo sanno tutti... Viviamo in una società dell'immagine e questo non è un hotel a 5 stelle. Poi però proprio quest'atmosfera mi ha conquistato. Prima di lanciarmi nel business avevo studiato architettura. E lo stile del sanatorio mi ha ricordato il mio passato. L'architetto che ha costruito la struttura centrale è **Albin Müller**, uno degli esponenti della scuola di Darmstadt. All'Università era uno dei miei preferiti».

Müller ha applicato alla struttura del sanatorio il principio del *raumkunst*: ogni stanza è diversa dall'altra, rappresenta un'entità a se stante che in base alla gradazione dei colori e alla sua forma influenza l'umore degli astanti, ravviva **sopite emozioni**. «La traiettoria esistenziale di Albin Müller illustra l'approccio clinico ma anche filosofico del Sanatorium», racconta Johann Barner. «Il futuro celebre architetto entrò al Barner come paziente, a 35 anni vi tornò per sistemare secondo le nuove tendenze che preparavano lo stile bauhaus l'edificio in cui era stato ricoverato e che lo aveva accolto. Qui, fin dai tempi del mio trisnonno si è sempre data molta importanza alla relazione medico-paziente. Non facciamo terapie di gruppo. Il rapporto è unicamente a due, **faccia a faccia**. La persona che viene da noi ha a disposizione uno psichiatra, uno psicoterapeuta e può seguire diverse attività, ma non è obbligata a rinunciare alla propria privacy. Diversamente da quanto succedeva a Davos, i soggiorni non durano più di 6-8 settimane, poi si rimette il naso fuori, si riprende contatto con la vita di tutti i giorni sapendo però che si può tornare per un altro soggiorno e per un secondo ciclo di terapie».

Ralf, il nostro *burn out* dal fisico slanciato, sembra appena uscito dal torneo del Roland Garros. Asciugamano sulla spalla si siede quieto ad ascoltare la lettura di un racconto di Peter Suskind (*Amnesia in Litteris*). Può permettersi





di sonnecchiare. Nella stanza accanto giocano a scacchi altri due ricoverati per “sindrome da stress lavorativo”, il detective privato Wolfgang, fisico corpulento e capelli tinti e il pallido e nervoso Roman, appena sbarcato a Braulage: «Ho 39 anni, per 20 anni ho fatto il poliziotto. I miei superiori mi additavano ad esempio. Calmo, professionale. La divisa era la **corazza** dietro la quale occultavo le mie ferite. Pianificavo tutto. Non c’era spazio per l’emotività. Poi ho cominciato a scivolare. Scatti d’ira, pianti improvvisi. Un giorno ho preso a calci la porta durante una perquisizione di routine e ho puntato l’arma in faccia alla persona che mi si è parata davanti. Ho capito che mi stavo avvicinando a un punto di non ritorno. Ammettere la mia vulnerabilità è stata dura. Ripenso all’educazione che ho ricevuto, i miei erano frigidì, **terrorizzati dalle emozioni**. Rivivo i momenti in cui mio padre mi guardava gelidamente e dopo una marachella mi dava appuntamento in salotto per il dopo cena, per una punizione ritardata e inferta a frustate... ora riscopro le mie passioni. Amo il bungee jumping, la scarica di adrenalina che procura e la moto: correre lungo una strada con il vento nei capelli senza pensare a nulla, libero davvero».

ENTRIAMO NELLA CASA D’ARIA

Ascolti Roman e riemergono i ricordi. È il 2010, ma la Germania fa ancora i conti con le ferite di un’algida cultura di derivazione protestante, anaffettiva fino al **sadismo**. Come in un fotogramma rivedi le immagini in bianco e nero del *Nastro bianco*. I germi di un incendio descritti con precisione da entomologo dal regista Michael Haneke. I germi che al Sanatorium Barner vengono approcciati con metodologie ibride tese a riconnettere i legati spezzati tra passato e presente, a tentare una difficile e dolorosa riconciliazione. Una presa di coscienza.

«Da psicanalista e terapeuta mi sono reso conto che la gente, a volte, è **vittima di incendi**, così come avviene con i palazzi. La tensione prodotta dai nostri stili di vita, dal nostro mondo complesso consuma le loro risorse come una fiamma, lasciando solo un enorme vuoto interno, anche se l’involucro esterno può continuare ad apparire relativamente intatto.» Herbert Freudenberg, uno dei primi psicanalisti ad aver studiato i casi di *burn out*, così scriveva negli anni Settanta. Per spegnere l’incendio, per evitare che le fiamme brucino gli Hans Castorp del XXI secolo, il Sanatorium Barner offre i propri antidoti. *Lebenreform* adattata alla società liquida dei nostri giorni. Chi è sfinito ha uno spazio per riposare. La chiamano *Lufthütte*, la “casa d’aria”, **sospesa sugli alberi**. Costruita in legno è seminascosta ai margini del parco. Ma per entrarci basta arrampicarsi su una scaletta di legno e spingere il cigolante portoncino d’entrata. ■

