



ATHENAEUM N.A.E.

DIRITTI E DOVERI UNIVERSALI DELL'UOMO

Risvegliare, educare, praticare

LA NOSTRA UMANITÀ

Anno scolastico 2022-2023

Unità di Lavoro n.1

LE PAROLE DEI SAGGI / 2 – IL RISPETTO DEI DIRITTI E LA REGOLA D'ORO

FOCUS/WEBLETTER

SOMMARIO

1. INTRODUZIONE
2. IL RISPETTO DEI DIRITTI
Lavoro di gruppo: Qualche esempio quotidiano
3. L'EGOISMO ESCLUSIVO: PERSEGUIRE SOLO I PROPRI INTERESSI
Lavoro di gruppo: Davanti allo specchio...
4. GERARCHIA DEI DIRITTI / DOVERI
Esercizio di riflessione individuale: La Gratitudine
5. I PICCOLI ATTI CHE CONTANO
6. LA RICERCA DELL'EQUILIBRIO
7. LA COSCIENZA MORALE
8. LA REGOLA D'ORO
9. LA REGOLA D'ORO NEL TEMPO
10. IN QUALE AMBITO APPLICARE LA REGOLA D'ORO?
11. QUAL È LA PORTATA PRATICA DELLA REGOLA D'ORO?
12. COME PRATICARE LA REGOLA D'ORO IN MODO EFFICACE?



1. INTRODUZIONE

Benvenuti in questa nuova Unità di lavoro, che si intitola “Le parole dei Saggi/2 – Il rispetto dei diritti e la regola d’oro”.

Questa Unità di lavoro fa parte di un ciclo di tre Unità, che hanno lo scopo di tracciare un possibile percorso per “risvegliare, educare e praticare la nostra umanità”, come recita il titolo generale del Progetto promosso da Athenaeum N.A.E..

Nella società in cui viviamo, sembrano prevalere l’egoismo, la sopraffazione e la menzogna, e per quieto vivere spesso ci adeguiamo passivamente e mettiamo a tacere il nostro senso di umanità nei rapporti con gli altri, per conformismo, o indifferenza e mancanza di empatia, o per mancanza di consapevolezza. Si tratta quindi di rendersene conto e cercare di risvegliare le nostre qualità umane, come l’attenzione per gli altri, la compassione, la solidarietà, l’altruismo.

- Nella prima Unità, (2021-22) intitolata “Le parole dei Saggi/1 – La conoscenza di sé”, sono stati proposti alcuni metodi pratici per approfondire la conoscenza di noi stessi e individuare i nostri difetti e i nostri punti deboli. Tratti caratteriali come l’egoismo, l’invidia, il pregiudizio, eccetera, costituiscono il maggior ostacolo allo sviluppo del senso di umanità nei confronti degli altri, e riconoscerli è la premessa indispensabile per cercare di rimuoverli.
- In questa seconda Unità (2022-23) cercheremo di comprendere l’importanza del rispettare i diritti, in particolare i diritti degli altri, e del praticare la cosiddetta Regola d’oro, ovvero volere e fare per gli altri ciò che vorremmo per noi, e viceversa. Il senso di umanità si sviluppa infatti attraverso la pratica concreta dell’etica, che spesso è fatta di piccoli comportamenti spiccioli all’apparenza irrilevanti. La pratica dell’etica consiste essenzialmente nel rispettare i diritti e nell’altruismo, fino ad assimilarne i principi e a praticarli in maniera naturale.
- Ed è proprio sulla pratica concreta dell’altruismo che sarà incentrata la terza Unità, (2023-24) come piena realizzazione in noi del senso di umanità.

In questo percorso ci accompagneranno le parole di grandi saggi, che dal passato ai nostri giorni continuano a indicarci la strada da seguire, ricordandoci quei principi etici universali, la cui pratica ci porterà a comportarci da veri esseri umani.

In sintesi: imparare a riconoscere i nostri difetti, rispettare i diritti e mettersi al posto degli altri, praticare l’altruismo, sono i presupposti per sviluppare il nostro senso di umanità.

2. IL RISPETTO DEI DIRITTI

In questa Unità non ci occuperemo dei diritti umani in generale, o delle grandi battaglie per affermarli, quanto piuttosto della nostra attitudine personale al rispetto dei diritti.



Le guerre, le persecuzioni, i grandi atti criminali, sono infatti il frutto di tante trasgressioni e violazioni, che sono perpetrate da singoli individui, nei confronti di altri individui e dei loro diritti alla vita, alla pace, ai propri affetti.

Appare quindi evidente che è soltanto a cominciare dai singoli individui, da noi stessi, dall'osservazione dei nostri comportamenti, nel microcosmo del nostro ambiente, e dalla consapevolezza delle pulsioni aggressive che portano ognuno di noi a calpestare i diritti dell'altro, che si può fare "prevenzione": ovvero sentire in noi il dovere di lottarvi contro, superare i conflitti nella relazione con l'altro, educarci al senso di umanità, e a livello globale, secondo la capacità di ognuno, diminuire il flusso del male nel mondo e contribuire a una pacifica convivenza civile.

Esamineremo quindi l'attitudine personale al rispetto dei diritti nella nostra dimensione quotidiana, a cominciare da quelli del nostro corpo e della nostra psiche, per proseguire in una sorta di gerarchia, con i diritti di chi via via ci è più vicino, come la nostra famiglia, la scuola, gli amici, la società in cui viviamo, senza tralasciare i diritti degli animali, delle piante, degli oggetti.

Ogni essere, infatti, che si tratti di una persona, un animale, una pianta, un oggetto, o l'ambiente in cui viviamo, ha un diritto, in quanto tale e per la funzione che svolge. Un albero assorbe anidride carbonica e restituisce ossigeno, ha quindi una funzione importante per noi e per l'ambiente, e non va maltrattato o abbattuto senza motivo. Se abbiamo in casa un animale domestico, ci siamo assunti la responsabilità di trattarlo bene e di curarlo. Un vestito va mantenuto pulito e in ordine, perché svolga la sua funzione. E così via...

A fronte di ogni diritto, c'è quindi il dovere di rispettarlo. Ugualmente, per acquisire un diritto, bisogna compiere i doveri relativi per meritarlo. Per esempio, per ottenere un diploma, bisogna studiare e sostenere gli esami di quel corso di studi. Appare quindi evidente che il binomio diritti/doveri è indissolubile.

Afferma **Ostad Elahi**, eminente giurista, filosofo e musicista di origine persiana: "*La chiave di volta della vita in società è il rispetto del diritto altrui.*" Il rispetto del diritto degli altri è la pietra angolare della vita familiare e sociale, che garantisce pace e armonia nei rapporti con gli altri, e si applica ad ogni livello delle relazioni umane.

Afferma **Jacqueline Morineau**, massima propugnatrice della mediazione nei conflitti, in particolare in ambito penale: "*Il conflitto nasce dalla rottura del rapporto tra due parti, legate da obblighi comuni da osservare per il bene di entrambi. Il conflitto è sempre legato alla rottura dei legami.*" (Jacqueline Morineau, *La mediazione umanistica*, Edizioni Centro Studi Erickson 2018)

Per cominciare il nostro lavoro, si tratta quindi di verificare, nella vita di tutti i giorni, quanto siamo capaci di rispettare i diritti, nostri e degli altri, e di compiere i rispettivi doveri. Rispettarli o trasgredirli costituisce infatti il vero banco di prova per lo sviluppo del nostro senso di umanità.



Ogni giorno ci ritroviamo a trasgredire i diritti seppur minimi di chi ci sta accanto, o di chi neppure conosciamo, il più delle volte senza averne la minima coscienza.

Ogni trasgressione provoca infatti uno squilibrio e una reazione, e questo si ripercuote sia a livello individuale, producendo malessere e risentimenti, sia sul contesto in cui ci troviamo a vivere, generando a sua volta una catena di squilibri e reazioni.

Lavoro di gruppo: qualche esempio quotidiano...

Rifletti sui seguenti comportamenti e con la classe aggiungi altri esempi, osservando le tue azioni quotidiane e quelle degli altri, e analizzando le possibili ripercussioni delle tue azioni, sia sul piano individuale che sociale.

Ascoltare la propria musica preferita a tutto volume: si disturbano i vicini, si impongono agli altri le proprie scelte, si deteriorano i rapporti interpersonali.

Lasciare in disordine il proprio letto e i propri vestiti: non si rispetta l'ambiente in cui si vive, si scarica il lavoro su qualcun altro, si crea malumore. Ci è mai capitato che qualcuno si rivolga a noi con aggressività senza che ci rendiamo conto di esserne stati la causa?...

Parcheggiare il motorino nello spazio riservato ai disabili: si crea disagio a chi è più fragile, e si prende anche la multa...

Copiare i compiti da un compagno più diligente: si approfitta dell'altro, si provoca risentimento e... non si impara niente...

Isolare un compagno dal contesto/classe, perché è un "nerd", o non si veste secondo i nostri gusti, o ha un difetto fisico, eccetera. Si crea sofferenza nell'altro, si dà un cattivo esempio e si genera una corrente negativa, incentivando un'imitazione conformista da parte degli altri, senza contare che una volta o l'altra potrebbe succedere anche a noi... In alcuni casi di bullismo, c'è chi ha assistito indifferente all'aggressione nei confronti di un compagno, o addirittura ha filmato l'episodio e lo ha messo sui social, amplificando ulteriormente il malessere fisico e psicologico della persona vittima di una tale aggressione.

Contribuire al degrado urbano: imbrattare i muri del quartiere, produrre schiamazzi notturni, abbandonare bottiglie di birra e altri rifiuti nelle piazze e nei luoghi della "movida", soprattutto nei weekend, abbandonare i monopattini per terra, sui marciapiedi, senza pensare che qualcuno potrebbe caderci sopra ...

Non rispettare la fila: e sentirsi anche furbi....

Sull'autobus, rimanere seduti e indifferenti di fronte a una persona anziana o sofferente.



Arrivare regolarmente in ritardo a scuola o al lavoro: si compromette il lavoro degli altri, creando malumori, generando maldicenza, oppure creando complicità o fornendo degli alibi agli altri con il proprio esempio: “se lo fa lui...”

ECCETERA...

3. L'EGOISMO ESCLUSIVO: PERSEGUIRE SOLO I PROPRI INTERESSI

Perseguire ad ogni costo solo i nostri interessi, senza tenere minimamente conto di quelli degli altri, è spesso la causa che ci porta a ledere il diritto altrui. Questo aspetto verrà maggiormente approfondito nella sezione “La Regola d’oro”. Qui ci limitiamo a definire il fenomeno, attraverso le parole di tre grandi personalità:

Jacqueline Morineau afferma che *“Oggi l’uomo è schiavo di ciò che ha creato. La società del benessere ha generato solitudine. Occorre abbandonare il territorio dell’ego con i propri interessi, paure e sofferenze per aspirare a quanto di più elevato c’è nell’uomo...”*

Afferma **Papa Francesco**, nella Lettera Enciclica *Fratres Omnes*, Fratelli tutti: *“L’individualismo consumista provoca molti soprusi. Gli altri diventano meri ostacoli alla propria piacevole tranquillità. Dunque si finisce per trattarli come fastidi e l’aggressività aumenta. Ciò si accentua e arriva a livelli esasperanti nei periodi di crisi, in situazioni catastrofiche, in momenti difficili, quando emerge lo spirito del “si salvi chi può”. Tuttavia, è ancora possibile scegliere di esercitare la gentilezza. Ci sono persone che lo fanno e diventano stelle in mezzo all’oscurità”.*

Ostad Elahi afferma: *“Il primo passo da compiere nella conoscenza di sé è la lotta contro l’egoismo e l’egocentrismo”.* E ancora: *“Un vero essere umano dà sempre la precedenza all’interesse altrui piuttosto che al proprio. Non adotta il comportamento comune che consiste nel cercare innanzitutto il proprio interesse, e poi, eventualmente, fare attenzione all’interesse degli altri”.*

Per cominciare a lavorare su di noi, quindi, dobbiamo innanzitutto provare a ribaltare la nostra gerarchia di interessi in vista di un interesse comune, a considerare gli interessi degli altri, e ad individuare in noi quali siano le pulsioni – prima fra tutte l’egoismo - che ci spingono maggiormente a ledere il diritto altrui.



Lavoro di gruppo: Davanti allo specchio...

Ecco alcuni dei principali difetti caratteriali che ci portano a ledere il diritto altrui, e che hanno la loro radice principale nell'egoismo e nell'egocentrismo.

Leggere e riflettere individualmente per qualche minuto: ci riconosciamo in qualcuno dei seguenti "ritratti"?

Se sì, annotiamoli, e poi discutiamo in classe su quali comportamenti possiamo adottare per cercare di superarli.

Egoismo: anteporre sempre i propri interessi e le proprie esigenze a quelle degli altri.

Arroganza e sufficienza: trattare gli altri con sufficienza, offendere la loro dignità, usare parole ed espressioni che feriscono, sottolineare differenze di tipo sociale od economico.

Bullismo: perseguitare le persone più fragili, scaricando su di loro le proprie debolezze, tensioni, insoddisfazioni.

Pretese immotivate: pretendere dei diritti senza averne il merito, oppure avere la costante convinzione che i nostri diritti non siano rispettati.

Mancanza di pazienza e di tolleranza: non sopportare che gli altri siano "lenti", come per esempio rispondere alle persone anziane, che ci chiedono aiuto nell'uso del cellulare o del computer: "Ma è facilissimo, basta fare così!!" senza spiegare che cosa abbiamo fatto...

Fretta, disordine e disorganizzazione: la mancanza di una corretta programmazione di tempi e scadenze ci porta a far male il nostro lavoro, o a dare la precedenza ai nostri impegni a scapito dei diritti di chi ci vive accanto. Effetti su di noi e sugli altri: per esempio, in un lavoro di gruppo, le nostre mancanze si ripercuotono sul lavoro degli altri e creano malumori.

Voler piacere agli altri: anteporre questa forma di vanità ai doveri che vengono prima in graduatoria ma che non sono gratificanti, per suscitare il giudizio positivo degli altri.

Influenza dell'ambiente: spesso non sappiamo sottrarci alla pressione del pensiero comune o del gruppo che frequentiamo, ed emettiamo sugli altri dei giudizi superficiali che si basano sul sentito dire; oppure ci associamo alla maldicenza gratuita o trasgrediamo alcune regole della convivenza civile. Per esempio, parcheggiamo sullo scivolo dei disabili, portiamo a spasso il cane senza sacchetto e paletta, corriamo con il monopattino sui marciapiedi, rischiando di investire i pedoni, eccetera, "perché tutti fanno così"! Ancor più grave, ci lasciamo influenzare nell'uso dei social media, rivelando aspetti privati delle persone e trincerandoci spesso dietro l'anonimato, creando nel "bersaglio" turbamenti e stati d'animo a volte irrecuperabili...



4. GERARCHIA DEI DIRITTI / DOVERI

Come abbiamo già visto, ogni essere ha dei diritti, cui corrispondono dei doveri. Proviamo a individuare i più importanti, e a stabilire una gerarchia di priorità nel rispettarli, anche in base al grado di responsabilità che abbiamo nei confronti degli altri.

a. I doveri verso noi stessi

Il nostro corpo e la nostra psiche, e anche la nostra dimensione spirituale, il nostro io più profondo, sono un deposito che abbiamo in affidamento, per portare a compimento le nostre potenzialità. Hanno quindi dei diritti, a cui fa fronte il nostro dovere di mantenerli in salute, perché possano svolgere in maniera equilibrata le loro funzioni. Abbiamo il dovere di mantenere in salute il nostro corpo, di praticare possibilmente uno sport, di evitare sostanze dannose, come il fumo, l'alcool e le droghe, che alterano lo stato di coscienza normale.

Anche la psiche ha diritto a una vita armonica ed equilibrata, abbiamo il dovere di studiare e di prepararci per il nostro futuro, di frequentare i nostri coetanei, di coltivare interessi o di dedicarci al volontariato, e di evitare certe dipendenze psicologiche, come un uso eccessivo dei social, il gioco, eccetera. Abbiamo anche il dovere di non affaticarla, e concederci con equilibrio riposo e divertimenti leciti.

Anche la nostra dimensione spirituale ha dei diritti, e forse il nostro primo dovere è quello di ascoltare la voce della nostra coscienza e seguirne le indicazioni, anche quando non ci fanno piacere...

b. I doveri verso gli altri

I doveri verso gli altri mettono in gioco le nostre responsabilità a vari livelli, tanto che trasgredirne alcuni può avere un risvolto addirittura penale. In ordine di priorità, abbiamo dei doveri verso i genitori, la famiglia, gli amici, la società, eccetera, senza dimenticare i doveri verso le altre creature come gli animali, i vegetali, gli oggetti, eccetera.

Il rispetto del diritto altrui non si limita al rispetto dei diritti codificati dalle leggi, che regolano la vita sociale e garantiscono l'ordine e la pace, ma comporta anche che si rispettino i principi dell'etica, come per esempio mantenere le proprie promesse e i propri impegni, evitare la maldicenza, l'aggressività, gli intrighi, la calunnia, eccetera. ...

Il rispetto dei diritti si pratica giorno dopo giorno, nei dettagli della vita quotidiana, nelle piccole cose senza importanza come nelle grandi decisioni. Il diritto altrui comprende anche dei piccoli atti apparentemente insignificanti, come per esempio la cortesia e la buona educazione nei rapporti quotidiani, rispondere gentilmente a un saluto, eccetera.



5. I PICCOLI ATTI CHE CONTANO

Quali sono gli atti che hanno contato molto per noi?

I piccoli atti di cui parliamo sono insignificanti nei loro effetti apparenti, ma creano come un'eco in chi ne ha beneficiato. Il gesto rimane vivo nella memoria, sia per l'aiuto ricevuto, ma anche per il modo in cui è stato compiuto, se fatto con benevolenza e semplicità, e può a sua volta produrne di simili... Si genera così una catena di reazioni positive...

Qualche esempio:

Il saluto. A seconda dell'accento che vi si pone, dell'attenzione con cui ci si rivolge all'altro, delle parole che si scelgono... il saluto potrà produrre un reale effetto di calore, di fiducia, di affetto, ecc.

I piccoli gesti di convivialità. Questi piccoli gesti si possono compiere in qualsiasi contesto (scolastico, di amicizia, familiare, ecc.) e consistono nel dare una piccola gioia all'altro: offrire una bibita, fare un piccolo regalo, un favore, eccetera...

La parola giusta in una conversazione. È la parola, o il silenzio, che cade a proposito, al momento giusto, e che risuona nell'intimo dell'altra persona, che dà sollievo come una medicina, che incoraggia, che libera, eccetera...

I momenti di ascolto. Si mette da parte l'ego, la voglia di gestire il corso della conversazione e della relazione, per lasciare all'altro tutto lo spazio: per spiegarsi, per esprimere ciò che forse non ha l'abitudine o il coraggio di esprimere, per sorprenderci.

Eccetera....

DOVERI MATERIALI E MORALI

Rispettare i diritti vuol dire anche disobbligarsi dei propri debiti materiali e morali.

Tra i doveri morali, in particolare, rientra la gratitudine nei confronti dei genitori e di tutti coloro che ci hanno istruito ed educato con benevolenza o che ci hanno sinceramente aiutato.

Esercizio di riflessione individuale

Prova ad elencare le persone che nella tua vita sono state importanti per te, che ti hanno educato, aiutato in momenti difficili, eccetera, descrivendo in che modo ti sono state di aiuto, e prova a immaginare come potresti esprimere loro la tua gratitudine.



Concludiamo questa sezione citando Ostad Elahi: *“Ognuno vede il mondo esteriore secondo il proprio cuore. Nelle cose esteriori vede il riflesso di ciò che accade nel suo cuore. Vedere il bene, pensare il bene e dire il bene ha innanzi tutto un effetto sulla persona stessa: il suo cuore si rischiarà e il mondo che lo circonda, anziché essere oscuro, diventa limpido”*. (Ostad Elahi, *Parole di Verità*, Parola.422)

6. LA RICERCA DELL'EQUILIBRIO

Nella vita in società siamo continuamente costretti a valutare tra i nostri diversi doveri e diritti e a ricercare l'equilibrio in ogni cosa. Diventiamo arbitri di noi stessi, e non sempre la scelta è facile. Per esempio, in caso di conflitto con altri, come e fino a che punto si possono difendere i propri diritti senza per questo calpestare i diritti della controparte?

Oppure, a quali condizioni possiamo rinunciare a difendere un nostro diritto senza cadere nella debolezza, o per paura, o senza pregiudicare il diritto di un altro? Per esempio, perdonare chi in stato di ubriachezza ci è venuto addosso con la sua macchina, significa ledere il diritto della società, in quanto la persona potrebbe ripetere il suo atto a danno di qualcun altro.

L'arbitraggio tra i nostri diversi diritti e doveri è una competenza che si può acquisire solo progressivamente, e attraverso un apprendistato *in vivo*, cioè nella vita quotidiana reale e a confronto con gli altri, affrontando i singoli casi e in una varietà di contesti diversi.

Ma se non disponiamo di principi etici giusti a cui fare riferimento, come l'onestà, la rettitudine, l'altruismo, eccetera, e non proviamo a metterli in pratica *in vivo*, abbiamo poche possibilità di farcela. È una partita che si gioca a cominciare da una corretta educazione del pensiero...

Edgar Morin, filosofo e antropologo tra i più lucidi e sensibili del nostro tempo, nel suo recente volume intitolato *Svegliamoci!* getta un ampio sguardo critico sullo stato della società contemporanea, che appare priva di punti di riferimento, e denuncia una crisi del pensiero a livello globale. Egli afferma: *“ Che cosa sta accadendo al mondo intero?... non è soltanto la crisi della democrazia che imperversa in tutto il mondo ... né la crisi di una società dominata dal potere onnipotente del profitto, né infine solo una crisi della civiltà o dell'umanesimo, si tratta di una crisi più radicale e nascosta: una crisi del pensiero... La visione globale e il senso dell'interesse generale sono ignorati.”* Pertanto *“...civilizzare la Terra, trasformare la specie umana in umanità, diviene l'obiettivo fondamentale e globale...”* (Edgar Morin, *Svegliamoci!* - Ed.Mimesis - Settembre 2022)

Dalla società globale, con una rapida zoomata focalizziamoci sull'essere umano in quanto individuo. Afferma **Bahram Elahi**, professore emerito di chirurgia infantile e figlio di Ostad Elahi:



“ Senza la conoscenza dei suoi diritti e dei suoi doveri umani, l'uomo resta spiritualmente privo di punti di riferimento; è in balia della sua natura di primate e questo, necessariamente, gli fa perdere la sua umanità. ...” (B.E., *La Via della Perfezione*, Mondadori, 2020, pag. 95)

E ancora: “... *Facendo giustamente in modo che l'etica diventi la chiave di volta di qualsiasi educazione, ... assimilando i principi di un'etica universale, vale a dire di un'etica adatta alla natura umana, l'uomo, progressivamente e senza alcuna costrizione esteriore, si sbarazza della volontà di imporre agli altri le sue opinioni, creando in questo modo le condizioni per una reciproca tolleranza e una reale solidarietà*”. D'altra parte “*la mentalità e il modo di pensare degli uomini evolvono, per cui le norme di condotta morale e le modalità di applicazione definite dai nostri avi, non si adattano più al giorno d'oggi. Quello che conviene al giorno d'oggi è un'etica la cui morale sia razionale e animata da uno spirito scientifico: un qualcosa da sperimentare ed eventualmente rifiutare se non se ne traggono dei risultati, in tutta libertà di coscienza*”. (da B.E., Introduzione a “*L'etica e l'educazione – ed. Harmattan- Paris, 1997*)

7. LA COSCIENZA MORALE

Tutti noi conosciamo l'espressione “ascoltare la voce della coscienza”. Ma per praticare un'etica giusta, è necessario educare correttamente la propria coscienza morale. Spesso giudichiamo le persone e gli avvenimenti in base a pregiudizi e stereotipi che condizionano la coscienza morale. Citiamo l'Enciclica *Gaudium et Spes*, uno dei documenti più significativi prodotti dal Concilio Vaticano II:

“... *Nell'intimo della coscienza l'uomo scopre una legge che non è lui a darsi, ma alla quale invece deve obbedire. Questa voce, che lo chiama sempre ad amare, a fare il bene e a fuggire il male, al momento opportuno risuona nell'intimità del cuore: fai questo, evita quest'altro ... Quanto più prevale la coscienza retta, tanto più le persone e i gruppi si allontanano dal cieco arbitrio... Tuttavia succede non di rado che la coscienza sia erronea, per ignoranza invincibile...*”

Prendiamo il caso di chi è cresciuto in un ambiente in cui la legge che prevale è quella della prevaricazione, dell'aggressività, dello sprezzo per la dignità dell'altro: nel suo sistema di valori, per lui, o per lei, è vincente, chi riesce a sottomettere e a sfruttare gli altri; oppure il bullo, che cerca di compensare la propria debolezza con la prepotenza su chi è più fragile; oppure chi pensa, giudica e agisce sulla base di pregiudizi non verificati, come la provenienza geografica, lo status sociale ed economico, l'appartenenza religiosa, eccetera. In questi casi la “voce della coscienza” sonnecchia, o è stata messa completamente a tacere, o è stata sostituita da un insieme di “dis--valori” “dis-umani”. Si capisce quindi la necessità di verificare ed educare il proprio pensiero, per esprimere una coscienza morale che abbia come punto di riferimento principi etici universali come l'onestà, la giustizia, la solidarietà, l'altruismo, eccetera.

Concludiamo questo breve inciso con le parole di un grande filosofo illuminista del '700, **Immanuel Kant**, tratte dalla sua opera “*Critica della ragion pratica*”:



“... Due cose riempiono l'animo di ammirazione e di reverenza sempre nuove e crescenti: “il cielo stellato sopra di me e la legge morale in me”. Queste due cose, non ho da cercarle fuori della portata della mia vista, ... le vedo davanti a me, e le connetto immediatamente con la coscienza della mia esistenza. La prima, comincia dal luogo che occupo nel mondo sensibile esterno, connesso a grandezze immensurabili, con mondi sopra mondi, e sistemi di sistemi... La seconda, parte dal mio Io invisibile, dalla mia personalità; e mi proietta in un mondo che ha un'infinità vera, ma è percepibile solo dall'intelletto, ... in una connessione universale e necessaria. La prima veduta, di un insieme innumerabile di mondi, annienta, per così dire, la mia importanza di “creatura animale”, che dovrà restituire la materia di cui è fatta al pianeta (un semplice punto nell'universo), dopo essere stata dotata per breve tempo (non si sa come) di forza vitale. La seconda, al contrario, innalza infinitamente il mio valore, come valore di una “intelligenza”, in grazia della mia personalità, in cui la legge morale mi rivela una vita indipendente dall'animalità, e perfino dall'intero mondo sensibile; ...la destinazione finale della mia esistenza, in virtù di questa legge, non è limitata alle condizioni e ai confini di questa vita, ma va all'infinito....”

8. LA REGOLA D'ORO

L'attuazione pratica dei doveri e dei diritti può sembrare impossibile, soprattutto all'inizio. Non ci sono ricette già pronte e di conseguenza non sempre troviamo la condotta giusta da seguire. Esiste tuttavia una regola d'oro che ci aiuta a non sbagliare: in ogni circostanza, mettersi al posto degli altri e volere e fare per gli altri il bene che vorremmo e faremmo per noi. In altri termini, desiderare e volere per gli altri il bene che desideriamo per noi, respingere per gli altri il male che respingiamo per noi e, quando è possibile, agire nell'interesse legittimo degli altri così come agiamo per il nostro legittimo interesse. (da Bahram Elahi, *La Via della Perfezione*, Mondadori, Milano, 2020, pagg. 98-99)

9. LA REGOLA D'ORO NEL TEMPO

Si tratta di un principio che da tempi immemorabili regola i rapporti interpersonali tra gli uomini.

La Regola d'oro infatti è comparsa in maniera indipendente – il che è un fatto abbastanza curioso, quasi unico nella storia dell'umanità – in differenti epoche e contesti culturali. È attestata in tutte le civiltà, in tutte le grandi tradizioni spirituali e religiose e ciò che la caratterizza è, a quanto pare, di essere immediatamente intellegibile per chiunque e “immediatamente razionale”, percepita cioè come qualcosa che si impone alla ragione.



Tra le prime testimonianze di cui disponiamo, possiamo citare un Detto attribuito a **Confucio**, filosofo cinese del VI-V secolo avanti Cristo:

“L’allievo Tse Kung chiese: *Esiste una parola che possa essere la norma di tutta una vita?* Il maestro rispose: *Questa parola è ‘reciprocità’. E cioè, non comportarti con gli altri come non vuoi che gli altri si comportino con te.*” (Vito Mancuso, *I quattro Maestri*, Garzanti, 2020)

Negli *Scritti Sacri* attribuiti a **Buddha** è detto: «*Un fatto che non è né piacevole né gradevole per me, come posso infliggerlo agli altri?*»

Anche nei testi biblici si afferma il concetto di reciprocità, espresso anche con il celebre detto “Occhio per occhio, dente per dente”. Tuttavia questa frase, nell’interpretazione comune, è stata considerata come un’incitazione alla vendetta, mentre il suo significato profondo era quello di porre un limite alla vendetta: se proprio non è possibile perdonare, al massimo si può agire nei limiti dell’offesa subita.

Nella Bibbia, nel **Libro di Tobia** (200 a.C. circa) già troviamo un’evoluzione del concetto di reciprocità: “*Non fare a nessuno ciò che a te dispiace*”.

Si potrebbero citare tante altre figure, esponenti della filosofia e della saggezza greca e romana: **Epitteto**, **Seneca** e ancora, ovviamente, **Gesù**.

Nel famoso *Discorso della Montagna*, secondo quanto riportato dal **Vangelo di Matteo**, Gesù dice: «*Tutto ciò che volete che le persone facciano per voi, fatelo voi stessi per loro*». (Matteo, 7, 12) E ancora: «*Amerai il prossimo tuo come te stesso*».

Nell’Islam, nei Detti di **Hazrate Ali**, genero di Mohammad e grande personalità spirituale, leggiamo un’esortazione a suo figlio: “*Figlio mio, pareggia la bilancia tra te e gli altri, spera per loro ciò che spera per te, detesta per loro ciò che detesti per te; non fare il male che non vuoi fatto a te e sii caritatevole con gli altri come vorresti che loro fossero con te*”.

Più vicino a noi vale la pena citare una figura che è sempre più riscoperta e trattata nella letteratura a proposito del famoso *Business Ethics*: **Arthur Nash**, il grande imprenditore capitalista americano che, all’inizio del XX secolo, ha posto le basi per una riflessione sull’applicazione della Regola d’oro nel business, dove ha un’applicazione etica immediata nel contesto professionale. Il suo libro più conosciuto si intitola *The Golden Rule in Business*.

Pensate a un imprenditore, un businessman come **Henri Ford**, che nella stessa epoca ha elaborato le medesime idee in un contesto preciso: la relazione fra il datore di lavoro e i dipendenti, dove la Regola d’oro compare quindi come strategia di adattamento al comportamento degli altri, efficace a massimizzare il beneficio di ognuno.



Il Italia potremmo citare molti esempi, tra i quali spicca la figura di **Adriano Olivetti**, grande innovatore nella tecnologia delle macchine da scrivere e primo a ideare un computer, il quale si è messo “al posto dei suoi dipendenti” e ad Ivrea, intorno all’azienda, ha creato una serie di strutture a sostegno delle famiglie, compresa la scuola per i bambini. Sulla sua falsariga, tra i nostri contemporanei, possiamo citare **Brunello Cucinelli**, che produce cashmere a Solomeo, in provincia di Perugia, dove ha creato un intero villaggio, con un insieme di strutture, compreso un teatro, che facilitano la vita dei suoi dipendenti.

10. IN QUALE AMBITO APPLICARE LA REGOLA D’ORO?

(Il testo che segue, è la sintesi di una conferenza del Prof. Elie During, Facoltà di Filosofia, Université Paris Ouest- Nanterre La Defense, tenuta presso l’Università Luiss di Roma, il 19 marzo 2015)

L’ambito in cui la regola d’oro si applica e produce i suoi effetti è quello della relazione con gli altri. Si delinea dunque l’idea che la società e le relazioni tra gli uomini possano uscirne trasformate. Questo orizzonte, non strettamente sociale ma anche umano, nel senso che l’umanità costituisce un corpo, è molto importante. Non dobbiamo ridurre tutto quanto a un’etica individuale, perché l’idea di fondo è proprio di costruire qualcosa tutti insieme. Il funzionamento della Regola è molto semplice: il principio è innanzitutto seguire il filo delle proprie emozioni, dei propri desideri e delle proprie paure, poi invertire mentalmente i ruoli – immaginando che l’altro possa condividere emozioni, desideri e paure dello stesso ordine –, e infine, terza tappa, aggiustare il proprio comportamento in funzione di questa presa di coscienza. Il punto centrale è l’inversione reciproca dei posti: mettersi al posto degli altri.

Lawrence Kohlberg, filosofo e psicologo statunitense si è reso conto che il bambino, a partire dall’età di 10 anni, diviene capace di mettersi al posto dell’altro, di invertire i ruoli e mentalmente procedere a questo gioco di scambio con l’altro.

11. QUAL È LA PORTATA PRATICA DELLA REGOLA D’ORO?

Il ventaglio di applicazioni è molto ampio: va dalla convivenza civile più elementare nel quotidiano, fino ad ideali assai elevati come la fraternità umana oppure l’amore universale.

Si potrebbe dire che è una *formula irradiante* che si può praticare prima con chi ci è vicino, poi con il prossimo, con chiunque incontriamo e, universalmente, con ciascun uomo – anche con chi non è in relazione diretta con noi –, con l’umanità in senso lato.

Abbiamo osservato come la Regola ci rinvii a una struttura antropologica profonda, fondamentale dell’umanità; il fatto che sia apparsa quasi simultaneamente in aree culturali molto diverse ci



dimostra come, indipendentemente dal contesto, il pensiero umano abbia acquisito universalmente una capacità etica fondamentale non strettamente legata a un certo tipo di società, a tal punto che un teologo del XX secolo, **Hans Küng** l'ha proposta come il fondamento di quella che chiama «etica planetaria», mondiale.

Si parla di una struttura antropologica fondamentale. Significa che l'uomo, a differenza degli altri animali, è capace di enunciare una certa regola perché essa è inscritta nella sua stessa natura.

La Regola d'oro, come tale, non prescrive niente di preciso, è piuttosto un punto di riferimento, una boa, un orizzonte regolatore che alla maniera di uno strumento ottico permette una messa a fuoco, una sorta di “apparecchio fotografico” per la messa a fuoco morale, che ci spinge a metterci al posto degli altri.

Ma a questo punto c'è tutto un lavoro da fare, rispetto alle condizioni sulle quali agire, al contesto nel quale applicarla.

Ostad Elahi, nel suo sistema di pensiero, attribuisce un posto molto importante e centrale alla Regola d'oro, ma con un obiettivo pratico:

“La regola non si applica così come capita, senza discernimento. Non si tratta, per esempio, di aderire a qualsiasi desiderio del primo venuto. Si tratta piuttosto di evitare ogni comportamento che, se arrivasse da un terzo, ci disturberebbe, per esempio la mancanza di rispetto per questa o quella regola della vita sociale (rumori molesti, degrado degli spazi pubblici, eccetera). Non amiamo che si parli male di noi: non parliamo male degli altri. Non amiamo essere oggetto di calunnie o di prese in giro: non caluniamo e non prendiamo in giro gli altri. Non amiamo che la nostra vita privata sia rivelata: non riveliamo, senza che vi sia una ragione legittima, la vita privata degli altri. Non amiamo che si complotti alle nostre spalle: non complottiamo alle spalle degli altri. Ci piace ricevere aiuto quando ne abbiamo bisogno: cerchiamo di aiutare gli altri ogni volta che è possibile e legittimo, eccetera.” (Bahram Elahi, *La via della Perfezione*, op. cit., cap. 17)

Ora perché la Regola d'oro funzioni deve essere applicata indipendentemente dal comportamento degli altri. Essa dovrebbe poterci obbligare ad agire, indipendentemente dalla reazione, positiva o negativa, dell'altro. Per trarne delle conseguenze bisogna applicarla fino in fondo: essa, infatti, ci prescrive di agire bene in modo che siamo preparati ad essere recettori dell'azione dell'altro. Se l'altro è disinteressato e non vuole entrare in un gioco di reciprocità con voi, se agisce male, o diversamente da come voi ritenete si dovrebbe agire, ciò non deve costituire una motivazione per rinunciare ad applicarla, altrimenti è la fine. In altre parole, le condizioni con le quali l'altro ci tratta, non devono costituire il motivo che ci spinge ad agire.

La Regola d'oro può essere *rischiosa*, perché dipende dal modo in cui proiettiamo sugli altri i nostri desideri.



Ma è rischiosa anche se si finisce con il dare troppa importanza a ciò che le persone desiderano. Mettendosi al loro posto, ci si può sentire invitati a entrare in un gioco di convenienze.

Si tratta in entrambi i casi di una Regola d'oro mal compresa, che induce le persone a giustificare le proprie azioni e a rinunciare alla pratica etica.

Per questo **Sant'Agostino** dice: «*fai agli altri quello che tu pensi razionalmente che dovrebbero fare a te*». Non è più una questione di *proiettare* sugli altri i propri desideri, anche i più discutibili e volgari, ma si viene spinti a un altro tipo di relazione, a trasformare la relazione stessa nell'orizzonte del *bene*, del *razionale* o del *giusto*. Sfumatura fondamentale.

Anche **Immanuel Kant** ha dato pieno risalto all'idea dell'obbligo, del dovere morale, fondato semplicemente sulla forma stessa della ragione e della volontà e non imposto dalla società, né da dogmi: ci si obbliga a fare qualche cosa perché è bene, perché una volontà buona lo farebbe. È una formula di autonomia morale e di dovere. E ancora, **Confucio** afferma che «*un principe non deve esigere dagli altri qualcosa che egli stesso non sarebbe pronto a mettere in pratica*». Ora ci appare chiaro il reale messaggio sotteso dalla Regola d'oro: è quello di avere le stesse esigenze per noi stessi e per gli altri. Alla fine è questo quello che esige davvero!

Abbiamo visto che la Regola d'oro ha le sue radici nel principio di reciprocità e di coerenza: non posso non fare io stesso ciò che esigerei da parte di tutti gli altri. E allo stesso tempo non posso proibire agli altri di fare quello che io stesso faccio. È anche un modo per portare l'attenzione sulle conseguenze delle nostre azioni e per verificare che atti e parole siano coerenti!

L'interpretazione legata alla reciprocità in senso negativo – quella persona è stata cattiva con me, allora io sarò cattivo con lei – è evidentemente errata.

La Regola d'oro dice esattamente il contrario: la reciprocità non va intesa come aggiustamento della propria azione in base a come l'altro si comporta o si comporterebbe con me.

Per esempio, il tema della maldicenza è assai pertinente e utile per capire come la Regola d'oro funzioni. La maldicenza è diventata, infatti, una specie di “sport sociale”. La *logica di equivalenza* in senso negativo ci porta a dire che possiamo fare maldicenza su una persona perché anche questa lo fa con me. È il pericolo principale quando si interpreta la Regola d'oro in una direzione erronea e non etica.

Mettersi al posto degli altri non vuol dire aggiustare la propria azione in base a ciò che l'altro fa o potrebbe farmi; quindi, in un certo modo, le condizioni con le quali l'altro agisce o interagisce con me, non devono costituire la motivazione della mia azione, la ragione perché io adotti la Regola d'oro.

Il punto centrale è lottare contro il proprio egocentrismo.



Mettersi al posto degli altri – **Jean Piaget** l'ha studiato bene nei bambini –, implica rendersi conto che non siamo al centro del mondo; occorre uscire dall'egocentrismo e sviluppare con l'altro una relazione di sollecitudine e di attenzione benevola, secondo l'etica della cura, che presuppone proprio lo sviluppo di una sensibilità di questo tipo: cioè il considerare il punto di vista altrui.

Bisogna considerare l'altro come un altro "Io". Anche per l'altro la propria persona è di fondamentale importanza, anch'egli ha una prospettiva privilegiata su tutto quello che gli capita, quindi l'altro è un altro Io. Per tutti, allo stesso modo, la propria persona è l'essere più caro: ecco perché non si deve fare male agli altri per soddisfare se stessi.

12. COME PRATICARE LA REGOLA D'ORO IN MODO EFFICACE?

Per praticare la Regola d'oro in modo efficace, essa deve avere come oggetto i gesti e le cose più semplici, cioè la dimensione più impercettibile delle nostre relazioni con gli altri. Non si tratta solamente di non fare del male, di non uccidere, rubare o sbeffeggiare gli altri, ma anche di rispondere a un saluto amichevolmente, di rispettare la fila, di lasciare pulito un bagno pubblico, e via di seguito..

È illuminante a questo proposito la riflessione di **Ostad Elahi**, che parla dell'animale umano e dell'*Io imperioso*. L'Io imperioso, in questo contesto, viene definito come il principio dentro di noi che si oppone attivamente alla Regola d'oro. In altre parole l'Io imperioso, in questo caso, riassume l'insieme degli ostacoli e delle resistenze alla Regola d'oro. E per dirlo in maniera ancora più sintetica: l'Io imperioso è l'egocentrismo stesso. Questo aspetto del nostro io, della nostra persona, ha in qualche modo la tendenza non solo a volere tutto per sé e a cercare il proprio interesse prima di ogni altra cosa, ma anche a dimenticare che gli altri "io" hanno una loro prospettiva del mondo.

L'io imperioso diffonde in noi, nella nostra personalità, una sorta di generale attitudine a dimenticarci degli altri, che ci impedisce di vedere gli altri come altri "Io". L'egocentrico si pone al centro del mondo e aggiusta tutto sulla propria misura, e ciò che fa di noi degli "animali umani" è che siamo spontaneamente egocentrici: è questo il concetto di "Io imperioso".

C'è una differenza tra "l'umano" e "l'animale umano". Siamo tutti animali umani ma divenire veri esseri umani è difficile. **Ostad Elahi** dice: «*Un vero essere umano è colui che si rallegra per la felicità degli altri, che prova compassione per le loro disgrazie; inoltre prova repulsione per tutti gli atti vili e per tutti gli atti contrari alla coscienza e alla verità*».

È importante però concentrarsi sul concetto centrale e cioè: rallegrarsi della felicità degli altri e provare compassione per le disgrazie altrui. Ma perché bisogna farlo? E cosa implica praticamente?

Se al contrario vi rallegrate per le disgrazie altrui, provando, per esempio, una gioia perversa se qualcuno si fa male, siete degli animali umani – e penso che tutti sappiano quanto ciò sia indegno –, ma quando avete voglia di vendicarvi – e qui il discorso si fa più interessante –, in realtà fate esattamente la stessa cosa. Vendetta è soddisfare un desiderio e provare un piacere a danno



dell'altro, in maniera attiva causandogli una disgrazia, oppure passiva, osservando con gioia le sciagure che gli capitano e trovando in queste soddisfazione. Ciò può assumere forme molto sottili quando a qualcuno che non vi piace, o che vi ha fatto un torto, capita di non superare un esame, di perdere il cellulare o di rompersi una gamba, e in maniera furtiva e fugace provate un certo piacere. *Tutto sta nel rendersene conto.*

Altro tema, penoso da affrontare per tutti noi, è l'*invidia*: sono invidioso della felicità degli altri. Che vuol dire? Qualcuno passa un esame, ha un nuovo cellulare, fa un bel viaggio, ha una salute eccellente, fa sport o riceve degli encomi, è ammirato dagli altri e io ne provo fastidio, dispiacere. Oppure il successo di qualcuno ci dà una sorta di nervoso e si ha voglia di prenderlo in giro o di sottolinearne un difetto. Quindi, anche in questo caso sono ancora un animale umano. Invece se sono soltanto indifferente? Anche in questo caso non siamo nell'umanità; perché il vero essere umano si rallegra attivamente per la felicità degli altri e non ne è indifferente. Se sono indifferente sono ancora semplicemente un animale umano.

Come rendere operativa la Regola d'oro?

Come abbiamo visto nella prima parte di questa Webletter, la questione del diritto degli altri ricopre un ruolo molto importante, ed è il corollario immediato della Regola d'oro.

Come abbiamo già detto, infatti, il rispetto dei diritti altrui qui non si limita a quello dei beni, della vita, del pudore degli altri, non riguarda solo l'astenersi dal furto o dal commettere un'altra lesione grave del diritto altrui. Anche rispondere con indifferenza, parlare "lanciando frecciate" o offendere la sensibilità di qualcuno, rappresenta una trasgressione del diritto altrui. Chi agisce in questo modo, non pensa in termini di "diritto". Dire a qualcuno: «Ma come sei vestito questa mattina? Il colore della giacca stona con la camicia!», equivale a lanciare una frecciatina molto sgradevole da ascoltare. La Regola d'oro prescrive di non farlo: se non ami che ti facciano osservazioni di questo genere, non devi farle agli altri. E invece lo si fa, senza mai pensare che c'è una nozione di diritto in gioco e che nel momento in cui la trasgredisco, sto recando un danno all'integrità e al rispetto che devo all'altro. Il punto è che, effettivamente, il diritto altrui è qualcosa di sottile che esiste a tutti i livelli, e non semplicemente a livello giuridico, ma anche nelle relazioni quotidiane con i famigliari, con gli amici e con i vicini.

Quando vivete sulla vostra pelle delle prove veramente difficili, l'indifferenza degli altri ferisce perché anche l'indifferenza è qualcosa di attivo. Per questo la Regola d'oro prescrive di non essere indifferenti alle disgrazie degli altri.

Ma come praticarla in un tipo di relazione in cui sembra che la Regola d'oro non sussista perché non c'è parità di ruoli?

Prendiamo in considerazione per esempio la relazione figli/genitori, che prima si pratica come figli e poi come genitori. Pensate ad un genitore che entra nella camera del figlio senza prima bussare



alla porta. Per un ragazzo sarebbe una cosa molto grave, perché si sentirebbe violato nella sua intimità. Potremmo infischiarcene, oppure pensare all'esercizio di simmetria e metterci al suo posto. Se qualcuno entrasse senza bussare in camera mia – anche se con le migliori intenzioni per dirmi, per esempio, che la cena è pronta –, sarei molto infastidito. Può sembrare banale, ma è un lavoro che richiede molto tempo e non è assolutamente spontaneo. L'esempio della relazione genitori/figli è relativo a una situazione gerarchica, non simmetrica. Ma questo esempio si può applicare anche in una relazione datore di lavoro / dipendente. A questo proposito c'è una massima del greco **Ierocle** molto pertinente: *«Bisogna trattare bene il servitore, domandandosi come giudicheremmo il suo comportamento nei nostri confronti se fosse lui il padrone».*

Ma oltre a tutto quanto detto, per ognuno di noi c'è *la sfida a trasformarci e la speranza implicita che possa trasformarsi anche l'altro. La relazione ha un effetto di ritorno su di sé e cioè spinge noi stessi alla trasformazione.* Questo è uno degli “effetti magici” della Regola d'oro, e se ci mettiamo a praticarla con solerzia nelle situazioni più comuni della vita quotidiana, se ci dedichiamo veramente alla sua messa in pratica con il grado di rigore che essa implica possiamo in maniera naturale trasformare non solo la nostra attitudine soggettiva, ma in ultima analisi la nostra sensibilità, la nostra attenzione, la nostra percezione delle cose. È ciò che **Ostad Elahi** descrive come una *trasformazione radicale di sé*, che consiste non solo nel fare il bene, ma in qualcosa di più: trasformarsi progressivamente in una fonte di beneficio, immettendo un po' di benevolenza nella relazione con gli altri.