

Recensione

B.-C. Han, *La società senza dolore. Perché abbiamo bandito la sofferenza dalle nostre vite*

Einaudi 2021

Matteo Angelo Mollisi

Ben lontano dall'essere un mero esempio di giornalismo colto o di filosofia divulgativa, come ancora in molti si ostinano a considerare l'opera di Byung-Chul Han, il recentissimo pamphlet *La società senza dolore*, il primo del filosofo sudcoreano ad uscire in traduzione italiana per i tipi di Einaudi, potrebbe rappresentare l'ultimo, decisivo tassello per collocare il suo autore in una posizione chiave nel contesto di un "dibattito" filosofico e culturale che, nella misura in cui voglia mantenere desta l'interrogazione sul senso e sull'effettività della propria pratica nel contesto storico in cui è necessariamente situata, di Han ha estremamente bisogno. Questo nella misura in cui, ci sembra, *La società senza dolore* ha come merito principale quello di proseguire e portare a maturazione un compito che l'autore aveva già dimostrato di saper assumere con rara efficacia nel panorama della filosofia contemporanea: vale a dire, quello di riabilitare un registro concettuale che non esiteremo a definire "ontologico" come arma privilegiata per proporre una fruibile e incisiva critica dell'attualità, approcciandosi dunque ai mutamenti sociali e culturali che caratterizzano la nostra condizione storica senza appiattirsi sul piano "fattuale" (e necessariamente specialistico) dell'analisi sociologica in senso stretto. L'assunto fondamentale dell'opera di Han, potremmo dire in una formula, risiede nientemeno che nella tipica coincidenza filosofica del "più astratto" e del "più concreto", nella fiducia nella capacità di tutto un registro discorsivo dischiuso dalla storia della filosofia occidentale, soprattutto contemporanea, di guadagnare una presa maggiore sulla realtà effettuale delle cose con lo stesso gesto col quale sembra distaccarsi da essa, avvalendosi di concetti all'apparenza vuoti o rarefatti.

Troviamo all'opera questo assunto fin dalle primissime pagine del libro, che ne contengono *in nuce* tutta l'articolazione tematica. Han comincia col richiamare un motto di Ernst Jünger, «dimmi il tuo rapporto col dolore e ti dirò chi sei», per sostenere come esso sia «applicabile alla società nel suo complesso», dal momento che «il nostro rapporto col dolore rivela in quale società viviamo»

(p. 5). Egli stabilisce così un'equivalenza tra «ermeneutica del dolore» e critica della società, individuando nell'analisi delle forme che la sofferenza assume in un determinato contesto storico e sociale la chiave privilegiata per comprenderne l'essenza ed evidenziarne le contraddizioni. Così, la tesi preannunciata dal titolo viene subito alla luce: la nostra è anzitutto una società senza dolore, caratterizzata in primo luogo da un'incapacità diffusa di saper soffrire; dovunque imperversa un'*algofobia*, una paura generalizzata del dolore, che ha come conseguenza un'*anestesia permanente* di cui Han, nel corso delle ottanta pagine del pamphlet, passa in rassegna tutta una serie di espressioni nei più disparati aspetti della nostra forma di vita: dall'amore alla politica, dall'arte all'informazione, dalla medicina ai social network. Condizione di possibilità di un'analisi così eclettica ed ambiziosa è appunto l'accostamento del concetto di dolore in questione, al di là di una sua accezione letterale ed empirica, ad una concettualità metafisica o ontologica in senso forte. In questo senso, come Han specifica fin da subito, ad essere chiamata in causa è ancora una volta una delle categorie apparentemente più astratte – e perciò più concrete e potenti – di cui la filosofia, soprattutto nella misura in cui ha voluto farsi ontologia dell'attualità, si è spesso avvalsa: quella del *negativo*. «Il dolore è la negatività per antonomasia», motivo per cui diagnosticare l'essenziale anestesia della nostra forma di vita coincide col constatare che «noi viviamo in una società della positività che cerca di sbarazzarsi di tutto ciò che è negativo» (p. 6). Una finestra su questo «cambio di paradigma» sotteso all'odierna algofobia, argomenta Han, la offre in primo luogo quella disciplina nella quale la rimozione del negativo in favore di una piena positività si lascia per così dire nominare come tale, e cioè quella psicologia «positiva» che, con la sua ingiunzione a sostituire ai «pensieri negativi» tutto un ventaglio di parole d'ordine che vanno dalla «crescita post-traumatica» all'odierna «resilienza», finisce in realtà per fare il gioco della razionalità neoliberale e della logica della prestazione alla quale essa subordina i propri soggetti. Ma, più in generale, è tutto un complessivo mutamento delle condotte e delle forme di soggettivazione contemporanee a lasciarsi interpretare nei termini di una disattivazione del negativo in favore di un «eccesso di positività»: dalla sostituzione delle negatività di obblighi, divieti e punizioni, tipiche della vecchia società disciplinare, con la positività della motivazione, dell'auto-ottimizzazione e dell'autorealizzazione (p. 16), fino all'«eccesso di positività che si esprime in forma di sovrapprestazione, sovracomunicazione, sovrastimolazione», vera e propria «*violenza della positività*» specifica della società di prestazione neoliberista (p. 39).

Ora, sono proprio pagine come queste, così come quelle delle altre opere di Han ad esse accostabili (ad esempio il primo capitolo de *La società della stanchezza*, nel quale egli interpretava in termini di eccesso di positività e di disassuefazione alla negatività dell'Estraneo le patologie tipiche del nostro secolo: depressione, sindrome da deficit di attenzione e iperattività, disturbo borderline di personalità, sindrome da burnout), a rendere chiaro come il contributo fondamentale del filosofo sudcoreano non risieda tanto nell'originalità delle tematiche e degli spunti empirici, ampiamente frequentati dalla critica sociale

degli ultimi decenni. Piuttosto, tale contributo risiede nella grande efficacia sintetica con la quale Han decide di ripercorrere e riaggiornare questi *leitmotiv* della critica contemporanea sulla scorta dell'opera filosofica di alcuni pensatori che meglio di altri si prestano ad essere utilizzati per fornire le categorie ontologiche che la critica sociale, configurandosi più o meno consapevolmente come discorso su quella esautorazione del negativo che caratterizza la forma di vita contemporanea, implicitamente presuppone. In questo senso, la scelta di Han circa le guide filosofiche da assumere in questo vero e proprio proposito di rifondazione della teoria critica su basi ontologiche appare estremamente drastica, nella misura in cui egli, senza alcuna paura di apparire dogmatico, si richiama assiduamente a quattro *auctoritas*: Hegel, Nietzsche, Heidegger e Jünger. Notevole è l'efficacia con la quale Han riesce a fondere quasi in un'unica voce il contributo di pensatori per certi aspetti così distanti tra loro, lasciando consapevolmente in secondo piano le tensioni teoretiche che intercorrono tra i quattro (con l'eccezione dell'incipit del capitolo *Ontologia del dolore*, nel quale Han, richiamando la critica heideggeriana al saggio di Jünger *Sul dolore* secondo la quale ogni modo di "occuparsi" del dolore presupporrebbe un determinato rapporto all'essere, sembra farla propria per approfondire in questo senso l'impostazione metodologica prefigurata dalla già citata frase jüngeriana con la quale apre il proprio saggio). Avvalendosi di questa costellazione tipicamente tedesca, Han tratteggia così una cornice ontologica ben definita nella quale inquadrare la propria e l'altrui critica sociale. Ontologia del dolore come «realtà», che permette di affermare che «l'anestesia permanente nella società palliativa derealizza il mondo» (p. 44), nonché del dolore come «differenza» che «articola la vita», condizione dell'esperienza di quest'ultima e di sé a cominciare dalla percezione degli organi, i quali, afferma Han rifacendosi ad uno splendido passo di Weizsäcker, si lasciano riconoscere precisamente grazie ad un «dialetto del dolore» (p. 43). Ontologia, secondo il dettato hegeliano, del dolore in quanto principio della formazione della vita e dell'esperienza in quanto *storica*, negatività della trasformazione come condizione dell'esperire e del conoscere, dell'autentica creazione come distruzione, sentimento dell'esistente come qualcosa degno di essere negato (pp. 52-56). Ontologia infine, seguendo parallelamente le suggestioni di Nietzsche, del dolore come principio di un'autentica salute, capace di accoglierlo in sé, nonché del «Bello» come «colore complementare del dolore», della bella apparenza come eterno sforzo di placare quest'ultimo e «costruzione di un contromondo salvifico e presente, col quale si possa vivere» (p. 49).

Un aspetto particolarmente centrale di questo dispositivo teoretico-critico messo all'opera da Han ci sembra consistere nella peculiare "dialettica" della quale, in questa come in altre opere, egli si avvale come chiave interpretativa, sforzandosi costantemente di portarla alla luce nei fenomeni da lui presi in considerazione. Si tratta di una dialettica che descrive l'evoluzione delle forme di vita nei termini di un continuo *rovesciamento* di una determinata configurazione storica (una figura dello spirito, nei termini hegeliani) nel proprio *opposto*, implicando dunque una segreta e radicale *coappartenenza* o *complicità* di polarità

apparentemente antipodali; più precisamente, Han tende a definire questa coappartenenza e questo rovesciamento di un principio nel proprio opposto nei termini di un continuo e inarrestabile *rilancio*, prefigurando dunque un esito apocalittico di questa sorta di paradossale escalation in cui la storia universale consisterebbe. Tale è il movimento che, secondo Han, scandirebbe l'esaurimento dell'impulso dialettico (nel senso strettamente hegel-marxiano del termine) riscontrabile nella nostra società senza dolore. La complessiva anestesia e algofobia che caratterizza quest'ultima, infatti, finisce paradossalmente per rovesciarsi in forme di violenza e di sofferenza in un certo senso "maggiori", vale a dire in tutte quelle forme di ipersensibilità, già denunciate da Nietzsche e Jünger (ma già prefigurate, potremmo aggiungere, dalle inquietudini di un certo pensiero liberale verso la problematica "mitezza" della forma di vita dischiusa dal trionfo del liberalismo), sempre più tipiche della nostra attualità. Tale è il paradosso fondamentale di quest'ultima: proprio nella misura in cui l'ambiente ci infligge sempre meno dolore, i nostri ricettori diventano più sensibili, condannandoci ad una «introspezione narcisistica e ipocondriaca» (p. 34); Han diagnostica così al nostro *way of life* una «sindrome della principessa sul pisello», consistente nel fatto che «si soffre sempre di più per cose sempre più piccole» (p. 35). Questo perché il dolore è definito metafisicamente come una di quelle «forze elementari» che non scompaiono mai, ma che si limita a modificare le proprie manifestazioni (p. 36); rifacendosi al concetto jüngeriano di «economia del dolore», dietro il quale si intravedono accenti freudiani oltre che hegeliani, Han si dispone così a rintracciare tutte quelle forme in cui il dolore, una volta respinto, «si somma di nascosto creando un capitale invisibile che matura gli interessi sugli interessi» (p. 37). Queste forme di capitalizzazione occulta e di riemersione del dolore rimosso possono essere, oltre che "subite" (che è per Han tanto il caso del terrorismo quanto della pandemia corrente, la quale «scaraventa una morte nuda addosso alla nuda vita», p. 27), anche "ricercate", come nel caso di tutti quegli atti – comportamenti autolesionistici, sport estremi, uso di droghe, fascinazione per il rischio, la violenza e l'orrore – interpretabili come disperati tentativi da parte del nostro io narcisistico di ritrovare la realtà perduta (p. 45). Questa dialettica "economica" vale inoltre più in generale per tutti gli aspetti caratteristici della nostra forma di vita, nella misura in cui si lasciano riportare a questa "logica" che descrive il subdolo ritorno del negativo rimosso dal sogno della piena positività: su tutte, quello particolarmente caro ad Han del rovesciamento di un potere seduttivo e non più repressivo, del tutto sganciato dalla negatività del dolore e della repressione, in una nuova forma di costrizione nella quale «la comunicazione totale e la sorveglianza totale, il denudamento pornografico e la sorveglianza panottica finiscono per collimare», fino al punto in cui «la libertà e la sorveglianza diventano indistinguibili» (p. 17).

Un simile schema ha evidentemente tutta una sua storia profonda nell'avventura dell'autocoscienza occidentale, che volendo essere ambiziosi potrebbe essere addirittura fatta risalire al *Fedro* platonico e alla dinamica ivi problematizzata, ampiamente riattualizzata nella filosofia contemporanea,

della strutturale “perdita” cui le facoltà vitali, nello specifico quelle mnestiche, sono soggette nella misura stessa in cui vengono (già sempre) potenziate ed exteriorizzate mediante supporti tecnici. Così come non si potrà mancare di citare Heidegger (e infatti Han lo fa, seppure un po’ di sbieco, pp. 61-sgg.), il quale definiva la condizione dell’esserci in quanto ente storico nei termini di un’assoluta coappartenenza, e quindi di uno strutturale ribaltamento dell’uno nell’altro, dell’apertura esistenziale e di una strutturale tendenza a chiudere e a rimuovere questa stessa apertura. Ma soprattutto, è chiaro come la lettura di Han del corso storico nei termini di un paradossale e inarrestabile rovesciamento di una figura nel suo opposto ambisca a scrivere un nuovo capitolo tanto della *Wirkungsgeschichte* della filosofia della storia post-hegeliana e della teoria critica – basti pensare alla *Dialettica dell’illuminismo* – quanto di tutta quella vasta costellazione filosofica novecentesca, prevalentemente francese, che ha preso le mosse più che altro dalla *crisi* dell’hegelo-marxismo, spesso in chiave esplicitamente anti-francofortese (tra cui Jean Baudrillard, senz’altro l’autore in rapporto al quale queste posizioni di Han corrono maggiormente il rischio di rimanere epigonali). Ed è proprio alla luce dell’inquadramento di Han in quest’ultima macro-direttrice della filosofia contemporanea che ci sembra possibile esplicitare un altro aspetto particolarmente incisivo della critica da lui proposta ne *La società senza dolore*. Tale aspetto consiste nell’efficacia con cui essa si avvale della fondamentale leva critica rappresentata dal concetto di *reificazione*, cui Han si richiama esplicitamente a p. 11 incrociando Adorno con una citazione dal *Parmenide* di Heidegger («La coscienza che non riesce a rabbrivire è reificata. È incapace di fare *esperienza*, poiché questa, “nella sua essenza, è il dolore in cui l’alterità essenziale dell’ente si svela rispetto a ciò che è abituale”»). Esplicitando quanto basta le sue intenzioni, possiamo notare come Han si mostri in grado di lasciar giocare tutto il potere demistificante ancora implicito in questo classico concetto della teoria critica, tutt’altro che *demodé*, nella misura in cui della reificazione egli mette in luce entrambi quelli che potremmo definire i suoi due aspetti complementari. Da un lato, infatti, la forma di vita contemporanea è reificata nella misura in cui fraintende come *soggettivo* quanto si tratta invece di riconoscere come *oggettivo*: è questo per Han il caso della *privatizzazione* e della *psicologizzazione* del dolore, della *medicalizzazione* di quest’ultimo che fa tutt’uno con la sua *depoliticizzazione*, dell’azione di un «dispositivo neoliberista della felicità» che, costringendoci all’introspezione e all’auto-imputazione dei problemi, ci distoglie sempre più dal «carattere oggettivo, sociale» del dolore, abituandoci all’idea secondo la quale «le condizioni da migliorare non sono sociali, bensì psichiche» (pp. 17-18). Tema anche questo tutt’altro che nuovo, ampiamente messo in luce ed articolato da moltissime analisi della trasformazioni della società neoliberale degli ultimi cinquant’anni, e che pure ci sembra anche in questo caso riproposto da Han secondo una prospettiva peculiare: vale a dire, nella convinzione che gli interessi economici, lungi dal rappresentare la base ultima alla quale riferirsi per interpretare i mutamenti storici nel loro complesso, sottendano piuttosto un qualche «assunto fatale circa l’esistenza umana»,

come Han suggerisce a proposito della crisi statunitense degli oppioidi (p. 7), distaccandosi con ciò tanto da approcci di stampo neomarxista quanto da letture di ispirazione foucaultiana che sostituiscono al concetto di struttura quelli di strategia e razionalità.

Dall'altro lato, poi, la reificazione contemporanea viene analizzata da Han non solo come demistificazione del "soggettivo" in quanto "oggettivamente mediato", bensì anche come smascheramento di una (presunta) "oggettività" – vale a dire di tutta una dimensione della nostra esperienza che si spaccia per una totalità di cose e strutture esistenti *di per sé*, indipendentemente dal soggetto agente – da riconoscersi come il prodotto alienato, posto fuori di sé, della prassi del "soggettivo" (quest'ultimo inteso in un senso hegeliano, da rileggersi alla luce di tante concezioni contemporanee delle pratiche culturali e sociali come asoggettive, impersonali, anonime ecc.). Su quest'altro versante, sono senz'altro le pagine dedicate alla corrente pandemia da covid-19 a colpire maggiormente. In esse infatti Han, dichiaratamente in linea con le controverse posizioni di Agamben, ambisce a decostruire la narrazione della pandemia come stato di cose, circostanza oggettiva sopravvenuta più o meno accidentalmente "dall'esterno", interpretandola invece come «specchio della nostra società» (p. 22), vale a dire come espressione eminente – per quanto alienata, ovvero non riconosciuta come tale, mistificata in una morta ob-iettività – dell'intenzionalità profonda che già da tempo plasmava la nostra forma di vita: la tendenza all'irrigidimento della "buona vita" in mera *sopravvivenza*, al sacrificio del godimento in nome di una salute sempre più fine a se stessa, alla rimozione della morte che fa tutt'uno con quella del dolore («in fin dei conti, l'algofofia è tanatofobia», *ivi*), al degradamento della vita a «funzione» operato dalla nostra «ipocondria digitale» (p. 24).

Interpretando la pandemia come oggettivazione anziché come oggettività, come espressione dell'anonima intenzionalità di un fare (a)soggettivo anziché come qualcosa che sopravviene ad un soggetto preconstituito e rispetto ad essa eterogeneo, Han propone uno schema di lettura del corso storico attuale che potrebbe essere sintetizzato parafrasando una formula che Baudrillard applicava all'attentato terroristico dell'11 settembre: esso, il virus, lo ha "fatto", ma noi lo abbiamo "voluto". Pur evitando il problematico assunto secondo il quale l'epidemia sarebbe una "invenzione", come vorrebbe Agamben, Han impone alla critica dell'attualità il compito di fissare lo sguardo sugli atti viventi che soli rendono una "oggettività" ciò che è, facendole assumere quel determinato senso che ha (l'evento covid-19, al pari di qualsiasi altro, assumerebbe tutt'altro senso e metterebbe capo ad effetti radicalmente diversi nel contesto di un'altra forma di vita, al punto che non ha alcun significato parlare di un evento "in sé", pensabile al di fuori e indipendentemente dai contesti e dalle forme di vita); un compito che, secondo il lascito della teoria critica contemporanea filosoficamente più fondata, può essere assolto soltanto decostruendo lo schema dualista entro il quale la prassi della modernità occidentale si aliena, e cioè la rigida dicotomia tra una soggettività attiva, autonoma e preconstituita da un lato e dall'altro una

morta oggettività altrettanto in sé costituita che le sta di contro, muovendo in direzione di un radicale pensiero della coappartenenza tra le differenti polarità del nostro essere nel mondo.

Il rischio, evidentemente, è però quello di scivolare nel postulato di una sorta di “complicità universale” nella quale la critica non può più trovare alcun appiglio, essendo ciascuna sua mossa, assieme a qualsiasi criterio che si proponga di guidarla, già sempre pre-giudicata e pre-compresa dall’opera assolutamente impersonale e per così dire non riformabile entro la quale si trova abissalmente situata, priva di qualsiasi reale potere progettuale. *Che fare* – potremmo chiedere ad Han – una volta riconosciuti come situati in questo intreccio anonimo di media e tecnologie in senso largo, ideologie e sentimenti del mondo, organizzazioni economiche e sociali che, preso nel suo complesso, punta deciso verso un impoverimento di ciò che rende la vita degna di essere vissuta? Quale “politica” per questa consapevolezza? Inutile aggrapparsi al lato “positivo” del dispositivo-*pharmakon*, quello che meno ci fa perdere in libertà, creatività e potenza, come voleva Bernard Stiegler (che pure non si asteneva affatto dal parlare di una “svalutazione del valore-spirito” come cifra del contemporaneo); impossibile, a maggior ragione, controeffettuare le condotte perseguendo un “nuovo” su un piano puramente orizzontale, dal momento che per Han, a differenza che per Foucault al quale pure si richiama, gli “universali della catastrofe”, che secondo Deleuze l’approccio foucaultiano sarebbe stato tutto teso a eliminare dall’orizzonte della critica, esistono eccome: *ci stiamo perdendo qualcosa*, è inutile negarlo, e infatti Han non lo fa mai. L’ordine digitale anestetico e algofobico «abolisce determinate forme temporali e percettive» (p. 64), ed è *troppo poco* quello che per così dire ci dà in cambio, il nuovo e il diverso che è in grado di dischiudere. Il trasumanesimo, oggetto dell’ultimo capitolo del libro in quanto perfetto condensato della tendenza contemporanea alla completa eliminazione del dolore come principio vitale, orizzonte che esso persegue attivamente con mezzi biotecnici, «potrà forse raggiungere l’immortalità, ma *al prezzo della vita*» (p. 79).

Proprio questo orientamento radicalmente apocalittico si trova spesso al centro delle ragioni dello scetticismo e della diffidenza verso l’opera di Han, tendenzialmente assieme all’altro grande capo d’accusa secondo il quale le letture della contemporaneità proposte dal filosofo sudcoreano sarebbero eccessivamente schematiche e semplificatorie, per non dire superficiali. Si tratta di una duplice critica che, per quanto importante e indubbiamente da tenere in considerazione nell’approcciarsi all’opera del filosofo, non ci sembra in grado di delegittimare totalmente l’impianto e l’apporto profondo di quest’ultima: che una lettura filosofica della contemporaneità non debba avere un esito apocalittico, infatti, è in fondo una *petitio principii*, mentre per quanto riguarda il problema del semplicismo, esso ci sembra troppo consustanziale alla più profonda virtù dell’opera di Han, e cioè quella di porsi, grazie a questa sua veste agile e schematica, come una linea di attualizzazione estremamente efficace, per quanto senz’altro discutibile, di un archivio del sapere sempre più a rischio di

rimanere lettera morta, prigioniero di uno specialismo fine a se stesso la cui controparte è una mediatizzazione selvaggia ben più semplificativa dei libretti di Han. Piuttosto, converrebbe forse accettare di porsi sullo stesso piano della sua operazione filosofica, sollecitandone i contenuti più che la forma o la posizione strategica.

In questo senso, soltanto rimanendo su *La società senza dolore*, non sono pochi gli spunti critici che potrebbero essere sollevati. Uno su tutti, la mancata considerazione, a proposito dell'ontologia del dolore hegeliano-nietzschiano-heideggeriano-jüngeriano cui Han si rifa, e in fondo brutalmente riassumibile nel detto di Hölderlin secondo il quale laddove cresce il pericolo cresce anche ciò che salva, di una possibile "complicazione" apportata dalla scoperta, freudiana ma non solo, del carattere *traumatico* del negativo, principio di *fissazione* della storia prima che di fluidificazione di essa, quest'ultimo valore essendo accessibile soltanto sulla base della coscienza dell'altro. Complicazione che, se considerata, potrebbe portare ad approfondire l'analisi della società senza dolore sotto l'aspetto, un po' carente in tutta la produzione di Han, della sua *genealogia*, senz'altro più intellegibile alla luce dell'opera traumatica riscontrabile nelle grandi trasformazioni storiche e della conseguente natura sintomatica delle formazioni da esse causate; o ancora a guardare sotto una diversa luce molte pratiche psicologiche contemporanee che Han sembra drasticamente relegare ad espressione del ripiegamento narcisistico e della responsabilizzazione neoliberale dell'individuo da lui condannati; o infine ad una diversa e più "realistica" (per quanto non meno critica) valutazione delle condotte e delle misure adottate nella prima fase della pandemia da covid-19. Il che, però, richiederebbe forse una *Stimmung* che ad Han, a differenza di molta filosofia novecentesca cui ama rifarsi, non sembra appartenere, e cioè una forma di *pietas* nei confronti del transitare delle forme di vita, di apertura nei confronti dell'evento di questo transitare e dell'avvenire che esso riserva, postura che vorrebbe racchiudere in una coincidenza aporetica, ma non per questo insostenibile, risolutezza ed abbandono, decisione e lasciar essere: non per disattivare integralmente l'agire nel suo stesso, irridimibile principio, come tende a suggerire Han, bensì per stare nel modo giusto in quella sorta di malafede strutturale che dell'agire è condizione di possibilità, forse oggi più che mai, e di cui *La società senza dolore* ci aiuta senz'altro a divenire più consapevoli.