**Momento di contemplazione sul mare: riattivare i cinque sensi**

a cura di don Walter Magnoni

Il mare è luogo suggestivo, non solo per rilassarsi, non solo per lavorare, ma anche per fermarsi a contemplare. Iniziamo dal lasciarci guidare da una pagina di Vangelo:

«Un giorno, mentre, levato in piedi, stava presso il lago di Genèsaret e la folla gli faceva ressa intorno per ascoltare la parola di Dio, vide due barche ormeggiate alla sponda. I pescatori erano scesi e lavavano le reti. Salì in una barca, che era di Simone, e lo pregò di scostarsi un poco da terra. Sedutosi, si mise ad ammaestrare le folle dalla barca.

Quando ebbe finito di parlare, disse a Simone: «Prendi il largo e calate le reti per la pesca». Simone rispose: «Maestro, abbiamo faticato tutta la notte e non abbiamo preso nulla; ma sulla tua parola getterò le reti». E avendolo fatto, presero una quantità enorme di pesci e le reti si rompevano. Allora fecero cenno ai compagni dell'altra barca, che venissero ad aiutarli. Essi vennero e riempirono tutte e due le barche al punto che quasi affondavano. Al veder questo, Simon Pietro si gettò alle ginocchia di Gesù, dicendo: «Signore, allontanati da me che sono un peccatore». Grande stupore infatti aveva preso lui e tutti quelli che erano insieme con lui per la pesca che avevano fatto; così pure Giacomo e Giovanni, figli di Zebedèo, che erano soci di Simone. Gesù disse a Simone: «Non temere; d'ora in poi sarai pescatore di uomini». Tirate le barche a terra, lasciarono tutto e lo seguirono» (Lc 5,1-11).

Il pensatore Franco Cassano ci parla dell’infinito del mare

«Oggi si può abitare in una città di mare senza riuscire a vederlo, e il mare può riuscire a non vederlo anche chi lo attraversa, lo ven­de e lo compra. E per favore quando finalmente si parla di mare non si chieda prima di parlare (come oggi va di moda) il permes­so all’economia politica: ciò di cui occorre parlare è qualcosa che precede l’economia, della confidenza sentimentale con il mare, del mare che abbiamo imparato senza nessuna scienza ma solo abitandoci accanto, come un parente più grande, come la casa do­ve siamo nati, come un vicino, un silenzio, una solitudine o un mattino. Del mare che riscopriamo quando ci sentiamo soffocare perché ci sorprendiamo in una terra circondata da terre.

**Il mare è in primo luogo meditazione**, una voce impersonale che mette, forse solo per un’assonanza tutta italiana tra mare e are, tutti i verbi all’infinito, un cielo raddoppiato e diventato terrestre, una parete sfondata, un confine libero, un orizzonte che richiama proprio perché sfugge. È da questa linea di fuga che nasce quell’inquietudine che si conosce quando si arriva da soli in una terra di mare: ogni pontile è la tentazione di salpare, di andar via, di inseguire, senza poterla afferrare, la linea utopica dell’orizzon­te, è qui che nasce un rapporto più ricco e drammatico con la ter­ra. Non siamo più gli ostaggi di un paesaggio, di un campanile che ci orienta, ci soffoca e ci trattiene come una catena; il mare opera uno sfondamento che apre la mente all’idea di partenza, all’esperienza di un’infedeltà che rende incerta ma anche più grande e complessa la fedeltà, che inventa la nostalgia, quel dolore e quel desiderio della patria che la fanno diventare interiore, compagna di viaggio di ogni viaggiatore. Rende ogni uomo straniero e ogni straniero un uomo, rende compagna la scissione, ci fa abitare da più di un’anima.

Sulle spiagge libere il mare si dà a tutti come una ragazza faci­le e infedele, anche se c’è una stupidità vorace che cerca di impri­gionarlo, di sposarlo e chiuderlo in casa, di dargli la paranoica fis­sità del proprio. Le ville sui litorali, piccoli e grandi stupri di ce­mento che vorrebbero imprigionare il mare, tutte abusive prima di ogni legge, esibiscono l’oscenità della proprietà. Ancor prima che un bene economico, ancor prima di essere per noi il mare è per sé, è un’altra forma di vita che, ad appena due passi da noi, guizza intorno ad una mollica caduta in acqua. Lì sotto si agitano i conflitti, le gerarchie, le differenze tra le vite nomadi e glisguar­di fermi delle piante, il gregariato dei branchi e la feroce e libera solitudine dei cacciatori, lì tra differenze di luce e di temperatura vivono una vita ugualmente perfetta le creature degli abissi e quel­le delle superfici.

Dal mare arrivano gli ospiti ingrati, il dramma, la fuga, gli in­ganni e i sogni dei clandestini. Esso nasconde meglio, ridicolizza le guardie costiere, ingoia i disperati senza pietà e senza colpa. La sua crudeltà è come quella della morte, vera e inevitabile. Si può morire nella punizione della tempesta e in una splendida giorna­ta di sole. C’è una lezione silenziosa nell’irresponsabilità grande e paurosa del mare, nel suo ingoiarci buio o solare, nel suo saper ac­cogliere e custodire le agonie che scendono nei fondi di silenzio. Scuola di limite prima di ogni filosofia.

Ma si sa poco della gioia del mare se non si sono mai incontrati laddove esso è alto e blu i branchi di delfini, l’amicizia di queste anime di confine, cugini più saggi e riuscito esperimento divino. Si sa poco di se stessi se non si conosce la pelle eccitata dall’ingresso in mare, e poi il lento conciliarsi con l’acqua, l’accettare di appar­tenerle, e lasciarsi andare, galleggiare. Il nostro corpo scopre un mondo quando accetta di affidarsi senza paura al moto della risac­ca, quando contemplando il cielo stesi sul mare immergiamo le orecchie nel suo ventre sonoro, accettando di appartenergli con fi­ducia filiale. In questo esercizio, nella confidenza con la grammatica dell’acqua c’è un’antica saggezza, il suggerimento della possi­bilità di un altro tempo. **Senza l’infinito del mare si va a fondo, ri­succhiati dal vortice del nostro antropomorfismo**. Non più l’eteronomia che viene dai capricci del vento, dall’umore delle onde e dal­la volatilità delle nuvole ma solo i tempi stretti, sempre più stretti del nostro desiderio. Affoghiamo il mare per ucciderne la voce, per affondare i suoi verbi tutti all’infinito nella folla ossessiva ed egoti­sta dei pronomi personali, dei tempi spezzati e diversi degli uomi­ni. Quando il progresso avrà orgogliosamente superato l’”era del mare” non ci saranno più verbi all’infinito, ma solo le forme com­patibili con la nostra litigiosità condominiale».

Contemplare chiama in gioco tutti i nostri sensi, come magistralmente c’insegna José Tolentino Mendonça:

Combattere l’atrofia dei sensi

«Accende lumen sensibus («Illumina i sensi»), recitava un’antica invocazione liturgica, non lasciando spazio a dubbi sulla ne­cessità del coinvolgimento dei sensi nell’espressione del cre­do. **I nostri sensi ci aprono alla presenza di Dio nell’istante del mondo**. In buona salute, abbiamo a nostra disposizione cinque sensi (tatto, gusto, olfatto, vista e udito), ma la verità è che non li affiniamo tutti come si dovrebbe, o per lo meno non li svilup­piamo tutti allo stesso modo.

Attraverso i sensi possiamo ricevere e trasmettere informa­zioni tanto varie perché disponiamo di un cervello capace di elaborare e dirigere. **Ci manca però un’educazione dei sensi che ci insegni a prendercene cura, a coltivarli, ad affinarli**. «Non so sentire, non so essere umano», scriveva ancora Fer­nando Pessoa. E continuava: «ho sentito troppo per poter sentire ancora». In effetti, l’eccesso di stimoli sensoriali nel quale siamo immersi ha conseguenze opposte: non amplia la nostra capacità di sentire ma la contamina portandola a un’irrimediabile atrofia. «Ah se solo potessi sentire!»: è il motto della disperazione contemporanea, quella che giunge dopo aver provato di tutto, nella vertigine e nella convulsio­ne. Ma anche l’indifferenza per i sensi, favorita dal cinismo che sopraggiunge a un certo punto nella vita, è una causa altrettanto efficace di annichilimento. […]

Ciò nonostante, sono diversi i quadri esistenziali che por­tano a soffrire di patologie dei sensi e che possono spingerci verso una sorta di astenia. Passeremo di seguito in rassegna, seppur brevemente, quattro esperienze di questo tipo: la soffe­renza umana; il lutto; la vita prigioniera della routine; l’esposizione odierna all’eccesso di comunicazione».

Parlando del lutto l’autore richiama il mare:

«Il lutto è un manto di tristezza che riveste due corpi: il corpo amato che se ne va e il nostro stesso corpo che, pur rimanen­do, ha assoluto bisogno di accompagnarlo, non solo sul piano affettivo e simbolico, ma anche perché è la nostra spinta vita­le ad affievolirsi. Penso alla descrizione che apre il romanzo Le onde di Virginia Woolf, dove si trova una frase che a mio modo di vedere definisce esattamente che cos’è il lutto: **separazione fra cielo e mare**.

[...] una linea cupa si stendeva lungo l’orizzonte a separare il mare dal cielo e sulla stoffa grigia si disegnavano, mobili, fitte strisce, l’una dopo l’altra, sotto la superficie, in una fuga perpetua, in un perpetuo inseguimento.

Anche l’esperienza della perdita è uno di questi segreti del corpo, con il quale ci risulta sempre più difficile fare i conti. Da una parte la morte si è trasformata in un tabù.

Menzionarla è peggio che proferire un’oscenità. La nascondiamo in Ogni modo. E dall’altra **sapere che i nostri cari se ne vanno ci fa sprofondare in un dolore e in una solitudine estremi**. Entriamo allora in una specie di sospensione, di ritirata dal­la vita, di eclissi, non solo nella nostra relazione con l’ester­no, ma anche in quella con il corpo che siamo. Ci mancano dei maestri che ci aiutino ad avvicinarci alla morte e a ciò che essa rappresenta per l’umanità. Avremmo bisogno, per | prima cosa, di piangere la nostra impossibilità di consolarci (straordinaria la frase dell’Antico Testamento che Matteo recupera per il suo Vangelo, nella scena della morte degli in­nocenti: «Un grido è stato udito in Rama, un pianto e un la­mento grande; Rachele piange i suoi figli e non vuole essere consolata, perché non sono più»; Mt 2,18). E dopo, a piccoli passi, avremmo bisogno di piangere e di essere consolati. E di integrare quell’assenza, progressivamente, in una nuova comprensione del mistero che è la presenza degli altri nella nostra vita».

Guardando il mare pensa a volti di persone care che non hai più vicino a te, affida all’infinito del mare il dolore provato e chiedi il dono d’integrare quelle assenze con la gratitudine di nuovi volti presenti nei tuoi giorni.

Adesso guardando il mare pensiamo alla routine che assopisce i sensi

«La routine è per prima cosa un tentativo di dare regolarità ai vari piani dell’esistenza, uno sforzo che, va detto, è in sé positivo. La vita sarebbe impossibile se lo eliminassimo del tutto. Le abitudini hanno effetti benefici: trasformando la quotidianità in una catena di situazioni attese, ci permettono di abitare con sicurezza il tempo. **Ma ciò che in principio è buono nasconde anche un pericolo**. Di colpo la routine si sostituisce alla vita stessa. Quando tutto diventa ovvio e rego­lamentato, **non rimane più spazio per la sorpresa**. Ogni gior­no è semplicemente uguale a quello prima. Il nostro viaggio passa nelle mani del pilota automatico, che deve soltanto mettere in atto, nel modo più meccanico che conosce, le re­gole prestabilite. **I sensi si assopiscono**. Certo il giorno potrà essere nuovo a ogni risveglio e l’istante potrà offrirsi come una nuova porta aperta, ma noi non potremo mai vederli come tali. I nostri occhi assonnati vedranno ogni cosa come se si ripetesse uguale. E senza rendercene conto, ci succederà quello che il Salmo biblico racconta a proposito degli idoli: «Hanno bocca e non parlano, hanno occhi e non vedono, hanno orecchi e non odono, hanno narici e non odorano. Hanno mani e non palpano» (Sal 115,5-7). A torto potremmo pensare che sia possibile vivere così. Ma come ricorda il libro di Qoèlet, arriva il momento in cui «non si sazia l’oc­chio di guardare né mai l’orecchio è sazio di udire» (Qo 1,8).

**Al cuore dell’uomo non basta la routine**. La grande sfida è quella di ritornare, giorno dopo giorno, a **guardare ogni cosa come fosse la prima volta**, come se fosse la prima volta, meravigliandosi per la sorpresa quotidiana. È quella di riconoscere che questo istante che passa è la porta da cui entra l’allegria. Ma per fare questo dovremo recuperare la sensibilità nei confronti della vita e della sua sconcertante semplicità, verso il suo canto fragile e le sue traversie. Quella vita che ci eravamo ormai abituati a consumare alla velocità con cui si spegne un fiammifero, senza ascoltarla veramente senza cospirare per la sua pienezza. Per rispondere alla domanda sul significato della vita che a un certo punto ci assale («che senso ha la mia vita?») è indispensabile una pedagogia di riattivazione dei sensi».

Che senso ha la mia vita? Guarda il mare e chiedi il dono di tornare a gustare la quotidianità del vivere. Affida al Signore le paure e prendi il largo. Signore aiutami a essere contento di quello che mi doni e donami di scoprire a cosa mi stai chiamando oggi.

Adesso ci concentriamo sui sensi che sono meno utilizzati, ovvero gli altri oltre le orecchie e gli occhi. Lasciamo ancora la parola a Tolentino Mendonça:

«A ben guadare, gli strumenti che si trovano al primo posto nella comunicazione umana di oggi (dalla televisione al tele­fono, dalle e-mail ai social network) interagiscono solo con i due sensi che servono a captare i segnali a distanza: la vista e l’udito. Ne deriva così un’ipertrofia incontrollabile degli occhi e delle orecchie, sui quali viene a ricadere tutta la responsabilità partecipazione al reale. «Hai visto questo, hai sentito quello...»: il nostro quotidiano è continuamente bombardato dalla pressione del vedere e del sentire. Lo stesso vale per gli spostamenti: che si tratti di pilotare un aereo, di guidare un’automobile o di muoversi a piedi per le vie delle città moderne, la cosa fondamentale sono i sensi che colgono le informazioni visive e sonore. E superfluo ricor­dare che non in tutte le culture è così. Questo sovraccarico dei sensi atti a captare ciò che è più lontano nasconde la ca­renza di sviluppo e la povertà cui sono relegati gli altri sensi. Mentre si espande l’industria dei profumi, disimpariamo a percepire la fragranza dei fiori: percorrere il reparto frutta di un supermercato inodore, lasciando da parte il fatto che è cento volte più pratico, non è la stessa cosa che attraversare quella cattedrale di aromi che è un frutteto. E questo vale anche per gli altri sensi che richiedono prossimità: il gusto e il tatto. Oggi, solo i professionisti si azzardano a effettuare test “alla cieca” su cibi o bevande e si mangia sempre di più con gli occhi, un po’ per l’attenzione all’impatto della de­corazione dei piatti, un po’ per la ricercatezza del *design,* o anche solo per la manipolazione del sapore. Per non parlare del tatto. La nostra distanza dalla natura è così profonda che non siamo più capaci di fare cose tanto facili come cammi­nare scalzi, chinarci in un bosco e scostare dolcemente le foglie dalla fonte per soffermarci a bere, o accarezzare la vita indifesa che si avvicina a noi. Cosi, ci siamo trasformati negli, “analfabeti emozionali” che siamo. Non sarà giunto il tempo di tornare ai sensi? Non sarà questa l’occasione propizia per rivitalizzarli? Non è arrivato l’istante per comprendere me­glio ciò che accomuna sensi e senso?».

**Tatto**:

«Anche se nella scala proposta da Aristotele appariva solo al terzo posto, fin dall’antichità classica si è pensato che il primo fra i sensi fosse il tatto. Nell’ordine della creazione, detiene di sicuro il primato. Lo sviluppo dei sensi nel feto comincia probabilmente con il tatto. Poi, dopo la nascita, è ancora attraverso il contatto fisico che facciamo esperienza della realtà: il freddo e il caldo, il familiare e l’estraneo, lo sconforto e la consolazione. Il neonato esplora ogni oggetto attraverso il tatto, portandolo inevitabilmente alla bocca e alle mani. Molto legittimamente, il tatto viene descritto come il nostro ‘primo grande occhio ’.

Là pelle ricopre il nostro corpo, dalla testa ai piedi; divide e al tempo stesso unisce il mondo interno e quello esterno. La pelle legge la consistenza, la densità, il peso e la tempera­tura della materia. Il senso del tatto ci connette con il tempo e con la memoria: attraverso le impressioni tattili partiamo per viaggi interminabili senza i quali non saremmo quelli che siamo. Il tatto ci permette di non andare a sbattere gli uni contro gli altri e, al contrario, rende possibile rincontro. Per questo, la domanda che un giorno Gesù ha posto, in mezzo a una densa folla, continua a essere significativa: «Chi mi ha toccato?» (Mc 5,31). I discepoli avevano un bel tentare di dissuaderlo, rammentando che c’era una massa di gente a stringerlo e toccarlo, ma invano, perché quello che Gesù af­fermava è che c’è modo e modo di toccare. Scriveva Rainer Maria Rilke:

Ma le mani sono pur sempre un organismo complesso, un delta in cui molta vita confluisce da lontane origini per riversarsi nella gran­de corrente dell’azione. Le mani hanno una storia, una cultura, una particolare bellezza; si concede loro il diritto di avere un proprio svi­luppo, propri desideri, sentimenti, capricci e passioni.

E quello che diciamo delle mani possiamo dirlo anche della pelle. Così, la nostra autobiografia è anche una storia della pelle e del tatto, del modo in cui tocchiamo o non toc- chiamo, del modo in cui siamo o non siamo stati toccati. Il racconto che essa contiene è per lo più sommerso, non vi prestiamo attenzione. Eppure, nonostante tutto, ha molto da insegnarci. Esiste un tipo di conoscenza, non solo nella pri­ma infanzia, ma nel corso di tutta la vita, che arriva a noi solo attraverso il tatto. […]

**Gusto**

«Che lo vogliamo o no, siamo depositari di teorie che stabili­scono una gerarchia di dignità fra i sensi. Per Tommaso d’Aquino, ad esempio, la vista era il più spirituale e perfetto. E, secondo la sua interpretazione, bisognava distinguere tra sensi superiori e inferiori: quelli inferiori erano il tatto, l’ol­fatto e il gusto, perché prevalentemente affettivi. Fra questi, il gusto sembra essere il più limitato, poiché restringe la sua attività alla cavità orale. Si suddivide in cinque categorie fon­damentali: l’amaro, il dolce, il salato, l’aspro e l’umami, la ca­tegoria formalizzata più di recente '(solo nel 1985), e che per molti forse è ancora sconosciuta. *U*mami(si scrive così, non ha una traduzione) in giapponese significa ‘saporito’. Ha un gusto residuo lieve ma persistente, difficile da descrivere, eppure del tutto riconoscibile. Secondo alcuni, arrotonda il sapore. La prossima volta che mangiate in un ristorante giap­ponese, chiedete.

Jean-Jacques Rousseau ricorda una grande verità: **ci sono migliaia di cose indifferenti al tatto, all’udito e alla vista, ma non c’è quasi nulla che sia indifferente al gusto**. Nella foresta fittissima che è il pensiero di Feuerbach, troviamo un’espres­sione di rara trasparenza: quella che fa riferimento al «vange­lo dei sensi». Mettendo in discussione la divisione tradiziona­le fra sensi superiori e inferiori, Feuerbach sostiene che, per quanto concerne le sue qualità cognitive, anche il gusto si eleva nell’uomo alla dignità dell’atto scientifico e spirituale.

Benché il gusto sia stato degnato di poca considerazione nel ranking dei sensi, oggi si ritiene che esso abbia svolto un ruolo chiave nell’evoluzione della specie umana. Secondo Richard Wrangham, primatologo dell’Università di Harvard, fu la comparsa della cottura a permettere ai nostri antenati di triplicare le dimensioni del cervello: “Spianando la strada all’espansione del cervello umano, la cucina [e quindi il gusto] ha reso possi­bili risultati cerebrali come la pittura nelle caverne, il compo­nimento di sinfonie e l’invenzione di internet”. […]

**Olfatto**

«L’olfatto è un’immensa via di conoscenza, ma è così sottile! Agisce dentro di noi sollecitando il nostro contatto “fusionale” con il mondo, un contatto al tempo stesso immediato, flagran­te e intimo. Gli esseri viventi, le cose, gli ambienti emanano informazioni indefinibili che si colgono unicamente per mezzo degli odori. Un odore, per esempio, è molto diverso da un’im­magine: nell’immagine, la relazione tra soggetto e oggetto è dell’ordine della rappresentazione, mentre la percezione olfat­tiva ci si incolla addosso, è puro impregnarsi. L’immagine parla di un oggetto che è fuori da noi, ma quando l’olfatto segnala un profumo è perché lo abbiamo già addosso.

Alla fine della prima settimana di vita, il neonato riconosce la mamma dall’odore. E viceversa capita anche che, molti anni dopo, le madri abbiano ancora nostalgia dell’odore unico del loro bebè. Una delle frasi più emblematiche della prima esorta­zione apostolica di papa Francesco è stata la raccomandazione che i pastori abbiano «l’odore delle pecore», e tutti capiamo cosa abbia voluto dire con questo. […]

Il filosofo Walter Benjamin ha scritto che dal riconoscimento di un odore ci aspettiamo di più che da qualunque altro ricordo: ci aspet­tiamo niente meno che il privilegio di essere consolati, poi­ché «un profumo fa tramontare anni interi nel profumo che ricorda». Quando le nostre capacità olfattive si atrofizzano, diminuisce anche la varietà della cartografia esplorata dalle nostre emozioni. Il nostro cervello sa riconoscere circa dieci­mila odori ridersi, che aumentano ancor di più incrociandosi con profumi e aromi; e ognuno di essi risveglia in noi sensa­zioni che non sempre il linguaggio è capace di descrivere. Ciò fa dell’olfatto un senso decisivo, anche se intorno a lui tutto avviene in modo tanto discreto».

**Udito**

«Il mondo che ci circonda è totalmente sonoro. Di questo pae­saggio immenso, l’orecchio umano coglie soltanto una parte. Prendendo come riferimento l’udito umano, chiamiamo infra­suoni quei suoni che hanno una frequenza inferiore a 20 Hertz (la frequenza più bassa che possiamo cogliere). Anche se l’uo­mo non riesce a sentirli, un elefante li percepisce facilmente, e senza dover appoggiare l’orecchio al suolo, poiché le sue zam­pe captano anche le onde sonore. Definiamo ultrasuoni quei suoni per noi impercettibili perché hanno una frequenza superiore a 20.000 Hertz (la frequenza più alta a cui arriviamo). Eppure un cane e un gatto, al nostro fianco, percepiscono fino al doppio di questo limite. E se un gruppo rock amatoriale ci sembra troppo rumoroso, che dire allora della balenottera az­zurra, i cui segnali sonori possono essere captati a centinaia di chilometri di distanza? La diversità sonora è senza dubbio un luogo misterioso.

Con le nostre orecchie sentiamo i rumori del mondo esterno, il chiasso, le voci, la musica che ci consola. Tuttavia, se ci riferiamo all’ascolto disinteressato dell’altro, sentiamo che c’è un ulteriore livello dell’udito che abbiamo bisogno di sperimentare. Non si tratta semplicemente di ascoltare con le orecchie, ma di **ascoltare anche con il cuore**: un ascolto profondo, nel quale tutti i sensi sono necessari. Julia Kristeva parla di un infra-linguaggio, legato al corpo, alla biologia, alle passioni, e di un ultra-linguaggio, che comprende la sto­ria, le idee presenti e il futuro: sono tutte sfide per l’ascol­to. Il giudaismo e il cristianesimo sono religioni dell’ascolto: «Ascolta, Israele», così comincia l’importante preghiera del­lo Shemà Israel e «Chi ha orecchi, ascolti» recita un motivo neotestamentario che caratterizza il canone cristiano. Nell’a­scolto, che cosa si richiede di ascoltare? Forse soltanto quello che scriveva Clarice Lispector: “*Ascoltami, ascolta il silenzio. Quello che ti dico non è mai quello che ti dico, bensì qualcos’altro. Capta questa cosa che mi sfugge e di cui tuttavia vivo, perché io da sola non posso*”».

**Vista**

«[…] La vista trasforma il mondo in una finestra, ma è chiaro che esistono anche altre dimensioni, altrettanto essenziali, del guar­dare. A cominciare dalla dimensione della riflessività: il nostro corpo, che guarda le cose, è capace anche di guardare se stesso: è al tempo stesso vedente e visibile. Come scrive Merleau-Ponty:

Se i nostri occhi fossero fatti in modo che nessuna parte del nostro corpo potesse cadere sotto il nostro sguardo [...] o semplicemente se, come certi animali, avessimo occhi laterali, senza intersezione dei campi visivi - allora questo corpo che non si rifletterebbe [...] non sarebbe neppure un corpo d’uomo.

Lo sguardo è fondamentale per poter celebrare rincontro con noi stessi e con gli altri. Solo se guardiamo e ci lasciamo impres­sionare dall’altro di fronte a noi, possiamo amare le persone in quanto tali. In modo analogo, lo sguardo è essenziale per lanciarci nell’avventura della ricerca del senso della vita. […]»