

Filosofie dell'esercizio

collana diretta da

Luca Mori (Università di Pisa)

comitato scientifico internazionale

Roberto Alciati (Università di Firenze)

Ester Bianchi (Università di Perugia)

Michael Chase (CNRS Centre Jean Pépin, Paris)

Antonio Cimino (Radboud University, Nimega, Paesi Bassi)

Laura Cremonesi (Scuola Normale Superiore, Pisa)

Daniele Cuneo (Université Paris 3)

Guido Cusinato (Università di Verona)

Simone D'Agostino (Pontificia Università Gregoriana)

Islam Dayeh (Ghent University, Belgium)

Christoph Emmrich (University of Toronto)

Rossella Fabbrichesi (Università di Milano)

Marta Faustino (NOVA Institute of Philosophy, Lisbon)

Arianna Fermani (Università di Macerata)

Stefano Franchini (Istituto Italiano di Studi Germanici)

Oliver Freiburger (The University of Texas at Austin)

Lucilla Guidi (University of Potsdam)

Roberta Lanfredini (Università di Firenze)

Antonio Lucci (Università di Torino)

Laura Anna Macor (Università di Verona)

Marco Mazzeo (Università della Calabria)

Luca Mori (Università di Pisa)

Gianni Pellegrini (Università di Torino)

Rosalia Peluso (Università di Napoli Federico II)

Emiliano Rubens Urciuoli (Università di Bologna)

John Sellars (Royal Holloway, University of London)

Federico Squarcini (Università di Venezia)

Stefania Tarantino (Università di Salerno)

Letizia Cipriani

Gli esercizi di
Bergson

Alla ricerca del tempo vissuto



Edizioni ETS



www.edizioniets.com

© Copyright 2026

EDIZIONI ETS

Palazzo Roncioni - Lungarno Mediceo, 16, I-56127 Pisa

info@edizioniets.com

www.edizioniets.com

Distribuzione

Messaggerie Libri SPA

Sede legale: via G. Verdi 8 - 20090 Assago (MI)

Promozione

PDE PROMOZIONE SRL

via Zago 2/2 - 40128 Bologna

ISBN 978884677539-9

Premessa

Questo libro nasce da una domanda che rappresenta, di per sé, già un piccolo smottamento: può la filosofia essere una forma di cura? Può lo sguardo speculativo, se sufficientemente affilato e disposto al rischio, diventare gesto terapeutico, risveglio, riattivazione di un movimento interrotto? Non si tratta di una questione nuova: fin dall'antichità la domanda "come dovrei vivere?" attraversa la storia del pensiero umano. Non è solo una curiosità teorica, ma una domanda concreta, che tocca la nostra esperienza quotidiana, i nostri limiti e le nostre possibilità di trasformazione.

Henri Bergson, filosofo francese a cavallo tra Ottocento e Novecento, non offre a questa domanda una risposta diretta, eppure ne fa il cuore pulsante della sua opera, un lungo esercizio di disincanto, volto a smascherare l'illusione più resistente: quella del tempo ridotto a spazio, della vita ridotta a sequenza, dell'essere umano ridotto a macchina. Il francese chiamava tutto questo il problema della *libertà*, osservandolo da una prospettiva peculiare dove l'errore emerge come necessità evolutiva: un adattamento utile che, tuttavia, se protratto nell'automatismo meccanico, può generare vere e proprie patologie del vivente. Le illusioni spaziali, il linguaggio cristallizzato, il primato dell'intelletto analitico: tutte queste strutture, se assunte come realtà definitiva, finiscono per irrigidire la vita, distorcendo la sua natura

più profonda, che è durata, flusso, intensità qualitativa.

Questa patologia, filosofica, ontologica, culturale, non è una devianza occasionale, ma una malattia sistemica del pensiero moderno. Proprio per questo, Bergson ci offre una serie di esercizi del pensiero, più intuitivi che deduttivi, per restituire alla coscienza la sua dimensione temporale autentica. Esercizi che sono movimenti profondi di disillusione, decentramento e dinamizzazione delle categorie concettuali, inviti a capovolgere le definizioni, a individuare gli stalli di immobilità per riattivare il movimento, a rivitalizzare le dicotomie che irrigidiscono il pensiero. Si tratta di un lavoro continuo di riqualificazione della malattia, che viene riconosciuta come parte integrante e necessaria del processo stesso della vita. Il negativo non è da eliminare, ma da comprendere e integrare come momento di una trasformazione possibile.

La malattia non è solo squilibrio o disarmonia, ma anche uno sforzo che la natura attua nell'uomo per ottenere un nuovo equilibrio, è una reazione generalizzata il cui scopo è la guarigione: l'organismo muta in malattia per guarirsi (modificarsi). Allo stesso modo, per Bergson, il negativo, il dolore, l'errore, l'illusione, è uno sforzo naturale, un *conatus* spinoziano, una reazione dell'organismo per rimettere a posto le cose.

Il malanno individuato da Bergson prende la forma di una particolare illusione: nasce quando una rappresentazione, inizialmente utile e salvifica per la vita, si prolunga oltre il suo scopo, finendo per ingannare tutta l'esperienza del vivente. È il caso dell'abitudine a pensare il tempo come qualcosa di spazializzato, quindi calcolabile e immobilizzabile, dimenticando la sua natura profonda di movimento qualitativo continuo. Questa illusione, funzionale in certi ambiti pratici e scientifici, si trasforma in

malanno quando si cristallizza, impedendo la percezione della durata reale. In altre parole, ci ammaliamo quando ci dimentichiamo che produciamo costantemente illusioni di fermata, di istantaneità, di immobilità sul mondo per ragioni di utilità, finendo così per scambiare le nostre finzioni per la realtà.

Il presente volume propone una lettura di Bergson secondo l'impostazione medica di questa collana: un'analisi in quattro movimenti, che parte dalla diagnosi, attraversa l'eziologia, formula una terapia e ne osserva l'impatto. L'intento non è offrire un'esposizione sistematica o una ricostruzione storica dell'opera bergsoniana, ma far emergere una possibile via d'esercizio, una pratica filosofica che, nel gesto del pensare, tenta di liberare la vita dai suoi automatismi e di restituire il tempo al vivente.

Bergson invita a riconoscere la continuità tra essere e non essere, tra identità e alterità, tra normalità e anormalità, superando le dicotomie che separano e irrigidiscono. In questa prospettiva, la malattia non è una deviazione dalla norma, ma una variazione naturale della vita e l'illusione stessa, che spesso rappresenta il malanno, è parte integrante della natura e dell'essenza del fenomeno vitale. Non esiste una norma d'identità fissa, ma solo variazioni differenziali di identità, in un movimento relazionale e reciproco tra viventi e ambiente.

In fondo, questa è la domanda che attraversa tutta l'opera di Bergson: cosa significa essere vivi, cioè cosa significa essere liberi, nella misura in cui la vita è tempo che scorre, che si piega, che resiste, che cambia e che produce sue fermate innaturali? Questo volume si propone di ricostruire il senso e la funzione di questi esercizi, mostrando come il *malum* sia, in ultima analisi, una variazione naturale della vita, e come la cura consista in un atto di

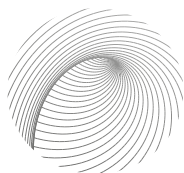
movimento, di risveglio e di apertura alla durata. L'invito è quello di abbandonare le immagini statiche e rassicuranti, per immergersi nel flusso continuo della vita, dove ogni identità è sempre in trasformazione, e ogni malanno può diventare occasione di crescita e di rinnovamento.

Indice

Premessa	5
<i>Capitolo 1</i>	
Le affezioni e la loro diagnosi	9
1. Spazializzare per vivere: l'artificio necessario e il suo rovesciamento	9
2. I germi e i batteri sani: numeri e parole come strumenti di misura vitali	15
3. L'ontologia del segno: espressione e traduzione del tempo	20
<i>Capitolo 2</i>	
La curabilità e l'interruzione delle affezioni	25
1. Dalla vitalità all'automatismo: quando gli strumenti diventano virus nocivi	25
2. L'automatismo come decadimento: quando l'utile diventa patogeno	34
3. L'immagine mediatrice di Bergson: il primo esercizio di cura, la negazione del vuoto-nulla e il recupero della continuità innovante/trice	38
<i>Capitolo 3</i>	
L'esercizio della terapia: applicazioni del rimedio	45
1. Inversione delle definizioni, processualizzazione delle dicotomie e altre forme di dinamizzazioni concettuali	45
2. L'intensità: variazioni di natura e progresso qualitativo	59
3. L'intuizione: il "colpo" del tempo	71

Capitolo 4

Obiezioni e ricezioni della terapia bergsoniana	85
1. L'eclissi e le sue ragioni	85
2. La rivitalizzazione: da Deleuze alle recezioni contemporanee	87
3. Una filosofia dell'impersonale e del preindividuale	89
Glossario tecnico	91
Bibliografia	99



Filosofie dell'esercizio

L'elenco completo delle pubblicazioni
è consultabile sul sito

www.edizioniets.com

alla pagina

[https://www.edizioniets.com/view-Collana.asp?Col=Filosofie dell'esercizio](https://www.edizioniets.com/view-Collana.asp?Col=Filosofie%20dell'esercizio)



Pubblicazioni recenti

9. Letizia Cipriani, *Gli esercizi di Bergson. Alla ricerca del tempo vissuto*, 2026, pp. 108.
8. Maria Dell'Isola, *Gli esercizi delle madri del deserto. Utilità della tristezza per la perfezione*, 2026, pp. 112.
7. Luca Mori, *Gli esercizi di Epitteto. L'arte di rendersi imperturbabili*, 2025, pp. 128.
6. Matteo Santarelli, *Gli esercizi di Freud. Patologie e terapie della realtà*, 2024, pp. 116.
5. Andrea Mossa, Emiliano Rubens Urciuoli, *Gli esercizi di Paolo di Tarso. Istruzioni per farla finita col mondo*, 2024, pp. 116.
4. Enrico Piergiacomì, *Gli esercizi di Epicuro. Discipline per il piacere*, 2024, pp. 116.
3. Roberto Alciati, *Gli esercizi di Evagrio. Un prontuario cristiano per vedere Dio*, 2023, pp. 112.

Edizioni ETS

Palazzo Roncioni - Lungarno Mediceo, 16, I-56127 Pisa

info@edizioniets.com - www.edizioniets.com

Finito di stampare nel mese di settembre 2026