

“The man must work”. Lo stress come categoria dello spirito nell’epoca del capitalismo linguistico

Marco Mazzeo

Università della Calabria
mazzeo.mazzeo@unical.it

Abstract The article will attempt to better understand an everyday but mysterious phenomenon, stress. To this end, the article will analyze the most relevant works of Hans Selye, the endocrinologist who coined the concept with the aim of proposing a precise thesis. Stress is so difficult to define because it is both a physiological mechanism and a category of experience typical of the contemporary world. Stress is the experience in the world in which work and life are indistinct, which is why it is a category analogous to what W. Benjamin in the early 20th century called ‘shock’.

Keywords: Benjamin, Marx, Operaism, Resilience, Selye

Received 13/07/2023; accepted 15/10/2023.

1. Introduzione a un enigma: femminicidio e resilienza

La parola «stress» si riferisce a stati d’animo e relazioni sociali secondo un’ampia varietà di connotazioni. L’appartenenza del termine al senso comune («oggi ti vedo stressato», «è un periodo stressante», «ho mal di stomaco, colpa dello stress») potrebbe suggerire che siano chiari senso, origine e valore del vocabolo all’interno delle forme di vita contemporanee. Si tratta, al contrario, di un sostantivo difficile da definire. I fenomeni verbali, politici e produttivi di cui lo stress è portatore sono complicati da mettere a fuoco *proprio perché*, ricorda colui che nel Novecento ha setacciato con maggior rigore il linguaggio ordinario, «di abbiamo sempre sotto gli occhi» (Wittgenstein 1953, trad. it.: § 129). Lo stress si candida a clamoroso esempio di quel che Ludwig Wittgenstein sentenzia circa la struttura del senso comune: «ciò che, una volta visto, è il più evidente, e il più forte, questo non ci colpisce» (*Ibidem*).

Per scattare una polaroid antropologico-linguistica del concetto, può essere utile fare da subito un paio di esempi eclatanti del carattere ubiquitario, per questo enigmatico, dello stress. Si tratta di esempi volutamente antitetici, accomunati da un carattere non solo recente ma *attuale*, cioè in grado di riflettere, come un prisma, aspetti strutturali della nostra epoca (Benjamin 1940, trad. it.: 86). Il primo esempio riguarda un caso di femminicidio la cui efferatezza ha suscitato clamore. Nella provincia lombarda, il 27 maggio 2023 una donna al settimo mese di gravidanza è uccisa a coltellate dal compagno. Interrogato dagli inquirenti, il sospettato (poi reo confesso) afferma «di aver agito senza un reale motivo perché stressato dalla situazione». Le due donne con le quali egli aveva una relazione erano venute a conoscenza l’una dell’altra e si erano incontrate

poco tempo addietro¹. L'assenza di una motivazione specifica è spiegata, in un contesto formale di tipo giudiziario, con la presenza di un alto tasso di stress. Questo stato psicofisico, apparentemente docile strumento di descrizioni motivazionali o di blandi disturbi gastroenterici, è indicato come motore la cui potenza sarebbe in grado di spingere qualcuno a compiere un omicidio in assenza di situazioni di pericolo e fuori dal contesto bellico.

All'apparenza, il secondo esempio è indiretto giacché coinvolge uno dei protagonisti principali dello scenario economico. Dopo l'epidemia COVID-19 e la conseguente crisi produttiva, l'Europa ha dato il via a uno dei più grandi progetti di investimento del secondo dopoguerra. È altrettanto noto che questo piano viene solitamente indicato con l'acronimo PNRR, vale a dire «Progetto Nazionale di Ripresa e Resilienza». Nel documento stilato dalla commissione si specifica il significato del termine finale (Comunità Europea 2021: articolo 2 comma 5): la resilienza consiste nella «capacità di affrontare gli shock economici, sociali e ambientali e/o i persistenti cambiamenti strutturali in modo equo, sostenibile e inclusivo».

Il concetto di «resilienza» è uno dei protagonisti della vita economica postendemica. Si tratta, però, di un termine che ha un'origine legata dalla teoria del valore perché frutto della ricerca scientifica di una psicologa dell'età evolutiva. Grazie a un impegnativo studio longitudinale su 698 bimbi nati nel 1955 in un'isola delle Hawaii, Emmy Werner (per una panoramica: Werner 1992) ha raccolto un'enorme quantità di materiale empirico circa il rapporto tra condizione sociale, comportamenti devianti, disturbi dello sviluppo. In uno studio recente, fondato su queste e altre ricerche, la studiosa conclude (Werner 2005: 4, corsivo nel testo):

Studi longitudinali di tipo *prospettico* in Nord America e in Europa hanno seguito la crescita di persone dall'infanzia fino all'età adulta, dimostrando che, anche tra i ragazzi esposti a stressori multipli, solo una minoranza sviluppa disturbi emotivi di seria entità o problemi comportamentali persistenti.

Werner definisce in modo esplicito il bambino resiliente, poi adulto, come soggetto «stress-resistant» (Werner 1984: 70). La resistenza organica dei ragazzi che sono riusciti a non sviluppare patologie o comportamenti devianti, pur appartenendo a categorie a rischio, è *resistenza allo stress*. Sin dall'inizio, dunque, la connotazione del termine «resilienza» non è solo psicologica ma politica poiché si inserisce in un quadro teorico polemico nei confronti del determinismo sociale di marca comportamentista (ambiente deviante produce soggetti devianti). Al contrario, la resilienza si propone come concetto «prospettico» (si veda la citazione sopra) che riguarda il futuro. La resilienza è un anti-stress di ordine socio-ambientale: «la resilienza allo stress dovrebbe esser vista come un *processo*, una interazione tra persona e ambiente» (Aldwin 2007: 330, corsivo nel testo). Il concetto coniato da Werner riguarda le modalità di apertura, chiusura, aggressione e resistenza del singolo nei confronti della sfera pubblica. Corrisponde alla capacità di uscire dalla povertà pur appartenendo a una classe indebitata, di non diventare psicotici pur essendo cresciuti in una famiglia ad alto rischio psichiatrico. Per questa ragione, la resilienza ha una connotazione spiccatamente protettiva: «la resilienza è diversa in modo sottile dallo SRG (Stress Related Growth) perché afferma un adattamento positivo *a dispetto delle* avversità, mentre l'SRG produce un aumento dell'adattamento positivo proprio *in ragione di esse*» (Ivi: 326, corsivi nel testo). Di fronte al cambiamento, lo stress chiede un rilancio mentre la resilienza si limita a incassare e resistere.

¹ https://www.ansa.it/lombardia/notizie/2023/06/02/impagnatiello-houcciso-giulia-perche-ero-stressato_349db2f0-dee9-451c-8907-c1b3cce2b43c.html.

2. Archeologia di una parola d'ordine

Il femmicida si appella allo stress per motivare la propria condotta. La Comunità Europea dà il via a un programma di investimenti che segnerà l'andamento economico della prima metà del secolo concentrandosi sulla «resilienza». Si tratta di una nozione non economica, mutuata dalla psicologia dello sviluppo, che indica capacità di resistenza a fattori di stress di ordine sociale, economico, affettivo e relazionale. Cos'è, però, lo stress? L'estrema differenza tra i due casi d'attualità è indicativa della multifunzionalità esplicativa di un concetto ombrello, di un termine dallo spettro talmente ampio da risultare, allo stesso tempo, ovvio e impalpabile.

Al fine di cogliere le linee portanti di un'espressione talmente endemica da assumere i contorni di una parola d'ordine del mondo contemporaneo (uno studio recente ha individuato in almeno «130.000 gli articoli che è possibile leggere» [Rochette, Dogon, Vergely 2023: 3]), il saggio s'impegnerà in una scelta netta. All'interno di una bibliografia sterminata, l'analisi si limiterà alla discussione degli scritti principali del medico che, in modo unanime, è padre riconosciuto del termine. Hans Selye (1907-1982) è un endocrinologo che tra le due guerre mondiali affronta una sfida radicale. Da studente di medicina, rimane stupito di un fatto all'apparenza ovvio, vale a dire che «solo pochi sintomi sono caratteristici di una malattia» (Selye 1955: 4). Il carattere indeterminato della «sindrome dell'indisposizione» (*Ibidem*) femminile legata al ciclo mestruale diventa per Selye non un'anomalia ma un paradigma teorico. Si fa breccia l'idea di individuare non più una malattia specifica (il morbillo, l'influenza o una gengivite) ma la «sindrome generale della malattia» (*Ivi*: 5), cioè la malattia delle malattie. La specificità di ogni patologia può essere la punta di un iceberg mai identificato prima, la grammatica della malattia in quanto tale. È grazie a numerosi esperimenti su animali da laboratorio per comprendere la relazione tra ipofisi, ormoni e ciclo sessuale che lo studioso canadese impiega per la prima volta il termine «stress» «nel significato attuale, cioè uno stato di tensione aspecifica nella materia vivente che si manifesta mediante trasformazioni morfologiche tangibili» (*Ivi*: 6). Tra gli anni Trenta e gli anni Cinquanta, si verifica un salto terminologico di eccezionale profondità. Un vocabolo che fino a quel momento è impiegato per indicare «una forza o una combinazione di forze che agiscono su un corpo o un materiale tendendo a deformarlo»² (OED, v. stress), cioè «la somma di tutte le forze che agiscono contro una resistenza» (Selye 1955: 25), diventa a metà del XX secolo la parola per comprendere un tratto decisivo della vita in quanto tale. «Vivere» significa «essere in tensione»; questa tensione produce deformazioni organiche.

Selye lavora su modelli animali per comprendere la fisiologia di un fenomeno che non si propone come malanno strisciante o fastidioso rumore di fondo perché manifestazione di una questione profonda, «un principio biologico ubiquitario» (*Ivi*: 11). L'attenzione si concentra sulle «ghiandole endocrine» (*Ivi*: 6). Tramite asportazioni chirurgiche e stimolazioni ormonali, una triade di manifestazioni (ipertrofia della corteccia surrenale accompagnata da una «marcata involuzione dell'apparato timolinfatico» e «dalla comparsa di ulcere emorragiche nello stomaco e nel duodeno», [*Ivi*: 9]) è prodotta dalle cause più diverse: «ormoni purificati (per es. adrenalina, insulina), agenti fisici (per es. caldo, freddo, raggi X), traumi (suono o luce intensi), emorragia, dolore o sforzo muscolare» (*Ivi*: 18).

A partire dagli anni Trenta, Selye non è alle prese solo con un problema medico (di fronte a quale fenomeno patogeno ci troviamo?), ma anche con «difficoltà puramente

² Una riflessione approfondita circa le trasformazioni semantiche della parola meriterà un lavoro a parte. Per il momento, può essere utile notare che la prima occorrenza conosciuta del termine, risalente al 1390 circa, indica «hardship, adversity; affliction, suffering» (OED, v. stress). A partire dal XVI secolo diviene obsoleto e infrequente perché il termine nasce con una connotazione negativa colta con più efficacia dal vocabolo «distress».

semantiche» (*Ibidem*). Serve, infatti, un sostantivo che indichi una «reazione d'allarme» di ordine generale (*Ivi*: 19) perché questa sindrome esibisce un'altra caratteristica sorprendente. Aspecifiche non sono solo le cause dello stress, ma anche i suoi effetti giacché «l'esposizione a un agente stressante aumentava la resistenza ad un altro agente dannoso» (*Ivi*: 34). La «resistenza crociata» (*Ibidem*) poteva diminuire la resistenza, non solo accrescerla. Lo stress non si limita a indebolire l'organismo ma, almeno entro una certa misura, a innescare una seconda fase nella quale, invece, le capacità di adattamento del corpo aumentano. La cosa notevole è che questo cambiamento si verifica in modo imprevedibile perché spesso non riguarda la dimensione funzionale attraverso la quale l'organismo subisce la sollecitazione: «un animale notevolmente adattato a un agente stressante (ad es. il freddo) perde molta della sua resistenza e adattabilità ad agli agenti stressanti (ad es. ai farmaci)» (*Ivi*: 35-36).

Selye si richiama a un principio evolutivo di ordine generale. Nello stress emerge una «energia d'adattamento» (*Ivi*: 35), ancora sconosciuta nel dettaglio, ma di certo disponibile per ciascun organismo in quantità limitata. Il suo impiego in una direzione sottrae possibilità d'adattamento in un'altra. Il medico offre una metafora ancora più ampia, di tipo meccanico. Lo stress che subisce il corpo biologico sarebbe l'equivalente del «logorio di un'automobile» (*Ivi*: 37) che, col passare degli anni, viene usurata dall'impiego.

3. Una filosofia del lavoro

Oggi lo stress è un fenomeno bifronte. Da un lato, è modalità media di spiegazione comportamentale del corpo pubblico («ho mal di testa, sarà lo stress», «lascio stare, è stressato») che sfocia nell'emergenza sanitaria. Nel 1998 l'organizzazione mondiale della sanità proclama lo stress «epidemia mondiale del secolo» (Farné 1999: 10). Dall'altro, come abbiamo visto, si tratta di una «sindrome generale d'adattamento» (Selye 1955: 31 e sgg.) che riguarderebbe il principio stesso dell'organizzazione vivente³. Ogni volta che un organismo si trova in una situazione di mutamento ambientale si espone a potenti fattori di stress. Non è un caso che, ancora oggi, questa categoria sia applicata a differenti ambiti della biologia, dallo studio delle piante (Sunkar 2010) alla ricerca sui batteri (Kidd 2011).

Ora più che mai, lo stress è sia una categoria biologica che un «fatto sociale» (Pollock 1988). Come coordinare i due punti di vista? La soluzione proposta da Selye è istruttiva. Lo studioso di origini magiare fotografa, con soddisfazione e sconcerto, un fenomeno palesemente paradossale che si riferisce allo «stato provocato da una sindrome specifica e consistente in tutti i cambiamenti non specificamente indotti» (Selye 1955: 221). Da un punto di vista qualitativo, le cause scatenanti possono essere addirittura antitetiche: la produzione di corticosteroidi, gli ormoni base per la fisiologia della sindrome, è provocata da «rumore improvviso, caldo e freddo, sostenere con ansia un esame» ma anche dal «partire con entusiasmo per una vacanza» (Farné 1999: 80). Pure sul piano

³ McCarty (2016: 13) ricorda che, oggi, «da dottrina della non specificità è stata respinta e sostituita con l'indicazione che un dato stressore stimola un'unica firma neuroendocrina nei soggetti ai test». Anche l'insistenza di Selye sulle cause endocrine pare discutibile, vista l'importanza di fattori legati al sistema nervoso centrale (anche se già a metà degli anni Cinquanta il medico scrive: «anche il sistema nervoso ha una funzione importante [...] ma il meccanismo [...] non è stato ancora sufficientemente chiarito», Selye 1955: 206). Simili correttivi riguardano la descrizione fisiologica della sindrome, non però il suo stato epistemico. Lo stress rimane una patologia pervasiva, impiegata nella spiegazione dell'eziologia delle malattie più diverse e, ancora oggi, «non è stata avanzata nessuna definizione che sia stata adottata dalla maggiorana dei ricercatori» (McCarty 2016: 15). Per un tentativo equilibrato che provi a storicizzare la figura di Selye si vedano i lavori di Jackson (2012; 2013).

quantitativo, non è difficile registrare la medesima inversione. Lo stress è provocato da un eccesso stimolativo giacché «oggi siamo colpiti da 65.000 stimoli che un secolo fa non esistevano» (*Ivi*: 34). Nel contempo, la sindrome può esser provocata da una carenza stimolativa, condizioni di isolamento sociale e ambientale di cui l'infarto da pensionamento rappresenta il triste emblema.

Secondo Selye, il fenomeno si baserebbe su due principi. Il primo è chiaramente biologico, applicato pure alle relazioni umane: lo stress è strettamente connesso con il principio formulato da W. Cannon della omeostasi, «i processi fisiologici tra loro coordinati che mantengono la maggior parte degli stati stazionari dell'organismo» (Selye 1974: 23), che già negli anni Trenta assume esplicite connotazioni sociopolitiche in polemica con i disastri dei regimi autoritari europei (Jackson 2013: 72 sgg.). Il secondo principio procede in direzione inversa. Il carattere endemico dello stress, tanto per le scienze della natura che dello spirito, è spiegato facendo ricorso a una nozione storico-culturale in grado di assumere le vesti della legge organica. Oltre all'«adattabilità» propria di un vivente in cerca di equilibri omeostatici (Selye 1955: 2), l'essere umano dovrebbe fare i conti con la legge evoluzionistica del lavoro: «man must work», dichiara con risolutezza Selye (1974: 63), perché «il lavoro è una necessità biologica» (*Ibidem*) e oggi la «società è alle prese con una richiesta senza precedenti di adattabilità» (*Ibidem*).

Contro il motto «meno lavoro più gioco» proprio dei movimenti sovversivi degli anni Sessanta e Settanta (Virno 2021), l'endocrinologo auspica la proliferazione di «professioni giocose» il cui paradigma siano «l'arte, la filosofia, l'artigianato, la scienza» (Selye 1974: 68). Tutto richiede adattamento perché nel mondo del lavoro che si va organizzando alla fine degli anni Settanta anche gioco, relazioni e svago esigono prestazioni funzionali. Non è per caso che in una delle sue opere più tarde, risalenti alla metà degli anni Settanta, Selye espliciti con forza questo aspetto della faccenda. Per comprendere il fenomeno dello stress, e rispondere a «una delle obiezioni più forti circa il mio uso della parola "stress" che potrebbe comportare a confondersi con altri significati della parola» (Selye 1956: 39), è necessaria una vera e propria «filosofia del lavoro» (Selye 1974: 74).

Questa, in breve, l'analisi: il potenziamento degli strumenti tecnologici comporta la mancanza di lavoro nelle società industrializzate. Il fenomeno produce l'incremento della «noia» definita come «nemico fatale di ogni utopia» (*Ivi*: 68). La richiesta targata anni Sessanta e Settanta di «meno lavoro e più gioco» (*Ivi*: 74) è considerata un rischio per la specie umana perché cerca una deroga impossibile al dato biologico secondo il quale «il lavoro è la necessità fondamentale dell'essere umano» giacché «per funzionare normalmente, l'umano ha bisogno del lavoro come ha bisogno dell'aria, del cibo, del sonno, delle relazioni sociali e del sesso» (*Ivi*: 66). Non meraviglia, dunque, che «solo le persone con handicap mentali possano preferire di non lavorare» (*Ivi*: 67). In questo quadro teorico, la categoria del lavoro collassa, infatti, nel «provare gusto per qualcosa» (*Ibidem*), nell'«amore per la capacità di creare» (*Ivi*: 69), nell'«attività che ha successo» (*Ivi*: 73).

L'endocrinologo la cui giornata lavorativa, secondo testimonianze di amici e colleghi «andava dalle 10 alle 14 ore, inclusi weekend e vacanze, abitualmente si alzava alle 5 del mattino o prima» (Rosch 1998: 4), propone un ragionamento radicale. Lo stress è prodotto da attività frustranti che non hanno successo. Questo tipo di frustrazione è uno dei fattori più rilevanti per i processi di invecchiamento. Ciò vuol dire che, contro il luogo comune secondo il quale giocare fa rimanere giovani e lavorare rende precocemente anziani, solo chi lavora può rimanere giovane. Esisterebbero, infatti, due tipi di stress (Selye 1974). Il distress sarebbe «quel che risulta da lotte frustranti, senza successo, che lasciano ferite biochimiche irreversibili la cui accumulazione produce i segni dell'invecchiamento dei tessuti» (*Ivi*: 72). L'eustress, invece, sarebbe lo stress

positivo legato all'aver «trovato il lavoro giusto» (*Ivi*: 74). Ancora meglio: «il modo migliore per evitare uno stress dannoso è selezionare un ambiente (moglie, capo, amici) in linea con le proprie preferenze innate, trovare un'attività che piace e rispetti» (*Ivi*: 64). Lo spirito cooperativo mostrato dagli inglesi durante il bombardamento nazista e dai «russi nell'assedio di Stalingrado» (*Ivi*: 58) mostra che nel lavoro lo stress diventa «spice of life» (*Ivi*: 64), giacché «il dovere è un codice autoimposto di condotta» che «stabilizza il corso delle nostre azioni» (*Ivi*: 76). Per ottenere il Graal, cioè vita lunga se non proprio eterna, occorrerebbe seguire il titolo dell'opera *Stress without Distress*, la cui traduzione pratica consiste nel lavorare a lungo, in modo cooperativo, con piacere, secondo regole autoimposte di organizzazione⁴.

Lo stress, quindi, non fotograferebbe solo una costante della vita (il suo carattere omeostatico) ma anche una necessità assoluta dell'esistenza politica. Per questo motivo non meraviglia, constata Selye (1955: 29) con soddisfazione, che il termine inglese «stress» risulti intraducibile. Invece di cambiare secondo l'idioma, è stata la parola ad «arricchire tutte queste lingue» rimanendo fedele a sé stessa. Dopo una lezione tenuta al prestigioso *Collège de France*, si apre il dibattito su come sostituire il termine con un vocabolo francese. L'incontro si conclude con il superamento della tradizionale diffidenza transalpina verso gli anglicismi e «il termine «stress» emerge vittorioso» (Selye 1956: 42).

Ancora nel XXI secolo, nota Jackson (2013: 4), il sostantivo è la parola straniera più nota in un luogo distante sia dal Canada che da Parigi: il Giappone.

4. Produrre choc verbali: l'infostress

Il trionfalismo dell'autore coglie una questione importante, anche se con una marcata sfumatura apologetica. Le lingue storico-naturali accolgono il vocabolo come una cisti necessaria o, meglio, come *punto cieco obbligatorio* del loro sguardo sul mondo. Tramite lo stress, il disadattamento si propone allo sguardo collettivo, cioè a quella metafisica che chiamiamo «senso comune», come continua pressione ambientale alla quale adeguarsi necessariamente, pena l'esclusione sociale e la crisi economica. Questo processo continuo di disadattamento al quale conformarsi corrisponde al lavoro nell'epoca della sua progressiva fusione col tempo della vita (Lundberg, Cooper 2011: 17-18):

Negli anni Ottanta nei paesi sviluppati abbiamo avuto la «cultura d'impresa» (cioè globalizzazione, maggiore concorrenza, produzione snella) e negli anni '90 e nella prima parte del primo decennio del 2000 la «forza lavoro flessibile» (cioè *outsourcing*, contratti a breve termine). Ma, come avremmo scoperto alla fine del XX secolo, c'erano costi personali sostanziali per molti individui, poiché i dipendenti dovevano affrontare continui cambiamenti, insicurezza del lavoro, carichi di lavoro più pesanti e orari di lavoro più lunghi. Questo «costo» è stato catturato da un'unica parola, «stress».

In una formula omissiva ma breve, lo stress diventa categoria dell'esperienza *nell'epoca del lavoro linguistico* (Virno 2001). È la pressione produttiva che schiaccia anche durante il sonno, che dorme nel tuo letto e nuota con voi in piscina. È il lavoro alla fine del tempo

⁴ A tal proposito, il pensiero di Selye subisce una trasformazione. Negli anni Cinquanta si afferma la necessità di un generico «bisogno di autoespressione» (Selye 1956: 281) e di «lavoro per una qualche ricompensa» (*Ivi*: 280) ad esempio «dollari o medaglie» (*Ibidem*). Un indizio in più che la filosofia del lavoro degli anni Settanta rappresenta una risposta, come accenna l'autore esplicitamente, ai successivi cambiamenti del mondo produttivo e politico. Sottolinea Jackson (2012: 22): il libro «*Stress without Distress* costituisce il tentativo definitivo di Selye di tradurre i frutti delle ricerche di laboratorio sullo stress nel campo sociale».

di lavoro: le attività legate al profitto o al salario straripano dall'orario fisso dell'operaio della fabbrica tradizionale o del colletto bianco anni Cinquanta per invadere ogni contesto della vita. La mail a mezzanotte non è prorogabile; se non si risponde in tempo reale al messaggio *Whatsapp* il ricevente potrebbe offendersi e l'affare andare a monte, oppure il capo adirarsi il mattino dopo. Questa dinamica produttiva si caratterizza per due aspetti fondamentali. In primo luogo, lavorare e parlare diventano gemelli siamesi. La separazione tra lavoro manuale e lavoro intellettuale (per una critica radicale: Sohn-Retel 1970) viene separata da un'unità che non coincide con la libertà dal lavoro, bensì con la sua propagazione endemica nelle ventiquattro ore della giornata. Una simile intellettualità è di massa perché verbale, cioè radicata in una facoltà disponibile per ogni membro della specie. Le nuove forme del lavoro che si vanno affermando a partire dagli anni Ottanta sono figure della parola: il broker e l'agente immobiliare, il *social mediamanager* e il precario delle attività di cura all'infanzia o alla quarta età, l'operatore di call center e tutte le mansioni svolte in quelle che Guy Debord (1967-1992) chiama «società dello spettacolo».

In secondo luogo, lo stress può nascere solo in un'epoca storica, il capitalismo avanzato, in cui l'esperienza è ridotta a una sequenza irrelata di choc. Per Benjamin (1935-39) le nuove figure del capitalismo novecentesco erano innanzitutto legate alla «folla», allo «scatto fotografico», alla «catena di montaggio», al «gioco d'azzardo», più in generale alla «dissoluzione dell'aura» parte integrante del modo tradizionale di fare esperienza. L'anonimia della massa metropolitana, la logica a scatti della fotografia, dell'industria e del tavolo da gioco con le sue puntate sempre diverse eppur sempre simili fa dello «choc» l'asse della vita novecentesca. Potremmo definire questo termine come *ripetizione irrelata di esperienze emotivo-sensoriali ad alta carica energetica*: l'adrenalina della roulette, il flash della fotografia, il contatto massacrante con la macchina della produzione industriale. Nelle prime pagine di uno dei suoi testi più conosciuti, Selye (1956: 4) fa riferimento proprio a casi del genere: «il soldato che subisce ferite in combattimento, la madre che si preoccupa per il figlio che si trova in guerra, il giocatore d'azzardo che guarda la gara [...] sono tutti sotto stress»⁵. Il concetto di «stress» è l'analogo contemporaneo dello choc. «Analogo» non significa «ripetizione aggiornata», bensì «sviluppo potenziato». A inizio Novecento, la produzione di choc pare appannaggio privilegiato dell'artista oppure effetto di nuove figure sociali, ad esempio la folla. La sua ricezione, subire choc continui, è la dimensione dell'esperienza degli altri, quindi quasi di tutti. Oggi lo choc non corrisponde solo al *subire* stimoli ripetuti, ad alto potenziale stimolativo, tra loro irrelati. Come abbiamo visto, in casi del genere occorre resilienza, capacità che la Comunità Europea lega esplicitamente nella definizione che adotta allo choc (par. 1). Nel capitalismo avanzato, il lavoro chiede di *produrre choc sempre nuovi*. Sorprendere il cliente con la parola giusta al momento giusto, colpire il proprietario del ristorante con una nuova idea per il menù, ammaliare l'acquirente potenziale con immaginarie ristrutturazioni edili di appartamenti invendibili. Il mondo del lavoro che non termina mai è anche il mondo in cui le tecniche delle scienze, del linguaggio e del mercato portano ciascuno a produrre continuamente fatti scioccanti, nuove modalità della pressione produttiva. All'interno di questo modello, lo choc si avvale, in modo diretto e indiretto, della facoltà del linguaggio. Il lavoro continuo della produzione/ricezione di choc a carattere verbale potrebbe forse costituire una definizione accettabile, abbastanza ampia ma sufficientemente ristretta, di quel che oggi va sotto l'etichetta di *infostress* (Marazzi 2002: 43).

⁵ Un capitolo dell'indagine dovrà riguardare il rapporto tra stress, choc e guerra. La nozione di «stress post-traumatico» appare in tal senso decisiva poiché cinghia di connessione tra esperienza bellica ed esperienza in tempo di pace (si veda, a puro titolo di esempio, Maercker 2013).

Nella società dell'informazione, quest'ultima non è solo oggetto del lavoro: correggere articoli, reperire nelle camere mortuarie gli indirizzi di appartamenti finalmente sfitti, trovare la dritta su come compilare un impossibile format concorsuale. *Lo stress legato alla prassi verbale è forma principe dell'esperienza*. Ricevere/fornire informazioni rappresenta il momento pieno del nostro tempo, l'attività lavorativa ufficiale, e il suo vuoto, il momento di svago e intrattenimento durante il quale si chiedono e offrono chiacchiere o commenti. I continui disclaimer nei quali ci si imbatte su internet circa *cookie* e tracciamenti ne sono il volto docile e clamoroso: rispettiamo la vostra *privacy*, mentre voi viaggiatori della rete e dei social lavorate gratis per piattaforme e *browser* privati. L'infostress è anche e sempre infochoc poiché equivale a ricevere e produrre esperienze ad alta intensità energetica (immagini, video, i testi folgoranti propri dei social), ripetute e irrelate. Per sfuggire al dubbio legittimo che possa trattarsi di un'esagerazione, è utile il confronto con qualche cifra. Scrive un sito di statistica informatica: «all'inizio del 2020, il numero di bytes nell'universo digitale era 40 volte più grande del numero delle stelle osservabili», «Google, Facebook, Microsoft e Amazon contengono circa 1.200 petabytes di informazioni» (un petabyte corrisponde a mille bytes alla quinta potenza). E ancora: nel 2020 la quantità di dati nel mondo è stata stimata in 44 zettabytes (unità di misura che corrisponde a mille bytes elevati alla settima). Si prevede che questo numero nel 2025 salirà a 175, con un incremento superiore alle quattro volte in cinque anni (Seed Scientific 2023).

Capitalismo linguistico (per un approfondimento circa la nozione: Mazzeo 2019) e produzione di choc sono due fattori correlati che, però, non si implicano reciprocamente. Per una società di mercato fondata sulle facoltà linguistiche e cognitive umane è necessaria la produzione di choc, vale a dire uno sviluppo tecnologico avanzato in grado di riorganizzare la maniera in cui i *sapiens* oggi fanno esperienza. Non vale il contrario. La produzione di choc non implica di per sé questo modo di produzione. Può darsi tecnologia avanzata, più avanzata di quella odierna o del prossimo decennio, senza che si diano per forza società dello stress. A stressare non è il computer in quanto tale ma il fatto che il calcolatore sia un mezzo per rendere eterno, fuori orario, il lavoro; a stressare non è l'ontologia dello smartphone ma il suo impiego necessario per essere costantemente reperibili per i processi di valorizzazione, molto più di quel che valeva per un chirurgo alla fine degli anni Ottanta.

Per non scendere in posizioni reazionarie, è necessario percorrere la strada segnalata da Walter Benjamin (1936). La sostituzione scioccante dell'esperienza tradizionale fondata su massime e proverbi, cultura contadina e culto religioso è un'occasione storica, non la perdita di una presunta purezza originaria. Stesso discorso può valere con lo stress. Nessuna nostalgia, bensì necessità di comprendere un presente concepito non come «di passaggio» o «eterno» ma «in bilico» (Benjamin 1940, trad. it.: 84), cioè aperto alle trasformazioni più radicali. Lo stress può far emergere la capacità umana di non coincidere con il contesto vitale, può divenire la spia del fatto che non siamo adatti a una vita forgiata dal lavoro (per una prima sortita in questa direzione: Mazzeo 2023a; Mazzeo, Bertollini 2023).

5. Denaro e stress

Per comprendere in futuro le potenzialità antropologiche ed etico-politiche dello stress, è necessario affrontare almeno un'altra questione preliminare. Qual è la cifra storica del fenomeno? Per un verso lo stress sembra una sindrome legata a un principio biologico fondamentale, per un altro una forma della vita sociale che emerge nel corso del Novecento. I due elementi portano a strade antitetiche. È possibile sostenere che lo stress rappresenti un «meccanismo universale» (Hutmacher 2021: 4) e affermare che le

analisi fisiologiche compiute sul ritrovamento di un essere umano eccezionalmente ben conservato tra i ghiacci della Val Senales in Alto Adige risalente a circa 5300 anni fa (il cosiddetto «Ötzi») rivelino segni di stress (*Ivi*: 5). questa operazione appare, però, spregiudicata perché rischia di proiettare sul passato della specie una forma odierna dell'esperienza che non è detto appartenga necessariamente a ogni epoca umana naturalizzando «un concetto scientifico contemporaneo» (*Ivi*: 7). La naturalizzazione dello stress rischia non solo di «renderci ciechi circa la natura delle differenze che sussistono tra epoche e culture differenti» (*Ibidem*) ma di naturalizzare il concetto di «lavoro», una mossa tutt'altro che scientifica giacché tipica dell'economia di mercato (come abbiamo visto, è esattamente questa la proposta di Selye). Si tratta, invece, di distinguere due categorie antropologiche. Il lavoro, inteso come vendita di forza lavoro, cioè «dell'insieme delle attitudini fisiche e intellettuali che esistono nella corporeità, ossia nella personalità vivente dell'uomo» (Marx 1867, trad. it.: 200), è un fenomeno storico. Lo si ami o lo si odi, poco importa: il lavoro è una *breaking news*, ultimo secondo dello scorrere della storia naturale dei *sapiens*. Altra cosa sono le capacità e le necessità produttive degli esseri umani, cioè di primati che nascono poco adatti per una specifica nicchia ecologica e che per sopravvivere hanno la necessità di costruire modalità storiche, diverse e imprevedibili, di organizzare i mezzi per salvare la vita propria e altrui. Agricoltura e raccolta, caccia o pesca, schiavitù o servitù della gleba sono solo alcuni degli esempi possibili da richiamare alla mente. Il lavoro è un sottoinsieme storico delle necessità produttive naturali dell'animale umano. Accettata questa constatazione antropologica, il motto di Selye secondo il quale «man must work» cambia carattere. Non è una legge biologica, come le dinamiche che regolano la fotosintesi o il ciclo dell'acqua, ma un *monito etico-politico*. Osserva Huttmacher (2021: 5) di recente:

Lo stress è dunque un meccanismo universale? Sì e no. Sì, perché i meccanismi fisiologici ed endocrini che ne sono alla base sono gli stessi, attraversano epoche e culture; no, perché le pratiche sociali in cui questi meccanismi sono situati (*embedded*), sono cambiate con lo scorrere del tempo: essere stressati è diventato, ma non è sempre stato, un modo per essere una persona.

La tesi è più chiara se radicalizzata: lo stress non è sempre stato *il modo canonico della soggettività*, cioè una categoria fondamentale dell'esperienza. Non è a caso che Selye (1956: 41) proponga un'eccezione alla presunta intraducibilità della parola inglese «stress» perché «come sempre i greci hanno una parola anche per questo», cioè *ponos* (cfr. *Ivi*: 196). Il suggerimento è tendenzioso⁶. Il termine significa «fatica, lavoro, opera faticosa, travaglio» (Rocci 1943: 1539) ed è legato a un generico sforzo produttivo e dispendio d'energia. Il mondo nel lavoro di cui parla l'endocrinologo è tuttavia diverso dall'assetto produttivo dell'Atene del V sec. a.C. Quel mondo è ben più povero di stimoli percettivi prodotti dai *sapiens*, particolarmente esposto a malattie folgoranti con una durata della vita media lunga meno della metà dell'attuale⁷. Lo stress è un disagio

⁶ È possibile affermare il carattere universale dello stress secondo un punto di vista opposto e complementare. Di recente, Sloterdijk (2011, trad. it.: 33) ha proposto una lettura dello stress nei termini di una doppia pressione, «repressione politica» e «oppressione del reale», che riguarderebbe ogni epoca storica. Per il filosofo tedesco, tempo libero e noia non sarebbero sciagure da evitare (è la proposta di Selye), bensì potenti controveleni alla società di mercato perché forme di «libertà di un sognatore in stato di veglia» (*Ivi*: 30), «stato di raffinata inutilità» (*Ivi*: 31), «estatica inutilità rispetto a ogni cosa» (*Ivi*: 32).

⁷ Se proprio si volesse trovare un analogo greco della nozione di stress, sarebbe forse più interessante proporre «*básanos*». Si tratta di un termine giudiziario che si riferisce a una pratica giudiziaria legata alla tortura degli schiavi. Questa forma di pressione di origine minerale (l'etimologia della parola rimanda al segno che lascia una pietra per verificare la purezza dell'oro) presenta una grammatica particolarmente interessante. Riguarda, infatti, una pressione meccanica, cioè un mezzo di tortura, grazie al quale lo

tipico di un'epoca storica specifica perché s'inserisce nei problemi delle società altamente industrializzate nelle quali la malattia acuta tende ad essere rimpiazzata da quella cronica (Siegriest 2016: 427). E lo stress è il disagio cronico per definizione perché qualunque cosa in qualunque momento può provocarne l'attivazione. L'ateniese dei tempi di Aristotele non aveva modo di stressarsi per due valide ragioni. In primo luogo, erano gli schiavi a risolvere il problema della produzione dei mezzi di sopravvivenza. Inoltre, quando un'ipotetica sindrome da stress avesse potuto dare prova di sé, l'ateniese medio sarebbe risultato già morto per mancanza di longevità⁸.

Da dove emerge allora questa nuova categoria storica, quali le radici di ciò che un filosofo tedesco dell'Ottocento chiamerebbe *una recente categoria dello spirito*? Selye nota un particolare prezioso dal quale ripartire. La parola «stress» non ha «un equivalente esatto» in altre lingue perché «*lo stress è un'astrazione* e non si presenta in quanto tale, in modo puro» (Selye 1956: 40, corsivo nel testo; cfr. Selye 1955: 27). L'autore fa riferimento al carattere «ipotetico» (*Ibidem*) dello stress proprio di qualsiasi altro concetto scientifico, compreso quello di «vita» (Selye 1956: 43). L'importanza sociale ed epidemiologica che lo stress ha assunto un secolo dopo le sue prime formulazioni teoriche spinge a imboccare un'altra strada. L'astrazione dello stress non riguarda il suo carattere epistemico ma ne è costitutivo, perché lo stress corrisponde a quel che Marx chiama un'astrazione reale. *Il capitale* nota che il denaro «vela materialmente il carattere sociale dei lavori privati, e quindi il carattere sociale dei lavoratori privati» perché costituisce «l'incarnazione generale del lavoro umano astratto» (Marx 1867: 108). Il denaro è l'equivalente universale in grado di rendere scambiabili merci incommensurabili per organizzazione materiale e modalità d'uso, senza il quale sarebbe impossibile individuare un'equivalenza concreta tra la fatica e le capacità necessarie per intagliare un letto e quelle richieste dalla pesca del tonno in alto mare. Proprio perché commutatore universale, nota il filosofo, il denaro nasconde la cifra storica che le è propria. Giacché in grado di tradurre tutto in tutto, è comprensibile (sebbene fuorviante) ritenere che un simile traduttore, giacché universale, sia pure eterno e dunque esista già da sempre.

Per lo stress pare accadere qualcosa di simile. Lo stress si configura come un'astrazione ubiqua non per un limite intrinseco (dunque generico, non specifico del caso in esame) della ricerca scientifica. Lo stress è un'astrazione perché si offre come commutatore universale tra esperienza e lavoro. Lo stress è definibile come *incarnazione generale* (tramite specifici processi endocrini e neurochimici descritti da Selye e dagli studi successivi) *dell'esperienza nell'epoca del lavoro umano linguistico e ubiquo*. È il sintomo organico reale (infiammazione intestinale e mal di testa, gastrite o torcicollo) della presa pervasiva dell'astrazione reale chiamata «denaro», cioè di un commutatore universale tra prodotti singolari e differenze esperienza produttive. Nel mondo in cui tutto è commutabile in

schiavo è in grado di acquisire in modo temporaneo la parola nella scena pubblica (per un approfondimento: Mazzeo 2023b). Il carattere acuto e circoscritto del *básanos* contrasta con quello cronico dello stress. Entrambi condividono, però, la struttura di una pressione di origine meccanica che rappresenta il cuore storico dell'esperienza produttiva di un gruppo di esseri umani. Gli schiavi della Grecia antica in un caso, i lavoratori/consumatori contemporanei in un altro.

⁸ Tentativi più recenti di applicare il concetto a società indigene sembrano soffrire della medesima genericità (Dressler 2016). Nel caso del «susto» (malessere tipico delle società indigene dell'America Latina), ad esempio, la persona soffre di «perdita di energia, difficoltà nel proseguire nelle attività abituali, frequenti eccessi di pianto, sintomi somatici diffusi come mancanza di appetito e disturbi del sonno». Lo stress si caratterizza, invece, per il fatto di scorrere in parallelo con le attività abituali e con la possibilità di riprodurre energie all'apparenza scomparse. In più di una circostanza, Selye insiste sul fatto che lo stress consente di attingere a depositi profondi di «energia d'adattamento», capacità che sembravano esaurite e che, invece, forniscono all'organismo lavoratore risorse impreviste, cosa che «conferisce una certa plasticità alla nostra resistenza» (Selye 1956: 275).

una cifra di scambio, squilla un residuo non più scambiabile che trova fattezze sensoriali in una pressione continua, un fattore cronico di non corrispondenza tra il sé e le circostanze.

Del denaro, infatti, lo stress non è copia ma ritratto speculare. Mentre il denaro si caratterizza per la capacità di produrre un «equivalente» (*Ivi*: 100) preciso al centesimo, lo stress è indefinito e aspecifico per definizione. Il denaro rende sociale quel che è singolare, rende commensurabili prodotti di forme diversissime di lavoro (sartoria e agricoltura, industria pesante e pratiche di cura). Lo stress incarna la via di ritorno del processo: è il risultato del passaggio dal sociale, il capitalismo linguistico, al privato sotto forma di un'esperienza individuale dai tratti tipici.

Questa esperienza, però, pur essendo il frutto di una specifica congerie storica e di una tradizione culturale, si distingue per una caratteristica insolita, la *mancanza di contenuto specifico*. La sua tipicità consiste, paradossalmente, nella mancanza di tipicità. Come il denaro non è una merce in particolare, ma la merce in grado di rendere convertibili merci particolari, così lo stress non si configura come un'esperienza in particolare, giacché esperienza residuale del fatto che tutto il resto dell'esperienza trova quantificazione mercantile. Lo stress è il correlato organico del rumore percettivo di fondo che anima il paesaggio metropolitano e delle pulsioni di angoscia che affollano giornate piene di inspiegato affanno. Senza oggetto specifico e choc ad alta intensità, lo stress è fenomeno intangibile per il concetto, di per sé organizzato e binario, di informazione. In tal senso, la parola «infostress» indica più un collasso che un'alleanza. Lo stress non è prodotto dall'eccesso delle informazioni ma, a rigore, dalla loro illeggibile frantumazione: le informazioni aumentano fino a divenire un «rumore» (De Carolis 2004) il cui correlato esperienziale e produttivo è chiamato «stress». Se l'angoscia è una paura priva di oggetto definito, lo stress è pressione senza che sia chiaro quale sia il corpo che la esercita.

Il fatto che lo stress sia un'esperienza senza contenuto specifico non significa ovviamente che sia privo d'incidenza. Selye, ancora una volta, osserva un fatto decisivo: lo stress fa tornare in primo piano qualcosa di «indifferenziato» (*Ivi*: 91) proprio dell'«uomo senza scambio» (*Ivi*: 115) che il medico non manca di descrivere con brillantezza sotto forma di «the tear and wear of life», vale a dire «l'usura della vita» (Selye 1956: 273). L'umano tradizionale, producendo le condizioni della propria vita, può rompersi: morire ucciso da un predatore, a causa di una malattia professionale o di omicidio in guerra. Il *sapiens* dell'ultimo secolo è soggetto, invece, a usura. Del suo corpo non cede nulla di specifico, tutto si logora consumato dall'indistinzione tra vita, linguaggio e lavoro. Nell'epoca nella quale è vietato invecchiare affinché il lavoratore possa offrire tutte le qualità della propria ontogenesi, lo stress è l'equivalente umano di un prodotto che sembra nuovo ma, ormai, alla frutta.

Bibliografia

Aldwin, Carolyn M. (2007), *Stress, coping, and development: an integrative perspective*, New York-London, The Guilford Press.

Benjamin, Walter (1935-39), *Charles Baudelaire. Un poeta lirico nell'età del capitalismo avanzato*, Neri Pozza, Vicenza.

Benjamin, Walter (1936), *Der Erzähler. Betrachtungen zum Werk Nikolai Leskows (Il narratore. Considerazioni sull'opera di Nicola Leskov, trad. di, R. Solmi, in W. Benjamin, Angelus Novus. Saggi e frammenti, Einaudi, Torino 1995, pp. 247-274).*

Benjamin, Walter (1940), *Über den Begriff der Geschichte (Tesi di filosofia della storia, trad. di R. Solmi, in W. Benjamin, Angelus Novus. Saggi e frammenti, Einaudi, Torino 1995, pp. 75-86).*

Comunità Europea (2021), *Regolamento (UE) 2021/241 del Parlamento Europeo e del Consiglio*, 12 febbraio 2021.

De Carolis, Massimo (2004), *La vita nell'epoca della sua riproducibilità tecnica*, Bollati Boringhieri, Torino.

De Carolis, Massimo (2017), *Il rovescio della libertà. Tramonto del neoliberalismo e disagio della civiltà*, Quodlibet, Macerata.

Debord, Guy (1967-1992), *La Société du Spectacle*, Gallimard, Paris 1992 (*La società dello spettacolo*, trad. di P. Salvadori, Baldini Castoldi Dalai, Milano 2004).

Dressler, William W. (2016), *Indigenous Societies*, in Fink 2016: 429-434.

Fink, George (2016), *Stress: Concepts, Cognition, Emotion, and Behavior. Handbook of Stress*, Vol. 1, Elsevier, London-Boston.

Farné, Mario (1999), *Lo stress*, il Mulino, Bologna.

Hutmacher, Fabian (2021), «Putting Stress in Historical Context: Why It Is Important That Being Stressed Out Was Not a Way to Be a Person 2,000 Years Ago», in *Frontiers in Psychology*, 12:539799, pp. 1-9.

Jackson, Mark (2012), «The pursuit of happiness: The social and scientific origins of Hans Selye's natural philosophy of life», in *History of the Human Sciences*, 25 (5), pp. 13-29.

Jackson, Mark (2013), *The Age of Stress. Science and the Search for Stability*, Oxford University Press, Oxford.

Kidd, Stephen P. (2011), ed. by, *Stress Response in Pathogenic Bacteria*, CABI, Cambridge.

Lundberg Ulf, Cooper Cary L. (2011), *The Science of Occupational Health: Stress, Psychobiology and the New World of Work*, Wiley-Balckwell, London.

Maercker, Andreas *et al.* (2013), «Diagnosis and classification of disorders specifically associated with stress: proposals for ICD-11», in *World Psychiatry*, 12 (3), pp. 198-206.

Marazzi, Christian (2002), *Capitale e linguaggio. Ciclo e crisi nella New Economy*, Rubettino, Soveria Mannelli (CZ).

Marx, Karl (1867), *Das Kapital. Kritik der politischen Oekonomie*, III Bd. (*Il capitale. Critica dell'economia politica*, trad. di D. Cantimori, 3 voll., Editori Riuniti, Roma 1989).

Mazzeo, Marco (2019), *Capitalismo linguistico e natura umana. Per una storia naturale*, DeriveApprodi, Roma.

Mazzeo, Marco (2023a), *Tre abiti del presente. Stress, disattenzione, complotto*, in AAVV, *Sentimenti dell'aldiqua. Opportunismo, paura, cinismo nell'età del disincanto*, DeriveApprodi, Bologna, pp. 153-171.

Mazzeo, Marco (2023b), «La voce della violenza. Linguaggio e tortura nella Grecia antica», in *Versus*, 136, pp. 83-98.

Mazzeo, Marco, Bertollini, Adriano (2023), a cura di, *Sintomi. Per un'antropologia linguistica del mondo contemporaneo*, DeriveApprodi, Roma.

McCarty, Richard (2016), *The Alarm Phase and the General Adaptation Syndrome: Two Aspects of Selye's Inconsistent Legacy*, in Fink 2016: 13-20.

OED, *Oxford English Dictionary*, Oxford University Press, Oxford 1884-2015.

Pollock, Kristian (1988), «On the nature of social stress: production of a modern mythology», in *Social Science & Medicine*, 26 (3), pp. 381-92.

Rocci, Lorenzo (1943), *Vocabolario greco-italiano*, Dante Alighieri, Roma 1985.

Rochette Luc, Dogon Geoffrey, Vergely Catherine (2023), «Stress: Eight Decades after Its Definition by Hans Selye: “Stress Is the Spice of Life”», in *Brain Sciences*, 13 (2), 310, pp. 1-3.

Rosch, Paul (1998), «Reminiscences of Hans Selye, and the Birth of “Stress”», in *Stress Medicine*, 14 (1), pp. 1-6.

Seed Scientific (2023), «How Much Data Is Created Every Day?», <https://seedscientific.com/how-much-data-is-created-every-day/>, consultato il 10 giugno 2023.

Selye, Hans (1955), *La sindrome di adattamento*, Istituto Sieroterapico Milanese & Belfanti, Milano.

Selye, Hans (1956), *The Stress of Life*, McGraw-Hill, New York-Toronto-London.

Selye, Hans (1974), *Stress Without Distress*, Corgi Books, London.

Siegrist, Johannes (2016), *Industrialized Societies*, in Fink 2016: 423-427.

Sloterdijk, Peter (2011), *Stress und Freiheit*, Suhrkamp, Berlin (*Stress e libertà*, trad. di P. Peticari, Raffaello Cortina, Milano).

Sohn-Rethel, Alfred (1970), *Geistige und körperliche Arbeit. Zur Theorie der gesellschaftlichen Synthesis*, Suhrkamp, Frankfurt am Main (*Lavoro intellettuale e lavoro manuale. Per la teoria della sintesi sociale*, trad. di F. Coppelotti, Feltrinelli, Milano 1977).

Sunkar, Ramanjulu (2010), ed. by, *Plant Stress Tolerance. Methods and Protocols*, Humana Press-Springer, New York.

Virno, Paolo (2001), *Grammatica della moltitudine. Per un'analisi delle forme di vita contemporanee*, DeriveApprodi, Bologna 2023.

Virno, Paolo (2021), *Negli anni del nostro scontento. Diario della controrivoluzione*, DeriveApprodi, Roma.

Werner, Emmy E. (1984), «Resilient Children», in *Young Children*, 40 (1), pp. 68-72.

Werner, Emmy E. (1992), «The children of Kauai: Resiliency and recovery in adolescence and adulthood», in *Journal of Adolescent Health*, 13 (4), pp. 262-268.

Werner, Emmy E. (2005), *Resilience Research: Past, Present, and Future*, in De V. Peters Ray, Leadbeater Bonnie, McMahon Robert J., ed. by, *Children, Families, and Communities Linking Context to Practice and Policy*, Kluwer/Plenum, New York-Dordrecht, pp. 3-11.

Wittgenstein, Ludwig (1953), *Philosophische Untersuchungen*, Basil Blackwell, Oxford (*Ricerche filosofiche*, trad. di M. Trinchero, Torino, Einaudi 1983).