CAMERA DEI DEPUTATI N. **2561**

PROPOSTA DI LEGGE

D'INIZIATIVA DEI DEPUTATI

MULÈ, CASTIGLIONE, DALLA CHIESA, SACCANI JOTTI, TASSINARI

Istituzione della Giornata nazionale del silenzio

Presentata il 5 agosto 2025

ONOREVOLI COLLEGHI ! – La presente proposta di legge ha l'obiettivo di istituire la Giornata nazionale del silenzio, da celebrarsi ogni anno il 17 settembre, al fine di promuovere, valorizzare e diffondere nella società italiana la consapevolezza del silenzio come risorsa umana, culturale, educativa e spirituale.

Il 17 settembre, giorno in cui la tradizione francescana ricorda l'evento delle stimmate di San Francesco d'Assisi, è stato scelto quale data simbolica per richiamare alla memoria collettiva un'esperienza di intensa introspezione, trasformazione spirituale e unione con la natura e il divino. San Francesco d'Assisi, patrono d'Italia e simbolo universale di pace, ascolto, silenzio e armonia, è una figura capace di parlare ai credenti e ai non credenti, offrendo una chiave etica, esistenziale e profondamente umana per affrontare le sfide del nostro tempo.

Viviamo in un'epoca caratterizzata da un costante rumore di fondo: non solo acustico, ma anche informativo, psicologico e visivo. La sovrabbondanza di stimoli esterni e la velocità con cui scorrono contenuti, giudizi e sollecitazioni compromettono progressivamente la capacità di attenzione, la qualità dell'ascolto, l'equilibrio emotivo, la creatività e, in ultima istanza, il benessere mentale.

Il silenzio, in questa prospettiva, non è assenza, ma presenza piena. È un'occasione di sosta, un atto intenzionale di rallentamento e ascolto, uno spazio interiore in cui recuperare la propria identità, rafforzare l'autoregolazione, ritrovare il senso delle relazioni e l'unità mente-corpo.

In ambito scientifico, il silenzio non è più solo un valore spirituale o filosofico, ma un oggetto di ricerca interdisciplinare. In particolare, gli studi presentati alla

conferenza internazionale sulla neurofisiologia del silenzio (*International Conference on Neurophysiology of Silence* – ICONS) dimostrano che anche pochi minuti di silenzio guidato producono effetti misurabili a livello cerebrale:

riduzione del cortisolo e degli indicatori del disagio;

modulazione positiva delle onde cerebrali (theta e alpha);

miglioramento della memoria, della consapevolezza corporea e dell'empatia;

attivazione delle aree corticali legate alla regolazione emotiva e alla concentrazione.

Nei contesti scolastici, formativi, terapeutici e penitenziari, i dispositivi relativi alla pratica del silenzio si sono dimostrati efficaci nel promuovere la resilienza cognitiva, la capacità riflessiva, l'autoefficacia e la gestione del conflitto. I benefici riscontrati si estendono anche a popolazioni vulnerabili, come i bambini con traumi complessi, gli adolescenti a rischio, i prestatori di cura familiari e gli anziani con patologie neurodegenerative, come nel progetto AIDA (*Alzheimer patients Interaction through Digital and Arts*) a cui collaborano alcune organizzazioni presenti in vari Paesi europei.

Accanto alla dimensione neurofisiologica, il silenzio possiede anche una dimensione antropologica e simbolica. In tutte le culture, religioni e civiltà, il silenzio è stato riconosciuto come via per l'illuminazione, l'intuizione e il contatto col trascendente. Nel Cristianesimo, è lo spazio della preghiera e dell'ascolto di Dio. Nell'Islam, il silenzio è lode. Nell'Ebraismo biblico, la voce di Dio è un suono sottile, una « voce di silenzio ». Nel Buddhismo e nell'Induismo, la meditazione silenziosa è strumento di liberazione, unione con il Tutto, superamento del desiderio e dell'illusione.

Il silenzio è anche parte integrante dell'esperienza estetica: nella musica, come pausa tra le note; nella poesia, come sospensione del verso; nella pittura, come spazio vuoto che dà forma e respiro all'immagine. La dimensione artistica e creativa del silenzio è oggi riconosciuta anche come via terapeutica. L'arteterapia e le pratiche di « silenzio creativo » proposte dalla pedagogia contemporanea dimostrano come anche l'educazione possa riscoprire nel silenzio un potente alleato della libertà interiore, dell'orientamento, della concentrazione e della motivazione.

Elemento centrale nelle cerimonie solenni e nei funerali militari, il silenzio rappresenta il massimo grado di rispetto, raccoglimento e memoria. L'assenza di parole dà spazio al ricordo, all'onore e al dolore condiviso, permettendo una connessione profonda tra i presenti e il sacrificio compiuto. Nei riti militari, il silenzio accompagna momenti simbolici come la deposizione della corona o il suono del « silenzio » eseguito con la tromba, evocando un senso di sacralità e gratitudine verso chi ha donato la propria vita per la Patria.

Con la presente proposta di legge si intende restituire visibilità e dignità pubblica a un valore trasversale, capace di generare benessere personale e coesione sociale, prevenzione del disagio e sviluppo della consapevolezza. La Giornata nazionale del silenzio sarà un'occasione per promuovere, in tutto il territorio nazionale, iniziative educative, culturali, spirituali e civiche, organizzate da scuole, comuni, associazioni, fondazioni, parrocchie, enti del Terzo settore, università, carceri, ospedali e presìdi sanitari. Le attività potranno comprendere esercizi di silenzio consapevole, meditazioni guidate, laboratori artistici, riflessioni filosofiche, eventi pubblici e campagne di comunicazione.

Particolarmente significativo sarà il coinvolgimento delle scuole di ogni ordine e grado, che potranno organizzare, in autonomia, percorsi didattici sulla funzione educativa del silenzio: come luogo di ascolto, regolazione emotiva, concentrazione e rispetto. Un elemento trasversale per lo sviluppo dell'intelligenza emotiva e della convivenza democratica.

La presente proposta di legge non comporta nuovi o maggiori oneri a carico

della finanza pubblica. Le attività previste saranno realizzate nell'ambito delle risorse disponibili a legislazione vigente, promuovendo la sussidiarietà tra enti pubblici e privati e valorizzando le esperienze già attive nel territorio.

In un mondo che spesso urla, che parla troppo e ascolta poco, una giornata dedicata al silenzio è un gesto civile e necessario. È un invito a rallentare, a guardarsi dentro, a stare con gli altri in modo nuovo.

Il silenzio può essere una forma di cura e, come tale, merita un riconoscimento istituzionale.

Si auspica, pertanto, il più ampio sostegno alla presente proposta di legge, che si propone come atto culturale e sociale, semplice ma radicale, in grado di restituire al vivere comune una dimensione di profondità, quiete e umanità.

PROPOSTA DI LEGGE

—

Art. 1.

(Istituzione della Giornata nazionale del silenzio)

1. La Repubblica riconosce il giorno 17 settembre di ciascun anno quale Giornata nazionale del silenzio, di seguito denominata « Giornata nazionale », al fine di promuovere la consapevolezza sul valore del silenzio per il benessere psico-fisico, educativo, spirituale e relazionale.

2. La Giornata nazionale non determina gli effetti civili di cui alla legge 27 maggio 1949, n. 260.

Art. 2.

(Iniziative per la celebrazione della Giornata nazionale)

1. In occasione della Giornata nazionale le istituzioni pubbliche, le associazioni, le scuole, le università, gli enti culturali e del Terzo settore possono promuovere e organizzare, nel rispetto della rispettiva autonomia e competenza, incontri, cerimonie, dibattiti, percorsi esperienziali, meditazioni guidate, laboratori creativi e attività educative incentrate sul valore del silenzio.

2. Le iniziative di cui al comma 1 sono finalizzate a:

a) promuovere il benessere mentale, emotivo e relazionale delle persone;

b) sviluppare la consapevolezza individuale e collettiva;

c) contrastare l'inquinamento acustico e informativo;

d) valorizzare pratiche spirituali, educative, artistiche e terapeutiche fondate sul silenzio.

Art. 3.

(Celebrazione della Giornata nazionale negli istituti scolastici di ogni ordine e grado)

1. In occasione della Giornata nazionale, le istituzioni scolastiche di ogni or-

dine e grado possono promuovere, nel rispetto dell'autonomia scolastica, momenti di riflessione, esperienze di meditazione consapevole, attività artistiche e incontri formativi dedicati al silenzio come strumento di crescita interiore, educazione all'ascolto e gestione delle emozioni.

Art. 4.

(Informazione radiofonica, televisiva e multimediale nella Giornata nazionale)

1. La società concessionaria del servizio pubblico radiofonico, televisivo e multimediale, secondo le disposizioni previste dal contratto di servizio, assicura adeguati spazi ai temi connessi alla Giornata nazionale nell'ambito della programmazione televisiva pubblica nazionale e regionale, mediante iniziative dedicate alla promozione del silenzio come risorsa di salute pubblica, crescita culturale e dialogo interiore.

Art. 5.

(Clausola di invarianza finanziaria)

1. Le amministrazioni interessate provvedono all'attuazione della presente legge con le risorse umane, strumentali e finanziarie disponibili a legislazione vigente e, comunque, senza nuovi o maggiori oneri per la finanza pubblica.

PAGINA BIANCA

PAGINA BIANCA



19PDL0158010