



Gustave Caillebotte – Intérieur (1880)

### Nota della redazione

«Sono sceso nel punto più segreto del mio essere, la lampada in mano e l'orecchio teso, per tentare di vedere nelle mie tenebre interiori...». Così parla di sé Teilhard de Chardin in “La vita cosmica”. È la stessa opera d'introspezione che noi dobbiamo reiterare per capire quali ‘programmi’ sono stati inseriti nel nostro ‘hardware’ all’inizio della vita, per gestirli al meglio o per convivere con essi in modo sopportabile. Senza la guida di qualche esperto, ci possono essere d’aiuto quei grandi studiosi e letterati che hanno cercato di scandagliare l’estrema complessità della mente umana. In modo molto chiaro, Silvia Salese pone qui in evidenza le loro teorie, ognuna delle quali contribuisce, da punti di vista diversi, ad illuminare parti non evidenti della fenomenologia psichica. Della stessa Autrice, in questo sito, è lo scritto alle pagine 3-9 di *La ‘Stoffa dell’Universo’*.

Il suo sito, è [http://www.spaziomente.com/home\\_spazio\\_mente.htm](http://www.spaziomente.com/home_spazio_mente.htm)

## LA RICERCA DELLA VERITÀ INTERIORE, TRA LETTERATURA E PSICOLOGIA

Silvia Salese

### 1. INTRODUZIONE

Come noto, verso la fine del XIX secolo si verificò in tutta Europa una variazione rapida e profonda di tutti gli orientamenti intellettuali, nella filosofia, nella letteratura, nella musica, fino ad un generale modo di vivere. Questi movimenti crebbero come una reazione contro il Positivismo e contro il Naturalismo dell’epoca, rappresentando, fino ad un certo punto, un ritorno al Romanticismo. Ben presto divenne evidente, infatti, che questo ritorno era più un’imitazione distorta, quasi una caricatura dello spirito romantico vero e proprio: mentre il Romanticismo aveva avuto un’abilità tutta particolare per entrare in empatia con quasi tutti i periodi della storia, il neoromanticismo mostrò una predilezione per i periodi di **decadenza**, oltre a non riuscire neppure a trovare un contatto diretto con l’anima della popolazione, come avevano fatto invece i romantici tedeschi.

Inoltre, laddove i romantici avevano sottolineato il valore unico e insostituibile dell’individuo, osservandolo nel contesto dei contatti interpersonali dati dall’amicizia, dall’amore, dalla vita in piccoli gruppi e nella comunità sociale, al contrario i neoromantici spinsero il culto dell’individuo fino al punto di farlo diventare il culto dell’isolamento dagli altri.

Tuttavia, come i predecessori, essi si occuparono dell'irrazionale, dell'occulto e dell'esplorazione delle profondità nascoste della psiche umana. Come i romantici si erano rivolti a Mesmer e al magnetismo animale, così i neoromantici si rivolgevano entusiasticamente all'**ipnotismo**, e a sempre nuove prove circa l'esistenza dell'**inconscio**. Anche in questo ambito però, il concetto di decadenza e degenerazione, pervadevano il pensiero.

Fu d'altronde proprio questo il momento in cui lo studio della psiche e del comportamento umano cominciavano a far parte di un impianto teorico e clinico da cui, fino a poco tempo prima, erano stati esclusi. Il tutto, il più possibile in accordo con i canoni di scientificità dettati dal tempo.

Un primo ambito di indagine fu appunto l'inconscio, la zona più oscura della psiche umana, inaccessibile per definizione alla coscienza ma incredibilmente presente nella vita di ognuno. Questi studi e osservazioni, in ambito teorico e clinico, concorsero a creare la corrente nota come **psicologia dinamica**, che si contraddistingueva da altri modi di approcciarsi alla mente in quanto il *focus* di interesse erano appunto le "dinamiche" intrapsichiche, tra zone più superficiali e conosciute, e zone più profonde.

Di seguito, sarà presentato un tentativo di delineare come alcuni temi, tipici della letteratura del Novecento, siano stati sviluppati dalle nascenti teorie della psiche. I punti di raccordo sono molteplici, come vedremo, così come molteplici sono stati i punti di vista in proposito, nel romanzo e nel teatro, così come nella teoria e nella clinica psicologica.

## **2. L'INCONSCIO**

Certamente i temi sviluppati dalla psicologia dinamica, vale a dire quelli inaugurati da SIGMUND FREUD (1856-1939) e dai suoi seguaci, non erano certo argomenti completamente ignorati dalla cultura del tempo. Il concetto e lo studio dell'inconscio infatti, era già stato argomento di interesse per i mistici delle tradizioni più antiche, per i filosofi panteistici e della natura, per personaggi come Schelling e Schopenhauer, Leibnitz e così via, rapportandosi ovviamente ad un approccio speculativo sul problema, non certo sperimentale.

Questo stesso interesse riapparve in pieno neoromanticismo. Sul volgere del XIX secolo infatti, numerosi personaggi iniziarono ad occuparsi e ad investigare questa zona d'ombra della psiche umana, ma al contrario di quanto fatto fino ad allora, in maniere maggiormente in accordo con i canoni di scientificità allora imperanti.

L'inversione di tendenza, era dovuta al fatto che la scienza, dai tempi di Galileo e Newton, continuava a fare dei grandissimi passi in avanti, aveva contribuito alla costruzione di modelli

teorici dall'eccellente capacità predittiva, aveva permesso uno sviluppo tecnologico senza precedenti che stava cambiando velocemente lo stile di vita, il modo di comunicare e di viaggiare, specie nei grandi centri urbani. È chiaro come, dato questo enorme successo, qualsiasi disciplina che volesse essere ritenuta sensata, degna di credibilità e rispetto, dovesse per forza allinearsi con i criteri dettati dal paradigma scientifico allora imperante: doveva studiare l'oggetto in esame nelle sue varie componenti, frammentarlo in unità elementari, spiegarlo in modo tale da poterne prevedere e controllare il comportamento, il tutto in situazioni sperimentali che dovevano poter essere riprodotte da tutti.

Il grande merito di Freud, infatti, è stato quello di aver espresso caratteristiche della mente umana già note da tempo, con un linguaggio e con un metodo maggiormente in accordo con tali canoni. Il tutto, naturalmente, non a caso, visto che il suo scopo era sempre stato quello di fare della psicoanalisi una disciplina scientifica, improntata sul modello biomedico allora molto in auge.

Sul volgere del 1800, le principali caratteristiche dell'inconscio erano comunque già state delineate da vari autori e ricercatori medici, studiosi di parapsicologia, ipnotismo, mesmerismo. Per riassumere, erano stati rilevati vari aspetti della componente meno cosciente dell'attività psichica:

- Innanzi tutto una funzione **conservativa**, per cui l'inconscio era stato individuato come mezzo di raccolta e registrazione di ricordi, immagazzinati anche al di là della propria reminiscenza cosciente e che si manifestavano in varie situazioni.
- Una funzione **dissolutiva**, nel senso che quest'istanza non conosciuta della nostra psiche agiva come frammento interferente con i normali, e coscienti, processi del pensiero.
- Una funzione **creativa**, tipica del pensiero Romantico, e ripresa durante il primo '900.

Anche l'esplorazione dell'inconscio attraverso il **sogno** non è stata un'invenzione della psicoanalisi; alcuni studiosi, come Scherner, Maury e Harvey De Saint Denis, avevano già rilevato una precisa correlazione tra la natura del sogno e quella del pensiero.

Fu però certamente Freud e la sua **psicoanalisi** a dare ordine e sistematicità a tutto questo, e ad individuare nel sogno una via regia verso l'esplorazione dell'inconscio; il tutto grazie ad un metodo di indagine analitico e rigoroso.

Come per Newton infatti esisteva uno spazio euclideo assoluto, immutabile sistema di riferimento in cui gli oggetti materiali sono estesi e situati, così anche Freud concepì lo spazio psicologico come sistema di riferimento per l' "apparato mentale". Freud, per la precisione, individuò tre istanze all'interno dell'apparato psichico: l'**Es**, l'**Io** e il **Super-Io**, e una sola fonte di

movimento al suo interno: le **pulsioni** (principalmente la **libido**, ovvero la pulsione sessuale, e la pulsione di morte ad essa contrapposta).

L'Es è stato designato come la parte oscura, inaccessibile e caotica della personalità, che attinge direttamente dalle pulsioni. Questa fonte di energia, rende l'Es privo di ordine ed organizzazione, e mira solamente al soddisfacimento dei bisogni in osservanza del **principio di piacere**.

Secondo questa visione, la maggior parte dei nostri comportamenti e delle nostre reazioni, di cui siamo pronti a fornire tutta una serie di efficaci razionalizzazioni, non sono altro che espressioni dell'Es, una fonte emozionale di energia molto più potente della volontà e della forza dell'Io. Solo con lo sviluppo, e il contatto con il mondo esterno, si acquisisce consapevolezza che, al fine di una buona riuscita nella vita sociale, un altro principio deve trovare posto nel controllo della vita psichica: quello di **realtà**, che diviene mediatore tra l'Es e il mondo esterno.

Il Super-Io si forma attraverso l'introiezione di tutte le proibizioni di cui si sono fatte esperienza durante l'infanzia, le regole solitamente usate per avere il controllo sul bambino in via di sviluppo. Queste regole diventano parte di sé e, anche quando viene raggiunta la maturità, continuano ad operare dal proprio interno. Il problema è che tutto questo, insieme alle aspettative, ai desideri e ai modelli imposti dai genitori, non potranno mai appartenere completamente all'individuo, in quanto in completa dissonanza con gli impulsi dell'Es.

L'Io, che dovrebbe svolgere la funzione di mediatore tra gli impulsi dell'Es e l'esigenza di rispondere al mondo esterno nella maniera più appropriata, si trova a questo punto a dover gestire un conflitto. L'esito della battaglia psicologica dipende da quanto gravano su di sé le istanze del Super-Io, quanto sia più importante seguire le maschere imposte piuttosto che trovare un compromesso con le proprie tendenze ed impulsi.

L'unica via di salvezza psichica, secondo Freud, è quella di utilizzare gli impulsi che provengono dalla pulsione libidica e confluirli verso mete accettabili e condivisibili con gli altri, verso scopi in sintonia con la società e via dicendo. "Dov'è l'Es, là ci sarà l'Io", diceva Freud (il che è come dire che l'unico modo per sfuggire alle tendenze demoniache dei recessi della nostra psiche, potrebbe diventare quello di passare da un inferno all'altro...).

### **3. L'IDENTITÀ**

Il tema dell'identità, e come essa si formi e si sviluppi nella vita dell'individuo, è stato un altro dei temi più dibattuti dalla prima psicologia dinamica.

Come abbiamo visto, secondo la teoria di Freud, l'identità si sviluppa a seconda dei compromessi con cui si scende con le proprie pulsioni, a seconda di come è stata interiorizzata la propria esperienza personale, dei meccanismi di difesa che sono stati adottati e dal destino che hanno avuto le personali tendenze istintive.

Un autore che più da vicino ha affrontato un tema legato all'influenza del giudizio degli altri sulla propria vita, e quindi sulla costruzione della propria identità, è stato invece ALFRED ADLER (1870-1937). Adler era stato un allievo di Freud, dal quale poi si è discostato con il passare del tempo. Destino d'altronde di chiunque cercasse di sviluppare in maniera indipendente da lui le proprie teorie.

Secondo questo autore, che insieme a Janet, Freud e Jung è stato uno dei più importanti esponenti e creatori della psicologia dinamica, l'essere umano non è da considerarsi solo alla stregua di dinamiche intrapsichiche, ma come un **tutto unificato**, in cui ogni singola parte coopera con le altre al fine del raggiungimento di una **meta**, un obiettivo (il che ricorda molto la visione sistemica biologica).

A differenza di Freud, uno degli assiomi fondamentali della sua **Psicologia Individuale**, è che la vita psichica non ha come unico obiettivo la scarica di pulsioni, ma ha un traguardo, è diretta verso il futuro: la realizzazione di sé.

Questo percorso sarebbe estremamente naturale in un ambiente ideale, qualora si nascesse e si crescesse all'interno di un contesto in cui sia semplice trovare spazio e incoraggiamento verso l'espressione e la tensione verso questa meta.

Naturalmente, questo non avviene quasi mai. I primi ostacoli alla piena e libera espressione di sé sono rappresentati, secondo Adler, dall'insorgenza dei **sensi di inferiorità**, i quali si sviluppano all'interno della costellazione familiare, per poi estendersi e crescere all'interno di altre relazioni interpersonali.

Ogni bambino, per sua natura, ha l'obiettivo di diventare importante all'interno del suo nucleo familiare e di acquisire un ruolo, una propria posizione in esso: il raggiungimento di tale posizione è di capitale importanza per i figli. Il desiderio di acquisire importanza e la conseguente competizione tipica dei fratelli, riflettono per Adler i valori della società competitiva in cui viviamo: veniamo continuamente esortati ad essere i primi, popolari, originali, atletici, vincenti, a non arrenderci mai. Di conseguenza, ognuno deve per forza mettere in gioco solo tutto ciò che possiede, gli attributi o le capacità che gli garantiranno un vissuto di valore, mentre tutto il resto è da dimenticare.

Certo, non tutti ce la fanno; laddove si riscontra una spesso inevitabile discrepanza tra **immagine ideale** (quella che si vorrebbe possedere) e quella reale di sé, insorgono vissuti di inferiorità. Dalla discrepanza invece tra concetto di sé e convinzioni etiche, nasce il **senso di colpa**, variante dunque del senso di inferiorità.

Naturalmente il vissuto di inferiorità è normale; ciò che non lo è, ed è causa dell'insorgere del disagio, è il **COMPLESSO DI INFERIORITÀ**, che insorge dal momento in cui si comincia a comportarsi come se si fosse davvero inferiori. Nel caso del senso di inferiorità le maschere reggono ancora, in questo invece l'inadeguatezza è mostrata apertamente e lo scoraggiamento è agli stati massimi.

Qualunque sia il tipo di nevrosi, infatti, esiste sempre un processo di preparazione che è comune in tutti i casi, ed è costituito da un aumento dell'attenzione che l'individuo rivolge a se stesso e alle sue relazioni con gli altri, da un abbassamento della soglia di eccitabilità e da un affinamento delle sue facoltà di prevedere certi eventi. È così che il nevrotico comincia a vivere in un mondo di finzioni organizzate attorno a coppie di concetti contrapposti. La principale di queste è rappresentata dalla contrapposizione tra un senso di inferiorità profondamente radicato e un senso esaltato della propria personalità: il più piccolo fallimento o la più piccola notorietà cominciano ad acquisire tremenda importanza.

All'estremo dello scoraggiamento, le persone evitano o rimandano le soluzioni; cercano il fallimento e fanno in modo che la loro aspettativa negativa si adempia, in modo tale che la conferma del proprio stato riduca ulteriormente l'iniziativa di cambiare, in quanto a questo punto un qualsiasi movimento in tal senso sarebbe troppo doloroso.

Ma un'altra grande differenza tra psicoanalisi e psicologia individuale è l'**intenzionalità** del processo psichico: l'uomo può scegliere e cambiare la sua meta, secondo Adler, può liberarsi dalla trappola in cui vive; inoltre, per affrontare l'inferiorità, non basta l'introspezione e un metodo analitico, per quanto rigoroso: ci vuole **coraggio**.

Il messaggio di Adler è che l'unico requisito per poter affrontare con serenità la vita, non sia affatto il raggiungimento di un ideale che altri hanno scelto per noi, ma è il perseguimento dei propri obiettivi, decidere di affrontare con fiducia le sfide che presenta la vita, uniche occasioni di crescita; il vero coraggio, è quello di essere imperfetti, il vero atto d'amore è quello di accettare se stessi e gli altri come esseri imperfetti. La vera originalità, consiste nel rifiutare tutti i valori imposti, le falsità che vengono propinate da una società che non pensa ad altro che alla manipolazione, e sostituire a tutto questo valori più consonanti.

#### 4. LE MASCHERE

Altro esponente ed iniziatore di una nuova corrente nell'ambito della psicologia dinamica, la **Psicologia Analitica**, è stato CARL GUSTAV JUNG (1875-1961).

Anche Jung è stato allievo di Freud, destinato anzi a divenire suo successore. La scena però continuava a ripetersi: non appena l'allievo prediletto si discostò dal suo maestro, fu la fine di una grande amicizia.

Jung pensava che a costituire la nostra personalità fosse un insieme di subpersonalità, la cui relazione con l'Io va a modificarsi nel corso della vita di ognuno. L'**Io**, in questo caso, è inteso come un'entità che include tutto ciò che una persona crede di essere, inclusi i pensieri, i sentimenti, i desideri e le sensazioni corporee.

L'Io, come centro di coscienza, media tra il regno dell'inconscio e il mondo esterno. Le sue sotto personalità sono la *Persona*, l'*Ombra*, l'*Anima* o l'*Animus*, l'*archetipo dello Spirito* e, in ultimo, il *Sé*. In particolare, le prime due sono molto importanti per il discorso che stiamo provando a sviluppare.

La **Persona**, rappresenta una sorta di facciata o di maschera sociale che l'uomo indossa nel mondo esterno; *persona*, infatti, è una parola che in latino significa *maschera teatrale*, che aveva la funzione, nel teatro greco, di coprire il proprio volto e per identificare la parte interpretata. La Persona è la somma totale degli atteggiamenti convenzionali che l'individuo adotta in seguito all'appartenenza a certi gruppi: ambiente professionale, sociale, casta, partito politico o nazione.

Di per sé la Persona, e quindi l'insieme di regole utili nei vari contesti sociali, potrebbe non costituire un problema: essa permette la riservatezza di pensieri, di sentimenti, di emozioni e di idee, oltre che la modulazione del modo in cui questi vengono rivelati. Il fatto è che, però, spesso si finisce con l'identificarsi con essa, e a dimenticare che la maschera non rappresenta in alcun modo la parte più vera di sé. La vita, allora, si trasforma in un palcoscenico animato da attori che non sanno più distinguere la finzione, la scena dalla realtà.

A ricordare, in maniera talvolta anche inquietante, chi veramente si è, e che si sta mentendo a se stessi quanto agli altri, è l'**Ombra**. L'Ombra è la somma di quelle caratteristiche personali che l'individuo desidera nascondere a sé e al mondo circostante. Il guaio è che, più si cerca di nascondersela, più l'Ombra si manifesta, diventa attiva e compie azioni malvagie.

La sua azione è insidiosa. Spesso, essa può essere **proiettata**: l'individuo vede i propri demoni riflessi nell'altra persona, che diventa un capro espiatorio. Può comparire nei sogni, sotto forma di incubi e mostruosità. Altre volte invece, può temporaneamente sopraffare

l'individuo (magari sotto l'azione di droghe od alcool), il quale in seguito sarà molto sorpreso di constatare di aver compiuto azioni terribili. Essa può agire pericolosamente proprio come appare nel racconto di ROBERT LOUIS STEVENSON, "Lo strano caso del dottor Jekyll e del signor Hyde" (1886), in cui il protagonista, rispettabile uomo di scienza, vive la propria dimensione d'ombra come fosse un'altra persona sfuggita al governo dell'Io.

Si può notare, ad un'attenta analisi, l'influenza che ha avuto su Jung quello che da qualcuno è considerato il vero padre della psicologia: FRIEDRICH NIETZSCHE (1844-1900). Nietzsche era considerato un importante esponente di una tendenza che dominava verso la fine del 1800, quella della demistificazione o smascheramento, la stessa sviluppata anche da Ibsen e da Dostoevskij.

Il suo interesse principale, era stato infatti quello di svelare come l'uomo sia un essere che inganna se stesso e i suoi simili; come quelle che crede essere sue vere convinzioni, siano in realtà resti di convinzioni, o di semplici affermazioni, dei genitori, della cultura, della società: noi viviamo continuamente nella loro follia e nella loro saggezza, ignari dell'autoinganno e della menzogna inconscia nel ritenere tutto questo un nostro prodotto.

In *Al di là del bene e del male* scriveva: "*i propri principi servono a tiranneggiare o a giustificare o onorare o vituperare o nascondere le proprie abitudini*"; in *Così parlò Zarathustra*, riferendosi ai falsi virtuosi, dice: "*Questa è la vostra verità: siete troppo puliti per il sudiciume delle parole: vendetta, castigo, mercede, ricompensa. Che la vostra virtù sia voi stessi e non qualcosa di estraneo, non una pelle, un involucro: questa è la verità dal fondo della vostra anima, o virtuosi!*".

Un importante esponente della teoria secondo la quale i comportamenti, le scelte e le azioni di ognuno dipendono strettamente da maschere con le quali si impara a convivere, è stato lo psicoanalista inglese DONALD WINNICOTT (1896-1970).

L'opera di Klein e Fairbairn, a cui si è ispirato, si è contrapposta alla concezione freudiana che illustra lo psichismo come il campo di una titanica lotta tra pulsioni contrastanti; secondo i due autori, infatti, la struttura della personalità dipende soprattutto dal modo in cui si è articolata la **struttura relazionale**.

Secondo Winnicott, la patologia mentale e quella psicosomatica del bambino dipendono strettamente da disturbi di relazione con la madre. Quando essa fallisce nella sua funzione di **contenimento** degli impulsi e dei bisogni del bambino, quando è troppo presente e intrusiva, o quando assente emotivamente, si apre la strada allo sviluppo del **Falso Sé**.

Il Falso Sé si costituisce sulla base di una compiacenza; può avere una funzione difensiva, che è quella di proteggere e di nascondere il Vero Sé, qualunque esso sia. È una corazza, una difesa che ha lo scopo di proteggere quella parte autentica di se stessi adesso minacciata. Per fare un esempio, una madre emotivamente assente, che chiede tacitamente al figlio di adempiere, lui, a delle funzioni genitoriali nei suoi confronti, porta il bambino a diventare grande troppo in fretta, facendogli perdere il contatto con le sue vere esigenze, i suoi reali bisogni e desideri, che Winnicott chiama appunto Vero Sé.

Lo stesso continua a perpetuarsi nella vita adulta, quando cioè si porta avanti la facciata del Falso Sé, sempre per soddisfare le esigenze del mondo esterno, fino a dimenticarsi della parte più autentica che giace sotto. Ma come l'Ombra junghiana non può sparire mai del tutto, anche il Vero Sé reclama la sua sopravvivenza. In *Sviluppo affettivo e ambiente* (1965) infatti, Winnicott scrive: *“Il falso sé è rappresentato da tutta l'organizzazione dell'atteggiamento sociale ed educato, o, per così dire, dal non avere il cuore in mano. La gente, vedendo uno che ha un grande successo accademico, può avere difficoltà a credere al disagio molto reale di costui, che si sente tanto più 'strano' quanto più ha successo”*.

Il Vero Sé è il gesto spontaneo, l'idea personale: solo il Vero Sé può essere creativo ed essere reale. La funzione del Falso Sé è sostanzialmente una funzione di accudimento di se stessi e del Vero Sé, che il bambino utilizza quando è carente di un accudimento autentico da parte della mamma. Ma quando il Falso Sé protegge il Vero Sé, lo nasconde anche, e ne consegue un impedimento per la creatività e per lo sviluppo. L'uomo mette allora in atto un comportamento falso e compiacente di fronte alle istanze e alle richieste del mondo esterno, e per proteggersi si costruisce una falsa personalità. Il prezzo di tutto questo è molto salato, perché comporta una sensazione di vuoto e di **assenza di significato**, mancanza di spontaneità e anche di non esistenza, indipendentemente dai risultati raggiunti e dall'inserimento nella società. Quando un Falso Sé si organizza in un individuo che ha un alto potenziale intellettuale, c'è rischio che l'intelletto diventi sede del Falso Sé. In questo caso, dice Winnicott, si forma una dissociazione tra attività intellettuale ed esistenza psicosomatica. È questo il caso di quel tipo di personalità che fa uso degli strumenti intellettuali senza nessuna capacità di entrare in contatto emotivo con gli altri.

Il Falso Sé dà conto inoltre di tutte quelle relazioni superficiali, convenzionali e false, in cui non c'è capacità di provare emozioni e sentimenti, di entrare in profonda comunicazione con l'altro. Inoltre, quando è presente il Falso Sé, la persona non sa più quello che vuole.

È proprio una società completamente corazzata dietro questa facciata ad essere oggetto di ispirazione per alcuni lavori di SARTRE. Il titolo della sua opera del 1938 non poteva rendere meglio l'idea: **“La Nausea”**. A circondare *Antoine Roquentin*, è un mondo ermeticamente chiuso, l'ambiente meschino e convenzionale della piccola borghesia di provincia, da cui si sente lontanissimo.

Scrivo: *“Mi sembra di appartenere ad un'altra specie. Escono dagli uffici, dopo la giornata di lavoro, guardano le case e le piazze con aria soddisfatta, pensano che è la loro città, una bella città borghese. Non hanno paura, si sentono a casa propria. Gli imbecilli. Mi ripugna pensare che sto per rivedere le loro facce solide e rassicurate”*.

Si riferisce alle persone che credono fermamente nel ruolo che stanno impersonificando, manichini inautentici delle cose. Il rapporto con gli altri diventa difficile, tanto più che la paura di chi indossa una maschera, è proprio quella di perderla.

Sartre scrive che *“l'altro, anche solo guardandomi e percependomi altro e diverso da lui, spossa me di me stesso, mi rende ‘oggetto’, ed utilizzerà le cose che crede di poter vedere di me, per accrescere se stesso”*. La costruzione di identità separate da tutto il resto, fondate sull'assoggettamento degli altri per acquistare più importanza, e il tentativo continuo di perpetuare la sopravvivenza del Falso Sé, fonda rapporti interamente centrati sul potere. E, per forza di cose, conflittuali.

## **5. IL GIOCO DELLE PARTI E LA FOLLIA**

I personaggi di PIRANDELLO (1867-1936) sembrano avere molto a che fare con le problematiche affrontate dalla psicologia fin qui esaminata. Essi sono tormentati, inquieti, non ancora però rassegnati al loro destino e ossessionati dal desiderio di evadere non appena si accorgono di vivere una vita che non è la loro.

In un mondo dove tutto è relativizzato e indeterminato, l'uomo sperimenta l'angoscia nello scoprire la fallacia e l'amara inutilità delle sue maschere: il suo volto viene soffocato da un'immagine imposta dalla società, che costringe continuamente con i propri pregiudizi e consuetudini a rinunciare a se stessi e a fare in modo di trovarsi a recitare mille ruoli molto diversi tra loro, oltre che, ovviamente, inautentici.

Il dramma dell'individuo nasce proprio quando scopre la menzogna celata dietro a quelle che ha creduto essere il frutto di sue scelte, oltre che a quelle che riteneva essere caratteristiche della sua personalità; a questo punto, in Pirandello, si ribella, sperimentando la durezza della solitudine, dell'incomprensione e dell'incomunicabilità, anche se il suo messaggio è che, per

destino avverso, egli sarà costretto a soggiacere e a chinare il capo di fronte al mondo circostante.

Anche DOSTOEVSKIJ (1821-1881) ha ripreso dal Romanticismo, approfondendolo ed esasperandolo, il tema della **doppiezza psicologica** e della spaccatura tra l'essere e il sembrare dell'Io. La sua opera si affaccia infatti su verità e sfumature psichiche che esulano dallo scienziato ufficiale, svelando nell'uomo aspetti affatto diversi da quelli demoniaci e allucinatori. Nei suoi romanzi, ogni pensiero e moto dell'animo suscita il proprio opposto, ogni virtù un'aberrazione, ogni bontà, desideri crudeli e sadici, ogni umiltà, un profondo ed esasperato orgoglio.

I suoi personaggi, sempre di fronte a tormentosi aut-aut, si autoanalizzano in modo assillante, rivelando i molteplici aspetti della propria personalità. Anche Nietzsche, riprendendo il concetto di dualità dionisiaca e apollinea di Bachofen (lato sensuale della vita e lato razionale), sottolineava il senso di ambiguità e di doppia tendenza in ogni interazione umana.

A spiegare molto chiaramente la funzione e le caratteristiche della corazza esteriore degli individui, è stato WILHELM REICH (1897-1957), altro dissidente freudiano costretto, nella maturità, all'esilio negli Stati Uniti per le sue idee politiche e mediche rifiutate dalla società dell'epoca.

Nella sua *Analisi del carattere* (1933) ha individuato nella struttura biopsichica dell'essere umano, tre tipi di sedimenti dello sviluppo sociale, che funzionano in modo autonomo. Tre strati, per intendersi, plasmati e sviluppati nelle relazioni interpersonali.

Nello **strato superficiale** del proprio essere, l'uomo medio sembra essere moderato, cortese, caritatevole, conscio del proprio dovere, coscienzioso. Non esisterebbe una tragedia sociale dell'animale uomo se questo strato superficiale fosse direttamente collegato con il **nucleo naturale**, con la parte più vera e profonda di sé. Se quindi tutto questo fosse autentico e non solo un atteggiamento.

Purtroppo così non è: lo strato superficiale della co-operazione sociale non ha alcun contatto con il profondo nucleo biologico dell'uomo, ma viene sorretto da un secondo **strato caratteriale intermedio**, che si compone senza eccezioni di impulsi crudeli, sadici, sessualmente lascivi, rapaci e invidiosi.

Questo strato costituisce l'*inconscio* o il *rimosso* di Freud; in termini sesso-economici, la somma di tutte le "pulsioni secondarie". Secondo la teoria di Reich questa parte inconscia, l'aspetto antisociale dell'uomo, non è altro che il risultato secondario della repressione di pul-

sioni biologiche primarie. Sono i tabù imposti, la morale comune, il diniego dei propri istinti e bisogni istintivi.

Se ci si addentra oltre questo secondo strato di perversimento fino al fondamento dell'animale uomo, si trova il terzo e più profondo strato che Reich chiama **nucleo biologico**. In fondo, in questo nucleo l'uomo è, in circostanze sociali favorevoli, un animale onesto, co-operativo, capace di amare o, se vi è un motivo, di confrontarsi comunque con chi non ama. La cosa interessante è che in nessun caso sia possibile penetrare fino a questo profondissimo e tanto promettente strato, strato che rappresenta la liberazione caratteriale dell'uomo, senza aver prima eliminato la falsa superficie apparentemente sociale: niente verità di sé quindi, se prima non si scoprono i propri giochi di ruolo, le proprie maschere e i propri inganni.

Nel palcoscenico della società, c'è poi chi si distingue dagli altri per via della sua diversità rispetto al senso comune: è il caso del pazzo, che nell'**Enrico IV** di Pirandello assume le connotazioni di una scelta estrema, una via di fuga da un contesto stretto e soffocante e, nello stesso tempo, il tentativo di prostrarre e sfruttare una maschera che gli è stata messa al volto.

Spesso nella letteratura del Novecento, la follia è delineata come unica scelta, o conseguenza, del rifiuto del Falso Sé e della morale imposta. Lo stesso è per alcuni esponenti dell'**antipsichiatria**, movimento sviluppatosi nei primi anni Sessanta. I suoi principali esponenti sono stati RONALD LAING e DAVID COOPER in Inghilterra, e FRANCO BASAGLIA in Italia.

Alla base di questo modello della malattia mentale vi è un concetto di violenza che il malato subirebbe nei suoi contatti sociali, sin dalla più tenera età. Viene puntato il dito anzitutto sulla famiglia, luogo dove vengono inibite le potenzialità del bambino e dell'adolescente, allo scopo di creare sempre nuovi sudditi del 'sistema': occorrono consumatori, liceità delle guerre, strutture di ubbidienza al potere. Gli individui così condizionati e oppressi possono affollare le fabbriche e ricostituire nuove coppie stabili, procreare altri figli, ricreare altre famiglie, e così perpetuare il ciclo.

In questa visione, tutti coloro che vogliono uscire dall'ingranaggio di mediocrità e di mortale ubbidienza, diventando cittadini liberi, vengono etichettati come nevrotici o pazzi. La famiglia viene individuata come luogo primario di violenza, non solo nei casi di abuso o maltrattamenti, ma anche solo attraverso il tipo di **educazione conformista** impartita dai genitori.

Il malato di mente viene visto anzitutto come una vittima dell'oppressione sociale, che tenta in tutti i modi di *normalizzarlo*, spingendolo verso il conformismo. In questo senso la follia sarebbe dovuta ad una forma di trasgressione dalla norma sociale, anche laddove si esprima attraverso l'originalità e la genialità.

Con l'antipsichiatria la scienza ufficiale viene accusata di concentrare la propria attenzione sulla malattia individuale e sulle sue basi organiche, trascurando l'origine sociale dei disturbi psichici. La psichiatria tradizionale viene vista come una funzione necessaria al 'sistema' per sopravvivere attraverso il 'trattamento' di tutti i devianti, che vengono esclusi definitivamente dalla vita sociale, grazie all'istituzionalizzazione.

Il movimento dunque, promulgò la visione della pazzia come tentativo dell'individuo di curarsi spontaneamente dalle situazioni folli in cui è costretto a vivere, e come questo tentativo sia da considerare alla stregua di un naturale processo di guarigione che dovrebbe essere aiutato a fare il suo corso invece di essere ostacolato, bloccato e sospeso per sempre con energetiche somministrazioni di intrugli psicofarmacologici, sino a rinchiudere la gente negli istituti psichiatrici in un processo di totale degradazione.

## 6. LA LIBERTÀ E IL SENSO DELLA VITA

È proprio il problema della libertà ad impedire ad alcuni autori letterari, tra cui JEAN-PAUL SARTRE (1905-1980), di accettare la psicoanalisi nella sua versione deterministico-positivistica. In questa versione, infatti, non possono esistere fini ultimi, ma soltanto un percorso determinato dal proprio patrimonio e dipendenza biologica.

Attraverso quella che chiama «psicoanalisi esistenziale», Sartre cerca di giungere a quella scelta originaria che fonda la libertà umana. Il risultato è l'individuazione di un fatto primitivo nell'uomo che è il suo desiderio di essere.

Ne *L'essere e il nulla* (1943), Sartre tentò di mettere in luce come l'uomo altro non sia che una **situazione**. *“È totalmente condizionato dalla sua classe sociale, dal suo guadagno, dalla natura del suo lavoro, condizionato fin nei sentimenti, fino nei suoi pensieri”*. Pur così condizionato, tuttavia l'individuo, e solo lui, 'decide' sul significato della sua condizione. Io posso esser malato; non è, questa situazione, il frutto di una mia scelta, tuttavia: *"Io non posso esser malato senza scegliere il modo secondo cui formo la mia infermità (come 'intollerabile', 'umiliante', 'da tenersi nascosta', 'da rivelare a tutti', 'oggetto di orgoglio', 'giustificazione dei miei scacchi')"*.

A ben vedere, in accordo con la psicologia individuale, l'uomo "sceglie se stesso" nel suo modo di manifestarsi nel mondo circostante, nella sua **maniera di essere**. È lui che sceglie obiettivi, scopi, valori, decide in conseguenza, ed agisce con le modalità di comportamento ch'egli stesso ha stabilito.

Ma la sua libertà ha un raggio d'azione ancora più ampio: può far sì che le scelte precedenti non lo condizionino totalmente, così come la sua storia familiare, le sue esperienze passate; può infatti riesaminare le decisioni assunte, rimettere in discussione le scelte, riformare continuamente gli obiettivi, riformulare scopi e **valori**. Questo potere di scelta, che investe anche il campo degli scopi e dei valori, non ha alcun punto di riferimento; si sceglie senza punti d'appoggio, senza un criterio preordinato.

L'uomo dunque è radicalmente libero; non solo negli "atti volontari", ma anche nelle emozioni, nei sentimenti, nelle passioni. L'essere liberi non è una questione connotata sempre positivamente, ma è addirittura considerata da Sartre una **condanna**.

Sapere di essere liberi è un peso da sopportare, perché pone l'uomo a tu per tu con il proprio senso di **responsabilità**. Tant'è vero che molti mascherano o rifiutano la propria libertà. Quello che Sartre concepisce come in-sé, le nostre maschere, la nostra illusoria identità, le nostre manipolazioni e così via, sono frutto solo di scelte. Ma ammettere che ciò che siamo, come ci sentiamo e cosa proviamo dipende essenzialmente da noi, non è sempre piacevole.

Questa condanna alla libertà fa sì che la scelta sia sempre angosciosa; la continua instabilità dell'uomo, il suo costante impegno a scegliersi, a farsi, la non definitività delle scelte e delle decisioni, la ingiustificabilità delle stesse scelte (la scelta non ha infatti parametri di valutazione, criteri precostituiti) sono per l'uomo fonte di angoscia.

L'**angoscia** rivela alla coscienza la nostra libertà, e testimonia la costante modificabilità del progetto iniziale. Scrive infatti: *“Nell'angoscia non ci limitiamo a renderci conto del fatto che i possibili da noi progettati sono costantemente rosi dalla nostra libertà in attuazione, ma comprendiamo inoltre la scelta, ossia noi stessi, come ingiustificabili; il che vuol dire che ci rendiamo conto che la scelta non trae origine da alcuna realtà anteriore, ed è anzi, tale da dover fungere da fondamento dell'insieme dei significati che costituiscono la realtà”*.

La questione del **libero arbitrio** è più che mai attuale. Superata la concezione di causalità, determinismo e meccanicismo nella fisica quantistica durante i primi decenni del XX secolo, superata la convinzione di esistere in un tempo e in uno spazio assoluti ed immutabili, grazie all'opera di Einstein, i concetti cardine della scienza classica per la prima volta si sono ritrovati ad essere profondamente in crisi. Gli stessi principi sono ora ripresi e ritrovati da altri rami del sapere, come la biologia, la chimica, la matematica, la neurofisiologia, la medicina e via dicendo. In tutto questo si affaccia il problema della libertà e della coscienza, rendendo il dibattito in proposito molto vivo e gli studi estremamente attuali.

Rimanendo all'interno del dominio della psicologia del Novecento, pare che una delle differenze più significative tra il modello di Freud e quello di Jung, sia proprio l'adozione di un punto di vista meccanicistico contro uno olistico. Nel primo caso, l'apparato psichico poteva essere concepito come un dispositivo meccanico biologico, pur molto complesso.

Come già sottolineato, secondo Freud i processi psicologici sono profondamente radicati nella fisiologia e nella biochimica del corpo, per cui la vita mentale rifletterebbe l'interazione di forze istintuali all'interno dell'organismo e i loro urti con il mondo esterno. Jung invece non era interessato a spiegare i fenomeni psicologici in funzione di meccanismi specifici, ma tendeva piuttosto a comprendere la psiche nella sua *totalità* e ad interessarsi in modo particolare alle sue relazioni con l'ambiente circostante.

In questa accezione, egli vide nella mente umana un processo che si auto-regola, che si auto-organizza, e nel disagio psichico quindi non un mal funzionamento del sistema, ma un processo per mezzo del quale questo sistema cerca di superare i vari ostacoli che gli impediscono di funzionare come un tutto integrato. In tal senso, la malattia e il disturbo psichico, rappresentano uno strumento per mezzo del quale ogni individuo percorre la sua via psicologica, viaggio che secondo Jung dovrebbe portare al centro della personalità, che chiamò Sé. Il processo attraverso cui avviene questo viaggio è quella che chiama **individuazione**, l'integrazione degli aspetti coscienti e non coscienti della propria psiche, che ha come obiettivo quello di scoprire le proprie potenzialità e di viverle pienamente.

Qual è dunque la differenza in termini di libertà tra la psicoanalisi freudiana e la psicologia analitica junghiana? Che nella prima l'essere umano può solamente decidere, e nemmeno troppo facilmente, come usare i suoi istinti inferiori, dai quali quindi dipenderà tutta la sua vita, mentre nella seconda può decidere di scoprire cosa sta dietro le apparenze della propria psiche, intraprendere un viaggio attraverso i vari 'strati', per così dire, della mente, e scoprire qual è il nucleo che vi sta alla base, che è sempre qualcosa di molto diverso da quanto si possa immaginare.

Un altro tra i movimenti più vitali ed entusiastici sorti dall'insoddisfazione nei confronti del meccanicismo freudiano è stata la scuola della **Psicologia Umanistica** di ABRAHAM MASLOW (1908-1970). La sua critica alla psicoanalisi si mosse dalla convinzione che fondare una teoria circa il funzionamento mentale unicamente basandosi sull'osservazione dei suoi aspetti peggiori, come nevrosi, psicosi, devianze, istinti aggressivi e così via, non potesse che fornire una visione deformata della natura umana.

Per contrastare questa tendenza, Maslow sostenne l'idea che concentrarsi sull'esperienza umana tenendo conto anche di dimensioni quali la felicità, la soddisfazione, l'allegria, la serenità e i desideri, sarebbe equivalso a studiare finalmente l'uomo nella sua integralità. Come Jung, anche Maslow era profondamente interessato alla crescita personale e a quella che chiamò **autoattualizzazione**, la piena attuazione cioè delle potenzialità del soggetto. Anche in questo caso, il disagio psichico non è che l'espressione di bisogni frustrati e di una mancata realizzazione: in pratica, indicano la strada.

## BIBLIOGRAFIA

### **Adler A.,**

(1920), *Prassi e teoria della psicologia individuale*, Roma, Astrolabio, 1947.

(1926), *Psicologia individuale e conoscenza dell'uomo*, Roma, Newton Compton, 1975.

**Blandino G.**, *Le capacità relazionali – Prospettive psicodinamiche*, Torino, UTET, 1996.

**Capra F.**, *Il punto di svolta – Scienza, società e cultura emergente*, Feltrinelli, Milano, 1984.

**Carotenuto A.**, *Trattato di psicologia della personalità*, Milano, Raffaello Cortina, 1991.

**Corsini R. J. e Wedding D.** (a cura di), *Psicoterapia – Teorie, tecniche e casi*, Milano, Guerini, 1996.

**Elenberger H. F.**, *La scoperta dell'inconscio*, Vol. I e I, Torino, Boringhieri, 1976.

### **Freud S.,**

(1899), *L'interpretazione dei sogni*, in Opere di S. Freud, Torino, Boringhieri, 1967-1980, Vol. 3.

(1903), *Il metodo psicoanalitico freudiano*, in Opere, Vol. 4.

(1915), *Metapsicologia*, in Opere, Vol. 8.

(1922), *L'Io e l'Es*, in Opere, Vol. 9.

(1923), *Psicoanalisi e Teoria della libido, due voci d'enciclopedia*, in Opere, Vol. 9.

**Gay P.**, *Freud – Una vita per i nostri tempi*, Milano, Bompiani, 1998.

### **Jung C.G.,**

(1916) *Adattamento, individuazione e collettività*, in Opere di C. G. Jung, Torino, Boringhieri, 1971-1991, Vol. 7.

(1928), *L'Io e l'inconscio*, in Opere, Vol. 7.

(1928b), *Energetica psichica*, in Opere, Vol. 8.

(1937), *Determinanti psicologiche del comportamento umano*, in Opere, Vol. 8.

(1939), *Coscienza, inconscio collettivo e individuazione*, in Opere, Vol. 9.

**Laing R.**, *La politica dell'esperienza*, Milano, Feltrinelli, 1990.

**Maslow A.**, (1962), *Verso una psicologia dell'essere*, Roma, Armando, 1973.

### **Nietzsche F.**

(1885), *Così parlò Zarathustra*, Roma, Newton Compton, 1993.

(1886), *Al di là del bene e del male*, Roma, Newton Compton, 1993.

### **Reich W.**

(1933), *Psicologia di massa del fascismo*, Einaudi, Torino, 2002.

(1933b), *L'analisi del carattere*, Milano, Sugarco, 1973.