



RIVISTA ITALIANA DI **COUNSELING FILOSOFICO**

La nuova Legge sulle professioni intellettuali

Filosofia, Medicina e Malattia mentale

PETER RAABE

Cambio di paradigma: dalla "iper-diagnosi"
ad un nuovo modello di servizi per la salute mentale



Oscar Brenifier
Filosofare è cessare di vivere



Gianfranco Buffardi e Renato M. Buffardi
L'epochè: un contributo filosofico alle professioni d'aiuto

Rivista Italiana di Counseling Filosofico

Organo Ufficiale della Società Italiana di Counseling Filosofico

Direzione Editoriale

Lodovico E. Berra, Luca Nave

Comitato Scientifico

Fabrizio Biasin, Angelo Giusto, Giancarlo Marinelli, Roberto Mazza, Pietro Pontremoli,
Ezio Risatti, Elisabetta Zamarchi, Mariacarla Zunino

Collaboratori

Eugenio Borgna, Oscar Brenifier, Gianfranco Buffardi, Angelo Caruso, Paolo Cicale,
Mario D'Angelo, Duccio Demetrio, Thomas Gutknecht, Jocelyne Hatzenberger, Ran
Lahav, Carlo Molteni, Giovanni Piazza, Peter Raabe, Hansjörg Reck

Indice

Editoriali

Filosofia, psichiatria e malattia mentale
di Lodovico Berra p. 4

Il counseling filosofico e la nuova legge sulle professioni intellettuali
di Luca Nave e Pietro Pontremoli p. 7

Saggi e articoli

Cambio di paradigma: dalla “iper-diagnosi” ad un nuovo modello di servizi per la salute
mentale
di Peter Raabe p. 11

Filosofare è cessare di vivere
di Oscar Brenifier p. 27

Considerazioni teorico-pratiche sul concetto di visione del mondo
di Lodovico Berra p. 36

L'epochè: un contributo filosofico alle professioni d'aiuto
di Gianfranco Buffardi e Renato M. Buffardi p. 46

Realtà e verità in Kant e Freud (I parte)
di Pietro Pontremoli p. 56

Progetti ed esperienze

La pratica filosofica e l'arte di vivere bene. Cronaca di un ciclo di laboratori con gli
adolescenti nelle scuole della postmodernità
di Luca Nave p. 66

Dallo specchio al viaggio. Il counseling filosofico in un centro antiviolenza di Roma
di Fernando F. Aversa p. 80

Recensioni

Patrick Estrade, *L'impronta dei ricordi. Come interpretarli e cosa dicono di noi*, Milano, Sperling &
Kupfer, 2007 p. 92
di Beatrice Ventacoli

Lou Marinoff, *Per essere felici ora. Aristotele Buddha Confucio*, Milano, Piemme, 2007
di Corrado Pellegrino p. 98

Filosofia, psichiatria e malattia mentale

di Lodovico Berra

È con grande piacere che vi presento questo numero della nostra rivista che esce in una nuova veste grafica e con un nuovo editore. L'uscita di ogni numero della RICF è sempre per noi un importante occasione di incontro delle voci del nostro gruppo e della nostra filosofia, o almeno del nostro modo di concepirla. Gli articoli rappresentano uno specchio del lavoro in corso tra i soci SICoF e dei simpatizzanti, oltre ad essere una modalità per stimolare la riflessione e il dibattito. In questo numero troviamo due ospiti stranieri, Peter Raabe e Oscar Brenifer, counselor filosofici molto ben conosciuti a livello internazionale, e che ci onorano qui della loro presenza.

Ritengo sia opportuno fare qualche premessa all'articolo di Peter Raabe, counselor filosofico e professore di filosofia presso la University of the Fraser Valley (UFV), Abbotsford, British Columbia e autore di uno dei più rilevanti e diffusi libri sul counseling filosofico (*"Philosophical Counseling. Theory and Practice"*) testo ben conosciuto dagli allievi della nostra Scuola. Nel suo articolo rivela il suo passato giornalistico, proponendo una analisi critica e severa di quello che è oggi in Canada, e nel mondo intero, il ruolo della psichiatria nei confronti del disagio mentale.

La sua posizione è molto dura, a volte provocatoria, e ci fa riflettere sul senso della malattia mentale e sul rapporto con la medicina e la filosofia. Raabe sostiene in sintesi che il disturbo psichiatrico non esiste, non può essere correlato ad alterazioni biologiche (chimiche e genetiche) ed è solo l'esito di un atto arbitrario del medico o della comunità scientifica internazionale. Certo non posso negare che dopo circa trent'anni di attività psichiatrica questa affermazione non mi abbia poco scosso. Faccio fatica a pensare che uno schizofrenico in crisi delirante, con allucinazioni e comportamenti aggressivi sia il solo esito di astratti "dubbi, convinzioni, desideri, valori, timori e supposizioni" senza alcun correlato biologico. Nello stesso tempo non posso pensare che di fronte ad una caso di psicosi conclamata si possa pretendere di cercare la guarigione solo attraverso una terapia della parola, che per Raabe è sempre e solo fare filosofia. Se preso alla lettera questo potrebbe essere un approccio pericoloso e fuorviante, che mette a rischio la vita di numerosi pazienti e la carriera professionale (e forse anche l'integrità fisica) di qualche counselor filosofico. Molto è stato dibattuto sulla legittimità di un intervento filosofico in condizioni psicopatologiche, anche gravi come le psicosi, e il nostro orientamento rimane quello di lasciare ad altri, psichiatri, psicologi clinici e psicoterapeuti, il compito di affrontare questi disturbi, pur accettando l'idea di un possibile affiancamento del counselor ad una terapia in atto. Questo è necessario naturalmente oltretutto per motivi etici anche per motivi legali.

D'altra parte si sono oggi ben ridimensionate le ambizioni di una psicoterapia con pazienti con organizzazione di personalità psicotica, con cui ci si limita ad una azione di supporto e contenimento, associata ad una terapia farmacologica. Quest'ultima, con tutte le critiche che vogliamo alle lobby delle case farmaceutiche, rimane uno strumento irrinunciabile e fondamentale nel sostenere un malato che soffre e che con essa può sperare di vivere una vita abbastanza normale. Sarebbe eticamente condannabile, a mio avviso, impedire un sollievo e un sostegno, con tutti gli strumenti possibili e disponibili, a chi ne ha bisogno. È vero che i farmaci hanno effetti collaterali, creano enormi mercati economici, producono pressioni verso una mentalità medicalizzante, ma nello stesso tempo non possiamo negar loro un ruolo fondamentale nella ricerca di salute dell'individuo.

La posizione di Raabe si lega a quella dell'antipsichiatria, e non a caso cita uno dei principali teorici di questo movimento, Thomas Szasz. Questa posizione si considera in parte superata, anche se ha determinato un momento rivoluzionario e fondamentale nell'ambito della storia della psichiatria mondiale.

Oggi in realtà il problema del rapporto mente-cervello si è definito in modo più chiaro e non ha più senso una netta distinzione tra approccio biologista e psicodinamico (o filosofico), per cui i disturbi psichici sono effetto di una sola modificazione chimica o neurotrasmettitoriale oppure esito di meccanismi psichici più astratti. Non possiamo dire se una modificazione del nostro pensiero, o della nostra affettività, sia causa o effetto di una modificazione biologica. È certamente vero che vi sono casi psichiatrici in cui è evidente una alterazione biochimica così come è vero che vi sono casi in cui sono chiare le motivazioni psicologiche (o filosofiche) nel determinismo di un disagio psichico. Ma sempre l'una condiziona l'altra.

Vi è in effetti una corrente di pensiero che afferma che la schizofrenia non esiste, essa è solo un artefatto della mente umana, condizionato da un atteggiamento classificatorio ed eccessivamente medicalizzante. Il problema sta in realtà nella necessità della nostra mente di organizzare, catalogare, ordinare, frammentare, collegare elementi per dargli un senso. La diagnosi di schizofrenia è certamente un artificio, poiché in realtà vi sono tante schizofrenie, ognuna con sue peculiarità e caratteri, che rendono estremamente eterogeneo il campo diagnostico. Ciononostante l'evidenza dei fatti, l'efficacia risolutiva di alcuni farmaci, tecniche di neuroimaging, indagini molecolari e genetiche, ampie casistiche e terapie, autorevole letteratura specialistica documentano l'importanza e la necessità oggi anche di approccio medico e biologico alla malattia psichica. Negarlo potrebbe essere un atto ingenuo e semplicistico che potrebbe impedire a numerosi pazienti di vivere una vita sufficientemente dignitosa.

Ora secondo me il problema non è tanto cancellare anni di storia e di ricerca in psichiatria ma riconoscere come spesso alcune forme di disagio non siano necessariamente espressione di patologia. In questo senso la iperdiagnosi di cui parla Raabe è un pericolo reale ed attuale che rischia di farci diventare tutti malati psichiatrici. Come ho sempre sostenuto vi sono invece condizioni di malessere

interiore, quali l'angoscia o la depressione esistenziale, che non rappresentano patologie ma stati particolari della nostra esistenza (normale) che devono essere riconosciuti e trattati in modo adeguato, non certo con psicofarmaci. Non sempre infatti il malessere esistenziale, il dubbio, uno stato critico o di inquietudine sono sinonimo di malattia.

Dobbiamo quindi riconoscere che vi siano situazioni di grave disturbo psichico che devono essere curate in tutti i modi e con tutti gli strumenti oggi disponibili, che siano farmaci, stimolazione magnetica transcranica, stimolazione del nervo vago, psicoterapia o ricovero. Non fare questo mi sembra un pericolo e una sottovalutazione di quello che è il disturbo psichico. Nello stesso tempo vi sono situazioni che non avendo caratteri patologici, pur essendo fonte di sofferenza, possono trarre beneficio da una "terapia della parola". Questa può essere strutturata e basata su specifici modelli esplicativi del funzionamento mentale, cioè le psicoterapie e alcuni tipi di counseling, oppure fare riferimento a metodi di indagine e di lavoro a carattere strettamente filosofico.

Non credo che sia opportuno creare una opposizione e una scissione tra orientamenti che tendono a vedere l'uomo, e la sua mente, come fenomeno biologico e orientamenti diretti ad una dimensione più spirituale e globale. È solo dalla convivenza e dal reciproco potenziamento che possiamo aspirare ad una migliore comprensione dell'essere umano e della sua esistenza. In questo senso il counseling filosofico ha l'obbligo di affiancarsi alla psichiatria, così come questa deve lasciarsi illuminare dalla filosofia per essere scienza veramente completa. Non è certo dalla negazione dell'una verso l'altra che possiamo pretendere di avere o anche solo di avvicinarci ad una visione reale e totale dell'Uomo e del suo Mondo.

Il counseling filosofico e la nuova legge sulle professioni intellettuali

di Luca Nave e Pietro Pontremoli

Il 2013 entrerà nella storia del counseling italiano. Il 10 febbraio di quest'anno è infatti entrata in vigore la legge n. 4 del 14 gennaio 2013 relativa alle "Professioni non regolamentate" (pubblicata sulla Gazzetta ufficiale del 26 gennaio). Questa legge rappresenta un traguardo storico anche perché giunge dopo un ventennio caratterizzato da diversi tentativi di proposte di leggi simili a quella recentemente approvata, che sono rimaste arenate nelle stanze delle varie commissioni parlamentari a causa di interessi di Palazzo o delle potenti lobby, ordini e collegi che non avevano alcun interesse a far approvare una legge che andava contro gli storici privilegi che, lentamente quanto inesorabilmente, si erano procacciati.

Questa legge non riguarda ovviamente solo il counseling e le discipline affini, bensì le "professioni non organizzate in ordini o collegi", ovvero l'attività economica di quelle professioni che prevedono la prestazione di servizi o di opere a favore di terzi, esercitata abitualmente e prevalentemente mediante lavoro intellettuale, o comunque con il concorso di questo. Essa non si riferisce dunque alle attività riservate per legge a soggetti iscritti in albi o elenchi ai sensi dell'articolo 2229 c.c., e a quelle dei mestieri artigianali, commerciali e di pubblico esercizio disciplinati da specifiche normative.

Stiamo parlando di circa tre milioni di professionisti che esercitano le professioni più disparate (dal counselor al tecnico informatico, passando attraverso i tributaristi e gli amministratori di condominio), che risultavano in qualche modo discriminati dalle istituzioni in quanto privi di ogni riconoscimento giuridico e di qualunque forma di tutela legale. Nella disciplina della legge sono comprese figure relativamente recenti in settori diversi, dai servizi alla persona a quelli per le imprese, che muovono fatturati ed utili per diversi punti percentuali del Pil nazionale. La legge consente a tali professionisti di costituire delle associazioni professionali (con natura privatistica, fondate su base volontaria e senza alcun vincolo di rappresentanza esclusiva) che, oltre ad assumersi il compito di valorizzare le competenze dei professionisti ad esse iscritti e di promuovere e divulgare le conoscenze e le informazioni delle attività professionali che rappresentano, divengono i più importanti organismi di tutela nei confronti dell'utenza: le associazioni si dovranno infatti impegnare a far rispettare le regole deontologiche delle singole professioni nonché a rilasciare un'attestazione di qualificazione professionale che agevola la scelta e favorisce la tutela del cittadino-utente che intende fare ricorso alle prestazioni del professionista ad esse iscritto, nel pieno rispetto delle regole sulla libera concorrenza.

Per le cosiddette “professioni di aiuto” (counseling, coaching, arte terapia, mediazione familiare, pedagogia clinica ecc.) questa legge rappresenta dunque una svolta storica che garantisce maggiore tutela ai fruitori ed ai professionisti.

Ovviamente i detrattori, soprattutto del counseling, hanno immediatamente reagito a queste novità: si sono levate voci assai polemiche che, nel contesto del dualismo Ordini-Associazioni, parlano di “Ordini di serie A e Ordini di serie B” (trascurando il fatto che le Associazioni non hanno nessuna intenzione di rispecchiare le politiche – talvolta discutibili e criticate dagli stessi aderenti - degli Ordini professionali), accanto ad altre lamentose voci che affermano come, grazie a questa nuova legge, anche maghi, fattucchiere e sciamani avranno la possibilità di occuparsi della salute e del benessere dei cittadini. Tali voci critiche crediamo dimostrino la scarsa attenzione con cui è stato letto il testo della legge, e dunque la lacunosa conoscenza delle opportunità, ma anche delle restrizioni e delle tutele legali che tale legge mette in campo a favore dei cittadini che liberamente intendono scegliere il professionista cui rivolgersi. Se al potenziale cliente il professionista offre le informazioni chiare sulla propria formazione, sugli obiettivi e le modalità operative, sarà poi la persona, in totale libertà e senza vincoli di sorta, a decidere se rivolgersi al professionista in questione. Dobbiamo ammettere che il testo della legge non è chiarissimo, presenta delle lacune e siamo ancora in attesa dei decreti attuativi della legge stessa. Per questo motivo, piuttosto che tornare ad affrontare le accuse di “abuso di professione” rivolte anche al counselor filosofico – abuso che ora sarebbe addirittura sancito e permesso dalla legge – ci limitiamo, in questa sede, a rivolgere a tutti l’invito a leggere con attenzione il testo della legge (<http://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/2013/01/26/13G00021/sg>), rimandando ad altri spazi e tempi la discussione – sulla quale peraltro, in tempi recenti, molto è stato detto e scritto anche sulle pagine di questa *Rivista* - relativa al fatto che il counseling filosofico, qual è teorizzato e praticato dalla S.I.Co.F., non rappresenta affatto un abuso della professione dello psicologo perché non è una forma di psicologia o di psicoterapia sotto mentite spoglie, né ha bisogno di esserlo in vista dell’efficacia della propria relazione d’aiuto.

Un’ulteriore annotazione deve essere fatta.

Se da un lato, come chiarito sopra, la legge in questione rappresenta un indiscutibile successo per chi svolge una professione non inserita in Ordini e Collegi, dall’altro, proprio in conseguenza di tale legge, si richiede al professionista una puntuale formazione continua, consistente in aggiornamento permanente ed un altissimo livello di professionalità. La legge riconosce le libere associazioni nel rispetto delle regole di concorrenza e con lo scopo di promuovere la qualificazione professionale degli operatori.

La legge ha dunque in sé un’essenza evidentemente liberale e con essa si auspica una maggiore competitività e capacità sul fronte lavorativo, da parte dei professionisti. Ovviamente ciò comporta che il singolo professionista, unico vero responsabile del proprio operato di fronte a sé, al cliente ed alla

legge, continui ad aggiornarsi e mantenga un ottimo livello di professionalità e conoscenze, proprio per poter competere con gli altri professionisti in maniera onesta ed efficace. Metodo, disciplina e conoscenze sono indiscutibilmente le 'abilità' che il singolo professionista deve mettere in campo. Su questa linea la legge offre gli strumenti che risulteranno utili all'utenza per identificare il professionista di maggiore qualità, professionalità e competenza. Si tratta di una messa in trasparenza delle competenze e delle abilità che i percorsi formativi consentono di acquisire ai professionisti iscritti alle associazioni di categoria.

Guardiamo ora al futuro. La *Società Italiana di Counseling Filosofico*, che dall'inizio del 2013 ha un nuovo Consiglio Direttivo e un nuovo Comitato scientifico, ha intrapreso una serie di iniziative al fine di rispettare i parametri e gli impegni che la nuova legge impone di onorare in termini di formazione permanente, di condotta professionale e di garanzia nei confronti dell'utente che si rivolge al counselor filosofico iscritto al proprio Registro professionale. Tra le iniziative che riguardano in particolare la formazione permanente dei propri iscritti, emerge in particolare il ritorno dell'annuale Convegno Nazionale della S.I.Co.F a Torino, che sarà dedicato proprio a "*Filosofia e Psicologia: due relazioni di aiuto a confronto*". Il convegno, giunto alla IX edizione, avrà luogo il prossimo 17 novembre presso l'Istituto Rebaudengo; prevede due ospiti d'onore del calibro di Franca D'Agostini e Felice Perussia che, insieme ad altri nomi illustrati nel programma dell'evento pubblicato sul nostro sito, si impegneranno a fare chiarezza a riguardo dell'auspicabile alleanza – pur nel rispetto dei reciproci ambiti disciplinari e di competenza - tra due discipline che condividono la medesima missione: la comprensione e il benessere dell'essere umano nel mondo, e che solo per "provinciali" interessi extra-teorici (motivazioni burocratiche e interessi politici di ordini e collegi professionali) possono essere viste in competizione tra loro.

L'ultima iniziativa sulla quale vogliamo soffermarci in questa sede riguarda l'uscita, dopo anni di gestazione, del *Dizionario del Counseling Filosofico e delle Pratiche Filosofiche*, a cura di Luca Nave, Pietro E. Pontremoli ed Elisabetta Zamarchi, con la *Presentazione* di Umberto Galimberti. Pubblicato da Mimesis Edizioni a giugno 2013 all'interno della Collana "Tra il dire e il fare", dedicata alla filosofia in pratica e diretta da Luigi Perissinotto, il volume comprende cento lemmi scritti da trenta autori dalla provenienza più disparata (filosofi, psicologi, medici, teologi e anche un avvocato), a riguardo di temi e argomenti che ineriscono direttamente all'ambito professionale e disciplinare del counseling, della consulenza e delle pratiche filosofiche, insieme a voci più strettamente filosofiche e scientifiche o affini alla psicologia e alle psicoterapie, accanto ad altre che fanno riferimento a categorie di persone o gruppi che si incontrano più spesso come interlocutori nelle relazioni di aiuto, tra filosofia e psicologia (come ad esempio, adolescenti, anziani, genitori, azienda, ospedale ecc.). Invitiamo con fervore i lettori a consultare quest'opera, unica del genere in Italia e nel mondo, il cui principale obiettivo risiede nel fare chiarezza, in termini epistemologici e semantici, a riguardo di una serie di termini e questioni che

circolano nell'ambiente degli addetti ai lavori del counseling filosofico e delle discipline affini, nonché a diffondere e divulgare la missione della nostra disciplina nella società.

Veniamo ora a questo numero della nostra *Rivista*, che si presenta con una nuova copertina, una nuova veste grafica e con nuovi collaboratori internazionali assai noti nell'ambiente delle pratiche filosofiche e non solo. L'articolo di apertura è di Peter Raabe, counselor filosofico canadese e tra i pionieri della nostra disciplina, che propone delle riflessioni che si muovono tra filosofia, psicologia e medicina: intitolato *Cambio di paradigma: dalla "iper-diagnosi" ad un nuovo modello di servizi per la salute mentale*, parte da una denuncia del fenomeno della medicalizzazione della società per mostrare come la filosofia – e il counseling filosofico – possano rivestire un ruolo di primo piano nella comprensione e nell'aiuto rivolto alle persone che sono state dichiarate affette da una malattia psichiatrica o da un disturbo della personalità. Il secondo articolo, scritto da Oscar Brenifier, si occupa invece della morte e del morire – e naturalmente della vita e del vivere – con l'obiettivo di mostrare che in fondo *Filosofare è cessare di vivere*, argomentando questa tesi tramite affermazioni che mostrano il ruolo che la filosofia in pratica assume innanzi alle fondamentali questioni esistenziali che la vita e la morte generano nella persona che si sofferma a riflettere su esse. Questi articoli sono stati tradotti in italiano rispettivamente da Alberto Rezzi e da Roberta De Francesco - con la revisione di Diego Chillo – che ringraziamo sentitamente per la cura impiegata nell'ottimo lavoro svolto.

La sezione "Articoli e saggi" prevede ancora tre articoli che si muovono tra filosofia e psicologia: Lodovico Berra concentra la sua attenzione sulla questione della Visione del mondo in relazione al suo possibile impiego all'interno del lavoro di counseling e di psicoterapia, Gianfranco e Renato Buffardi illustrano il contributo che lo strumento filosofico dell'epochè, tra gli antichi scettici e la fenomenologia contemporanea, può elargire alle relazioni d'aiuto, mentre l'articolo di Pietro Pontremoli affronta il problema della verità, tra filosofia kantiana e psicoanalisi freudiana.

Questi articoli, prevalentemente teorici pur con alta valenza pratica ed operativa, sono affiancati, nella sezione "Progetti ed esperienze", da due interventi che mostrano il counseling filosofico e le pratiche filosofiche *in action*: Luca Nave propone una cronaca di un ciclo di seminari con gli adolescenti dedicati all'arte di vivere bene, mentre Fernanda F. Aversa illustra un progetto di counseling filosofico realizzato in un centro antiviolenza del comune di Roma.

Chiudono questo ricco numero due recensioni, dedicate rispettivamente al libro di Patrick Estrade, *L'impronta dei ricordi. Come interpretarli e cosa dicono di noi*, a cura di Beatrice Ventacoli, e al testo di Lou Marinoff, *Per essere felici ora. Aristotele Buddha Confucio*, scritta da Corrado Pellegrini.

A questo punto non resta che augurare una buona lettura, rinnovando l'invito a collaborare con la nostra *Rivista*, seguendo le istruzioni riportate nell'ultima pagina del presente volume.

Cambio di paradigma: dalla “iper-diagnosi” ad un nuovo modello di servizi per la salute mentale¹

Peter B. Raabe

Abstract

La denuncia del fenomeno della “iper-diagnosi”, ovvero della tendenza, tipica di una certa psichiatria contemporanea, a diagnosticare le condizioni umane più normali come disturbi cerebrali patologici, introduce ad un nuovo modello di servizi per la salute mentale che conduca oltre il paradigma bio-medico e nel quale la filosofia – e il counseling filosofico - giocano un ruolo da protagonisti nella comprensione delle cosiddette malattie mentali nonché nell’assistenza alle persone affette da un presunto disturbo psichiatrico.

Parole chiave

Counseling filosofico – counseling – consulenza filosofica - psicologia

Nella nostra società regnano molte convinzioni sulle malattie mentali, al punto che pare che chiunque sappia cosa sono; sappiamo che a causarle sono squilibri chimici nel cervello; riteniamo che vi siano molti farmaci specificamente mirati contro diverse malattie mentali; crediamo che alcuni farmaci addirittura le curino; e sappiamo che gran parte delle malattie mentali durano tutta la vita. Queste convinzioni rientrano tra le cosiddette “cose risapute”. Sfortunatamente, però, sono tutte false.

Infatti, la maggior parte delle persone non sa che cosa siano effettivamente le malattie mentali, sebbene pensi di saperlo. Non è vero che sono causate da squilibri chimici nel cervello. Non è vero che ci sono molti farmaci specificamente mirati contro diverse malattie mentali. Non è mai stato commercializzato

1

nessun farmaco che curi effettivamente una malattia mentale diagnosticata. E, fortunatamente, molte malattie mentali di fatto vanno in remissione spontanea senza l'uso di farmaci, compreso qualcosa come il 75% di casi diagnosticati di schizofrenia. Potreste pensare: “Aspetta un attimo, forse questi casi di schizofrenia erano soltanto diagnosi errate». È quello che pensavo anch'io in passato. Ma poi mi sono chiesto: “Che cos'è esattamente la schizofrenia? In che modo viene definita?”. Quando iniziai a fare ricerca su questa e su altre cosiddette “malattie mentali” su libri e riviste professionali mi trovai risucchiato in una palude di confusi pareri professionali, dati di ricerca contraddittori e informazioni palesemente false che si rivelano dannose per quegli stessi individui che vorrebbero aiutare.

Il sistema di servizi per la salute mentale dell'America del Nord soffre di quella che io definisco “iper-diagnosi”. Quello che intendo dire è che oggi persino le condizioni umane più normali vengono diagnosticate professionalmente come disturbi cerebrali patologici. Ad esempio, avere problemi sentimentali, avere difficoltà a parlare in pubblico, rispondere ai genitori ed essere eccessivamente energici sono tutti stati formalmente classificati come malattie mentali. Tra il 1980 e il 1990, la diagnosi di sindrome da deficit di attenzione e iperattività (ADHD) è balzata da 400.000 a 900.000 casi nei soli Stati Uniti, e la frequenza di trattamento con farmaci è passata dal 28 all'86 per cento (Bakan, 2011, p. 73). Inoltre, dall'anno 2000 la diagnosi di disturbo bipolare infantile – vale a dire mania e depressione che si presume siano presenti nei bambini – è aumentata di 44 volte rispetto al decennio precedente. Secondo un rapporto pubblicato sul *Journal of the American Medical Association* uno stimato 26.2 % di americani dai 18 anni in su – circa un adulto su quattro – soffre ogni anno di un disturbo mentale diagnosticabile. Questo equivale a dire circa 60 milioni di persone.² Quest'anno la CBC ha affermato che, secondo la *Canadian Mental Health Association*, più del 50% dei lavoratori canadesi soffre di una malattia mentale diagnosticabile. Questo dato mi ha sbalordito: ma è vero che più della metà dei lavoratori canadesi è diagnosticabile come mentalmente malata? In realtà ho scoperto che, alla luce dei generici criteri diagnostici del *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Illness (DSM)*, la cosiddetta “Bibbia” del sistema dei servizi per la salute mentale, è possibile diagnosticare il 100% della popolazione con qualche forma di malattia mentale.

Tuttavia, con un'ulteriore piccola ricerca, alla fine sono giunto alla conclusione che siamo tutti vittime del problema di cui soffre il sistema di servizi per la salute mentale dell'America del Nord, vale a dire l'“iper-diagnosi”.

Il modello medico che sostiene che il turbamento e la sofferenza mentale sono malattie mentali, e che queste sono uno squilibrio chimico nel cervello che va trattato con dei farmaci, è talmente diffuso nella nostra società occidentale da sovrastare la possibilità di qualsiasi modo di pensare alternativo. Tuttavia,

² Questo dato emerge da una ricerca pubblicata dal *Journal of the American Medical Association* nel giugno 2004 e riportata in un articolo sul sito web: <http://www.msnbc.msn.com/id/5111202/>

non esiste di fatto alcun modello medico della malattia mentale, né del suo trattamento. L'attuale modello medico prevede l'uso di test per individuare chiare disfunzioni fisiologiche o patologie organiche, tali da condurre ad una diagnosi che è coerente da una cultura all'altra e infine ad un protocollo terapeutico standard utilizzato dalla maggior parte dei medici. L'approccio è assai diverso nei casi di presunta malattia mentale. Viene fatta una diagnosi senza alcun test medico poiché non esistono parametri biometrici che indichino una malattia mentale. Quindi viene seguito un protocollo di trattamento che potrebbe essere totalmente diverso non soltanto da una cultura all'altra, ma persino da uno psichiatra o psicoterapeuta all'altro.

I cosiddetti “strumenti scientifici” utilizzati per diagnosticare le malattie mentali, citati nella letteratura psichiatrica a difesa del modello medico, sono semplicemente dei questionari che richiedono l'interpretazione soggettiva del terapeuta e la valutazione delle risposte del paziente. Ma tutto questo non è affatto paragonabile ad un test medico oggettivo che fornisce risultati di laboratorio definitivi sui quali c'è accordo tra i clinici. D'altro canto, la soggettività nelle diagnosi, nelle prognosi e nei trattamenti per la salute mentale conduce di solito a sostanziali divergenze professionali.

Un caso molto famoso qui in Canada ha riguardato un uomo la cui moglie era scappata a casa della madre poiché suo marito era molto violento. L'uomo strangolò tutti e cinque i loro figli mentre stavano dormendo, poi diede alle fiamme la casa con loro dentro. Quindi si diresse verso l'abitazione della suocera, costrinse la moglie a entrare nel suo furgone e la portò a vedere la loro casa ridotta in cenere. Una volta arresi alla polizia, il suo avvocato ingaggiò uno dei più stimati psichiatri della provincia per valutare il suo stato mentale. Dopo aver somministrato una serie di test, lo psichiatra affermò che questi rivelavano come il soggetto fosse affetto da diverse malattie mentali gravi che gli impedivano di essere processato per quello che aveva commesso. Tuttavia, anche l'accusa ingaggiò uno psichiatra molto stimato affinché somministrasse gli stessi test, e dalla sua interpretazione dei medesimi risultati emerse che l'uomo era assolutamente normale e quindi in grado di essere sottoposto a processo. Il fatto che gli stessi test psichiatrici possano essere interpretati come indicanti due conclusioni diametralmente opposte circa l'integrità mentale umana mostra quanto sia fuorviante la tesi che esistano test scientifici che rivelano le malattie mentali.

Un mio nuovo cliente di ventotto anni, Byron, mi disse che era in cura farmacologica per una depressione. Un assessment psichiatrico aveva indicato che era affetto da disturbo bipolare o sindrome maniaco-depressiva. Mi disse che soffriva di ansia, di mancanza di fiducia in se stesso e di estrema timidezza, specialmente con le “ragazze”. Aggiunse che era figlio unico e che viveva ancora a casa con i suoi genitori anziani, e che era rimasto vergine fino a circa un anno prima quando aveva pagato una prostituta per fare sesso. Mi spiegò che quand'era teenager era “ossessionato” da quattro ragazze diverse che osservava solamente da lontano ma a cui non aveva mai chiesto di uscire, e che all'inizio dei vent'anni aveva chiesto di uscire ad una serie di altre ragazze, ma poi non si era presentato a nessuno degli appuntamenti che loro avevano accettato.

Si scusò dei suoi vari tic nervosi, molti dei quali spesso sembravano gesti sessualmente aggressivi. Si domandava se un filosofo potesse essergli più d'aiuto rispetto agli psichiatri e agli psicoterapeuti che aveva consultato in passato. Il loro principale approccio terapeutico era stato quello di sottoporlo ad un regime di potenti farmaci psicotropi e antidepressivi.³

Se le malattie mentali fossero effettivamente malattie biologiche o profondi disturbi neurochimici del cervello, per la filosofia sarebbe impossibile essere di qualche aiuto nel trattare la malattia mentale di Byron o quella di chiunque altro. Ma la filosofia ha dimostrato di essere molto efficace nel trattare le malattie mentali. In che modo?

Il paradigma biomedico della malattia mentale è dominante a partire da circa la metà del XX secolo. Nella nostra società occidentale siamo stati portati a credere che la malattia mentale sia uguale ad altri disturbi fisici, come ad esempio il diabete o le cardiopatie, dove la causa è endogena o interna all'individuo ed è dovuta ad una disfunzione dei meccanismi biochimici del corpo stesso. Ci è stato detto, da parte di professionisti nei settori dei servizi per la salute mentale e professori universitari, che un problema mentale è una malattia come l'influenza: la malattia mentale è la *causa* di questo o di quel tipo di sofferenza e afflizione. Se questo fosse vero, la filosofia non sarebbe evidentemente granché utile nel trattare le malattie mentali. Ma nulla di tutto ciò è vero.

Nel *Textbook of Anxiety Disorders* (2002) gli autori includono un capitolo sulla psicoterapia per ognuna delle differenti psicopatologie prese in esame. L'elemento centrale della psicoterapia è quella che è comunemente definita come “*talk therapy*”, terapia della parola; ma la terapia della parola non è nient'altro che la filosofia sotto un altro nome. Dal momento che nessuno dei migliaia di casi diagnosticati che sono stati aiutati con la terapia della parola può essere semplicemente scartato come diagnosi errata da parte di professionisti incompetenti, dev'esserci qualche problema nei presupposti di fondo sull'identità delle malattie mentali e le loro cause. Per individuare la causa di una malattia mentale occorre innanzitutto stabilire che cos'è malattia mentale. L'ontologia deve venire prima dell'eziologia.

Ontologia

Byron era stato portato a credere di essere affetto principalmente da una sorta di squilibrio chimico nel cervello. Questo era presumibilmente alla base del suo strano comportamento. Inoltre, gli era stato detto che molti disturbi mentali erano debolezze genetiche. Il trattamento era consistito quasi esclusivamente in farmaci volti a ridurre la sua agitazione durante le fasi maniacali, e al tempo stesso contrastare la sua depressione clinica quando questa si presentava. Byron spiegò che, purtroppo, i farmaci non avevano modificato la sua opinione negativa delle donne, né migliorato la sua bassa autostima. E se da una parte i farmaci sembravano tranquillizzare in qualche modo il suo carattere, dall'altra non riuscivano a eliminare i suoi ricorrenti attacchi di disperazione e di apprensione. Tutti i suoi terapeuti precedenti gli avevano assicurato

³ Quanto riportato è tratto da un caso realmente accaduto. Byron non è il suo vero nome.

che alla fine sarebbero stati trovati i farmaci “giusti” atti a intervenire adeguatamente sulla natura organica dei suoi disturbi mentali.

Con il suo libro *Il mito della malattia mentale* (1961) Thomas Szasz è stato certamente uno dei primi e probabilmente più noti professionisti nel campo della salute mentale a sostenere che il pubblico era stato ingannato e manipolato a credere che le malattie mentali siano disturbi bio-medici scientificamente convalidati, quando in realtà non sono nulla di tutto questo. Szasz fu deriso da molti dei suoi colleghi come uno psichiatra insoddisfatto che probabilmente aveva qualcosa di irrisolto. Tuttavia, nella seconda metà del XX secolo numerosi esperti si pronunciarono d'accordo con Szasz e sostennero la sua tesi secondo cui le malattie mentali non sono malattie biologiche e non hanno e non dovrebbero avere alcuno status ontologico nel mondo medico, poiché non sono causate da disturbi o malfunzionamenti cerebrali. Esse sono, come sosteneva Szasz, create nell'atto stesso in cui si fanno diagnosi e classificazioni. Ma allora, se non sono reali disturbi o malfunzionamenti cerebrali, che cosa sono le malattie mentali e in che modo esattamente vengono create?

La mente non è un oggetto fisico come il cervello. È un'astrazione costituita da credenze, valori e supposizioni. Il cervello non è un'astrazione; è una parte organica del corpo fisico. Modificare la mente di qualcuno non è la stessa cosa che cambiare il cervello di qualcuno. Non esiste qualcosa di simile al “contenuto mentale” definito come qualcosa presente *nella* mente. Il contenuto del cervello semplicemente è la mente. La mente *consiste nel* contenuto. Essa è fatta di proposizioni sia a priori che a posteriori. La mente è proposizionale, non biologica. Le proposizioni mentali consistono in atteggiamenti proposizionali – come ad esempio dubbi, convinzioni, desideri, valori, timori e supposizioni – nei confronti di contenuti proposizionali – come ad esempio dignità e rispetto. In altre parole, la mente di una persona potrebbe consistere nel dubbio di essere degna dell'amore e del rispetto altrui; nella convinzione di non essere degna d'amore e rispetto; nel desiderio di essere amata e rispettata; e così via. Si noti come nessuno di questi contenuti proposizionali abbia una qualsiasi esistenza materiale. La caratteristica distintiva del cervello è la sua complessa struttura fisica; la caratteristica distintiva della mente è la sua complessa “intenzionalità”.⁴ Il mentale non è un'entità materiale, ma è sempre fatto di pensieri o atteggiamenti *a proposito di* qualcosa.

Sebbene la sindrome alcolica fetale, il morbo di Alzheimer, la sindrome di Turret e altre malattie biologiche colpiscano il pensiero, esse non sono malattie mentali. Naturalmente, tutte queste malattie alterano il corretto funzionamento dei meccanismi cerebrali e impediscono quello che è considerato il “normale” pensiero. Queste malattie biologiche *colpiscono* la capacità del soggetto di gestire in modo efficace credenze, valori e supposizioni, ma non sono problemi *causati da* credenze, valori e supposizioni dell'individuo. Questo è ciò che distingue le malattie cerebrali dalle cosiddette malattie mentali. Non

⁴ Si veda in particolare Campbell N., 2005, p. 9 e seg.

appena si individuano cause organiche ai problemi mentali, questi cessano di essere problemi mentali; sono problemi legati al cervello. Questo è il punto fondamentale che Thomas Szasz e altri professionisti della salute mentale hanno sottolineato a partire dagli anni '50 in risposta alla spinta da parte degli psichiatri a fare della psichiatria biologica l'unico paradigma terapeutico nei servizi per la salute mentale. Ma la nostra società – e le nostre menti – sono così impregnate del modello medico/biologico di malattia mentale che il loro messaggio ha avuto un impatto minore. Ad esempio, il *Consensus statement della National Depressive and Manic-Depressive Association*, scritto da venti illustri psichiatri, funzionari governativi e rappresentanti della salute mentale e pubblicato su *The Journal of the American Medical Association*, ha portato avanti l'idea secondo la quale “le persone che presentano sintomi depressivi hanno una condizione di malattia che, come per i disturbi fisici non curati, richiede un trattamento da parte di professionisti. Casi non curati di depressione, al pari di casi non curati di tumore, di polmonite o di diabete, rappresentano gravi problemi per la salute pubblica che devono essere curati con dosi elevate di medicinali” (Horwitz, 2002, p. 99).

Si noti come la presunta malattia mentale della depressione sia paragonata a malattie biologiche come cancro, polmonite e diabete. Analogamente, l'ospite di un programma televisivo dedicato a come superare la malattia mentale ha descritto depressione e ansia come segnali di “un cervello guasto”. Ciononostante, il modello biologico della malattia mentale, il quale sostiene che “le malattie mentali sono malattie cerebrali”, è un'invenzione legata molto più alle credenze culturali che a qualche risultanza empirica.

Uno dei problemi più strani che è presente, e che resta inspiegato, nella definizione di malattia mentale come malattia cerebrale organica è che vi sono differenze significative da una cultura all'altra. Questo non avviene per le malattie organiche. Ad esempio, i disturbi di personalità e i disturbi alimentari non sono universali: sono presenti soltanto nelle società occidentali. E i sintomi diagnosticati di depressione e ansia sono estremamente variegati da una cultura all'altra. La malattia mentale della dipendenza sessuale, “scoperta” di recente, pare si trovi esclusivamente all'interno della cultura nord-americana.⁵ I problemi medici del cervello biologico sono universali e sono analoghi negli esseri umani di tutte le culture; le malattie mentali no. Identificando la malattia mentale come disturbo cerebrale, la psichiatria biologica ignora le differenze culturali e isola comportamenti ed esperienze dal loro contesto sociale.

Le società permettono che determinati comportamenti ed esperienze siano classificati ufficialmente come malattie mentali, e poi sostengono e rafforzano tutto questo sia con l'approvazione professionale che con il consenso pubblico. Una volta creata una diagnosi, essa fa ingresso nei curricula accademici e professionali, emergono specialisti nel curarla, vengono organizzate conferenze in merito, la ricerca e le

⁵ In Nord America è stata trasmessa una nuova serie televisiva dal titolo *Sex Rehab with Dr. Drew*. Il dottor Drew Pinsky è un medico curante che indossa uno stetoscopio attorno al collo mentre parla con i suoi pazienti, che si suppone siano affetti da dipendenza sessuale. All'inizio di ogni episodio della serie annuncia che la dipendenza sessuale è una «malattia pericolosa quanto la dipendenza da alcool o da sostanze».

pubblicazioni se ne occupano e attorno ad essa si costruiscono delle carriere. Curiosamente, alcuni pazienti esprimono i loro sintomi in modo tale che corrispondano ad essa, in quella che viene definita come “conformità dottrinale” – i pazienti modificano le loro convinzioni su se stessi e sulle loro “condizioni” in modo da “conformarsi agli orientamenti teorici dei loro psicoterapeuti.”⁶ Inoltre, sono i genitori stessi a chiedere che i loro figli vengano etichettati con malattie mentali dal suono biologico al fine di nascondere i loro fallimenti genitoriali.

Il frazionamento di problemi psicologici in categorie mediche è un'iniziativa sociale, non scientifica (Jopling D. 2008, p. 153). Quando il normale consenso professionale viene meno o una particolare diagnosi diventa il bersaglio di un'eccessiva opposizione pubblica, ecco che quella malattia mentale viene declassificata dalla commissione di esperti che crea il sistema classificatorio e i manuali diagnostici. In questo modo essa semplicemente svanisce nel nulla. Disturbo di personalità multipla, omosessualità e masturbazione, tutte un tempo considerate gravi malattie mentali che richiedevano un trattamento ad ampio raggio, sono state cancellate per votazione dai manuali diagnostici ufficiali. Il generico disturbo d'ansia e la distimia sono attualmente presi in considerazione per una possibile cancellazione, mentre una serie di comportamenti sessuali, come ad esempio il travestimento, vengono esaminati in vista di una loro inclusione.

Diagnosticare determinati comportamenti ed esperienze come malattia mentale, o cancellare una malattia mentale dai manuali diagnostici, sono azioni sottoposte a continuo dibattito economico e politico. Ad esempio, un gruppo conservatore statunitense che si definiva *Traditional Values Coalition* lanciò una campagna lobbistica per reinserire l'omosessualità nei manuali diagnostici come malattia mentale.⁷ Ma quale status ontologico possiede una malattia mentale la cui esistenza o non esistenza può essere semplicemente sancita per votazione? L'invenzione psichiatrica delle malattie mentali tramite voto è stata e continua ad essere estremamente problematica.

La psichiatria biologica commette due errori fondamentali nel definire la malattia mentale. In primo luogo, adotta un'epistemologia realista relativamente alla malattia mentale: essa ritiene che la conoscenza, vale a dire la mente e le funzioni mentali, sia riducibile alle operazioni chimiche o elettriche del cervello. Questo modello riduzionistico della mente è un aspetto essenziale del modello medico di malattia mentale. Tale modello realista riduce l'operazione di un sistema complesso alle proprietà delle sue singole componenti – neuroni, gangli della base, sostanze chimiche e così via. I modelli biologici realisti di funzionamento e malattia mentale sostengono che le cause primarie dei “disturbi” mentali siano imputabili a fattori genetici e biochimici. Tuttavia, nel loro libro *Philosophical Foundations of Neuroscience* (2003, p. 364), M.R. Bennett e P.S. Hacker avvertono che qualsiasi riduzione ontologica

⁷ Si veda il sito web <http://www.traditionalvalues.org/read/3645/diagnostic-e-statistical-manual-of-mental-disorders-under-attack-by-lgbt-activists/>

degli esseri umani è un errore. In altre parole, è sbagliato sostenere che una reazione emozionale umana, come la depressione, sia semplicemente legata a cambiamenti nella chimica cerebrale. Le emozioni umane che riguardano il livello psicologico di spiegazione (credenze, motivazioni, valori, speranze, timori) non possono mai essere adeguatamente convertite al livello neurale di spiegazione. Questo significa che il tentativo di trattare la fonte psicologica della depressione con farmaci che agiscono a livello neurologico o cerebrale è semplicemente destinato a fallire.

Il secondo errore è dato dal fatto che la psichiatria biologica reifica la malattia mentale definendo le diagnosi basate su sintomi come delle entità. Si tratta di un errore perché il sintomo di una malattia mentale, o addirittura un cluster di sintomi, non è un'entità organica oggettiva. Sarebbe come dire che una *convinzione* è una malattia organica, o che valori, desideri, timori e dubbi sono delle specie di sostanze biologiche.

Eziologia

Byron disse che gli psichiatri, gli psicoterapeuti e gli altri professionisti della salute mentale che lo avevano preso in cura avevano dato per scontato che la causa dei suoi disturbi mentali fosse verosimilmente uno squilibrio neurochimico presente nel suo cervello.

Lui mi raccontò come, quando aveva sei anni, suo padre lo avesse punito perché il primo giorno aveva paura di andare a scuola, facendolo restare in ginocchio per diverse ore sui chicchi di grano. Disse che suo padre era molto severo e che si rivolgeva a lui principalmente sotto forma di riprovazioni e insulti. Byron era risentito con sua madre perché era remissiva e non lo difendeva quando suo padre scoppiava in pericolosi accessi di rabbia contro di lui. Accennò anche al fatto che sua madre trovava conforto in frequenti visite in chiesa, e che la sua educazione cattolica gli aveva insegnato che le donne o sono madri o sono "troie". Disse di essere disgustato dalle donne, e pur tuttavia le adorava. Mi raccontò inoltre come suo padre facesse spesso battute su alcune funzioni corporee "sporche", su parti del corpo femminile "sporche", nonché sul naso grosso di Byron e sulla sua terribile timidezza, cose che gli avrebbero impedito di avere una donna. Suo padre lavorava come bidello presso la scuola superiore di Byron e spesso lo prendeva in giro davanti ad altri studenti, ricordandogli ripetutamente che era un buono a nulla.

I disturbi mentali, quando non sono effettivamente problemi cerebrali organici, sono la conseguenza di difficili situazioni esistenziali piuttosto che di un malfunzionamento organico. Abitualmente si ritiene che la malattia mentale della schizofrenia sia causata da un malfunzionamento cerebrale. Tuttavia, questa diffusa convinzione non è suffragata da prove mediche. In realtà, è risaputo da tempo che ci sono sempre significativi *stressors* esistenziali che giocano un ruolo rilevante nel determinare l'inizio di questo disturbo. La schizofrenia generalmente non viene diagnosticata sulla base di un unico sintomo; essa richiede sintomi multipli in complessi pattern discussi a livello professionale. La ricerca sulle famiglie di individui con diagnosi di schizofrenia mostra che la sua causa è esterna all'individuo ed è la

conseguenza di un ambiente sociale stressante nel corso dell'infanzia, soprattutto di difficili e spesso ambigue dinamiche familiari.⁸

Le storie cliniche della maggior parte dei pazienti psicotici mostrano un'infanzia piena di maltrattamenti mentali e/o fisici, spesso conseguenze di pratiche genitoriali drammaticamente fallimentari. In realtà queste pratiche nocive potrebbero anche essere il risultato delle migliori intenzioni dei genitori, come ad esempio quando spingono un figlio o una figlia a eccellere a scuola, nell'arte o nello sport. Biasimare i pazienti per quello che hanno subito durante l'infanzia o nella prima età adulta, sostenendo che i loro disturbi mentali sono il risultato di cause endogene o biologiche interne, è ingiustificato e del tutto imperdonabile. È il classico caso in cui si finisce per incolpare la vittima. Ma questo è esattamente quello che avviene con il modello biomedico della cosiddetta malattia mentale.

In un manuale universitario di psicologia, nel capitolo sui disturbi psicologici, troviamo una serie di fattori che potrebbero scatenare un attacco di panico. Essi lasciano intendere che questa psicopatologia potrebbe avere una causa organica ed elencano le seguenti cause possibili: tumore al cervello, disfunzione endocrina, predisposizione genetica e squilibrio neurotrasmettitoriale (Bernstein D., 2003, p. 560). Si osservi come due di queste possibili cause organiche – tumore al cervello e disfunzione endocrina – possano essere scoperte tramite test medici facilmente disponibili, mentre le altre due – predisposizione genetica e squilibrio neurotrasmettitoriale – no. Queste ultime due possibili cause sono ipotesi meramente teoriche, ma hanno ottenuto un'enorme diffusione nel campo dei servizi per la salute mentale. Il modello medico neurobiologico della malattia mentale, benché completamente teorico, è attualmente la giustificazione dominante dell'utilizzo di farmaci psicotropi come trattamento non per le malattie cerebrali ma per problemi legati alle convinzioni, ai valori, ai timori e alle supposizioni che costituiscono la mente.

Mentre da una parte gruppi di genitori hanno lottato duramente per mantenere il modello causale biomedico delle presunte malattie mentali nei loro figli in modo da sfuggire alle loro responsabilità educative, dall'altra i progressi nella ricerca sul funzionamento cerebrale non hanno portato ad alcun significativo progresso nelle scoperte delle cause organiche dei problemi mentali (Horwitz, 2002, p. 156). Contrariamente alla credenza popolare, non esiste alcuna prova empirica che qualcuna delle numerose malattie mentali diagnosticate abbia un'origine biologica o organica. Come sostengono gli autori dell'*Oxford Textbook of Philosophy and Psychiatry*, “nonostante tutti i progressi nelle neuroscienze a partire dal 1969, le teorie causali biochimicamente basate restano semplicemente una promessa” (2006, p. 252).

⁸ Rientrano tra le “dinamiche familiari ambigue” i messaggi contraddittori dati ad un bambino, come ad esempio: “Ti amo; ma non toccarmi”, oppure “Sei un bravo bambino ma sei una seccatura per me”. Per un approfondimento si veda in particolare Kingdon G., Turkington D., 2005, e Barham P., 1993.

E, tuttavia, persino coloro che sono contrari al paradigma biomedico come spiegazione causale della malattia mentale cadono nella trappola di usare un linguaggio causale inappropriato. Ad esempio, nel suo libro *Creating Mental Illness*, che è di fatto critico nei confronti della prospettiva biomedica del disturbo mentale, il professore di sociologia Allan Horwitz scrive che la “depressione è forse il disturbo mentale più diffuso e la causa di un’immensa quantità di sofferenza umana” (2002, p. 96). Si noti che egli afferma che la depressione è la *causa* della sofferenza umana. Ma non è affatto così. La depressione è semplicemente sofferenza umana; il termine “depressione” è descrittivo o definitorio, non è una spiegazione causale. In realtà la sofferenza causa la diagnosi di depressione. La stessa cosa succede con il termine “schizofrenia”. La schizofrenia è un’invenzione, ma ciononostante sono stati scritti una serie di libri su come la schizofrenia causi ragionamento confuso, illusioni, emozioni piatte, eloquio sconnesso e così via. Ma la schizofrenia non *causa* alcunché. Ragionamento confuso, illusioni, emozioni piatte, risate inopportune, eloquio sconnesso e non focalizzato semplicemente definiscono la schizofrenia.

Il *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Illness* (DSM) dell'*American Psychiatric Association* elenca questi sintomi come le caratteristiche che definiscono il disturbo, come a dire: “Questi sintomi sono quello che il disturbo è”. Questo è un aspetto molto importante sul quale gran parte dei professionisti che operano all’interno del nostro sistema di servizi per la salute mentale pare confusa: le cosiddette malattie mentali non sono entità causali; esse sono sempre l’effetto di qualche altra causa.

E tuttavia, potrebbe essere che la chimica cerebrale difettosa sia la causa di disturbi mentali severi, gravi, o “clinici”? Si sostiene spesso che depressione clinica, ansia, paranoia, schizofrenia, ecc. sono tutte causate da qualche squilibrio chimico nel cervello. Ma qual è la prova che suffraga questa tesi? L’unica prova fornita è il fatto che al paziente che soffre di depressione “clinica”, ansia, paranoia, schizofrenia, ecc., vengono dati dei farmaci. Si noti perciò la circolarità di questa argomentazione: la somministrazione di farmaci prova l’esistenza di una chimica cerebrale difettosa, e l’esistenza di una chimica cerebrale difettosa giustifica la somministrazione di farmaci.

La chimica cerebrale interferisce sulle emozioni umane, ma anche pensieri ed emozioni umane alterano la chimica del cervello. Poiché il cervello è un organo fisico e fa parte del mondo materiale, viene considerato soggetto alle leggi naturali di causa ed effetto piuttosto che a strutture sociali di motivazioni, significati, valori, credenze, e così via (Horwitz, 2002, p. 5). Ma la prova empirica di una chimica cerebrale anormale deve essere sempre considerata nel contesto della vita del singolo individuo. Stress, emozioni forti e il consumo prolungato di farmaci psicotropi per curare disturbi mentali sono stati tutti dimostrati essere causa di alterazioni tanto nella chimica cerebrale quanto nelle strutture stesse del cervello.

Gli esperti di salute mentale hanno lasciato intendere a Byron che la causa dei suoi disturbi mentali fosse verosimilmente qualche predisposizione o debolezza genetica presente in lui.

Di recente è stata posta molta enfasi circa l'uso della genetica nelle spiegazioni causali. La genetica è stata vista come una rivendicazione del modello medico. La specificità delle spiegazioni genetiche era ritenuta essere l'“anello mancante” che avrebbe finalizzato l'adozione universale di tesi biologiche causali per i disturbi mentali. Un attento studio della genetica nel corso degli ultimi vent'anni ha però rivelato che i geni non sono mai un semplice fattore causale. Spiega Allan Horwitz in proposito:

“Al contrario delle inequivocabili malattie genetiche, la genetica dei disturbi psichiatrici è molto complessa. Questi derivano probabilmente da diversi geni, [...] potrebbero esprimersi attraverso numerosi sintomi differenti, si sovrappongono in maniera significativa con altri disturbi e risentono profondamente dell'influenza ambientale” (Ibid., p. 140).

Si noti come l'autore usi l'espressione “la genetica dei disturbi psichiatrici” e affermi che essi probabilmente “derivano da diversi geni,” indicando chiaramente che il termine “disturbi psichiatrici” è inteso in riferimento a condizioni biologiche. In primo luogo, questo ignora la questione: i cosiddetti disturbi psichiatrici sono malattie organiche oppure sono disturbi mentali? In secondo luogo, se sono disturbi mentali, allora dobbiamo ritenere che problemi legati a credenze, valori, timori e supposizioni vengono ereditati geneticamente? È estremamente improbabile che un qualsiasi scienziato che si occupi di genetica concordi con una simile affermazione. E, in terzo luogo, se i disturbi mentali sono davvero ereditati geneticamente, allora perché i cosiddetti disturbi mentali della depressione e dell'ansia sono estremamente variabili da una cultura all'altra anche laddove i geni hanno attraversato i confini nazionali?

Le tesi sulla cosiddetta debolezza genetica come fattore causale hanno dimostrato di essere totalmente non comprovate. Ad esempio, una meta-analisi condotta su dati di ricerca ha mostrato che non c'è prova di laboratorio che il genotipo del transporter della serotonina abbia a che fare con una debolezza genetica che aumenta il rischio di depressione negli uomini o nelle donne (Risch, 2009). In realtà, oltre trent'anni di ricerca biologica “non sono stati in grado di identificare uno specifico [genetico] *marker* per nessuna delle attuali categorie diagnostiche” (Maj, 2002).

Paradossalmente, la ricerca ha mostrato che spesso la “causa” della cosiddetta malattia mentale è una qualche applicazione professionale di una diagnosi di “malattia mentale” ai conflitti esistenziali del paziente.

Questo paradosso si estende alle commissioni mediche che stabiliscono quali nuovi gruppi di sintomi includere come “disturbi mentali recentemente scoperti” nei loro manuali diagnostici. La “causa” di questi disturbi mentali è non soltanto una decisione politica – il voto all'unanimità di una commissione.

Essa dipende anche da quante volte questo disturbo mentale precedentemente sconosciuto è stato “osservato” e diagnosticato da professionisti del settore. E la frequenza delle diagnosi dipende in larga parte da quanto spesso una malattia di recente “scoperta” è stata presa in esame in libri e riviste e quanta pubblicità queste pubblicazioni e questo nuovo disturbo hanno ottenuto nei circoli accademici, su Internet e nei media pubblici. Per esempio, il numero di individui con diagnosi da disturbo di personalità multipla è cresciuto con proporzioni pandemiche quando sono stati scritti dei libri su questi casi insoliti, quando gli autori di questi libri e i loro pazienti sono stati intervistati in televisione e quando sono stati girati dei film su di loro. Ma questo “disturbo mentale” non è mai realmente esistito; è stato semplicemente inventato e promosso da professionisti eccessivamente zelanti e dai media sempre avidi di notizie. La causa di questo disturbo mentale era la percezione distorta di quei professionisti medici che “vedevano” nei loro inquieti pazienti questa malattia inesistente. È interessante notare come, quando si scoprì che questa immaginaria malattia mentale era un imbroglio, la cosa destò molto imbarazzo al punto che, anziché cancellarla completamente dal *DSM*, la commissione di psichiatri che aveva sostenuto la sua esistenza ne cambiò semplicemente il nome, da Disturbo di Personalità Multipla (MPD) in Disturbo dell'Identità Dissociata (DID), così da evitare l'imbarazzo professionale.

La psichiatria biologica è basata quasi esclusivamente su ipotesi non dimostrate circa le origini organiche del disturbo mentale. Il fatto che gli psicofarmaci diano beneficio a individui che hanno avuto una diagnosi di disturbo mentale non è una prova del fatto che i disturbi mentali siano effettivamente il risultato di cause biologiche. I farmaci psicotropi agiscono in modo generale, non specifico. Essi non sono malattia-specifici ma agiscono a fronte di condizioni differenti (Horwitz, 2002, p. 113). Ad esempio, i farmaci ansiolitici non bersagliano nessuna specifica “area dell'ansia” nel cervello, ma per ridurre l'agitazione nella mente del paziente agiscono nello stesso modo generale in cui agisce l'alcool.

Un farmaco psicotropo, esattamente come un bicchiere di scotch, alleggerirà semplicemente il cervello del sofferente al punto da fargli mettere da parte o dimenticare momentaneamente il motivo esistenziale della sofferenza mentale. Ma questo non elimina la ragione della sofferenza. Ciò spiega perché, una volta smessa la cura farmacologica, proprio come una volta smaltita la sbornia, la sofferenza ritorna. E come l'uso prolungato di alcool per alleggerire il cervello è definito “alcolismo”, così l'uso prolungato di farmaci per curare i disturbi mentali può portare a quelle che sono definite dipendenza chimica e assuefazione. E come l'abuso di alcool può portare a nocivi effetti collaterali come ad esempio disfunzioni epatiche e ipertensione, così fare uso di farmaci psicotropi può portare a effetti collaterali quali disfunzioni a reni e fegato e pensieri suicidi. Inoltre, come lo smaltire una sbornia include il patirne i postumi, così smettere l'uso di farmaci comporta poi soffrire di sintomi di astinenza.

Il dottor Irving Kirsch e il suo team di ricercatori inglesi presso il dipartimento di psicologia dell'*Università di Hull* nel Regno Unito hanno condotto una meta-analisi su tutti i test clinici, editi e inediti, di quattro degli anti-depressivi di nuova generazione più comunemente prescritti, vale a dire gli Inibitori Selettivi della Ricaptazione della Serotonina (SSRI), sottoposti alla *US Food e Drug Administration* per l'approvazione, comprendenti Prozac, Effexor, Serzone e Paxil/Seroxat. Essi hanno rilevato che, per la maggior parte dei casi, la differenza in termini di miglioramento fra i pazienti che assumevano placebo e i pazienti che prendevano anti-depressivi è inesistente. In altre parole, nel curare la depressione le pillole indorate sono efficaci quanto i farmaci anti-depressivi o, per dirla diversamente, i farmaci anti-depressivi non sono più efficaci delle pillole indorate. “Questo vuol dire”, scrive Kirsch, “che le persone depresse possono migliorare senza farmaci chimici”.⁹

Dopo mezzo secolo di ricerca medica, c'è ancora un'imbarazzante mancanza di prove relative ai *marker* malattia-specifici per tutti i disturbi mentali attualmente classificati. Questo non deve sorprendere, perché la classificazione dei disturbi mentali non trova fondamento nella scienza medica; essa è basata sull'osservazione e sulla valutazione soggettiva di comportamenti, esperienze e azioni umane. I comportamenti, le esperienze e le azioni di una persona non possono essere caratterizzate oggettivamente o vagliate correttamente indipendentemente da una comprensione delle credenze, dei valori, delle supposizioni e delle intenzioni che li sorreggono o dei contesti sociali in cui si verificano (Barham, 1993, p. 87).

Ad ogni modo, l'attuale forza del modello biologico/medico dei disturbi mentali è una straordinaria e durevole barriera contro la ricerca delle loro origini culturali, sociali e personali. Gli psichiatri hanno smesso di parlare delle situazioni di vita problematiche con i loro pazienti, e dedicano invece il loro tempo a scrivere prescrizioni per potenti farmaci che vanno ad alterare il cervello. È stata lasciata ai professionisti della terapia della parola la possibilità di offrire un supporto non-chimico a coloro che hanno menti travagliate.

Filosofia

Byron ed io parlammo molto della sua infanzia cattolica e di come la sua famiglia e la sua educazione religiosa lo avessero portato a vedere il corpo umano come disonorevole, la sessualità come sporca, le donne come malvagie sostanzialmente perché desiderabili, la masturbazione come peccaminosa e se stesso come ripugnante e inferiore rispetto a tutti gli altri. Naturalmente, nel corso dei vari incontri proposi diverse prospettive alternative su tali questioni, incluse strategie differenti per immaginare il suo rapporto con le donne, che lo aiutarono a modificare in parte le sue abitudini mentali. Quello che lo

⁹ Il rapporto completo si può reperire on line sul sito web <http://medicine.plosjournals.org/perlserv/?request=get-document&doi=10.1371/journal.pmed.0050045&ct=1>

aiutò maggiormente furono però le lettere che lo incoraggiai a scrivere e a “inviare” al passato, al suo Io di nove anni. Inizialmente trovò assai difficile questo compito: aveva paura di fare errori, di non scrivere lettere sufficientemente corrette, persino di vergognarsi nel far “vedere” al bambino di nove anni quanto lui ora fosse patetico. Ma a poco a poco scopri che scrivere quelle lettere gli dava un senso di sollievo e di rassicurazione. Gli consentivano di mostrare amore e affetto per un bambino che raramente aveva conosciuto qualcosa di diverso dal biasimo e dalla disapprovazione. Sentì che stava mettendo in salvo un ragazzino il cui mondo lo aveva abbandonato. Questo aggancio immaginario al suo passato doloroso servì a incrementare l'autostima e la sicurezza di sé, al punto che Byron mi permise di invitare una collega donna a partecipare alle nostre chiacchierate. La sua dolcezza, comprensione e pazienza aiutarono Byron a riformulare le sue convinzioni e supposizioni su se stesso e sulle donne e ad accettare i suoi desideri come una parte normale dell'essere umano. Dopo una serie di incontri Byron mi informò che il suo medico curante gli aveva detto che sembrava aver imboccato la via di un significativo ristabilimento. Questo aveva spinto il dottore a togliergli tutti i farmaci eccetto l'antidepressivo più leggero, che Byron poteva assumere a propria discrezione...

La pratica di concettualizzare il turbamento mentale come disturbo o malattia e di diagnosticarlo come disturbo mentale ha sollevato una serie di problemi seri nella società. Il sistema di classificazione del DSM include tutti i comportamenti e le esperienze che i clinici incontrano nell'esercizio della loro professione. Questo vuol dire che, per i componenti della commissione che stabilisce quali disturbi mentali aggiungere o eliminare dal testo, “problemi della vita comune come ad esempio aver a che fare con bambini o con coniugi fastidiosi, con matrimoni mediocri, frustrazioni professionali, crisi di identità personale e infelicità generale andavano riconcettualizzati come forme separate di patologia individuale... L'insoddisfazione cronica della vita venne ridefinita ‘distimia’; il turbamento che proviene da problemi con coniugi o amanti fu definito ‘depressione maggiore’; l'agitazione dei bambini fu ridefinita disturbo del comportamento, disturbo di personalità o sindrome da deficit di attenzione. [...] In assenza di una definizione valida di disturbo mentale, non c'è limite al numero di singole situazioni che ricercatori e clinici possono sviluppare” (Horwitz, 2002, p. 72-74).

Nel 1997 un confronto ufficiale fra sette psichiatri newyorchesi e nove “consumatori-esperti” criticò il modello medico e l'attuale sistema diagnostico biologico come “inibente e dannoso quando usato per escludere altre strutture esplicative” (Blanch, 1997, p. 71).

I dati di ricerca hanno reso sempre più evidente ai professionisti dei servizi per la salute mentale che la cosiddetta “terapia della parola” è incontestabilmente il trattamento più efficace per i cosiddetti disturbi mentali. Questa terapia della parola è semplicemente la filosofia sotto un diverso nome.

La filosofia ha dimostrato di essere uno strumento efficace attraverso il quale “curare” i disturbi mentali, perché questi sono problemi non-biologici; essi sono disturbi del contenuto narrativo o proposizionale della mente. Se la filosofia è concepita come un esame delle nostre ragioni per i valori

che riteniamo positivi e le credenze che reputiamo vere, non vi è alcun dubbio che la filosofia è perfettamente adatta come cura per i più comuni disturbi mentali.

Inoltre la filosofia si è anche dimostrata efficace nell'attenuare la sofferenza di coloro che sono stati diagnosticati con disturbi mentali cosiddetti "gravi", che in passato erano considerati malattie cerebrali organiche come ad esempio la depressione "clinica" e la schizofrenia. Quando l'ontologia e l'eziologia dei disturbi mentali sono intese adeguatamente e le malattie mentali vengono correttamente definite, emerge chiaramente come la filosofia possa davvero essere considerata una "cura" per le malattie mentali.

In sintesi, dunque, un nuovo modello di servizi per la salute e la malattia mentale deve comportare un cambio di paradigma che abbandoni le convinzioni e le tesi sbagliate e le sostituisca con la verità e la realtà. Ad esempio:

1. Il trattamento della malattia mentale non è conforme ad un modello medico.
2. I farmaci per la malattia mentale non sono malattia-specifici, né agiscono su condizioni definite.
3. Le malattie mentali non sono entità separate, definite con chiarezza.
4. Le malattie mentali non vengono scoperte attraverso indagini scientifiche. Esse sono invenzioni basate su sintomi attorno a cui si crea il consenso di una commissione.
5. La malattia mentale non provoca infelicità. Ma l'infelicità può portare ad una diagnosi di malattia mentale.
6. Le malattie mentali non sono ereditate geneticamente.
7. Non esistono test di laboratorio che possano mostrare l'esistenza di una malattia mentale.
8. La tesi secondo cui le malattie mentali sono causate da squilibri chimici nel cervello è una teoria che non può essere dimostrata.
9. La supremazia della psichiatria biologica a partire dagli anni Ottanta del Novecento non ha migliorato il tasso di guarigione dei pazienti psichiatrici, in compenso però ha incrementato considerevolmente il margine di profitto delle industrie farmaceutiche multinazionali.
10. Il termine "malattia mentale" è una denominazione impropria che fa passare l'idea di una causa interna dell'infelicità umana che non rispecchia le origini effettive del turbamento cognitivo e della sofferenza emotiva, vale a dire le difficili situazioni esistenziali.

La mia proposta è che venga sviluppato un nuovo modello di servizi per la salute mentale basato su un modello preciso, non-biologico, di malattia mentale. Propongo inoltre che questo modello sia promosso con forza, al fine di contrastare la disinformazione e gli abusi che sono al momento endemici nella nostra società.

Bibliografia

- Bakan J., *Childhood Under Siege*, Toronto, Allen Lane Canada, 2011
- Barham P., *Schizophrenia and Human Value*, London, Free Association, 1993
- Bennett M.R., Hacker P.S., *Philosophical Foundations of Neuroscience*, Oxford, Blackwell, 2003
- Bernstein D. et al., *Psychology*, VI ed., Boston, Houghton Mifflin, 2003
- Blanch A., “Consumer-Practitioners and Psychiatrists Share Insights About Recovery and Coping”, in Roy Spaniol (a cura di), *Psychological and Social Aspects of Psychiatric Disability*, Boston, Boston University, 1997
- Campbell N., *A Brief Introduction to the Philosophy of Mind*, Orchard Park, 2005
- Fulford, K.W.M., Thornton T., Graham G., *Oxford Textbook of Philosophy and Psychiatry*, New York, Oxford UP, 2006
- Horwitz A. V., *Creating Mental Illness*, Chicago, University of Chicago Press, 2002
- Jopling, David A., *Talking Cures and Placebo Effects*, New York, Oxford UP, 2008
- Kingdon D.G., Turkington D., *Cognitive Therapy of Schizophrenia*, New York, Guilford, 2005
- Maj M. (a cura di), *Psychiatric Diagnosis and Classification*, West Sussex, John Wiley & Sons, 2002
- Risch N., “Interaction between the Serotonin Transporter Gene (5-HTTLPR), Stressful Life Events, and Risk of depression”, in *Journal of the American Medical Association*, vol. 301, n. 23, 2009
- Stein D., Hollander E., *Textbook of Anxiety Disorders*, Washington, American Psychiatric Publishing, 2002
- Szasz, T. S., *The Myth of Mental Illness: Foundations of a Theory of Personal Conduct*, Harper & Row, 1961

Filosofare è cessare di vivere¹

Oscar Brenifier

Abstract

Se filosofare significa imparare a morire, apprendere il modo in cui morire, ciò non può avvenire in altro modo che esercitandosi a morire. La nostra idea è che filosofare significhi pensare l'impensabile e che, dunque, filosofare coincida col morire, al fine di acquisire una vera esperienza della morte. In questo testo tenteremo di mostrare che filosofare è cessare di vivere, o in altri termini, di mostrare come la filosofia, dal punto di vista teorico e pratico, si oppone alla vita.

Parole Chiave

Pratica filosofica – Morte – Negativo – Scissione - Impensabile.

Due filosofie

“La filosofia è vita” è un'espressione che sentiamo comunemente fra gli adepti di una filosofia ancorata al quotidiano. Tuttavia, in realtà, ci sembra sia esattamente il contrario. Questo è d'altronde il processo intrinseco ai luoghi comuni: essi tendono a mettere la realtà in disordine, probabilmente a causa della loro intenzione, della loro ragion d'essere, in quanto nascondono la realtà affinché il loro autore si senta meglio, più adeguato. Se ci soffermiamo un istante su quanto detto, ciò potrebbe costituire una delle ragioni della popolarità così relativa che la filosofia conosce ai nostri giorni: un desiderio di buona coscienza, la speranza che lo spirito si senta comodo e disteso. Si tratta di una concezione comune della filosofia: rende *cool*, placidi e leggeri. Ci sembra utile, come facciamo spesso, prendere in contropiede questo principio, compiere il rovesciamento del rovescio, se non altro per esaminare meglio l'effetto prodotto dall'operazione. Tale ipotesi funziona piuttosto bene, poiché ci sembra che l'espressione “filosofare è smettere di vivere” sia una formula sensata e interessante. Certamente abbiamo ora un altro significato della filosofia, opposto al precedente, ma la filosofia implica il rovesciamento delle idee ricevute, il turbamento, a rischio di originare l'inquietudine della cattiva coscienza, una sorta di dolore psicologico legato a una morte simbolica. Siamo coscienti di avere opposto e radicalizzato due

¹ Traduzione in italiano di Roberta De Francesco. Revisione di Diego Chillo.

concezioni classiche della filosofia. Potremmo chiamare la prima “volgare” e l'altra “elitaria”. Senza tentare di stabilire una gerarchia fra di esse - poiché “volgare” potrebbe divenire “popolare”, “pedagogico” e “elitaria” potrebbe divenire “oscuro” o “inutile” - col fine di difendere una filosofia “dura”, affermiamo che se la filosofia fosse vita, riempirebbe gli stadi di calcio, i supermercati, apparirebbe nei sondaggi d'opinione, così come in televisione negli orari dei grandi ascolti, e probabilmente i filosofi ben assisi apparirebbero meno polverosi e parlerebbero a tutti – benché un po' di tutto ciò si sia prodotto nel corso degli ultimi anni, per diverse ragioni!

Esaminiamo le diverse maniere in cui la filosofia si oppone alla vita, riprendendo innanzitutto il refrain classico “filosofare è apprendere a morire”. Platone, Cicerone, Montaigne e molti altri hanno affermato, scritto e riscritto che la preparazione alla morte costituirebbe in effetti il cuore dell'attività filosofica, l'esperienza filosofica per eccellenza. Chiaramente, possiamo qui opporci a certi filosofi come Spinoza e al suo concetto di *conatus* (ogni essere vivente tende a preservare nell'esistenza), o alla sua celebre citazione: “l'uomo libero non pensa a nient'altro che alla morte”; a Nietzsche che afferma che la vita stessa è il nocciolo del vero pensiero, quando scrive che il corpo è la grande ragione e lo spirito unicamente la piccola ragione; o anche a Sartre che, sulle tracce epicuree, afferma che la morte è esteriore all'esistenza poiché è assenza o cessazione della vita. Ad ogni modo, per principio, in questo campo o su certi temi, poiché nessuna proposizione semplice può ottenere l'accordo unanime dei filosofi, non ci preoccupiamo del consenso sul tema: esamineremo soltanto la percorribilità di certe posizioni. D'altronde, nel corso della nostra peregrinazione, ci riconcilieremo probabilmente con i nostri filosofi dell' “opposizione”, innanzitutto poiché in questi diversi filosofi il concetto di finitudine è importante ed è precisamente su questa strada che ci auguriamo di invitare il lettore. Tale concetto potrebbe infatti servire da definizione al filosofare: esaminare le diverse poste in gioco del pensiero al fine di subire e vivere la finitudine esistenziale, epistemologica, psicologica...

La ragione

Esaminiamo il problema “intellettuale” della filosofia. Per iniziare, possiamo ricordare al lettore la celebre storia di Talete e della sua serva, raccontata da Platone. Talete, filosofo e astronomo, guardava le stelle, e non vedendo dove metteva i piedi, cadde in un pozzo. Una serva, nell'osservare la scena, si mise a ridere fragorosamente: come è possibile che un tale energumeno, così preoccupato delle “sfere eteree”, possa ignorare la realtà così prossima a lui? La questione che si impone allo spirito filosofico, cosa che secondo l'aneddoto non concerne la serva, è di sapere se il pozzo, il buco nella terra, la presenza fisica immediata, è dotata di maggiore realtà che i cieli lontani che Talete contemplava. Questa storia cattura bene la visione generale del filosofo, la prospettiva dell'attività filosofica, sebbene si articoli intorno a una sorta di cliché. Tuttavia *cliché* è una parola che, in origine, designa la fotografia scattata da un apparecchio che mostra in modo fisso ciò che è immediatamente visibile; malgrado la sua

azione riduttrice, c'è realtà in un cliché. Così il filosofo, affermando che v'è una realtà altra da quella immediata ed evidente, si concentra su questa realtà nascosta, è obnubilato da essa, è ossessionato dal suo segreto e non vede più ciò che è visibile all' "altro" o al "non filosofo". Ciò ci riporta a Platone e all'Allegoria della caverna in cui l'eroe, dopo essere stato accecato dalla "luce della verità", dopo essersi abituato ad essa e averla vista, è di nuovo accecato quando torna nella caverna oscura, e non può più partecipare ai giochi comuni, che per lui non hanno più senso. Il suo comportamento strano provocherà innanzitutto il riso dei suoi concittadini, poi una rabbia che li condurrà ad ucciderlo.

Mentre pensiamo a Talete e alla serva, appare un altro punto di divergenza fra la vita e la filosofia: la questione del corpo. Infatti sembra che la domestica abiti il suo corpo, contrariamente al filosofo. Potremmo pensare a lui – e a numerosi altri filosofi – come a un puro spirito elevatosi al di sopra delle zampe, poiché il suo corpo è unicamente il mezzo per trasportare la sua testa. La serva è un essere di carne e Talete è quasi un ectoplasma. Contrariamente ad essa, non si preoccupa di ciò che accade al suo corpo, è per questa ragione che cade. L'immediatezza dei sensi non ha alcun significato reale, poiché in Talete l'attività di questi ultimi è totalmente altrove, il suo sguardo è rivolto al cielo, occupato a contemplare le stelle, tanto che la visione non si distingue più realmente dall'attività mentale, mentre la serva sembra essere dotata di ciò che si chiama "grossolano buon senso", "senso comune", questa razionalità molto empirica – così strettamente legata alla percezione sensoriale. Si fida dei propri occhi e del proprio spirito – della sua visione immediata – perché essi indichino, mentre il filosofo dubita, seziona e tenta sempre di andare al di là. Lei è vivente, esiste, lui non è che uno spirito. Egli incarna la classica tesi intellettualista: il corpo è una prigione per l'anima, un'anima che tenta continuamente di raggiungere l'illimitato, l'incondizionato, ma che il corpo umilia costantemente, ricordandogli la propria finitudine. Così l'anima disdegna questo ridicolo pezzo di carne chiamato corpo. La vita è sporca e impura. E' la ragione per la quale Lucifero non può comprendere perché Dio non preferisca gli angeli magnifici, creature della luce, agli umani fangosi e maldestri. Lucifero in quanto "santo patrono" dei filosofi... Anche quando il filosofo si preoccupa del corpo, quest'ultimo non è mai altro che un concetto. D'altronde, l'altro corpo spesso ignorato o disdegnato dal filosofo è il corpo sociale, in quanto esso è obbligo, pesantezza, banalità, volgarità, sporcizia, brutalità, immediatezza. Ciò che è comune è cattivo, l'opinione ad esempio; al contrario è buono ciò che è "speciale". Ciò che è lontano è bello, ciò che è vicino si caratterizza invece come brutto. Ciò che è materiale è determinato, ciò che proviene dal pensiero è libertà. Un tale schema "intellettualizzante" non può certamente pretendere di stabilire un prisma assoluto, ma funziona bene come approssimazione generale e tale visione è utile per comprendere il nostro comportamento. Si tratta semplicemente di uno di quei dualismi classici che reggono l'esistenza dell'uomo. Questo dualismo permette per esempio di comprendere quella tendenza intellettualizzante, del tutto banale e comune, che ci incita a non credere a nessun'altro che a noi stessi, quella diffidenza fondamentale nei riguardi delle opinioni altrui, quel sospetto che abita a diversi gradi

gli spiriti appena si vantano di pensare in maniera originale. Soprattutto, poi, l'altra maniera in cui l'intelletto nega la vita è nel suo rapporto con i sentimenti. Prendiamone uno, comune, che spesso è pretesto per non filosofare: l'empatia. E' una delle ragioni invocate regolarmente per impedirci di interrogare gli altri quando li invitiamo a pensare. L'empatia, come la compassione, l'amore, la pietà e altri, è uno di quei sentimenti sociali che ci rendono umani, viventi. Tuttavia l'intelletto, come ogni processo mentale, favorendo la propria attività, tende a ignorare, diminuire, negare, frustrare o sopprimere gli altri tipi di attività, in particolare se non sono della stessa natura. In effetti, analizzare e concettualizzare esige che l'altro faccia altrettanto, richiede che l'altro ricerchi ed esponga la verità, che si interroghi; costituisce un'ingiunzione turbante e dolorosa, contraria ai sentimenti sociali il cui principio è di facilitare la vita a se stessi e al nostro prossimo, al fine di non suscitare delle situazioni tese, inquietanti e conflittuali. Su questo punto, i partigiani della "totalità dell'essere", tesi che incarna un'altra forma di onnipotenza ancorata alla tendenza "new age", o le persone fedeli a un certo psicologismo, affermeranno che l'intelletto e i sentimenti sono del tutto complementari e si combinano benissimo. Tuttavia, stando alla nostra esperienza, possiamo concludere che si tratta unicamente di una strategia di protezione di sé, di una certa "misologia", una paura di pensare, un timore dell'incontro intellettuale. Ci sembra che questi "umanisti" che pretendono di proteggere gli altri dall'asprezza del pensiero tendano a proiettare le loro paure sulle persone – adulti o bambini – con le quali hanno a che fare, esprimendo soprattutto una mancanza di fiducia verso la loro identità intellettuale. Manifestano un'apprensione per il "tragico" e dunque una diffidenza verso l'identità intellettuale di ognuno, fenomeno del tutto comune, molto umano. I sentimenti sembrano di nuovo costituire un principio fondamentale della vita, una maniera comune di comportarsi e la filosofia assume l'aspetto di un'attività forzata e artificiale, dotata di una connotazione esigente, dura e brutale. Si dimentica che la filosofia, come ogni arte marziale, non può impedire di inciampare, di cadere o di ferire. E' probabilmente così che essa ci insegna a svilupparci, incitandoci a impegnarci in un corpo a corpo con la realtà.

Queste specificità dell'intelletto possono essere raggruppate in un concetto esistenziale che ci è caro: l'autenticità. Ora, malgrado la sua connotazione esistenziale, l'autenticità è una forma di morte. Essere autentico significa radicalizzare la nostra posizione, osare articolarla, compierla, procedere fino in fondo senza trasalire, senza fremere di fronte allo straripamento e all'eccesso: l'autenticità non ha bisogno di giustificarsi. Questa apparente assenza di dubbio offre agli altri una buona ragione per qualificarla come superbia e arroganza. Tale singolarizzazione estrema è una delle ragioni principali che spiegano l'ostracismo che si manifesta contro i filosofi, fenomeno di cui questi ultimi abusano facilmente per glorificare la loro posizione e il loro essere. Ora, se i filosofi sono accusati di interrompere i loro interlocutori, non si deve ignorare che essi agiscono allo stesso modo nei confronti di se stessi. Innanzitutto a causa dello stato di guerra perpetua al quale di fatto sono impegnati, benché questa "guerra" non sia la loro vera finalità: tale situazione conflittuale proviene semplicemente dalla loro

incapacità di fingere i giochi sociali e di rispettare le regole sociali. Inoltre la loro persona è messa in secondo piano in favore di qualcosa di più importante, un concetto trascendentale, una verità per la quale sono disposti a sacrificare tutto, persino se stessi.

Tale descrizione rinvia al filosofo definito come un'altra persona, ma che ne è del filosofo all'interno di se stessi? Quale rapporto intratteniamo con lui? Esaminiamo come questo filosofo interiore, questo demone, come lo chiama Socrate, ci impedisce di vivere. Possiamo rispondere a questa questione indirettamente, argomentando che in generale, durante un processo educativo, i genitori non incoraggiano nessun tipo di preoccupazione simile a quelle che nomineremmo filosofiche: si nutrono poco, o persino per niente, della dimensione filosofica. C'è una ragione semplice a motivare questa "ritrosia preventiva". Un bambino dotato di un certo tipo di comportamento sarebbe percepito come afflitto da una sorta di handicap: sarebbe maldestro, distratto, senza spirito pratico, fastidioso, noioso, etc. In altri termini, non sembrerebbe prepararsi alla lotta che è la vita, visione comune dell'esistenza, anche quando ciò non si confessa apertamente. Si deve adattare, deve essere pratico, deve ululare con i lupi, poiché viviamo in una cultura di risultati. Soprattutto oggi, in un'epoca in cui la concorrenza economica è estrema, in cui si intraprendono gli studi innanzitutto perché quest'attività ci procurerà un mestiere degno di questo nome, ovvero reddito, occuparsi delle preoccupazioni filosofiche non sembra fornire la preparazione più adeguata alla vita. Sembra essere un semplice lusso, o una minaccia. Su questo punto osserveremo frequentemente, nel nostro lavoro con i bambini, nelle diverse obiezioni nei confronti della pratica filosofica, che apprendere a pensare richiede tempo e che ci sono temi più urgenti da trattare. Per restare sulla stessa linea, possiamo aggiungere una seconda obiezione anch'essa importante: il timore che il bambino sia destabilizzato o turbato da questo genere di esercizio. La sua vita di bambino sarebbe preclusa alla pratica del pensiero poiché potrebbe provocargli solo angoscia, dubbio e scuotere il suo essere. Alcuni adulti considerano che la vita è già abbastanza dura, senza dover, inoltre, pensare a cose terribili: "Lasciate il bambino essere un bambino", gridano... E così grida anche l'adulto, senza dubbio, alla minima occasione... Pertanto, oltre alle difficoltà reali legate all'atto del pensare, si ha il sospetto che la produzione di certi tipi di pensiero sarebbe minacciante o distruttrice - cosa che è probabilmente vera. Ecco allora una pista che ci conduce verso la prossima contraddizione fra la vita e la filosofia: il tema della problematizzazione.

Pensare l'impensabile

Una delle competenze importanti della filosofia è la capacità di problematizzare. Attraverso domande e obiezioni si esaminano in modo critico idee e temi dati, al fine di sfuggire alla trappola dell'evidenza. Questa "evidenza" è costituita da un insieme di conoscenze e di credenze che i filosofi chiamano "opinioni", idee che non sono ragionate, ma stabilite semplicemente per abitudine, sentito dire o tradizione. Così, impegnandosi nel processo filosofico, si devono esaminare i limiti e la falsità di tutte le

opinioni date e considerare altri cammini di pensiero, cosa che, a prima vista o al di là del pensiero comune, sembra strana, assurda o pericolosa. Si deve sospendere ogni giudizio, come Cartesio ci invita a fare, e a non affidarsi a emozioni e convinzioni abituali. Addirittura, nel suo “Metodo”, egli ci domanda di subire un certo processo mentale che garantisce l’ottenimento di una sorta di conoscenza più debole, che chiama anche “evidenza”, in opposizione a un’opinione “stabilita”, volgare o sapiente. Al fine di essere debole, questa “evidenza” deve poter sopportare il dubbio, occorre perciò evitare la precipitazione e il pregiudizio, e il pensiero deve prendere delle forme chiare e distinte. Con il metodo dialettico, che sia in Platone, Hegel o altri, il lavoro della critica o della negatività va lontano, poiché è necessario poter pensare il contrario di una proposizione al fine di comprenderla e valutarla: per pensare un’idea è necessario andare al di là di questa idea, e ogni possibilità di “evidenza” tende naturalmente a sparire. Tuttavia per mettere all’opera tali procedure cognitive, dobbiamo essere in un certo stato mentale, adottare un’attitudine specifica, composta dal distanziamento e dalla prospettiva critica. Questo processo è molto esigente e incontra numerosi ostacoli. La sincerità è uno dei più ricorrenti, così come la buona coscienza e la soggettività che devono abbandonare la loro presa tenace sullo spirito. Più radicalmente, i principi morali, i postulati cognitivi e i bisogni psicologici che ci guidano nella vita devono essere messi fra parentesi, sottomessi ad un’aspra critica ed eventualmente rigettati, cosa che non si produce naturalmente poiché genera dolore e angoscia, trattandosi di un lavoro che esige una grande capacità di distanziarsi da se stessi. Si tratta di sdoppiarsi – così come suggerisce Hegel – in quanto la scissione costituisce la condizione al vero pensare, la condizione della coscienza. Per compiere tale cambiamento di atteggiamento si deve infatti “morire a sé”, “lasciare la presa”, si deve abbandonare, almeno momentaneamente, ciò che vi è di più caro, sul piano delle idee e sul piano delle emozioni più profonde. La nostra vita, il nostro essere, infatti, sembrano fondati su certi principi stabiliti che consideriamo non negoziabili. Pertanto, se il pensiero implica di problematizzarli, se il lavoro di negatività rappresenta una condizione indispensabile a una riflessione degna di questo nome, si tratta di morire al fine di pensare. Osservando il modo in cui le persone coinvolte in una discussione si scaldano quando le si contraddice, il loro ricorso a posizioni e strategie estreme al fine di difendere le loro idee, compresa la più fragrante cattiva fede, si può concludere in effetti che abbandonare le proprie idee rappresenta una sorta di “piccola morte”.

Ci si può domandare perché rifiutiamo in maniera rigida di abbandonare la “nostra” idea solo per un istante, perché resistiamo così tanto a un esercizio di problematizzazione, per quanto corto esso sia, come accade regolarmente quando formuliamo una simile domanda. E’ certamente il caso degli adulti, sembra porre meno problemi ai bambini, poiché questi ultimi sono meno coscienti delle implicazioni e delle conseguenze relative al contemplare una qualunque proposizione contraria, anche attraverso un artificio come quello del semplice esercizio. Su tale tema un prezioso indizio ci è fornito da Heidegger che dichiara che il linguaggio è la casa dell’essere. Se per costui parlare è far apparire qualcosa nel

proprio essere, da ciò potremmo dedurre che la parola genera l'esistenza. Per l'uomo, essere di linguaggio per eccellenza, questa constatazione è piuttosto evidente, benché tale prospettiva sia spesso rigettata, come mostra per esempio l'obiezione comune: "Queste sono solo parole". Senza storie, senza miti, senza racconti, senza dialoghi, cosa saremmo? Certamente non degli esseri umani! Tutto ciò che enunciamo a proposito di noi stessi, che sia sotto forma di racconto – mito – o sotto forma di idea o di spiegazione – logos – ci è indispensabile e prezioso. Per mostrare l'importanza della parola dobbiamo solo osservare quanto ci sentiamo minacciati quando il nostro discorso è ignorato o contraddetto; improvvisamente fingiamo di essere preoccupati della verità! In realtà la nostra vera preoccupazione è rivolta alla nostra immagine, a quella persona che abbiamo laboriosamente e accuratamente costruito, una individualità desiderosa di padroneggiare la propria definizione, un essere singolare animato da grandi ambizioni, poiché esso pretende, senza confessarlo, di detenere la conoscenza, l'esperienza, la ragione, in breve, di essere un individuo di valore.

La nostra immagine è un idolo al quale siamo disposti a sacrificare tutto; nessun dono è tanto grande quanto essa. Così, quando la filosofia o uno specifico filosofo ci invita a esaminare il fittizio, l'assurdo o la vanità dei nostri propri pensieri, il nostro intero essere reagisce violentemente, istintivamente, senza voler neppure pensarci, come per pura reazione di sopravvivenza. Il conatus spinoziano, il nostro desiderio di perseverare nell'esistenza, oltrepassa la nostra sete di verità; il nostro desiderio di essere specifico – l'esistenza – è pronto a negare ogni forma d'alterità che gli sembra rappresentare una qualunque minaccia, compresa la ragione stessa. La persona, questo individuo costruito empiricamente, si sente minacciata nella sua stessa esistenza dall'essere trascendente, senza volto e identità. E' l'opposizione che fa Jung fra la "persona", essere che appare, piuttosto funzionale, e "l'anima", l'individuo nel senso profondo del termine, trascendentale, capace di distanziamento e di critica di fronte all'essere empirico. Problematizzare i nostri pensieri più intimi, i nostri principi fondamentali, abbandonare temporaneamente o esaminare liberamente i postulati che abbiamo spesso enunciato, che difendiamo aspramente, a volte per numerosi anni, diviene una posizione intollerabile. Le nostre idee sono noi stessi, noi siamo le nostre idee. Un tale modo di vivere non dovrebbe essere percepito come una forma di ostinazione patologica? Se l'uomo è un essere di pensiero, è un essere di idee, dunque di rigidità e pregiudizi. Sebbene le idee siano degli strumenti per il pensiero, troppo spesso il mezzo è preso per il fine e così l'idea diviene un ostacolo al pensiero. Problematizzare significa tentare di ristabilire la priorità del pensiero sulle idee, un compito che non è facile da compiere, poiché l'individuo empirico prova delle difficoltà a cedere all'essere trascendente. Abbandonare delle idee specifiche, le nostre idee specifiche, è una forma di morte: pensare è dunque simile a morire.

Essere persona

Ulisse è un vero eroe per Socrate, senza dubbio il suo preferito, tesi che difende nel dialogo di Platone *Ippia Minore*. La ragione principale della sua apologia è che il nome di Ulisse è “Nessuno”, “Io sono Nessuno”, come dice egli stesso al ciclope Polifemo. Personaggio complesso e polimorfo, come vediamo nell’*Odissea*, è sempre da qualche parte e da nessuna parte, fa affari con gli uomini e con gli dei, che combattono al di sopra di lui, è ingegnoso, ma ha a che fare con forze potenti, è insieme un capo e un uomo solo, desidera sempre ardentemente essere ciò che non è, è un fuggitivo, la sua vita è chiaramente sul filo del rasoio. Sembra essere la versione mediterranea della visione taoista dell’esistenza, che possiamo riassumere nel modo seguente: colui che si preoccupa soprattutto della sua vita e si trova troppo attaccato ad essa, non soltanto non vive perché questa preoccupazione mina la sua gioia di vivere, ma anche perché questa preoccupazione inibirà e corromperà la sua vitalità, la vera fonte della vita. Tale idea che la vita – corteo senza fine di piccole preoccupazioni, tensioni e rigidità verso le “piccole cose” – sia un ostacolo alla vitalità, offre l’equivalente esistenziale all’affermazione secondo cui le idee sono un ostacolo al pensiero. La vitalità non si incatena alla vita; il pensiero non aderisce alle idee.

Così l’essenza della filosofia è dinamica, tragica e paradossale. Che sia nella tonalità occidentale appassionata o nella versione orientale distaccata, la sfida che deve fronteggiare l’uomo attraverso la vita e la filosofia, deve essere di sapere lasciare la presa senza tuttavia abbandonare. Eppure la vita nutre una certa avversione a lasciare la presa, promuove una postura contratta per la quale la sola alternativa è di abbandonare tutto. Così essa si riassume spesso in una serie di cicli maniaco depressivi cronici, che finiscono, fortunatamente o sfortunatamente, con la morte, lo stato maniacale o depressivo ultimo.

L’esperienza filosofica fondamentale è un’esperienza di alterità, l’esperienza di un “al di là” – che può essere vissuto soltanto dal punto di vista di un “al di qua”. Il fossato, l’abisso, la frattura dell’essere, la tensione fra finito e infinito, fra realtà e desiderio, fra affermazione e negazione, fra volontà e accettazione, sono tante forme di questa stessa esperienza. Anche il bello, questa percezione dell’unità radicale o dell’armonia, si iscrive nel dolore del sublime. Si potrebbe riassumere il filosofare attraverso l’eterna interazione fra la singolarità, la totalità e la trascendenza. Si potrebbe descriverlo come ciò che conduce l’uomo a pensare e a esplorare, piuttosto che a mostrare come tenta di oscurare o negare ciò che cerca. E’ probabilmente ciò che motiva Socrate a citare Euripide nella sua discussione con Gorgia il sofista quando dice: chi sa se vivere non è morire e se d’altro canto morire non è vivere? Che filosofare è morire al mondo è un’idea piuttosto comune. Che filosofare è morire a se stessi è già più raro e strano. Se inoltre dichiariamo che la filosofia implica la morte della filosofia, cadremo nell’assurdo, in cui poche persone vorranno accompagnarci. Tuttavia pensiamo che è là che si trovi la filosofia, là dove essa muore. E’ probabilmente la migliore definizione che potremo dare alla filosofia come pratica, benché questo non voglia dire granché. Alcuni filosofi criticano il concetto di pratica filosofica e hanno

ragione quando affermano che la filosofia ad ogni modo non è nient'altro che una pratica. Sebbene molte e contraddittorie possano essere le forme di questa pratica, la verità di questa critica è che i filosofi accademici rigettano la pratica filosofica perché essa sfida l'individuo e interroga la persona, con ben poco rispetto per essa. Tuttavia lasciamo questo allo stadio di conclusione momentanea, proponendo l'idea che l'essenza della pratica filosofia sia di invitarci a pensare ciò che non è pensato, di pensare ciò che si rifiuta al pensiero, qualunque cosa pensiamo. Ideale regolatore invivibile e dunque filosofico.

Considerazioni teorico-pratiche sul concetto di visione del mondo

Lodovico Berra

Abstract

Nel lavoro viene esaminato il concetto di Visione del Mondo da un punto di vista teorico e pratico in relazione al suo possibile impiego all'interno del lavoro di counseling e psicoterapia. Esso viene posto in connessione alla nozione psicologica di Personalità, analizzandone differenze e analogie. Infine viene utilizzato il concetto di visione del mondo per la interpretazione e comprensione del pensiero delirante.

Parole Chiave

Visione del mondo – A priori esistenziale – Personalità - Delirio

Il concetto di Visione del Mondo

L'analisi di un problema esistenziale, ai fini di una sua piena comprensione, richiede che esso sia inserito all'interno di ciò che chiamiamo "Visione del Mondo". Il termine è vasto e complesso e può essere inteso come quella serie di valori, principi, punti di riferimento, leggi, regole, scopi, obiettivi, atteggiamenti verso la vita, che contribuiscono a dare una *forma* alla nostra esistenza.

La nostra esistenza si configura gradualmente nel tempo, dalla nascita e nel corso di tutta la vita, e risente di fattori educativi, sociali, culturali, esperienziali che, interagendo con la nostra mente, danno vita ad una più o meno malleabile visione di mondo.

Ogni problema è inserito in una rete di significati, rapporti, elementi mnemonici che ne influenzano inevitabilmente la forma e le caratteristiche. Senza la comprensione del senso di un problema per il Mondo di quel determinato cliente è difficile comprendere pienamente cosa possa essere opportuno fare e su cosa possa essere opportuno agire.

Ran Lahav descrive la visione del mondo come «uno tra i diversi modi di organizzare, analizzare, categorizzare, notare regolarità, trarre conseguenze, dare un senso e in generale attribuire significati agli eventi della vita» (Lahav, 2004, p. 16).

Una visione del mondo è uno schema astratto, un sistema di coordinate, che consente l'interpretazione, l'organizzazione e l'attribuzione di senso dell'individuo nei confronti di se stesso e dei propri atteggiamenti verso il mondo.

La visione del mondo è quindi la visione generale che una persona ha del mondo, di se stessa e del proprio ruolo e compito nel corso dell'esistenza.

Jaspers definisce la visione del mondo «qualcosa di totale e universale a un tempo [...] che non si esaurisce in un sapere, e importa anche una valutazione, una plasmazione di vita, un destino, una viva e intima sperimentazione di un ordinamento gerarchico dei valori [...] le visioni del mondo sono idee, manifestazioni supreme ed espressioni totali dell'uomo, sia dal punto di vista del soggetto, in quanto esperienze, forze, sentire, sia dal punto di vista dell'oggetto, in quanto mondi che sono stati plasmati in forma oggettiva e concreta»(Jaspers, 1950, pag. 11).

Jaspers individua, dietro alle singole esistenze, una *struttura trascendentale* definita un “*vuoto e nudo reticolato*” che l'individuo riempie di significato, determinando in questo modo la sua esistenza. La visione del mondo rappresenta il modo in cui il singolo individuo struttura e dà significato alla propria vita.

Tale *reticolato* può essere vicino al concetto di progetto esistenziale, se lo intendiamo come una *progettualità a priori*, una propensione intrinseca che deve essere assecondata e *riempita*, e in cui l'uomo viene *gettato*, trovandosi in esso immerso fin dalla nascita.

La psicologia delle visioni del mondo è per Jaspers un tentativo di misurazione dei limiti della nostra vita psichica, nella misura in cui questa è accessibile al nostro intelletto. Ci possiamo procurare una visione solo immergendoci in ogni situazione, in ogni piega dell'esistenza effettiva, vivendo in ogni elemento dell'esistenza.

Egli distingue una visione del mondo “*sostanziale*”, il centro del momento, e “*forme degenerate*”, che si stratificano intorno a quella sostanza. “Sostanza” è considerabile un concetto limite, è l'unitario in contrapposizione al molteplice, il tutto rispetto a ciò che è scisso in antitesi.

Dalla *Visione del Mondo* nascono le *Immagini del Mondo*, intese come ciò che si mostra in forma oggettiva concreta di fronte all'uomo. Le immagini del mondo non sono sfere esistenziali (come gli atteggiamenti e i tipi spirituali) né qualcosa di psichico, ma sono condizioni e conseguenze dell'esistenza psichica.

Immagine del mondo è quindi l'insieme dei contenuti oggettivi propri di un uomo. L'uomo è come il centro di un cerchio che lo avvolge e l'immagine del mondo è l'involucro in cui la vita psichica è imprigionata.

Le immagini del mondo sono *soggettive* in quanto forze e creazioni dell'uomo, ma sono anche *oggettive* in quanto con ognuno di questi atti l'uomo si sviluppa nel mondo dell'universale.

È importante quindi distinguere tra Visione e Immagini del mondo, poiché le seconde sono conseguenza della prima, e sono in realtà ciò che appare ad una prima indagine nella ricostruzione del Mondo del cliente. Il lavoro di analisi deve quindi essere indirizzato alla visione, che è poi in pratica il processo di interpretazione del mondo circostante, piuttosto che alle immagini, conseguenza ed elemento statico nella costruzione del mondo del singolo individuo.

La *visione del mondo* è perciò l'elemento centrale della vita psichica, ciò che da forma all'esistenza, articolato secondo le esigenze fondamentali della persona umana. Quale che sia la visione del mondo che un uomo tenta di realizzare essa si caratterizza per essere definita da un insieme di valori e di punti di riferimento.

La vita psichica normale comprende in sé numerose occasioni che pongono conflitti di valore. Ogni individuo può entrare in contrasto con i propri simili ma può anche trovarsi in contraddizione con se stesso, vivendo consapevolmente scelte in opposizione tra loro. I conflitti non nascono solo nel mondo psichico interno, ma anche qualora i valori di un individuo entrino in conflitto con la realtà esterna che lo costringe a modificarli o, addirittura, ad abbandonare temporaneamente o definitivamente le proprie posizioni.

In tutti questi casi, però, la visione del mondo rimane inalterata, lo scopo della vita resta il medesimo e così gli obiettivi particolari. La vita scorre, magari lentamente, secondo una direzione apparentemente già stabilita, nel tentativo di ricondurre i conflitti verso il recupero dell'ordine temporaneamente perduto.

Visione del mondo naturale ed acquisita

Una questione fondamentale è poi riflettere se la visione del mondo sia qualcosa di innato oppure si costruisca e strutturi nel tempo.

Jaspers parla di “struttura trascendentale a priori” e di “vuoto e nudo reticolato” come elementi precostituiti che rappresentano quindi condizioni per fare esperienza, non dipendenti perciò dall'esperienza stessa (Nave, 2010, pag. 97). La struttura a priori, che potremmo anche intendere come la particolare condizione neurologica che ci consente di configurare un mondo, ci impone sempre una certa e determinata forma del mondo. Ogni atto conoscitivo è subordinato a determinate regole funzionali che ne condizionano gli esiti. La conseguenza è che il nostro campo di accesso al mondo, e la sua comprensione, rimangono sempre in qualche modo limitati, perché dipendenti da leggi che ne condizionano la forma. Se il nostro cervello funzionasse secondo altre leggi probabilmente avremmo una differente configurazione del nostro mondo, con conseguenze diverse e quindi differenti processi conoscitivi. Inoltre, come vedremo più avanti, vi è in noi una tale esigenza di rispettare questa serie di regole e forme che può, in alcune situazioni psicopatologiche, venire ad imporre una costruzione del mondo svincolata da evidenze esterne e dominata da questa prevalenza psichica interna.

A questo proposito Binswanger parla di “*A Priori Esistenziale*” intendendolo una categoria trascendentale che viene a costituire il mondo del soggetto, quindi il suo progetto-di-mondo. Esso è una matrice-di-significato, un “universale in potenza”: è la condizione della possibilità dell'esperienza.

Gli universali, quali per esempio “riempimento-cavità” o “continuità-discontinuità”, sono categorie trascendentali, in senso analogo alle categorie kantiane, sonomatrici-di-significato che si manifestano

negli eventi ma soprattutto sono la *condizione della possibilità dell'esperienza*. Senza di loro l'esperienza non sarebbe possibile. Essi sono rappresentazioni di un possibile progetto-di-mondo che vengono a concretizzarsi nel rapporto con il mondo.

Per Binswanger l' "*A Priori Esistenziale*" è ciò che *illumina* e delimita l' orizzonte dell' esistenza dell' individuo, l'orizzonte della coscienza, e il contorno del suo "occhio" sono gli schemi trascendentali esperenziali dell'*a-priori-esistenziale*.

Possiamo quindi dire che il mondo dell'individuo è fondato sul suo *a-priori-esistenziale* (Binswanger, 1973, p.73) il quale configura il progetto di una esistenza. Per Binswanger il progetto è il tratto costitutivo dell' esistenza umana, che non è al mondo come le cose, ma aperta al mondo come progetto dei suoi possibili atteggiamenti e delle sue possibili azioni. Queste "aperture possibili" possono riguardare: aspetti quali legami e continuità delle relazioni (*Mitwelt*); la relazione col proprio mondo interno, il rapporto con se stessi e la propria identità (*Eigenwelt*); le modalità di apprensione, percezione e interpretazione delle cose del mondo circostante in generale (*Umwelt*).

Secondo Kant gli oggetti si adattano alle nostre modalità di conoscenza, la ragione è quindi "costitutiva" dei suoi oggetti, essa li crea nell'atto di conoscerli. In questo senso, la Visione del Mondo, quale struttura trascendentale a priori, consente e configura ogni possibile esperienza dell'individuo. La conoscenza è quindi una *unione* della forza attiva, organizzatrice della mente con la funzione recettiva e passiva chiamata "sensibilità".

Nel processo di conoscenza noi, esseri umani, modelliamo a nostra misura la realtà. La realtà del mondo che ci circonda è l'esito di un lavoro di rielaborazione e organizzazione da parte della nostra mente che rispecchia, più che la sua realtà oggettiva, l'interpretazione che la nostra mente fa del mondo. Ma se a Kant interessava prevalentemente la conoscenza dei fenomeni, con la preclusione dell'accesso ai *noumeni* (le cose in sè), ciò che a noi interessa è, nella visione del mondo, la visione complessiva e totale del mondo che ci circonda e che è dentro di noi.

Anche nell'attività introspettiva il nostro lavoro di studio e di indagine risente inevitabilmente della stessa struttura della nostra mente. La mente che studia se stessa vede solo ciò che essa si consente di vedere; da qui nasce il dubbio sulla possibilità di un'attendibile conoscenza oggettiva del nostro mondo psichico interno.

È possibile concepire una visione del mondo *individuale*, quella modalità che caratterizza ogni individuo nella sua percezione del mondo, ed una visione del mondo *universale*, cioè la possibilità dell'essere umano di guardare ed interpretare il mondo secondo certe determinate regole generali.

Nel processo di simbolizzazione possiamo trovare un esempio della capacità di sintesi e nello stesso tempo della universalizzazione di un determinato fatto, evento o concetto, che vengono riassunti e condensati in un'unica immagine. Questo simbolo può appartenere all'essere umano in generale, come concepito nell'Archetipo junghiano, oppure essere frutto di un processo individuale di sintesi, esito di

esperienze personali. Nell'esperienza del sogno vi è la concretizzazione di questa capacità mentale di creare realtà scisse dal mondo esterno, ma che in qualche modo lo influenzano e lo condizionano. Questo anche se è vero il contrario, e cioè che la realtà condiziona e influenza il processo interno di simbolizzazione.

Attraverso il sogno riusciamo ad intravedere quelle che sono le strutture basilari del nostro funzionamento psichico, fuori dal condizionamento della realtà esterna o dalla capacità razionale. Il sogno rappresenta così l'espressione più diretta dei nostri meccanismi profondi e inconsci, liberati dalle sovrastrutture che mascherano ed alterano la nostra anima profonda.

Personalità e Visione del Mondo

Il concetto di Visione del Mondo si avvicina, senza in realtà sovrapporsi, a quello di Personalità. Questa è intesa come una modalità individuale, abbastanza costante, di sentire, reagire e rapportarsi al mondo interno ed esterno. È quindi ciò che caratterizza l'individuo nella sua singolarità, nel suo modo di percepire e reagire agli eventi, siano essi fattori ambientali o fatti interni emozionali.

La Personalità viene definita dal DSM V(2013, pag. 647): "l'insieme di modi costanti di percepire, rapportarsi e pensare nei confronti dell'ambiente e di se stessi, che si manifestano in un ampio spettro di contesti sociali e personali".

I cosiddetti Disturbi della Personalità sono invece caratterizzati dalla situazione in cui i tratti della personalità sono rigidi e non adattativi, e causano una compromissione funzionale significativa o una sofferenza soggettiva.

La Personalità può essere considerata una modalità d'essere dinamica ed adattativa, mai ferma ed immobile ma in grado di modellarsi sulle situazioni e sugli eventi, pur mantenendo una forma di base.

Vi sono quindi notevoli analogie con il concetto di Visione del Mondo, essendo la personalità il risultato dell'interazione tra una innata base costituzionale e fattori ambientali. La base costituzionale rappresenta una predisposizione a modalità di porsi, percepire e reagire agli stimoli esterni. Questi ultimi possono poi plasmare, in misura maggiore o minore, la struttura costituzionale di base dando luogo alla particolarità dell'individuo.

Vi possono quindi essere aspetti congeniti ed acquisiti nel determinismo delle manifestazioni del nostro comportamento.

Come detto, la struttura psichica di base, quindi costituzionale e genetica, del singolo individuo, condiziona il modo di percepire, interpretare e reagire agli eventi ambientali. Ma a loro volta gli eventi ambientali influenzano e modellano la personalità dell'individuo in una interazione continua. I più recenti studi di genetica dimostrano la possibilità di ereditare modalità comportamentali, anche patologiche, da parte dei genitori, rendendo a volte difficile differenziare ciò che è congenito da ciò che è acquisito. La possibilità di modulare l'espressività genetica, quella che viene definita epigenetica, cioè

una certa elasticità della nostra dotazione biologica a reagire e a plasmarsi in base agli stimoli ambientali, evidenzia il fatto che sempre vi sia una interazione bidirezionale gene-ambiente. Ciò vuol dire che nasciamo con una certa predisposizione che, interagendo con l'ambiente, si modifica progressivamente fino a configurare ciò che noi siamo, senza mai avere conclusione. Il divenire della nostra personalità non ha mai termine, e i fattori ambientali, sociali e culturali tendono ad incrementare il loro peso nel corso del tempo.

Questo risulta ancora più evidente nell'analisi di condizioni psicopatologiche in cui una certa predisposizione può o meno manifestarsi a seconda che si verifichino fattori ambientali favorenti o inibenti.

È quindi dall'insieme di una serie di elementi (genetici, costituzionali, ambientali, culturali, sociali, traumatici, evolutivi,...), con diverso peso ed effetto, che si configura la nostra personalità. Questa non rappresenta solo una modalità di reazione all'ambiente, ma anche e soprattutto un livello di percezione e una modalità interpretativa che si riflette nel condizionare l'evolversi del nostro modo d'essere.

Immagini del mondo e credenze patogene

Come abbiamo detto, l'immagine del mondo è un fenomeno statico che segue il processo di percezione, organizzazione e interpretazione della visione del mondo. Le immagini del mondo si configurano quindi come credenze, opinioni o giudizi, abbastanza stabili nel tempo, esito della interazione tra visione del mondo ed eventi ambientali. Queste condizionano il nostro modo di vivere e sentire, di pensare e valutare le varie situazioni esistenziali.

Tutti noi abbiamo una serie di Immagini del Mondo che nel loro insieme ci danno una Immagine complessiva del Mondo. Questo è un processo spesso non consapevole, subito e che procede in modo automatico. Ciò condiziona a sua volta un nostro modo di essere stereotipato, preconfigurato, prefissato. Di fronte a certe situazioni o problemi l'individuo percepisce e reagisce nei modi peculiari che caratterizzano la sua personalità, a sua volta condizionata da una serie di pregiudizi e credenze, patogene o non patogene. Tali credenze possono contribuire alla strutturazione di modalità comportamentali e di pensiero particolarmente rigide e poco malleabili (credenze patogene), oppure essere adattabili e modificabili a seconda degli eventi (credenze non patogene).

Le immagini del mondo comprendono l'*Immagine di sé*, risultato delle interazioni tra il mio comportamento, il mio modo di porsi, e le reazioni e opinioni delle persone circostanti. Il mio Io si struttura in base all'Altro, così come l'Altro risente del mio Io. Questo è naturalmente un processo che inizia dall'età neonatale e che risente quindi dell'influenza del comportamento delle figure parentali e dell'ambiente che in questo modo plasmano, sulla base costituzionale genetica, la personalità futura dell'individuo.

Nella Visione del Mondo dobbiamo includere quindi anche la *Visione di Me*, come fondamentale fenomeno dinamico, che produce una sempre più consolidata *Immagine di Sé*. Vi è quindi una parte ferma ed una in movimento ed in un processo terapeutico dobbiamo tener conto della prima per poter creare una trasformazione nella seconda. L' *Immagine di Sé* è infatti esito finale di tutta una serie di vissuti, interpretazioni, giudizi, valutazioni che si sovrappongono e si sommano, intrecciandosi e spesso rinforzandosi.

Ognuno struttura il proprio Mondo secondo una serie variabile di opinioni e generalizzazioni: l'uomo è buono, l'uomo è cattivo, il mondo è crudele, il mondo è amore, la natura è spietata, la natura è saggia, tutte le persone sono invidiose, tutte le persone mi amano, mi odiano, mi trascurano, mi sottovalutano... e così via in una infinita varietà. Lo stesso per l'*Immagine del sé*: io sono un debole, io sono il più forte, io sono intelligente, io sono incapace, io sono bello, brutto, inetto, geniale, cattivo Ognuna di queste credenze tende ad organizzarsi e strutturarsi, spesso in modo inconscio, operando infine come una profezia che si autoavvera. "Delle persone non ci si può fidare" comporta l'evitamento persistente di rapporti di fiducia, rinforzando il pensiero che l'ha creato, "Ogni sforzo è inutile" comporta il desistere e il mancato investimento di energie in ogni compito e il probabile fallimento conseguente, "Tutti mi giudicano negativamente" comporta il sentirsi svalorizzati e quindi indeboliti nelle proprie iniziative, "Nessuno si interessa a me" comporta il sentirsi isolati e la difficoltà a rapportarsi con gli altri.

Alcuni sistemi di credenze patogene sono piuttosto complessi e non possono essere ridotti alla descrizione di una frase. A volte ciò che rimane inconscio non è tanto la credenza in sé quanto lo scenario interpersonale che l'ha creata (Mc Williams, 2002, pag. 205-207).

Nella relazione d'aiuto, così come per esempio nella relazione di transfert, facilmente questi sistemi di pregiudizi, o Immagini, o Visioni, vengono messi in atto e possono quindi essere l'occasione fondamentale di un lavoro di cambiamento. Anzi proprio nel rapporto con lo psicoterapeuta o il counselor vi può essere il momento di revisione e correzione di una modalità comportamentale disturbante.

Psicopatologia e delirio

È possibile intendere la psicopatologia come la manifestazione di un meccanismo psichico fisiologico, quindi normale, che si altera quantitativamente, è cioè l'esagerazione o l'esasperazione di una dinamica psichica interna di per sé presente in ogni individuo, detto sano.

Vi sono quindi già in ognuno di noi elementi di base che se accentuati conducono a manifestazioni psicopatologiche. Questo è il caso del delirio, considerato uno dei sintomi più gravi della patologia psichica, e spesso visto come irrazionale e inspiegabile. In realtà esso rappresenta l'irrigidimento e

L'estensione di una particolare Visione e Immagine del Mondo che prende il dominio della vita psichica dell'individuo.

Nel delirio avviene una grave compromissione della percezione della realtà circostante e della sua interpretazione. In psicopatologia (Schneider K., 1983, pag. 131 e segg.) si tende a distinguere: percezione delirante, intuizione delirante e rappresentazione delirante.

Nella prima vi è un difetto della percezione, ove viene attribuito un significato anormale a una percezione reale. Per esempio uno sguardo casuale viene percepito come persecutorio o minaccioso.

L'intuizione delirante invece si basa su una condizione falsa o impossibile, non dipendente dall'alterazione del significato di un oggetto percepito. È quindi il contenuto ad essere alterato, indipendentemente dall'oggetto che viene percepito normalmente, coinvolgendo più lo stato d'animo interno sotto forma per esempio di sensazione di onnipotenza, esagerata vocazione religiosa o politica.

La rappresentazione delirante è caratterizzata infine da un ricordo o un'immagine mnemonica a cui viene attribuito un significato anormale, deformandone così il significato originario. Eventi passati si trasformano nel loro senso, divenendo parte di un disegno delirante più complesso, nel senso del riferimento, della persecuzione o più frequentemente della colpa.

Ognuna di queste modalità deliranti evidenzia una sequenza nel processo dell'esame di realtà in cui ad una percezione, intuizione o rappresentazione, segue una interpretazione, e poi una valutazione o giudizio, basato su un determinato ordine psichico interno. L'alterazione può quindi risiedere nella percezione-intuizione-rappresentazione, nella interpretazione, nella valutazione o nell'ordine psichico interno.

Come abbiamo detto la Visione del Mondo dell'individuo crea una prospettiva interpretativa del mondo circostante, condizionando Immagini del mondo. Nel delirante vi è una errata attribuzione di significato agli eventi esterni ed interni, che si basa sull'organizzazione psichica interna, che a sua volta condiziona la sua personalità.

Nel delirio si osserva una alterazione nel giudizio sulla realtà secondo un rigido modello interno, la Visione del Mondo, che risulta incorreggibile dall'esperienza. Infatti, come sosteneva Kraepelin, le idee deliranti non provengono dall'esperienza bensì da una sorta di "fede" interna, da una strutturazione inconsapevole del mondo che ne condiziona la visione. Altrove (Berra, 2006, pag. 58) avevamo evidenziato tale dinamica affermando che nel delirio "l'intelletto viene a sovrastare la sensibilità", la mente quindi condiziona e determina la qualità della percezione.

Per esempio, nei deliri di persecuzione la convinzione interiore che l'ambiente sia ostile porta il soggetto a sentirsi osservato, spiato, seguito e controllato (delirio di riferimento e persecuzione); egli teme di essere avvelenato o drogato (delirio di veneficio), teme che vengano organizzati complotti o macchinazioni nei suoi confronti, vede fatti, gesti od oggetti come dotati di particolari significati minacciosi o ostili. In sintesi il pensiero modifica la realtà circostante e la conforma secondo dinamiche

interne che si irrigidiscono e divengono inattaccabili dalla critica. Potremmo dire la Visione del Mondo sovrasta la realtà imponendo un quadro dell'esistenza più dipendente dalla organizzazione psichica interna che dagli eventi esterni.

Secondo Jaspers (2000, pag. 100 e segg.) nel delirio vi è una trasformazione della coscienza di realtà che si esprime secondariamente in un giudizio sulla realtà. Realtà viene qui intesa la realtà vissuta, la realtà cioè che si radica nella pratica. Il giudizio sulla realtà avviene in riferimento ad una realtà psichica interna che, oltre a non avere corrispondenza con la realtà esterna, la condiziona e la trasforma.

Il delirio può così rappresentare una esemplificazione esasperata, e gravemente patologica, di come la mente modifichi ed interpreti il mondo circostante, basandosi più sulle esigenze interne dell' intelletto, che sulle evidenze esterne del mondo sensibile. Il delirio è l' espressione estrema della forza delle nostre leggi psichiche, in grado di sopraffare la realtà del mondo circostante, che si modifica secondo le esigenze della mente.

Può essere utile ora riprendere il concetto di *apriori esistenziale*, inteso come una prospettiva di un mondo, una visione di mondo, una serie organizzata di presupposti che consentono l'esperienza e gli danno forma. Esso è come una struttura portante e basilare che permette di configurare l'esperienza secondo una serie di concetti fondamentali.

Una esperienza traumatica è un'esperienza il cui significato, per quell'individuo, può entrare in contraddizione con l'orizzonte di esperienza trascendentale. Così per esempio nell'organizzazione delirante si opera una ricostruzione della realtà cercando di inserire eventi *fuori-dall'orizzonte* in un sistema coerente e accettabile, almeno per la mente del malato. Per esempio una tonalità emotiva isolata e incomprensibile viene inserita in un disegno organizzato in senso persecutorio o minaccioso che la giustifica. Noi non riusciamo ad accettare l'idea che vi sia in noi qualcosa di scollegato, indipendente, senza ragione, a cui deve quindi essere dato un senso o una specifica collocazione.

Il "folle" è come rinchiuso in una visione del mondo, o in un progetto-di-mondo, dominato da un solo o da pochi temi, risultando quindi enormemente ristretto. L'esistenza viene ad essere dominata da una sola o da pochissime categorie, da un solo o pochi *a-priori-esistenziali* che governano il progetto-di-mondo dell'individuo e tutte le percezioni e situazioni cadono sotto la sua influenza.

Lo psicotico è perciò come in balia di una Visione del Mondo irrigidita e stereotipata, che determina una immagine del mondo deformata e ristretta, dominata da singole tematiche (persecuzione, riferimento, colpa,...) che organizzandosi rinforzano il sistema patologico.

Quindi in sintesi, il soggetto costruisce il suo mondo attraverso i significati predominanti nella sua Visione del Mondo, o dei suoi *a-priori-esistenziali*, che a loro volta si autoconfermano nella errata interpretazione della realtà circostante, che viene progressivamente a dominare l'esistenza.

Questa è la situazione che si verifica nel caso estremo della organizzazione delirante ma è facile intuire come questo avvenga anche nel cosiddetto sano, evidenziando la centralità e l'importanza della Visione del Mondo nella nostra vita psichica e nella nostra esistenza.

Bibliografia

- American Psychiatric Association, *DSM V. Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. American Psychiatric Publishing, 2013
- Berra L., *Oltre il senso della vita. Depressione ed esistenza*, Apogeo, Milano 2006
- Binswanger L., *Essere nel mondo*”, Astrolabio, Roma 1973
- Jaspers K., *Psicopatologia Generale*, Il Pensiero Scientifico Editore, Torino 2000
- Jaspers K., *Psicologia delle visioni del mondo*, Astrolabio, Roma 1950
- Lahav R., *Comprendere la vita*, Apogeo, Milano 2004
- Mc Williams N., *“Il caso clinico. Dal colloquio alla diagnosi”*, Raffaello Cortina, Torino 2002
- Nave L. “La visione del mondo tra counseling e psicopatologia esistenziale”, in Taddei Ferretti C., Nave L., *Pensiero Meditazione, ragionamento. La filosofia in esercizio*, Mimesis, Milano 2010
- Schneider K. , *Psicopatologia Clinica*, Città Nuova editrice, Milano 1983

L'epochè: un contributo filosofico alle professioni d'aiuto

Gianfranco Buffardi e Renato M. Buffardi

Abstract

Le nuove professioni d'aiuto rispondono al bisogno di sostegno alle scelte esistenziali dei singoli e dei gruppi. Il rischio è che le nuove professioni d'aiuto ricalchino le strade percorse da alcune psicoterapie intrusive ed orientanti sul singolo. Se il professionista utilizzerà l'epochè, attraverso un'opera di assimilazione di un nuovo atteggiamento favorito da strumenti comunicativi come la logoterapia, il suo operato sarà non invasivo e stimolante al ricondizionamento autonomo del singolo.

Parole Chiave

Counseling esistenziale - Antropologia clinica esistenziale - Counseling filosofico - Consulenza filosofica – Epoché - Professioni d'aiuto

Due ordini di motivi hanno determinato l'evoluzione delle professioni d'aiuto nell'ultimo quarto del XX secolo: i bisogni di una popolazione in crescita demografica e sociale ma in decrescita emotiva e la numerosità delle persone che acquisivano competenze umanistiche contro una sempre più limitata possibilità di sbocchi professionali per quelle competenze.

Il fronte di interesse cui si rivolgevano e si rivolgono le nuove professionalità d'aiuto coinvolgeva la qualità della vita del singolo o dei gruppi, intervenendo sugli "esistentivi" del consultante¹.

Il modello² neoesistenziale.

La centralità della persona, la sua coniugazione in atti esistentivi unici, irripetibili ed irriducibili dialogano con la materialità neuroscientifica del cervello: questa è la cifra del pensiero neo-esistenziale, un pensiero che costruisce il proprio modello di riferimento nel suo farsi, nel suo esistere ed agire, ancora acerbo per certi aspetti, in quanto falsificabile solo parzialmente, non ancora "scientifico" ma già tecnico.

Il modello poggia su assunti "filosofici":

¹ Nelle professioni d'aiuto consultante è colui che richiede aiuto, consulente chi presta aiuto.

² Intendiamo per modello un'ipotesi del funzionamento del mentale, con le proprie caratteristiche morfologiche e funzionali, a cui fa riferimento una metodologia, quale quella di una specifica professione d'aiuto. Modelli psicologici sono, ad esempio, i modelli psicodinamici, cognitivi, sistemico-relazionali etc.

- L'uomo è Persona, in quanto unico, irripetibile ed irriducibile.
- L'esistenza precede l'essenza.³
- L'uomo è immerso in un mondo di possibilità.
- Nella relazione d'aiuto prevale il comprendere sul capire (*verstehen/erklären*).

Essi formano la spina dorsale del modello neoesistenziale, il riferimento epistemologico ed interpretativo; ma il perno su cui poggia l'eccellenza operativa delle professioni d'aiuto che si rifanno al questo modello è l'atteggiamento di *comprensione*.

La comprensione (il *verstehen* di Jaspers) è il *modus operandi* nel rapporto tra consulente e consultante, così come è compiutamente rappresentato nelle filosofie esistenziali e coniugato nell'antro-pologia ad esse correlata.

L'antropologia esistenziale (o meglio neoesistenziale) nasce negli anni '80 grazie all'impegno di un gruppo di professionisti che, partendo dal pensiero di Viktor Emil Frankl, coniugava l'approccio filosofico con l'esperienza psicoterapeutica. In quegli anni il modello medico imperante in psicologia non aveva ancora consentito le integrazioni filosofiche; oggi sappiamo che questa commistione si è frequentemente ripresentata, con diverse modalità operative, in molte altre professioni d'aiuto sino a raggiungere l'acme, l'assunzione del invitato a protagonista, nella consulenza filosofica⁴.

³ “Questo assunto fondamentale dell'esistenzialismo presuppone necessariamente che sia distinguibile un'esistenza da un'essenza: ma il primato dell'esistenza sull'essenza, proprio della riflessione heideggeriana, implica sia “*che il modo d'essere dell'uomo, che è l'esistenza non si può chiarire [erklären] né comprendere [verstehen] se non a partire dal fatto che l'uomo c'è*”, sia che questa essenza debba essere intesa a partire dalla sua esistenza. Non tento neanche di approfondire l'argomento così come si è sviluppato negli ultimi sessant'anni di dibattito filosofico ma propongo una “traduzione” nel nostro modello di riferimento: abbiamo conoscenza dell'esistente persona e, attraverso questa, inferiamo l'essenza persona. Ciò comporta che la persona è ciò che fa, ciò che agisce, ciò che progetta, nel senso ampio del concetto di progettualità” (Buffardi G., 2009).

⁴ La filosofia ha “ [...] qualcosa da dire a tutti gli individui, a prescindere dalla loro cultura e competenza” (Peter Raabe, a un convegno nel 2006). Nel 1981 nasce, per un'idea di Gerd Achenbach, *Praxis* (letteralmente “Ambulatorio”), uno studio in cui egli fornisce “Consulenza in materia di filosofia”. Nell'arco di pochi anni la sua idea fa scuola e molti suoi discepoli ed epigoni seguono la sua scia, attivando i loro “ambulatori”. Concorde col pensiero in incipit, è Marc Sautet che, nel 1992 inaugura presso il *Café des Phares*, in place de la Bastille a Parigi, il primo *café philo*. Questa iniziativa rappresenta una modalità diversa di porgere il pensiero filosofico e di fare filosofia tra gli avventori di un normale *café*; è un dialogo costante ed in continuo divenire, tra esperti ed avventori, in grado di affrontare ogni problema o dubbio esistenziale.

Da questi due filoni, differenti nel tempo e nell'impostazione, sono nate esperienze diverse e complesse, giunte fino a i nostri giorni e sempre nuove nella loro concezione. Tra gli autori che hanno apportato il loro contributo significativo alla consulenza filosofica troviamo: Hoogendijk, olandese, che orienta la consulenza alle aziende ed alle organizzazioni; lo statunitense Marinoff, famoso per il suo best-seller *Platone è meglio del Prozac*; l'israeliana Schuster, che tratta la consulenza filosofica attraverso lo strumento della biografia; l'israeliano Lahav, esponente di spicco della corrente achenbachiana, ma che raccoglie le suggestioni che provengono da tutto il mondo della consulenza filosofica; il canadese Raabe, che vede la consulenza come formazione continua del singolo. Accanto a questi molti pensatori di grande tradizione filosofica si affacciano al concetto di filosofia come strumento di consulenza o counseling; tra tutti ricordiamo Pierre Hadot, che riprende la tradizione del *dialogo socratico* del neokantiano Nelson, attivo agli inizi del '900 e riproposto poi dal suo allievo Heckmann (il *dialogo socratico* è da molti considerato come il vero precursore della consulenza filosofica). Così come molte altre forme di utilizzo della filosofia hanno riconosciuto statuti di professionalità specifica, come la filosofia per la didattica, tipicamente rappresentata da alcuni scritti di autori come Fernando Savater (*Etica per un figlio*) o Jostein Gaarder (*Il mondo di Sofia*), ovvero come il fenomeno del “*philosophy for children*”, dello statunitense Matthew Lipman. In Italia il fenomeno della consulenza filosofica si è differenziato soprattutto in considerazione del rapporto che ha avuto con la psicoterapia. Neri Pollastri ha introdotto tra i primi la consulenza filosofica di Achenbach, creando una scuola di consulenza filosofica con *Phronesis*, differenziandosi dalla *Scuola Italiana di Counseling Filosofico*, più legata al concetto di professione d'aiuto, attualmente

Quel primo impegno, permeato e modellato attraverso il confronto con il mondo clinico psichiatrico e con altri campi dell'agire umano esitava nell'elaborazione di un'Antropologia clinica esistenziale.

“L'Antropologia Clinica esistenziale è una modalità [operativa] propria delle professioni d'aiuto che si sviluppa dalle discipline antropofenomenologiche. Per ricostruirne la storia del pensiero è necessario partire dalla fenomenologia di Husserl, passare per gli esistenzialismi filosofici, particolarmente quello di Jaspers, riconoscere le applicazioni psichiatriche dell'esistenzialismo, appunto di Jaspers e Binswanger, infine approdare alla logoterapia di Frankl.

Possono ispirarsi all'antropologia clinica esistenziale tutte le professioni d'aiuto; medici psichiatri, psicologi, psicoterapeuti, counselor, mediatori, assistenti sociali, consulenti filosofici e tutte quelle professioni che rientrano nell'ambito dell'Education, educatori, docenti, formatori etc.

I principi base dell'antropologia clinica esistenziale sono:

La centralità della persona, riconosciuta come unica, irripetibile ed irriducibile, immersa in un mondo di possibilità.

La professionalità [che] agisce in un rapporto duale tra consultante e consulente; i due partecipanti al dialogo possono essere due persone come due gruppi o un gruppo consultante che si rivolge ad un consulente professionista d'aiuto.

L'atteggiamento del professionista d'aiuto, ispirato alla epochè, vale a dire ad una sospensione del giudizio, quindi non colui che valuta e consiglia, ma colui che aiuta l'altro all'emersione delle sue possibilità nascoste, per una risoluzione delle problematiche del momento.

Lo strumento principale è la comunicazione: diverse modalità d'approccio possono riconoscere diversi strumenti comunicativi.

Se si escludono gli interventi 'medici' dello psichiatra o dello psicoterapeuta, orientati ad una qualche forma di malattia, la maggior parte degli interventi dei professionisti d'aiuto che si ispirano all'antropologia clinica esistenziale è orientato su un problema focale, legato al momento ed alla situazione attuale esposta dalla persona consultante”.⁵

diretta dal torinese Lodovico Berra con una costola napoletana, affidata all'associazione Metis di Giovanna Borrello. Ambedue le scuole hanno avuto come “padrino” di eccezione Umberto Galimberti, guru d'eccezione, sociologo, psicologo e psicoanalista junghiano che, nel suo “*La casa di Psiche*”, ha sostenuto essere la filosofia la precorritrice della psicoterapia e, per certi versi, più completa ed efficace. Un'ottica particolare è quella della Psicofilosofia, che ha sede a Genova e che attua una particolare sintesi tra psicologia e filosofia; tra gli altri nomi ricordo Giusy Randazzo. In un'ottica particolare si situa la scuola che fa capo all'Istituto di Filosofia e Antropologia Clinica Esistenziale, di Guido Traversa, che ripropone la consulenza filosofica sostenuta e riattualizzata da un collaudato strumento d'aiuto quale la logoanalisi coscienziale, messo a punto dalla scuola di Counseling Esistenziale che fa capo a Ferdinando Brancaleone e Gianfranco Buffardi ed al loro Istituto di Scienze Umane ed Esistenziali: istituto legato alla psicoterapia e psichiatria esistenziale che propone da venticinque anni un modello di intervento in cui l'atteggiamento filosofico esistenziale è fondante.

⁵ Dall'homepage del sito www.isue.it.

A questi principi si aggiunga la necessaria riflessione sulla comprensione dell'altro che si richiama alla dicotomia jaspersiana del *verstehen/erklären*; essa risolve la problematica dell'impossibilità della categorizzazione del singolo che è, in fondo, anche il limite della speculazione scientifica di discipline quali la psichiatria e la psicologia clinica. La mente umana non può essere ridotta e smembrata in un'opera di ingegnerizzazione che ne consenta la chiarificazione meccanicistica; l'unico approccio all'altro consentito al professionista, che non può, quindi, adoperarsi nel ruolo di un meccanico specializzato, è quello della comprensione.

Nel linguaggio quotidiano comprendere e capire assumono, a volte, ruolo di sinonimi; Dilthey (1974), separando le *Naturwissenschaften* dalle *Geisteswissenschaften* (scienze della natura e scienze dello spirito), sottolinea come il *verstehen* implichi la contestualizzazione storica laddove l'*erklären* ricerchi la consequenzialità logica.

Ma l'operazione della comprensione è più complessa, contro intuitivamente, dell'operazione del chiarire; affinché io comprenda l'altro, infatti, devo essere in grado di:

- sospendere il giudizio (epochè)
- creare un rapporto empatico
- dare senso al rapporto creato.

L'epochè

Il concetto di epochè, sovente attribuito al pensiero husserliano, attraversa tutta la storia del pensiero occidentale, e suoi analoghi possono ritrovarsi anche nelle discipline orientali.

Con il significato di "dubbio" per gli antichi greci, ne ritroviamo una particolare accezione nel filosofo Pirrone (filosofo scettico), che la significava come sospensione di giudizio ("la stessa cosa appare diversamente a persone differenti e di conseguenza è impossibile sapere quale opinione sia corretta: di conseguenza il nostro atteggiamento verso le cose è la completa sospensione di giudizio"⁶).

Quando Edmund Husserl riprenderà questo concetto nel suo *Idee per una fenomenologia pura e per una filosofia fenomenologica* ne traccia i percorsi naturali ed immediati dell'esperienza esistenziale: "Quanto noi di volta in volta percepiamo e chiaramente od oscuramente ci rappresentiamo del mondo naturale, in breve quanto ne sappiamo sperimentalmente prima di ogni pensare, presenta nella sua totalità, e in ogni parte articolata che se ne tragga fuori, il carattere essere 'qui', 'alla mano': un carattere su cui essenzialmente è possibile fondare un esplicito (predicativo) giudizio d'esistenza tutt'uno con esso [...]" (1965, pag. 176-182). Un giudizio, quindi, su qualcosa che è già fenomenicamente lì alla nostra portata. Husserl continua: "Ora noi possiamo procedere verso questa tesi potenziale e non espressa esattamente come verso quella giudicativamente esplicita. [... Nell'epochè] la tesi permane in sé quella che è, noi per

⁶ Da Wikipedia: Pirrone

così dire la mettiamo ‘fuori azione’, la ‘neutralizziamo’, la mettiamo ‘in parentesi’. [...] Possiamo anche dire: la tesi è un Erlebnis, ma noi non ne facciamo alcun uso, [...] la tesi viene ‘fuori azione’ [...] e si tramuta così nella modificazione ‘tesi in parentesi’, come il giudizio si tramuta in ‘giudizio in parentesi’” (Ibid.).

Husserl partendo dall’assunto che nessun oggetto può dirsi già completamente noto e nulla deve essere considerato tanto semplice da potersi dire ovvio, assume il concetto di epochè quale strumento del metodo fenomenologico.

“Il termine ha una storia molto importante nello sviluppo della filosofia: già con la scuola stoica sta ad indicare due atteggiamenti fondamentali: da una parte il ritiro del filosofo ha una connotazione morale, significa, cioè, prendere distanza dagli affanni del mondo per conquistare una dimensione di acquisizione del controllo di sé attraverso l’esercizio dell’autodisciplina. Nel primo paragrafo delle Meditazioni Husserl si richiama a questa accezione del termine, quando afferma che la filosofia è una forma di *sagesse*, e quindi appartiene alla dimensione esistenziale dell’uomo-filosofo. In secondo luogo l’epoché sta ad indicare un procedimento logico-conoscitivo: essa consente di procedere in base a regole di chiarezza e ad un ordine gerarchico nell’attività della conoscenza, che garantisce correttezza e chiarezza nei singoli momenti di pensiero e nella formazione delle teorie. Husserl è ritornato più volte su questo particolare punto della sua teoria poiché lo ha ritenuto fondamentale (Natalini, 1998)”.

Nel lavoro di counseling l’epoché è anche un atteggiamento: un atteggiamento etico, positivo, rispettoso delle istanze del consultante.

“Nella prassi terapeutica la sospensione del giudizio dell’osservatore può essere propria del terapeuta, che ha, fra le sue possibilità quella di trasferirla alla Persona, che può così apprenderla e sospendere il “suo giudizio” sul suo vissuto e “autodistanziarsi” da esso. Ciò che può accadere o non accadere, possibilità che sì, possibilità che no; la possibilità è diversa dal determinismo della verità: A è A, ma è anche diversa dall’indeterminismo: A può essere con-temporaneamente A, B, C, D etc. L’epoché rappresenta quel momento della consulenza in cui il consulente non fa pesare la sua presenza, ma lascia il consultante libero di arrivare da sé alle proprie conclusioni, aiutandolo con le domande proprie del metodo logoanalitico” (Buffardi G., 2009).

Strumento fondamentale per il rapporto dialogico, è quindi strumento per le professioni d’aiuto di matrice esistenziale e, soprattutto, per la consulenza filosofica; bisogna riconoscerne l’importanza ma anche i limiti, come afferma Brancaleone: “[...] nella Consulenza Filosofica, improntata alla pratica del dialogo logo-analitico, occorre, in primo luogo, saper esercitare quella che è stata definita “[...] la funzione centrale dell’intelligenza umana: la capacità di sapere di non sapere, cioè di sospendere ogni fattore di pre-comprensione” (2008, p. 23). Come affermava già W. R. Bion, “[...] bisogna essere liberi da comprensione, da memoria e da desiderio [...], per liberare l’intuizione dalle opacità che la offuscano, per vedere le cose come sono, e non come ci aspettiamo che siano” (Ibid.). In secondo

luogo, però, per quanto assidua sia la disciplina logico-analitica di sospensione dei pre-giudizi, è bene avere la consapevolezza e l'umiltà di riconoscere di non poter mai conseguire una reale obiettività. E' in questo senso che “[...] la disciplina personale di sospensione dei pregiudizi è necessaria, ma non sufficiente” (Brancaleone, 2008)

L'epochè e la non invasività

Uno degli autori, da decenni formatore di counselor, si trova sovente a dover ripercorrere il concetto di “giudizio” per consentire ai formandi la comprensione dell'epochè. Il punto cruciale che esprime la difficoltà del singolo formando è, infatti, il riconoscimento dell'attività giudicante. Chi si forma come professionista d'aiuto deve raggiungere la consapevolezza della propria costante attività giudicante: la mente “giudica” ogni messaggio (inteso quale item comunicativo, vocale/non vocale, verbale/non verbale, analogico/digitale etc.), il giudizio è alla base del riconoscimento e esiste un riconoscimento “cosciente”, mediato dalla conoscenze, ed un riconoscimento subliminale, intuitivo, immediato, che completa la nostra attività giudicante.

È impossibile non giudicare, impedirebbe il riconoscimento dell'altro, del contesto, dei messaggi.

La particolarità del dialogo d'aiuto pone, poi, un'altra difficoltà intrinseca nel rapporto: il consultante ricerca l'indicazione, l'orientamento nelle parole del consulente, salvo poi recepirle in modo del tutto personale. Il consulente giudica ed è costantemente stimolato a giudicare dal consultante.

Solo attraverso il riconoscimento di questa complessa attività il consulente può esercitare l'epochè: la sospensione del giudizio presuppone la presenza del giudizio ed il riconoscimento da parte del consulente.

Il giudizio, sospeso tramite l'epochè, resta patrimonio del consulente ma non invade il rapporto: l'epochè orienta eticamente il rapporto d'aiuto, in quanto l'assenza di invasività, il non implicare l'elaborazione giudicante del consulente nel rapporto lascia libero spazio alla possibilità di un ricondizionamento autonomo del consultante.

Apprendere la sospensione del giudizio, l'epochè, è un processo complesso, un allenamento ad un atteggiamento mentale che implica la messa in discussione di procedure apprese molto precocemente. Sarebbe praticamente impossibile raggiungerla senza strumenti adeguati.

Nella formazione dei professionisti d'aiuto è risultato utile all'apprendimento dell'epochè un procedimento che parte da una prima fase in cui il giudizio si riconosce e si stressa, per poi sperimentare la sospensione in una seconda fase, attraverso gli strumenti comunicativi che risultino non invasivi, per eccellenza la logoterapia coscienziale.

Logoterapia coscienziale

La logoterapia coscienziale favorisce l'epochè.

“Nell’ambito della Logodinamica Generativo-Trasformativa, viene denominata Logoanalisi Coscienziale l’opera del terapeuta volta a rendere sempre maggiormente chiara ed esplicita la struttura profonda, sottesa alle strutture superficiali attraverso cui ha luogo la comunicazione del paziente” (Brancaleone, 2005).

La logoanalisi è uno strumento che utilizza interventi mirati a portare il “consultante” ad avere accesso alle proprie strutture profonde di linguaggio e di pensiero: il linguaggio usato quotidianamente da un individuo, a prescindere dal suo livello di scolarizzazione, ha una struttura comunicativa molto più immediata dei pensieri e dei meccanismi sottostanti. Nel parlato quotidiano emerge una “struttura superficiale del linguaggio” che corrisponde a una “struttura profonda” non sempre immediatamente cosciente a chi l’esprime

Il consulente che utilizza la logoanalisi coscienziale non fa altro che invitare lo stesso “Consultante” ad approfondire i periodi da lui espressi nel linguaggio ordinario; in questo modo, la persona è portata a riflettere ed approfondire le sue stesse sensazioni su di un determinato aspetto della propria esistenza.

“La Logoanalisi Coscienziale si propone come metodica di intervento che, partendo dall’analisi degli enunciati della comunicazione (struttura superficiale o struttura fenomenica), tende a facilitare la chiarificazione del modello di riferimento linguistico-esperienziale (struttura profonda o fondo linguistico-esistenziale), che funge da guida ed orientamento impliciti nella concreta esistenza di ogni essere umano (Brancaleone, 2005).

Il linguaggio è un modello. Generare un modello comporta necessariamente un’opera di selezione, di generalizzazione e di trasposizione rispetto a ciò di cui il modello è rappresentazione. Denominiamo tale opera col termine di trasduzione modulare. Costituendo il linguaggio una trasduzione modulare dell’esperienza interna ed esterna dell’individuo, risulta inevitabile che nella struttura linguistica siano presenti processi di selezione, di generalizzazione e di trasposizione, la cui individuazione costituisce l’obiettivo preliminare della Logoanalisi Coscienziale (Ibid.).

All’interno della trasduzione modulare linguistica, il processo di selezione origina necessariamente ambiti di cancellazione, così come i processi di generalizzazione e di trasposizione comportano di necessità ambiti di vaghezza e/o di deformazione per quanto concerne i particolari e la specificità del materiale esperienziale oggetto della trasduzione linguistica (Brancaleone, 1989)⁷.

Individuati preliminarmente gli ambiti di selezione e/o di generalizzazione e di trasposizione, presenti nella struttura superficiale della comunicazione, ulteriore obiettivo della Logoanalisi Coscienziale è quello volto all’individuazione di eventuali incongruenze presenti in tali ambiti. In altri termini, all’interno della struttura superficiale della comunicazione risultano spesso presenti ambiti eccessivamente estesi di cancellazione, di vaghezza e di deformazione, per cui i fenomeni di selezione,

⁷ Cfr. inoltre Bandler R., Grinder J., 1981.

generalizzazione e trasposizione, contenuti nella struttura fenomenica del linguaggio, oltre a rivelarsi inadeguati alla corretta e piena comprensione di quanto comunicato, originano da (ed evidenziano) un modello di riferimento linguistico-esistenziale incongruo e, sovente, fonte di limite e sofferenza.

La Logoanalisi Coscienziale si propone, quindi, di aiutare a valutare l'eventuale inadeguatezza della struttura modulare comunicativa, al fine di ridurre gli ambiti di incongruenza e di rendere sempre maggiormente chiara ed esplicita la struttura fenomenica della comunicazione, affinché essa rappresenti una valida ed adeguata trasduzione modulare del corrispondente e sottostante fondo linguistico-esistenziale (Brancaleone, 1990).

Etica del rapporto.

Grazie al raggiungimento dell'epochè il rapporto consulente/consultante può rispettare il principio etico di modularità tra un atteggiamento complementare ed una reciprocità simmetrica.

Riferendosi al rapporto psicoterapeutico, concetti estensibili ad ogni professione d'aiuto, compresa, quindi, la consulenza filosofica, Brancaleone sostiene:

“6. Sinteticamente, è possibile affermare che l'aspetto di relazione (o rapporto), presente in ogni umana comunicazione, può configurarsi secondo la “forma” della complementarietà (relazione up/down) o della simmetria (relazione paritetica)⁸ .

6.1. Un congruo adeguamento all'etica della responsabilità, nell'ambito della psicoterapia, comporta che il paziente colga da parte del terapeuta una modalità comunicativa improntata ad una relazione complementare per quanto comporta il ruolo, ma simmetrica per quanto concerne l'essenza.

6.2. In altri termini, il terapeuta deve essere in grado di porre in essere (e comunicare in maniera esplicita e/o implicita) la propria relazione one-up, per quel che riguarda la propria competenza, preparazione ed abilità professionale; nel contempo, il paziente deve poter percepire nell'atteggiamento del terapeuta un'autentica posizione relazionale simmetrica (“tu vali come valgo io; io valgo come vali tu”; “ognuno di noi vale nella propria unicità ed irripetibilità”) per ciò che concerne il proprio valore d'essenza (Brancaleone, 2010).

La responsabilità del terapeuta è sostenuta dall'abilità di sospendere il giudizio e dalla sua capacità di riconoscere la fallacia di questa stessa abilità, la sua possibile non obiettività.

Uno strumento dialogico, anzi un complesso atteggiamento psicologico come quello della logoanalisi coscienziale, favorirà questa assunzione di responsabilità e gestione il più obiettivo possibile del rapporto da parte del terapeuta.

⁸ Cfr. anche Watzlawick P.-Beavin J. H.-Jackson, 1967, pp. 60 e seg.

Counseling (consulenza) filosofico.

La consulenza filosofica, quale professione d'aiuto, è una metodologia di integrazione tra saperi e competenze. In questo senso necessita di un complesso lavoro personale del professionista ed un approfondimento dell'epistemologia che è alla base del suo intervento. Infatti cardine del problema dell'integrazione è la congruità dei modelli di riferimento tra i diversi approcci che intervengono sul problema, sia esso psicopatologico, esistenziale, sociale o eminentemente filosofico. Gran parte dei modelli psicologici è caratterizzata dall'acceso determinismo: in questo senso il determinismo crea incomparabilità tra i modelli e, quindi, un'impossibilità integrativa.

Ipotizzare una completa integrazione impone il distanziarsi dalla logica determinista; l'approccio fenomenologico, inteso nel senso più ampio, riducendo al qui ed ora ogni emergenza clinica, è una valida base per un modello integrato in psichiatria; il costrutto esistenziale ne caratterizza la propositività terapeutica.

Proprio dal nucleo fenomenologico emerge lo strumento dell'epochè ed esso stesso diventa, quindi, un elemento della formazione del singolo consulente filosofico (così come lo dovrebbe essere di ogni altra professione d'aiuto; considerate alcune modalità operativa della psicoterapia o della psichiatria, il condizionale è d'obbligo!).

Fondamentale resta lo strumento della logoterapia coscienziale, assolutamente non esclusivo, ma certo preferenziale per la intrinseca capacità di facilitare il compito del consulente nella propensione e progettazione dell'epochè.

Al giudizio contrapposiamo il dubbio, l'assenza di certezze, una norma che modera il "suprematismo terapeutico", il sentirsi, quale professionista d'aiuto, in grado di conoscere e agire secondo certezze. Non possiamo non ricordare, come già in altri lavori, ancora Jaspers: "Devo quindi restare costantemente nel dubbio, non abbandonarmi alla sicurezza, non fare perno su un punto ritenuto fuori discussione perché mi appare chiaro e lo giudico vero. Questo genere di certezza privata è la forma che svia nell'infondata affermazione di sé" (Jaspers K., 2010, p. 106).

Bibliografia

Achenbach G., *La consulenza filosofica*, Apogeo, Milano 2004

Bandler R., Grinder J., *La struttura della magia*, Astrolabio, Roma, 1981

Boscaino F., Buffardi G., *Psychiatric help: 5 cents*, Aracne, Roma 2007

Brancaleone F., *Existenzia*, Ed. OFB, Napoli 2004

Brancaleone F., *Logodinamica generativo-trasformativa*, Ed. OFB, Napoli 2004

Brancaleone F., "Logoterapia Coscienziale e Logodinamica Subliminale", in *Simposio. Rivista di Psicologi e Psicoterapeuti*, Anno 4, Numero 2 2008

- Brancaleone F., “Etica della comunicazione in psicoterapia” (pro manuscripto, §5), Relazione XI Congresso S.I.F.I.P. (Società Italiana per la Formazione in Psichiatria – Sezione Speciale S.I.P.), *Nuovi paradigmi della psichiatria: attualità e prospettive nella ricerca e nella cura*, Castel di Sangro, Febbraio 2010
- Brancaleone F., Buffardi G., “Il modello esistenziale come approccio globale alla psichiatria integrata”, in *Lo psichiatra e i suoi pazienti*, Atti XL Congresso S.I.P., Palermo 1997, Idelson Napoli 1998
- Brancaleone F., Buffardi G., *Manuale di Counseling Esistenziale*, SEAM Roma 1999
- Brancaleone F., Buffardi G., Traversa G., *Helping. Le professioni d'aiuto: dall'antropologia esistenziale alla consulenza filosofica*, Ed. Melagrana, Caserta 2008
- Buffardi G., “Antropologia clinica esistenziale e neuroscienze: confronti e compatibilità”, in *L'Altro*, anno XII, n° 1, 2009
- Capizzi A. (a cura di), *I sofisti*, La Nuova Italia, Imola 1976
- Carere-Comes T., “Il metodo scientifico nella psicoterapia e nel counseling”, in “*Simposio. Rivista di Psicologi e Psicoterapeuti*”, Anno 4, Numero 2, Settembre 2008.
- Chomsky N., *Saggi linguistici 2: La grammatica generativa trasformativa*, Boringhieri, Torino 1979
- Dilthey W., *Introduzione alle scienze dello spirito*, Le Monnier, Firenze 1974
- Fornero G., Tassinari S., *Le filosofie del novecento*, Bruno Mondadori Ed., Milano 2002
- Frankl V. E., *Logoterapia e analisi esistenziale*, Morcelliana, Brescia 1977
- Hadot P., *La filosofia come modo di vivere*, Einaudi, Milano 2008
- Harper R., *L'esperienza esistenziale*, (1972), Il Pensiero Scientifico Ed., Roma 1975
- Husserl E., *La crisi delle scienze europee*, Einaudi, Torino 1965
- Jaspers K., *Filosofia 2, Chiarificazione dell'esistenza*, Mursia, Milano 1978
- Jaspers K., *Introduzione alla filosofia*, Cortina, Milano 2010
- Kierkegaard S., *Il concetto d'angoscia*, SE, Milano 2007
- Marinoff L., *Platone è meglio del Prozac*, Piemme, Milano 2001
- Miccione D., *La consulenza filosofica*, Xenia, Milano 2007
- Natalini E., *Dialoga con Husserl*, © 1998
- Piro S., *Antropologia trasformativa*, Franco Angeli, Milano 1993
- Pollastri N., *Consulente filosofico cercasi*, Apogeo, Milano 2007
- Sautet M., *Socrate al caffè*, Ed. Ponte alle grazie, Milano 1997
- Traversa G.: “L'esame del dettaglio nell'etica della scienza”, *Mondo Intermedio* 2004, www.mndointermedio.it, sez. Bioetica e Psichiatria.
- Watzlawick P.-Beavin J. H.-Jackson Don. D.: *Pragmatic of Human Communication. A Study of Interactional Patterns Pathologies, and Paradoxes*, 1967
- Wikipedia: *Pirrone*

Realtà e verità in Kant e Freud (I parte)

Pietro E. Pontremoli

Abstract

Con il presente articolo intendo approfondire la questione inerente la realtà in funzione dell'applicazione nell'ambito del counseling filosofico. Quello che esporrò può essere diviso in due parti. La prima farà riferimento alla genealogia della parola "realtà", la seconda riporterà una parte del pensiero kantiano e della scienza freudiana sull'argomento. Il presente intervento rappresenta un'introduzione teorica che avrà il suo compimento pratico in un ulteriore scritto nel numero successivo della nostra *Rivista*.

Parole chiave

Realtà – Verità – Scienza – Nevrosi – Psicosi

Trattare della realtà e della verità significa parlare della storia dell'uomo e dell'evoluzione del pensiero occidentale.

Non sono, però, così megalomane ed avventato da voler affrontare qui – né altrove – millenni di storia del pensiero.

Più modestamente intendo presentare il percorso che la parola "realtà" ha seguito e le riflessioni filosofiche e scientifiche di Kant e Freud.

Nello sfogliare gran parte dei vocabolari di lingua latina, la parola *realitas*, da cui, come si legge nella Treccani, "realtà" deriva, non c'è.

Questo ha un motivo, ovviamente.

Se cercate "realtà" troverete che in latino si dice *veritas*.

Il sostantivo *res*, che compone *realitas* infatti, significa "cosa"¹, "fatto", "realtà", "verità", ma solo nel latino medievale (si veda il dizionario Campanini-Carboni), ed in particolare nel linguaggio filosofico, si

¹ È interessante notare che nella *Critica della ragion pura* (2004, p. 139) Kant usa il termine *Sachheit* che significa "cosalità" [vocabolo che invano si è tentato di introdurre nel linguaggio filosofico italiano].

sono formati l'aggettivo *realis* e il sostantivo *realitas* per designare ciò che è relativo a “cosa” in opposizione all'apparenza [purtroppo – per inciso – la consultazione del *Thesaurus Linguae Latinae*, il monumentale dizionario di latino, dalle sue origini fino alla latinità altomedievale di Isidoro di Siviglia, non può offrire ulteriore aiuto, dato che il volume “R” non è ancora stato pubblicato essendo arrivati alla “O”].

Da qui “reale”, “realtà” in italiano ed i corrispondenti nelle altre lingue romanze, nonché i prestiti in inglese e tedesco.

Pare proprio che fino al Medioevo verità significasse realtà.

Non voglio, ora, dilungarmi sulla questione, ma accennare solo ad un'altra cosa.

Di fronte all'esito del pensiero antico cui era stata verificata la sua ultima incapacità di spiegare il reale, si passa al Medioevo in cui è in Dio che il mistero dell'esistenza trova la sua soluzione. Ma non è questo che mi interessa, lo ho riportato per precisione storica.

È nella Scolastica – secondo grande periodo del Medioevo dopo quello patristico altomedievale – che i filosofi, alcuni, si dichiaravano “realisti”, pensando che la verità consistesse in una qualche forma di corrispondenza dei pensieri alla realtà.

In un'accezione più ampia, tipica della Scolastica, “realisti” sono detti coloro che conferiscono realtà agli enti del pensiero.

Dunque, chi diminuisce l'importanza della ricerca della verità è come se diminuisse l'importanza della realtà.

Per dirla in termini di geografia fisica, ad un certo afflusso di realtà dovrebbe corrispondere un certo deflusso di verità.

Rimane, però, una questione che, a mio avviso, è opportuno chiarire o, almeno, problematizzare – parola che non mi piace tanto, ma che mi sembra opportuna in questa sede argomentativa –, quella della *Realität*.

In tedesco “realtà” può essere detto con la parola *Realität* oppure *Wirklichkeit*.

A tutta prima si potrebbe pensare ad un “doppione” usato indifferentemente da non specialisti. E questo è vero.

Ma gli specialisti, ovviamente, non usano uno o l'altro termine a caso.

In effetti, *Realität* è più una realtà delle cose date, presente in sé, mentre *Wirklichkeit* è un “vero” contrapposto a qualcosa di “falso” (invenzione, fantasia, favola), un “effettivamente”. In Freud, per chiarire, *Realität* si riferisce alla realtà psichica, *Wirklichkeit*, invece, alla realtà fuori.

È in Kant, quello della *Critica della ragion pura* e di alcuni manoscritti presenti nell'*Opus postumum*, ma non solo, penso anche ad Husserl, che il concetto di realtà trova un certo compimento.

“Realtà” (*Realität*) è una categoria della qualità corrispondente all’affermazione che va distinta dalla realtà effettuale espressa da Kant con *Wirklichkeit*. Tuttavia, si connette con essa in quanto “la realtà, nel concetto puro dell’”intelletto, è ciò che corrisponde a una sensazione in generale”.

Realität e *Wirklichkeit* sono due categorie che si riferiscono alla sensibilità.

Il concetto kantiano della realtà è affine, per certi aspetti, a quello empiristico, in quanto ciò che attesta la realtà è per lui la percezione, o la connessione con essa: “Ciò che si connette con le condizioni materiali dell’esperienza (della sensazione) è reale”.

La realtà così attestata non è però, per Kant, una realtà in sé, ma una realtà quale appare a un soggetto conoscente finito: non una “*realitas noumenon*”, ma una “*realitas phaenomenon*”. Essa è indipendente dai singoli soggetti empirici, non dal “soggetto trascendentale”. La percezione (o la connessione con essa) può attestare la realtà di una cosa, perché la realtà (*Wirklichkeit*) si distingue dalla possibilità non per contenuto, ma solo perché è un riferirsi del contenuto alla sensibilità, mentre la possibilità si riferisce all’intelletto. Le categorie modali, infatti, “hanno la particolarità di non accrescere punto la determinazione dell’oggetto, ma di esprimere solo il rapporto con la facoltà conoscitiva”. Kant non dimentica del tutto anche un diverso criterio, di natura intellettuale, per contraddistinguere l’esistenza reale delle cose, e cioè la “determinazione completa”: la realtà esistente è perfettamente determinata rispetto a tutti i possibili predicati, mentre una semplice fantasia no. Questo criterio che risale alla tradizione, rimane però inutilizzato nel periodo centrale del criticismo, e torna in luce solo nell’*Opus postumum*, dove conduce all’interessante sviluppo che, poiché una determinazione completa non può mai essere data, ma è come un asintoto a cui si può solo avvicinare, “l’esperienza non può mai dare una dimostrazione sicura dell’esistenza dell’oggetto”.² Questo per ciò che riguarda la realtà come esistenza, contrapposta alla semplice possibilità. La realtà può anche essere vista, però, come presenza, contrapposta alla negazione o assenza, nel qual caso rientra non nelle categorie modali, bensì in quelle della qualità. Kant contraddistingue la realtà in questo significato come *Realität*, chiamando di preferenza *Dasein* (“esserci”) o anche *Wirklichkeit* la realtà come categoria modale (sebbene non sempre la distinzione terminologica sia rispettata). La differenza sta in ciò: la *Realität* che, come categoria della qualità, rientra tra le categorie “matematiche”, riguarda il modo in cui il reale è costituito, mentre il *Dasein*, che rientra tra le categorie “dinamiche”, indica il rapporto della realtà fenomenica con la facoltà conoscitiva del soggetto. Le due categorie, peraltro, sono connesse: dato che la realtà come *realitas phaenomenon* “è ciò che nella intuizione empirica corrisponde alla sensazione”, la quale ha sempre un grado di intensità, il *quantum* di realtà che costituisce la *Realität*, è rappresentato, sul piano intuitivo, dallo

² *Asintoto* («che non si incontra»): in geometria è riferito ad una retta a cui una curva si avvicina indefinitamente. *Asintotico*, nel linguaggio scientifico, è detto di ciò che tende ad avvicinarsi sempre più a qualche cosa senza mai raggiungerla o coincidere con essa.

schema del grado di intensità. Dunque, le due categorie della *Realität* e della *Wirklichkeit* hanno entrambe, sebbene in modo diverso, un riferimento alla sensibilità.

Posteriore al pensiero di Kant, ma ad esso strettamente connesso come mostra un'attenta lettura delle sue Opere, è quello di Freud.

Lo scritto di Freud al quale, in questa sede mi rivolgo, è del 1924 (*La perdita della realtà nella nevrosi e nella psicosi* in tedesco *Der Realitätsverlust bei Neurose und Psychose*), ma mi sono avvalso anche di alcuni degli scritti ad esso correlati e precisamente: *Nevrosi e psicosi* (1923), *Feticismo* (1927), *La scissione dell'Io nel processo di difesa* (1938) e del più "antico" *Le neuropsicosi da difesa* (1894).

Nello scritto che tratto, a mio parere, si possono distinguere – anche per comodità argomentativa ed espositiva – quattro parti: una prima che introduce la formula esplicativa – e dunque anche le mancanza di identità, di somiglianza o di corrispondenza – fra nevrosi e psicosi riprendendo, in parte, quanto già scritto da Freud nel testo precedentemente citato del 1923 (*Nevrosi e psicosi*); una seconda in cui si argomenta sulla nevrosi, una terza sulla psicosi ed una quarta sulle specifiche differenze e sulle caratteristiche comuni fra esse.

All'inizio dello scritto Freud precisa che

“nella nevrosi l'Io, nella sua dipendenza dalla realtà, reprime una componente dell'Es (e cioè della vita pulsionale), mentre nella psicosi questo stesso Io, ponendosi al servizio dell'Es, si ritrae da una parte della realtà. Per la nevrosi sarebbe perciò determinante lo strapotere degli influssi della realtà, per la psicosi lo strapotere dell'Es. La perdita di realtà sarebbe data fin dall'inizio nella psicosi; nella nevrosi, invece, si dovrebbe pensare che tale perdita possa essere evitata” (2000, p. 39).

Il passo citato, i cui contenuti nel 1927 nello scritto sul *Feticismo* verranno esposti in questa maniera, “la differenza essenziale fra nevrosi e psicosi consiste nel fatto che nella nevrosi l'Io, ponendosi al servizio della realtà, reprime una parte dell'Es, mentre nella psicosi, lasciandosi trascinare dall'Es, l'Io si distacca da una parte della realtà” (2000, p. 495), come chiarisce lo stesso autore, riporta argomenti già esposti in *Nevrosi e psicosi* del 1923, nel quale diceva:

“sono giunto a una semplice formula, che si riferisce a quella che è probabilmente la differenza genetica più importante tra le nevrosi e le psicosi: la nevrosi sarebbe l'effetto di un conflitto tra l'Io e il suo Es, mentre la psicosi rappresenterebbe l'analogo esito di un perturbamento simile nei rapporti tra Io e mondo esterno” (2006, p. 611).

Malgrado la formula sia “semplice” – che non significa imprecisa o superficiale –, essa rappresenta il tema centrale perché riguarda l’origine e la formazione delle nevrosi e delle psicosi e, come dirà Freud, “la differenza iniziale si riflette nell’esito finale”.

Ma, nel 1924, nota che

“ciò non corrisponde però in alcun modo all’esperienza che ognuno di noi può fare, e secondo la quale ogni nevrosi turba in qualche modo il rapporto dell’ammalato con la realtà, è per lui un mezzo per ritirarsi da quella e rappresenta precisamente, nelle sue manifestazioni più gravi, una fuga dalla vita reale. Questa contraddizione, pur sembrando piuttosto seria, può essere facilmente eliminata e il suo chiarimento non farà che migliorare la nostra conoscenza delle nevrosi” (2000, p. 39).

È a questo punto che si arriva a quella che ho definito la seconda parte, dedicata alla definizione della fenomenologia della nevrosi, infatti Freud osserva che, la contraddizione di cui sopra, persiste solo se ci si limita a considerare la situazione di partenza che, però, non è ancora nevrosi.

Qui Freud definisce – appunto fenomenologicamente – gli stadi della formazione della nevrosi, cioè ciascuna delle fasi o ciascuno dei gradi attraverso cui si svolge e si attua il processo, lo sviluppo e l’evoluzione della nevrosi:

“la nevrosi consiste piuttosto nei processi che recano un risarcimento all’elemento colpito dell’Es, nei modi in cui il soggetto reagisce alla rimozione e infine nel fallimento di questa. L’allentarsi del rapporto con la realtà diventa allora la conseguenza di questo secondo stadio della formazione della nevrosi, e non dovremmo meravigliarci se l’analisi particolareggiata ci dovesse mostrare che la perdita di realtà si riferisce proprio a quel frammento della realtà in forza delle cui richieste la rimozione pulsionale si era prodotta” (Ibid., p. 39-40).

La nevrosi, che “si accontenta solitamente di schivare una certa parte della realtà”, è l’effetto di una rimozione mal riuscita, come aveva già scritto Freud nelle *Minute* a Fliess.

Nella terza parte, sulla psicosi, Freud specifica che

“Ci si potrebbe ora aspettare che nella produzione della psicosi si verifici qualche cosa di analogo al processo della nevrosi, naturalmente tra istanze differenti; ci si potrebbe cioè aspettare che anche nella psicosi si evidenzino due stadi, il primo dei quali svincoli l’Io (dalla realtà questa volta), mentre il secondo stadio, nel tentativo di risarcire l’Io del danno subito, ristabilisca il rapporto con la realtà a spese dell’Es” (Ibid., p.40-41).

Qualcosa di simile accade nella psicosi, ma “simile” significa che rassomiglia, non che è uguale cioè che non differisce. Nevrosi e psicosi sono come due sistemi simili sotto un determinato punto di vista, ma non sono uguali perché due enti, chiamiamoli **a** e **b**, si dicono uguali se sono la stessa cosa, cioè se coincidono, o, più in generale, se godono delle medesime proprietà in un certo contesto. Ma ciò non è nel nostro caso.

Infatti, nella psicosi

“pure esistono due stadi, il secondo dei quali reca in sé il carattere della riparazione; ma l’analogia sul significato dei due processi non tollera di essere portata più innanzi” (Ibid., p.41).

Questo perché, pur essendo vero che anche nel secondo stadio della psicosi si vuole controbilanciare la perdita di realtà, tuttavia questo non avviene a spese di una limitazione dell’Es, ma per una via diversa e indipendente che porta alla creazione di una realtà nuova e differente ed anche, direi, più agevole, perché non presenta gli stessi impedimenti della precedente.

Vorrei fare notare che accanto alla parola “realtà”, qui, non viene detta “buona” o “cattiva” realtà, ma si puntualizza, mi sembra, l’utilità della realtà creata rispetto alla precedente. D’altronde mi pongo questa domanda: quando una realtà è “buona” o “cattiva” se non dipendentemente dall’utilità che porta, cioè che può essere usata con vantaggio o che reca vantaggio, beneficio e aiuto?

Nel 1894 nel testo *La neuropsicosi da difesa* Freud scriveva, a proposito della follia allucinatoria,

“l’Io si strappa alla rappresentazione incompatibile, ma questa è inseparabilmente connessa a un pezzo di realtà; l’Io, strappandosi a essa, si stacca dunque, in tutto o in parte, anche dalla realtà” (2003, p. 133).

È significativo questo passo, a parer mio, perché si tratta, nell’evoluzione della ricerca scientifica freudiana, di una parte di un testo che introduce concetti nuovi: difesa, conversione, falso nesso, trasposizione dell’affetto.

Ma è anche affrontato un nuovo problema riguardante non più forme nevrotiche, ma psicotiche: quello dei deliri allucinatori, che sarebbero anch’essi dovuti a un processo di difesa, con soppressione di una realtà insopportabile, e sua sostituzione con la rappresentazione delirante. Freud usa a tal proposito per la prima volta l’espressione “fuga nella psicosi” (*Flucht in der Psychose*).

Ritornando al testo si legge che

“Nella nevrosi e nella psicosi il secondo stadio è dunque sorretto dalle medesime tendenze, nell’uno e nell’altro caso esso si pone al servizio del desiderio di potenza dell’Es che non vuole lasciarsi piegare

dalla realtà. Nevrosi e psicosi sono entrambe espressioni della ribellione dell'Es contro il mondo esterno, del suo dispiacere, o, se preferite, della sua incapacità di adattarsi alla dura realtà, all'Ἀνάγκη [necessità]. Nevrosi e psicosi si differenziano in modo assai più netto nella reazione iniziale di partenza che non in quella successiva, che rappresenta un tentativo di riparazione" (2000, p. 41).

Ed ecco che si arriva a quello che citavo prima e che è parte del quarto blocco argomentativo:

"La differenza iniziale si riflette così nell'esito finale: nella nevrosi una parte della realtà viene evitata con la fuga, nella psicosi essa viene ricostruita *ex novo*" (Ibid.).

Questo significa che nel primo stadio abbiamo rispettivamente la sottomissione (per quanto riguarda la nevrosi) e la fuga (per quanto riguarda la psicosi), e così l'esito è diverso poiché nella nevrosi poi si presenta un tentativo posticipato di fuga e nella psicosi vi è una fase attiva di ri-costruzione, e questo significa che

"la nevrosi non rinnega la realtà e semplicemente di essa non vuole sapere nulla; la psicosi invece rinnega la realtà e cerca di rimpiazzarla" (Ibid.).

Insomma, mi sembra che si possa dire che la questione sia anche di tipo gnoseologico perché da una parte non rinnego qualcosa che conosco, perché "la nevrosi si accontenta di schivare una certa parte della realtà", ma non ne voglio sapere, dall'altra rinnego ciò che conosco – in parte perlomeno – e costruisco creativamente una nuova e più utile, nel senso detto sopra, realtà.

Per inciso, sul significato del termine "rinnego" mi pare utile ricordare che nel cap. 8 del *Compendio di psicoanalisi* (1938) Freud distingue fra "rimozione" (*Verdrängung*) e "rinnegamento" o "disconoscimento" (*Verleugnung*), affermando che la rimozione è usata per difendersi dalle richieste pulsionali provenienti dall'interno, mentre del rinnegamento ci si avvale per difendersi dalle pretese della realtà esterna.³

Queste argomentazioni permettono – come Freud rileva – di comprendere cosa sia normale o "sano" – giustamente Freud mette fra virgolette la parola "sano" che, come si direbbe in Logica Fuzzy, è un

³ Scrive Freud in *Feticismo* (2000, p.492): "Un nuovo termine si giustifica solo se dobbiamo descrivere o mettere in rilievo un fatto nuovo: ma non siamo in presenza di un caso del genere. L'elemento più antico della nostra terminologia, la parola "rimozione" (*Verdrängung*), già si riferisce a tale processo patologico. Se in esso vogliamo differenziare in modo più marcato il destino della rappresentazione da quello dell'affetto,447 e riserviamo all'affetto il termine "Verdrängung" [rimozione], allora per indicare il destino della rappresentazione la denominazione corretta in lingua tedesca è Verleugnung [rinnegamento, disconoscimento]"

termine vago cioè incerto, indeterminato, non ben chiaro né definito, si pensi all'argomentazione sofistica del sorite come esempio di vaghezza ed impossibilità di precisa distinzione.⁴

Dicevo che in questo passo si comprende cosa sia normale e “sano” perché ognuno ha a che fare con la realtà, è nella realtà, dunque ognuno ha “un comportamento che unisce determinati tratti di entrambe le reazioni, che al pari della nevrosi non rinneghi la realtà, e che però poi, come la psicosi, cerchi di modificarla. Questo comportamento normale e adeguato porta naturalmente a un lavoro di manipolazione esterna sulla realtà e non si accontenta, come la psicosi, di modificazioni interne [...]” (2000, p. 41).

Questo è un comportamento alloplastico cioè la normale reazione di adattamento che consiste in una modificazione dell'ambiente circostante e dunque esterno.

Come nella geologia la parola “modellamento” indica l'insieme delle modifiche che lentamente e progressivamente gli agenti esogeni (detti appunto *modellatori*) operano sulle forme della superficie terrestre, così in Freud si legge che

⁴ Quella del sorite è un'argomentazione sofistica (nota anche come sofisma del mucchio o dell'acervo) attribuita a Eubulide di Mileto e largamente usata dagli scettici greci per dimostrare l'impossibilità di distinguere il vero dal falso. Il modo più comune con cui essa era formulata era il seguente: il primo granello non costituisce mucchio, il secondo neppure ecc.; o il mucchio non si costituisce mai o, se si ammette che si costituisce per l'aggiunta di un dato granello, si deve concludere che è stato quel solo granello a far essere il mucchio. La Logica Fuzzy, nella teoria dei sistemi, è un tipo di rappresentazione ideata verso la fine degli anni 1970 da Zadeh, della *University of California* a Berkeley, ma affermata solo a partire dagli anni 1990, che ha l'obiettivo di rappresentare il più fedelmente possibile, su sistemi a logica binaria, il modo di ragionare tipico della mente umana. Il ragionamento umano ammette, infatti, la possibilità di passare da un concetto a un altro gradualmente, mentre ciò non è possibile nella logica booleana, in cui la definizione stessa di insieme ordinario (*ordinary set*) comporta che l'appartenenza di un elemento a un insieme corrisponda a un concetto binario, potendo assumere i due soli valori {1,0}. La logica fuzzy si basa su una definizione di insieme fuzzy (*fuzzy set*) in cui l'appartenenza di un elemento all'insieme può assumere tutti i valori compresi nell'intervallo [0,1]. Nella logica fuzzy è possibile considerare un determinato valore non come esclusivamente appartenente a un singolo insieme, bensì come simultaneamente appartenente, anche se in misura differente, a più insiemi distinti. Per es., il concetto tiepido, che di fatto si pone in una posizione intermedia fra caldo e freddo, può essere considerato come appartenente per il 50% all'insieme caldo e per il 50% all'insieme freddo. Questo modo di procedere fornisce quindi la possibilità di rappresentare la gamma di valori compresi fra due valori estremi, assegnando a ogni valore compreso nell'intervallo differenti gradi di appartenenza, e permette il passaggio da un estremo a un altro dell'intervallo complessivo in maniera graduale e progressiva. Dunque, ai concetti logici di vero e falso della logica convenzionale si sostituisce semplicemente un grado di verità che presuppone allo stesso tempo un certo grado di falsità. La capacità della logica f. di trattare tali concetti è stata alla base del suo successo nelle applicazioni più svariate, quali, per es., gli studi di intelligenza artificiale e il controllo di quei sistemi in cui è presente un certo grado di incertezza nei parametri in gioco. La logica fuzzy viene utilizzata in alcuni sistemi di controllo (*fuzzy logic controller*, FLC) per applicazioni anche complesse (di tipo adattivo) e per supporto alle decisioni. In un controllore f. si individuano quattro parti: **a**) un'interfaccia, che provvede a effettuare l'acquisizione delle grandezze di ingresso al sistema, realizza una opportuna mappatura degli intervalli di ingresso ed effettua il processo di conversione del valore numerico della singola grandezza di ingresso in un valore linguistico (tale insieme di operazioni è detto in gergo fuzzificazione); **b**) una base della conoscenza, che rappresenta l'insieme di tutti i parametri del FLC fissati in sede di progetto e che contiene la filosofia di controllo; **c**) una logica decisionale, che è il vero nucleo del FLC, cioè il cosiddetto motore inferenziale del sistema, in cui viene effettuato il processo di deduzione di una o più conseguenze a partire da un insieme di premesse; **d**) un'interfaccia che provvede a trasformare le uscite degli insiemi f. in valori numerici interni agli intervalli delle grandezze di uscita del controllore, già precedentemente normalizzate (tale operazione è detta in gergo defuzzificazione).

“Il rimodellamento della realtà riguarda nella psicosi ciò che si è venuto psichicamente depositando nel soggetto in base ai precedenti suoi rapporti con la realtà stessa; riguarda cioè le tracce mnestiche, le rappresentazioni e le valutazioni che dalla realtà sono state tratte e da cui la realtà è stata finora rappresentata nella vita psichica. Tuttavia questo rapporto non è mai stato qualcosa di concluso e definitivo, nuove percezioni lo hanno costantemente e continuamente arricchito e modificato. In tal modo anche per la psicosi si presenta il compito di procurarsi percezioni tali da poter corrispondere alla nuova realtà che il soggetto si è creato; e l’allucinazione è la strada più radicale per raggiungere questo intento” (ibid. p. 41-42).

Tutto questo processo, che definirei creativo e dinamico di trasformazioni, si svolge lottando contro opposizioni. Non potrebbe essere altrimenti.

Scriva ancora Freud:

“Presumibilmente nella psicosi la parte della realtà che è stata rigettata torna continuamente a imporsi alla vita psichica, così come fa nella nevrosi la pulsione rimossa, ed è per questo che i risultati sono gli stessi in entrambi i casi.

[...]

Vi è dunque un’ulteriore analogia fra nevrosi e psicosi, che consiste nel fatto che in entrambi i casi il compito proprio del secondo stadio fallisce parzialmente, in quanto (nelle nevrosi) la pulsione rimossa non riesce a procurarsi un sostituto vero e proprio e in quanto il rimpiazzamento della realtà non si effettua in forme soddisfacenti (almeno non in tutte le malattie mentali). Tuttavia gli accenti sono diversamente distribuiti nei due casi. Nella psicosi l’accento è posto completamente sul primo stadio, che essendo di per sé patologico porta inevitabilmente alla malattia; nella nevrosi cade invece sul secondo stadio, quello in cui la rimozione fallisce” (Ibid.).

Nel concludere Freud precisa, però, che

“La netta distinzione fra nevrosi e psicosi si attenua per il fatto che anche nella nevrosi non mancano i tentativi di sostituire la realtà indesiderata con una realtà più consona ai propri desideri. La possibilità di far questo è offerta dall’esistenza del mondo della fantasia [...]” (Ibid., p.43).

Ma questo attenuarsi rende possibile un’ulteriore precisazione circa la differenza fra nevrosi e psicosi perché, se pure è vero che il mondo della fantasia svolge anche nelle psicosi la funzione di scrigno dal quale prendere il materiale per la nuova costruzione della realtà, è altrettanto vero che il mondo esterno

della psicosi vuole prendere il posto della realtà esterna, mentre nella nevrosi si appoggia ad una parte di essa.

In conclusione

“sia per la nevrosi sia per la psicosi si presenta non solo il problema della perdita di realtà, ma anche il problema di un suo sostituto” (Ibid.).

Le argomentazioni sopra esposte hanno la funzione, come detto, di gettare maggior luce sul lavoro che il counselor filosofico professionista svolge con i propri clienti.

Al di là della natura delle questioni poste durante gli incontri dai clienti, di una cosa siamo certi: il cliente porta una *sua* realtà che diviene, complessivamente, oggetto di lavoro e indagine.

In particolare, in questa sede, desidero riportare l'attenzione sulla questione della “realtà utile” sopra delineata. Nel momento in cui il cliente descrive la *sua* realtà essa ha o ha avuto, nel momento in cui la persona la ha costruita, un valore funzionale, un senso ed un significato.

Ma per approfondire tutto questo rinvio al successivo articolo.

Bibliografia

Boniolo G., *Metodo e rappresentazioni del mondo*, Bruno Mondadori, Milano 1999

Freud S., *La neuropsicosi da difesa* in *Opere*, vol. 2, Bollati Boringhieri, Torino 2003

Freud S., *Nevrosi e psicosi* in *Opere*, vol. 9, Bollati Boringhieri, Torino 2006

Freud S., *La perdita della realtà nella nevrosi e nella psicosi* in *Opere*, vol. 10, Bollati Boringhieri, Torino 2000

Freud S., *Feticismo* in *Opere*, vol. 10, Bollati Boringhieri Torino 2000

Freud S., *La scissione dell'Io nel processo di difesa* in *Opere*, vol. 11, Bollati Boringhieri, Torino 2003

Kant I., *Critica della ragion pura*, Laterza, Roma-Bari 2004

Kant I., *Opus postumum*, Laterza, Roma-Bari 2004

Pontremoli P., *La conoscenza applicata alla vita. Realtà, verità, ingegno*, FormAcademy, Pavia 2012

La pratica filosofica e l'arte di vivere bene.
Cronaca di un ciclo di laboratori con gli adolescenti
nelle scuole della postmodernità

Luca Nave

Abstract

L'articolo presenta una serie di riflessioni relative all'arte di vivere bene che sono state partorite in un ciclo di laboratori con gli adolescenti delle scuole della Provincia di Torino. La filosofia torna *praticamente* ad incontrare i giovani, e questo nuovo incontro è ricco di sorprese e di immense potenzialità.

Parole Chiave

Vivere bene – Sopravvivere – Pluralismo – Razionalità - Argomentazione.

“Che cosa ci serve per vivere bene?”. Quando, nel corso dei miei seminari con gli adolescenti, rivolgo loro questa domanda, mi capita di incontrare sguardi perplessi e disorientati, neanche chiedessi la dimostrazione matematica della seconda legge della termodinamica. La perplessità e il disorientamento che leggo nei loro occhi esprime uno dei più grandi paradossi cui va incontro l'essere umano nel mondo. Tutti desiderano vivere bene ma pochi sanno con certezza che cosa ci serve per realizzare questo desiderio. La situazione è paradossale perché colui che cerca di vivere bene ma non sa che cosa esso sia, si trova in una condizione assai peggiore di colui che cerca il famigerato ago nel pagliaio. Costui, infatti, sa cosa cercare; ci metterà un mese, un anno, forse tutta la vita ma, prima o poi, lo potrà trovare; mentre colui che cerca la vita buona pur senza aver mai riflettuto a riguardo di cosa essa sia trascorrerà la sua esistenza a cercare qualcosa che non sa cos'è. Il paradosso si complica se consideriamo, poi, che è certamente possibile vivere bene senza conoscere la seconda legge della termodinamica, mentre possiamo solamente sopravvivere ma non vivere bene se non sappiamo in cosa la vita buona consista. Si sopravvive dunque, ma con la costante sensazione che qualcosa, nella vita, stia sfuggendo, e che magari in ciò risieda proprio l'essenziale.

Lo sguardo delle ragazze e dei ragazzi diventano ancora più perplessi e disorientati quando comunico loro che una risposta alla domanda posta in apertura non c'è; almeno, non c'è una risposta che possa rispecchiare la “risposta-soluzione” al quesito relativo alla seconda legge della termodinamica che, per

onore di cronaca e per eventuale curiosità del lettore, possiamo formulare così: *“È impossibile (= altamente improbabile) realizzare una trasformazione il cui unico risultato sia quello di trasferire calore da un corpo più freddo a uno più caldo senza l'apporto di lavoro esterno” (formulazione di Clausius).*

Le due domande – quella sulla vita buona e sulla seconda legge della termodinamica - rimandano a due forme di sapere affatto diverse, per quanto tra loro strettamente intrecciate: la formulazione della seconda legge della termodinamica richiede un sapere scientifico, fisico-matematico, mentre quella relativa al vivere bene implica un approccio filosofico, religioso o artistico in senso lato. Fin dall'antichità si parla infatti di *“arte”* del vivere bene: vivere bene è appunto un'arte, per cui nessuna scienza-sapienza, filosofia o religione è stata in grado di elargire, né potrà mai formulare, una risposta-soluzione definitiva, universale e necessaria, ovvero condivisa e condivisibile da tutta l'umanità. Le scuole filosofiche dell'antichità, le grandi religioni e il progetto illuministico di creare una morale universale erano mosse dal desiderio di elargire una risposta condivisa a quella domanda fondamentale, ma i vari tentativi che si sono succeduti nel corso della storia hanno chiaramente fallito la loro missione, e questo fallimento pare evidente e sotto gli occhi di tutti gli abitanti della società postmoderna.

E allora, si chiedono i partecipanti ai miei laboratori, che senso ha porsi la domanda relativa al vivere bene se, tanto, non c'è una soluzione?

La filosofia, innanzi allo smarrimento che questa e altre domande generano, potrebbe intraprendere tre strade, a cui è possibile attribuire tre diverse denominazioni.

La prima è quella che Karl Jaspers definisce *“filosofia profetica”*, che utilizza metodi, strumenti e dà luogo a un sapere diverso da quello della scienza intesa come *“considerazione dell'universale”*, qual è, ad esempio, la considerazione o formulazione della seconda legge della termodinamica. *“La filosofia – scrive – è sempre stata assai più che una considerazione dell'universale; ha suscitato impulsi, costruito scale di valore, ha dato alla vita umana un senso e un fine, ha procurato all'uomo il mondo in cui sentirsi al sicuro e, in una parola, la visione del mondo. [...] Tale filosofia, che noi chiamiamo profetica, è sostanzialmente diversa da un'astratta considerazione dell'universale, in quanto ci dà una visione del mondo, ci indica un senso e un significato, e costruisce scale di valori che hanno forza di norme”*. E conclude: *“Oggi non abbiamo alcun esempio di filosofia profetica, eccettuato qualche fiacco tentativo di restaurazione romantica”* (1950, p. 13).

Jaspers scriveva queste cose intorno agli anni Venti del secolo scorso e, nel frattempo, non sono nate altre filosofie profetiche; anzi, anche gli ultimi tentativi romantici si sono spenti. Il compito della filosofia dunque, in particolare nel contesto dei laboratori con gli adolescenti, non può essere *“profetico”*: in età postmoderna, quando le grandi profezie o *“meta racconti”* (Lyotard F., 1979) sono tramontati, il compito del filosofo non può essere quello di offrire visioni del mondo, scale di valori, né tracciare itinerari di senso e significato all'umana esistenza. In una scuola sempre più popolata da *“stranieri morali”* (Engelhart T., 1991) e da presunti giovani nichilisti (Galimberti U., 2007) - sul

nichilismo dei giovani ci torneremo – il mio compito non ritengo possa essere quello di offrire idee o modelli di vita buona cui domandare alle ragazze e ai ragazzi di aderire.

La seconda strada che la filosofia potrebbe percorrere per rispondere alla domanda relativa al vivere bene è quella della “storiografia filosofica”: il filosofo potrebbe presentare i vari modelli di vita buona che si sono succeduti nel corso della storia, magari tra Oriente e Occidente. Si tratterebbe di offrire una lunga carrellata di visioni del mondo, idee, credenze e stili di vita buona, magari annettendo considerazioni relative ai vari metodi, strumenti e strategie elaborate dai filosofi, religiosi, sciamani e guru per aiutare l’essere umano a conquistare il fine della vita buona, tra cui poter scegliere. Il filosofo-profeta, in tal modo, assumerebbe le vesti del “presentatore disinteressato” di filosofi e filosofie, qual è, almeno nella parte curriculare, il ruolo rivestito dal docente nelle scuole in cui si studia filosofia, per quanto, per vari motivi che non mi soffermo a sottolineare, le ragazze e i ragazzi trovano molte difficoltà a scegliere un modello di vita buona nella filosofia che si studia tra i banchi di scuola.

La terza strada, quella che percorro nei seminari, è la “pratica filosofica”: la filosofia, in questo caso, non si limita a presentare modelli di vita buona né offre profetiche visioni del mondo, bensì crea il contesto ed elargisce gli strumenti per riflettere, prima ancora che sulle risposte, sulle domande relative all’arte del vivere bene. La filosofia che diventa pratica insegna che non bisogna affrettarsi a dare risposte né aderire, aprioristicamente, a modelli di vita buona, ma che è necessario “abitare l’incanto della domanda”, “stare nella domanda” per indagarne criticamente la complessità e i diversi elementi che è necessario considerare per intraprendere l’itinerario che conduce verso la risposta. La filosofia, in tale contesto, assume una configurazione procedurale che Immanuel Kant (2001) definiva “zetetica”, ovvero indagativa e investigativa, attraverso la quale si costruisce una conoscenza tramite un costante processo di esplorazione e di analisi delle esperienze individuali e sociali, cercando di dare ad esse un senso e un significato attraverso ipotesi, concettualizzazioni, riflessioni e sistemazioni mai definitive. Proprio in considerazione di questo aspetto del sapere filosofico Kant riteneva difficile, se non impossibile, insegnare la filosofia in quanto insieme di strutture formalizzate, mentre credeva proponibile, e auspicabile, insegnare a filoso-fare, ovvero ad intraprendere un percorso “zetetico” all’interno dei problemi e delle questioni che animano il sapere filosofico e offrono costanti elementi di crescita e di sviluppo conoscitivo. Se la configurazione procedurale della filosofia è “zetetica”, il suo *metodo* di lavoro dovrà necessariamente essere euristico, dovrà cioè condurre all’esplorazione, alla scoperta, all’identificazione di sempre ulteriori problemi e spunti di indagine. In questi termini, la filosofia che anima i miei seminari non appare come un prodotto bensì piuttosto come un processo, sostenuto da elementi logici, cognitivi ed emotivi. È un continuo processo di indagine orientato alla costruzione di conoscenze dotate di asseribilità giustificata e di adeguate strutture argomentative, all’interno di una compagine culturale e sociale: il filoso-fare è una forma di pratica sociale (Cosentino A., 2008), ovvero un “dispositivo di riflessività sociale, funzionale alla costruzione-negoziante di

significati condivisi e condivisibili, nonché alla razionalizzazione ed all'orientamento di azioni intelligenti” (Striano M., 2005, p. 48).

La pratica filosofica rimanda a una modalità alternativa di *fare filosofia*, rispetto alla filosofia profetica e alla storiografia filosofica; una filosofia che non si limita dunque a presentare né chiede di aderire a teorie o visioni del mondo, ma offre gli strumenti che permettono di pensare alle teorie e di indagare sul significato delle visioni del mondo incarnate nell'esistenza di chi se ne fa portatore. La filosofia non insegna allora *cosa* pensare bensì permette di condividere un gioco che fa del pensiero un'esperienza aperta, imprevedibile e *trasformatrice*. Si tratta di aprire il pensiero al di là del già pensato, un pensiero che offre la possibilità di pensare se stesso. La filosofia non si esaurisce nel suo essere un luogo in cui si fanno domande e si sollevano dubbi – secondo la natura critico-inquisitiva che condivide con il procedimento della scienza – ma si configura piuttosto come una pratica trasformativa in cui il pensiero, il pensante e il pensato si determinano e si modificano continuamente e reciprocamente, in un lungo processo che, in particolare qualora applicato alla questione relativa alla vita buona, sarà costante e perpetuo, nel senso che assai difficilmente si potrà ottenere una risposta-soluzione simile alla formulazione della seconda legge della termodinamica. La pratica filosofica insegna anzi a dubitare di coloro che offrono formule a buon mercato per ottenere la vita buona, chiedendo di prestar fede a una serie di precetti, norme e comportamenti che, se non altro, permettono di risparmiare la “fatica del pensiero” implicita nella ricerca filosofica. “Una fede che non dubita è una fede morta”, scrive Miguel de Unamuno. E Gustavo Zagrebelsky, indirettamente, aggiunge: “Al di là delle apparenze, il dubbio non è affatto il contrario della verità. In un certo senso ne è la ri-affermazione, è un omaggio alla verità; [...] ma di una verità che ha sempre e di nuovo da essere esaminata e ri-scoperta” (2009, p. VII). Anche sul tema della verità, e su quello del dubbio, torneremo in seguito.

“Allora – incalzo per superare la perplessità iniziale – che cosa ci serve per vivere bene?”. Dalle risposte dei partecipanti ai laboratori emergono idee, prospettive e valori che fanno riferimento all'Amore, all'Amicizia, al Benessere più o meno economico, alla realizzazione di sé nella vita (*Eudaimonia*) e ad altre questioni sulle quali non mi soffermo in queste pagine; ciò su cui intendo invece dirigere l'attenzione del lettore riguarda il fatto che, qualora interpellati sul significato o contenuto associati a tali e tal'altri termini, emerge tra i giovani la convinzione che non esiste un unico modello di vita buona, che ognuno ha il proprio modello, le proprie idee, le proprie credenze e i propri valori, che si coniugano poi nel contesto socio-culturale e politico nel quale si trascorre la propria esistenza nel mondo.

L'aspetto positivo è che, contrariamente a quanto si pensa, tra i giovani affiora la consapevolezza che per vivere bene è necessario accedere, per dirla con Erich Fromm (2001), alla dimensione dell'*Essere* e non solo a quella dell'*Avere* e dell'apparire; sì, insomma, il possesso di *Smart-Phone*, *I-pad*, *Playstation* e degli altri oggetti del desiderio della società dell'ultra-Tecnica, come il fatto di partecipare ai Reality Show e di diventare “belli, ricchi e famosi” non sono condizioni sufficienti per garantire una vita

buona. L'aspetto negativo è che non si crede più nella condivisione dei valori universali: “ognuno ha i propri valori personali e sociali – si narra; chi abita in Europa, in Iran e in Cina, crede in cose affatto diverse riguardo al vero, al bene e al giusto, e ciò che è vero, bene e giusto per ‘noi’ non lo è per altre persone lontane nello spazio e nel tempo (o che magari, afferma qualcuno, sono nostri vicini di casa)”.

Il dialogo filosofico che si sprigiona nei laboratori testimonia, in diversi gradi e secondo diverse prospettive, la grande varietà di usi-e-costumi (*mores*), tradizioni, credenze e valori – in un'espressione – la profonda varietà delle *visioni del mondo* e le differenti forme di vita buona cui i vari soggetti, e le varie società, aderiscono.

Tale varietà esiste eccome nella società postmoderna ma, in fondo, è sempre esistita: nella storia dell'Occidente risale alle narrazioni di Erodoto, di Tacito e dei filosofi dell'antica Grecia di ritorno dai viaggi in Oriente, per giungere fino alle ricerche etnografiche e antropologiche contemporanee che, a sentire Michel Foucault, rappresentano gli strumenti più acuminati per risvegliare la società occidentale dal “sonno antropologico” e per scuoterla da una tradizione che, “fondata sulla sovranità dell'Io penso”, si rivela angusta e limitata nello spazio e nel tempo (1967, p. 366).

Attenzione!, incalza il filosofo: dal momento in cui si sostiene che la varietà delle visioni del mondo e dei modelli di vita buona sono legati alla cultura, alla religione, alla struttura socio-politica, alle contingenze storiche e ad altri peculiari fattori - più o meno soggettivi -, corriamo il rischio di trovarci, con tutti e due i piedi, nel più estremo relativismo, ovvero in quel nichilismo che, a sentire Galimberti (2007), pervaderebbe di sé le giovani generazioni che vivono “nell'epoca delle passioni tristi” (Benasayang M., Schmit G., 2004) e del disincanto del mondo, il cui risultato sarebbe proprio il “politeismo dei valori” e il fatto che “i valori supremi perdono ogni valore” (Nietzsche F., 1974).

Ma allora – chiede il filosofo – siete tutti relativisti?

Chi può annuisce, gli altri esprimono, con i loro occhi, la perplessità e il disincanto.

Ammettere la varietà delle visioni del mondo e della vita buona – continua imperterritito il filosofo - vuol forse dire che esse si equivalgono sul piano morale? Che tutti hanno la stessa legittimità, e che, dunque, vero, buono e giusto sono concetti relativi? Vuol forse significare disconoscere all'etica e ai giudizi morali – che aspirano a ottenere ragioni che possano valere per tutti – la loro legittimità? Oppure possono esistere dei criteri razionali per affrontare, in maniera appunto razionale e argomentativa, i conflitti che inevitabilmente sorgeranno innanzi alla varietà delle visioni del mondo delle persone, delle culture e delle società?

Per mettere alla prova il relativismo e il nichilismo dei giovani leggo loro la seguente notizia:

Sakineh Mohammadi-Ashtiani, 43 anni, vedova e madre di due figli (aizzati, tra l'altro, contro di lei dal tribunale islamico), è stata vista pubblicamente in compagnia di due uomini ed è stata arrestata dalle autorità locali iraniane con l'accusa di “adulterio” e di “concorso in omicidio del marito” (persona

fortemente integralista e violenta). In carcere ha ammesso e confermato queste accuse, per quanto il suo avvocato – subito sospeso dall’esercizio della professione – abbia ammesso che la confessione sia stata estorta con la violenza, dopo due giorni di atroci torture. Comunque sia, la donna ha già subito 99 frustate in pubblico (sotto gli occhi dei figli) che servivano come esempio per tutti. Ora si trova nel braccio della morte ed è in attesa della condanna a morte per lapidazione o per impiccagione. Lo prevede la Sharia, la legge islamica in vigore in Iran. (Fonte: Ansa)

Che effetto fa sentire questa notizia? È *vero* che chi commette adulterio - ed è accusato di concorso in omicidio - merita la lapidazione? È dunque *giusta* la pena comminata a Sakineh? Per quanto la storia di Sakineh si trovi tra l’etica e la giurisprudenza internazionale, un relativista, soggettivistico o convenzionalistico che sia, non dovrebbe scandalizzarsi né ostentare indignazione morale. Se il significato o la validità del giudizio morale è relativo alle preferenze, agli interessi, ai sentimenti o alle credenze del soggetto, da un punto di vista normativo ciò che rende giusto o ingiusto, buono o cattivo, un giudizio morale, fa tutt’uno con ciò che una persona approva o crede giusto o sbagliato, mentre se la validità e la verità delle norme, dei principi o dei valori morali è relativa alle forme storiche, sociali e culturali dei rispettivi codici morali in cui sono incorporati, l’unica ragione che rende vero un principio, e giusta o buona una condotta, risiede nel fatto che tale condotta sia richiesta o proibita dal codice morale in una data società o cultura. Il vero relativista, innanzi alla storia di *Sakineh*, non dovrebbe provare indignazione morale ma assumerla come un semplice fatto di cronaca proveniente da un posto lontano da noi occidentali, come un mero reportage di usi, costumi, credenze e valori diversi dai nostri ma rispetto ai quali non è lecita né opportuna nessuna condanna morale, appunto perché il metro di ciò che è giusto o sbagliato, o buono e cattivo, è sancito dal codice morale di quella specifica comunità. Per la comunità islamica iraniana, vivere bene coincide con il rispetto della legge della Sharia, mentre chi non la rispetta vive male, ed è di cattivo esempio per gli altri, può cioè impedire o distrarre gli altri dalla “vera vita buona”.

Se questa interpretazione del relativismo morale è corretta, posso tranquillamente ammettere che il migliaio di giovani che ho incontrato non è né relativista né nichilista. Nessuno considera – o almeno ha ammesso di considerare – il giudizio morale sulla storia di Sakineh equiparabile al giudizio di gusto per cui noi a pranzo preferiamo mangiare la pasta al sugo, l’iraniano il Kebab e il cinese le pinne di pesceccane. In ambito morale non sembra valere il principio *de gustibus non est disputandum*: emerge anzi la convinzione, tutta da sondare, che la morale non può essere ridotta a un insieme di credenze personali o sociali, senza alcun riconoscimento di validità alla differenza tra il vero e il falso, il bene e il male o il giusto e l’ingiusto. Emerge in maniera lampante che il caso di Sakineh offre un cattivo esempio di “vita buona” e dunque, implicitamente, che esistono esempi “buoni” ed esempi “cattivi” tra cui scegliere, e quindi che sia necessario stabilire dei criteri da porre a fondamento delle summenzionate distinzioni.

Il relativismo ha chiaramente molti limiti, che emergono in tutta la loro potenza quando ne va della vita, della libertà e dei diritti umani delle persone. Proprio per affrontare questi limiti intrinseci al relativismo morale e alle diverse visioni del vero, del bene e del giusto (della vita buona), giunge da diverse parti il richiamo alla necessità di creare una forte convergenza dei soggetti e delle società su una gerarchia di valori condivisi da tutti: la creazione di un'unica morale universale, garanzia di principi veri e di azioni buone e giuste può apparire, almeno a prima vista, la soluzione al difficile governo dei diversi sistemi morali onde evitare che, in assenza di qualunque principio e valore condiviso, si possa degenerare in un'anarchia morale, in casi di soprusi, violenze e in una potenziale guerra di tutti contro tutti di hobbesiana memoria.

Onde evitare che si verifichino casi come quelli di Sakineh - domando -, sarebbe dunque secondo voi auspicabile la creazione di un'unica morale e di un'unica visione del vero, del bene e del giusto da far condividere universalmente a tutte le persone che abitano questo pianeta? Se la vostra risposta è sì, al di là delle difficoltà che questo tentativo implicherebbe, da relativisti corrette il rischio di diventate aspiranti assolutisti. Ciò che sta a cuore all'assolutista, religioso o politico che sia, è mostrare l'esistenza di valori morali e di modelli di vita buona che hanno – e devono avere - validità oggettiva, che non sono legati in maniera contingente ai sistemi morali storicamente determinati oppure alla preferenze delle singole persone che ricercano la vita buona. Negare l'esistenza di un bene e di un male oggettivi e comuni, e il conseguente venir meno di ogni riferimento a valori condivisi è, secondo l'assolutista, l'anticamera della negoziabilità di tutto, anche del primo dei diritti fondamentali, il diritto alla vita.

Ora, l'idea che sta a fondamento delle diverse forme di assolutismo sembra genuina, ma la storia ha dimostrato le difficoltà cui va incontro nel momento in cui si esprime il tentativo di convincere e convertire gli altri ad aderire alla propria visione del mondo che, in quanto fondata su principi, norme, credenze e valori oggettivi, non può che essere l'unica vera, buona e giusta, in maniera auto-evidente e, appunto, assoluta.

Ascoltate, per esempio, le parole con cui George W. Bush difende la visione del mondo e il modello di vita buona degli Stati Uniti, fondata su valori quali la libertà, la giustizia e l'autodeterminazione delle persone che, afferma, *sono giusti e veri per ogni persona, in ogni società*. Sono, dunque, assoluti. Tali valori, di per sé e *prima facie*, sono certamente condivisibili (per quanto bisognerebbe analizzarne i contenuti), mentre non sembra proprio condivisibile la strategia utilizzata per convertire gli altri ad aderire alla propria visione del mondo. Le parole che seguono sono state pronunciate da Bush per giustificare la guerra degli Stati Uniti in Medio Oriente, con la buona intenzione di evitare, tra l'altro, i migliaia di casi simili a quelli di Sakineh:

“I popoli di tutto il mondo vogliono poter parlare liberamente, scegliere chi li governa, praticare la loro religione in totale libertà, educare i propri figli, possedere beni e godere i frutti del proprio lavoro.

Questi valori di libertà *sono giusti e veri per ogni persona, in ogni società*, e il dovere di proteggere questi valori dai loro nemici è la comune vocazione degli amanti della libertà in tutto il mondo e in tutti i tempi”. Citando poco dopo la forza militare e la grande influenza economica e politica degli Stati Uniti, aggiunge che “difenderemo la pace combattendo i terroristi e i tiranni” (2002).

Crederne in valori “*giusti e veri per ogni persona*”, “*in tutto il mondo e in tutti i tempi*”, significa chiaramente negare la relatività e la legittimità dei diversi stili di vita buona per dichiarare al mondo di possedere la Verità, e di sentire il dovere morale di difenderla contro i nemici di essa. Non posso entrare qui nel merito della filosofia politica del governo Bush e dei motivi che stanno spingendo gli Stati Uniti alla guerra in Medio Oriente, né posso dilungarmi a discutere circa il “diritto internazionale” e le modalità con cui evitare casi come quello di Sakineh; il mio scopo è solo quello di far comprendere cosa significhi aderire a una visione del mondo assolutista, che cioè deve essere vera, buona e giusta per ogni persona e per ogni società, e riscontare i limiti che l’assolutista incontra nel momento in cui si trova a dover convincere e convertire chi abbraccia una visione del mondo alternativa.

Tali limiti emergono in tutta la loro potenza in una società popolata da “stranieri morali”, i quali esigono il rispetto dei propri principi, valori e credenze, nella misura in cui ovviamente non si vadano a scontrare con i modelli di vita buona degli altri e con i diritti fondamentali ed inalienabili delle persone appartenenti alle diverse comunità morali. I principali rischi insiti nell’assolutismo si chiamano “dogmatismo” e “fanatismo”, e sono all’origine di conflitti e contrasti etici, politici e religiosi che mettono a repentaglio la coesistenza umana pacifica.

Innanzi ai limiti del relativismo e dell’assolutismo, non sembra esserci alternativa tra l’accettazione della finitezza e mutevolezza dei punti di vista e degli stili di vita buona, e l’aspirazione all’assolutezza del proprio punto di vista, l’unico vero, buono e giusto, con annessa adozione di tutti i mezzi che si hanno a disposizione per convincere, persuadere o convertire l’altro ad aderire al proprio sistema-modello di vita buona.

Siamo così giunti a un vicolo cieco da cui la pratica filosofica non sembra poterne uscire. Che alternativa c’è, infatti, al relativismo e all’assolutismo?

L’alternativa si chiama *pluralismo etico*; come dice l’espressione, chi abbraccia questa posizione parte dalla constatazione che esistono una *pluralità* di modelli e prospettive morali relative alla vita buona che, entro certi limiti e a determinate condizioni, hanno diritto di esistenza e meritano rispetto. Molto spesso il pluralismo viene confuso con il relativismo, per quanto il fatto di prendere atto che esistono diverse visioni del mondo e differenti modelli di vita buona non implica, inevitabilmente, l’assunzione di una posizione relativista sul piano normativo. Mentre il relativista, oltre a sostenere l’esistenza di diverse concezioni morali, afferma che non esistono criteri, più o meno razionali, per preferire una concezione rispetto a un’altra, cioè per attribuire validità al vero, al bene e al giusto, il pluralista invita a difendere

con convinzione il proprio sistema di valori e la propria visione del mondo, pur sostenendo la necessità di elaborare dei criteri che diano un fondamento alla propria visione del mondo in un costante confronto critico e argomentativo con chi abbraccia una visione del mondo alternativa alla propria. L'ammissione di altre visioni del mondo è diverso dal ritenere che l'una valga l'altra, da cui segue la necessità di elaborare criteri razionali per stabilire il valore di verità, giustizia e bontà delle diverse prospettive morali.

Vista in questi termini, la maggior parte dei partecipanti ai laboratori si scopre pluralista. Ma il pluralismo è un valore da realizzare e, come tale, implica degli sforzi e delle rinunce che non sempre – anzi mai – il relativista e l'assolutista sono disposti a intraprendere. Cosa serve, allora, per essere pluralisti? E come è possibile elaborare dei criteri razionali che permettano di stabilire la verità, la bontà e la giustizia insiti nei diversi modelli di vita buona?

La condizione fondamentale risiede innanzitutto nella creazione di un linguaggio comune tra le diverse comunità morali; qualora i membri delle diverse comunità morali si limitassero a usare i peculiari linguaggi delle rispettive visioni del mondo, le varie credenze relative al vero, al bene e al giusto, si genererebbe un dialogo tra sordi, monologhi tra persone che parlano, appunto, linguaggi diversi. Con il termine linguaggio non mi riferisco ovviamente alle lingue storiche dei diversi paesi (inglese, francese, arabo ecc.) quanto piuttosto all'aspetto semantico delle parole, al significato che ogni comunità morale attribuisce alle parole che vengono utilizzate; si pensi, a mero titolo di esempio, al significato del termine "vita" quale viene inteso all'interno della comunità scientifica e atea, di quella cattolica romana o islamica. Se i parlanti attribuiscono a questo termine il significato proprio che esso mantiene all'interno delle singole comunità morali e, insieme, considerano in-sensato ogni altro significato ad esso attribuibile, risulta impossibile stabilire un dialogo tra i parlanti proprio perché essi praticano *giochi linguistici* diversi, usano codici, regole e strategie comunicative che impediscono loro di stipulare accordi circa il significato dei termini utilizzati. Fino a quando i membri di una comunità morale giocano e riconoscono le regole solo degli scacchi, gli altri solo quelle della dama e gli altri ancora solo quelle del tris, e fino a quando essi continueranno a considerare il proprio gioco come l'unico che ha un senso e non ne vogliono sapere di provare ad allargare la loro visione del mondo al gioco degli altri, il pluralismo sarà impossibile da realizzare. Senza il desiderio e la volontà di allargare la propria visione del mondo a quella degli altri e senza il desiderio di stipulare un autentico *Dia-Logòs* (scambio di ragioni e argomentazioni), il pluralismo resterà un vuoto ideale.

In ciò emergono i limiti della posizione pluralista che, come dicevo, implica degli sforzi e delle rinunce: innanzitutto la *rinuncia* a considerare la propria prospettiva morale come l'unica dotata di senso, come l'unica vera, buona e giusta in assoluto, da cui segue lo *sforzo* di voler comprendere la visione del mondo degli altri, essere disposti ad ascoltare empaticamente le loro ragioni e le argomentazioni attraverso un dialogo autentico, inteso, appunto, quale scambio di ragioni e contro-ragioni alla ricerca della verità.

Attualmente la questione del pluralismo è al centro di un dibattito internazionale che abbraccia filosofia, politica, diritto internazionale e le varie scienze umane, sul quale non posso qui soffermarmi per ovvi motivi di spazio. Alla ricerca di un terreno comune tra le diverse comunità morali, visioni del mondo e stili di vita buona al fine di consentire una pacifica convivenza tra gli stranieri morali, diversi autori riscontrano nella razionalità e nella pratica dell'argomentazione le strategie da attuare per stipulare accordi e stabilire un dialogo tra gli stranieri morali. "I criteri della razionalità – scrive John Searle – sono universalmente validi per tutti gli abitanti e per tutte le culture" (2003, p. XV), e offrono la possibilità di stilare accordi tra esseri umani, a condizione, ovviamente, che si impegnano a fornire ragioni e argomentazioni a favore del proprio punto di vista, oltre che, naturalmente, siano disposti ad ascoltare e rispettare le ragioni dell'interlocutore che sostiene un punto di vista alternativo, rinunciando a considerarsi gli unici possessori della Verità.

La razionalità incarnata in una filosofia che diventa Pratica, per tornare là dove eravamo partiti, insegna innanzitutto a distinguere tra verità e credenza, e aiuta a prendere consapevolezza che nelle questioni morali, e in quelle relative all'arte del vivere bene, non è possibile disporre dei criteri di verità che stanno a fondamento della scienza dei fatti o della "considerazione dell'universale" qual era, nel nostro esempio, la formulazione della seconda legge della termodinamica. L'arte del vivere bene, e le questioni morali annesse e connesse, non possono essere dimostrate con argomenti di tipo fattuale, e il disaccordo morale non può trovare una soluzione nella verifica empirica della verità: enunciati come "l'aborto è moralmente inammissibile", oppure "l'adulterio merita la lapidazione" non possono essere dimostrati attraverso la verifica di fatti empirici, diversamente dalla verifica della seconda legge della termodinamica, oppure del fatto che "la macchina è rossa" o "Mario è nella sala accanto" (legge di Hume). Da ciò segue che una posizione morale non può mai essere *vera* ma può essere ben sostenuta o ben argomentata, e le buone argomentazioni saranno convincenti o inefficaci mai evidenti o necessarie. Un maestro dell'argomentazione del calibro di Chaim Perelmann sostiene infatti che "la natura dell'argomentazione e della deliberazione si oppone alla necessità e all'evidenza, perché non si delibera dove la soluzione è necessaria, né si argomenta contro l'evidenza. Il campo dell'argomentazione è quello del verisimile, del probabile, nella misura in cui quest'ultimo sfugge alle certezze del calcolo" (1966, p. 3).

La validità di un'argomentazione non potrà allora risiedere nella dimostrazione apodittica e incontrovertibile della verità ma nella sua capacità di produrre "un effetto di convinzione razionale nell'uditorio", nel grado di persuasione che le ragioni a sostegno delle tesi sostenute riescono ad ottenere. Anche per questo motivo, nel contesto dei più recenti studi sull'argomentazione, si parla di

“nuova retorica” (C. Perelman e L. Olbrechts-Tyteca), sulla quale tuttavia non mi posso soffermare in questa sede.¹

Ritengo qui piuttosto necessario introdurre una distinzione fondamentale, strettamente intrecciata alla separazione tra la filosofia profetica e la pratica filosofica proposta in apertura, tra la *razionalità* che sto delineando nel contesto della pratica filosofica e il *razionalismo* associabile a una filosofia profetica, a una visione del mondo che crede nella verità e in valori assoluti. Questa distinzione apre il discorso relativo al diverso utilizzo che si può fare della *ragione*, intesa, in maniera assai generale, quale facoltà universale per mezzo della quale si esercita il pensiero. La storiografia filosofica mostra le molteplici prospettive – spesso reciprocamente incompatibili - cui questa nozione ha dato luogo. Dalla filosofia greca al neo-razionalismo contemporaneo, passando per i filosofi medievali e moderni da Cartesio a Hegel, la ragione non è stata intesa come semplice strumento di ragionamento e di argomentazione bensì in termini assoluti, come entità suprema che si identifica con la verità ultima del reale, presupponendo, per dirlo in termini hegeliani, che reale e razionale coincidono, ovvero che “ciò che è razionale e reale e ciò che è reale e razionale” (Hegel, 2006, p. 12). Intesa in senso assoluto e quale strumento fondamentale di una filosofia profetica, la ragione ha il compito fondamentale di condurre o di comprendere in sé la verità assoluta, ovvero quello di fornire una giustificazione razionale a una visione del mondo (del vero, del bene e del giusto) con caratteristiche universali e necessarie o “chiare e distinte”.

Quando, nel contesto della pratica filosofica, si parla di razionalità, non si ha in mente questo uso della ragione. Non avendo – in ambito morale, o relativamente alle questioni della vita buona - verità universali da difendere, idee di vero, buono e giusto da sostenere, assolutamente, al fine di convincere e convertire l'altro, l'uso che si fa della ragione è piuttosto procedurale, formale e argomentativo: la razionalità in se stessa, e la pratica dell'argomentazione a cui è strettamente intrecciata, a causa del suo carattere, appunto, formale e procedurale, è un prerequisito del discorso che non dice ciò in cui dobbiamo credere, ma si limita a fornire delle regole di dimostrazione che funzionano sulla base di un insieme di assiomi predefiniti. La logica e la razionalità non si pronunciano su contenuti sostantivi, poiché esse forniscono gli strumenti, non i fini, del pensiero. Esse costituiscono le condizioni di possibilità delle nostre pratiche culturali e linguistiche, cioè i criteri formali e procedurali intersoggettivi che ci consentono di comunicare e valutare i prodotti dell'intelletto umano nella loro dimensione razionale, teoretica e pratica. L'intreccio di teoria dell'argomentazione e della razionalità che sto, seppur brevemente, delineando, “non si limita a presupporre [...] una qualche concezione unitaria della ragione elaborata dal pensiero filosofico” ma “avvia in prima persona una riflessione sulle norme della

¹ Per approfondimento della pratica dell'argomentazione nel contesto delle pratiche filosofiche cfr. Biasin F. (2010) e Contesini S. (2013).

razionalità, determinandole in riferimento all'aspetto intersoggettivo della validità argomentativa" (Cantù-testa bias 121).

Rispetto al razionalismo metafisico, che da alcuni principi generali del sapere intende dedurre logicamente il mondo, o al razionalismo scienziasta-positivista che ritiene di spiegare integralmente il mondo mediante un sistema di leggi di tipo scientifico, da cui segue che le leggi del pensiero dovrebbero coincidere con le leggi dell'essere, la razionalità della pratica filosofica ha piuttosto il compito di analizzare le procedure del discorso, la coerenza tra premesse e conclusioni e gli errori del ragionamento (fallacie, bias, ecc), togliendo alla razionalità ogni riferimento a verità prime, assolute, assiomatiche, autoevidenti. Le effettive costruzioni razionali dell'uomo appaiono dunque come finite e limitate, e hanno come riferimento una razionalità ristretta rispetto al razionalismo metafisico o scienziasta, di cartesiana, hegeliana o positivista memoria.

Dal momento che la razionalità – insieme alla logica e all'argomentazione – in virtù del suo carattere formale o procedurale, non avanza pretese sostantive, non può essere oggetto di confutazione da parte di teorie poiché essa non avanza alcuna affermazione che possa essere "refutata", essendo piuttosto il presupposto su cui poggiano i resoconti intelligibili da noi elaborati, ovvero lo strumento di ogni confutazione.

Per questo motivo sostenevo che la razionalità argomentativa così intesa ben si presta ad essere lo strumento del pluralismo per la pacifica convivenza tra stranieri morali: non avendo verità morali universali o modelli di vita buona da offrire e difendere, essa offre gli strumenti per trovare accordi sul piano morale, ferma restando la volontà dei dialoganti di argomentare la propria posizione e di accogliere, rispettare e tollerare le verità degli altri.

Nel contesto dei laboratori con gli adolescenti la pratica filosofica assume le vesti di una "pedagogia della razionalità argomentativa": crea il contesto per un dialogo tra visioni del mondo e insegna a ricercare la verità attraverso le "ragioni della ragione" piuttosto che le "ragioni della forza", della violenza e dell'inganno. Questa è una filosofia, o meglio, un filoso-*fare* "zetetico" che può essere praticato solo da soggetti che siano aperti al confronto tra punti di vista diversi, che sappiano sostare senza malessere nel dubbio della ricerca e che siano disponibili ad essere coinvolti all'interno di una riflessione razionale e argomentativa, che non può certamente essere esercitata da chi crede di avere la verità in tasca e dunque "vuole avere ragione invece di cercare le ragioni". Qui ci si muove nel terreno impervio situato tra la verità assoluta e la non verità laddove, scrive Bobbio, "c'è posto per le verità da sottoporsi a continua revisione, mercé la tecnica dell'addurre ragioni pro o contro" (1966, p. XIX), nel regno della verità incerta e della logica del revocabile, nello sterminato territorio del pressappoco, in cui pure viviamo e respiriamo, pensiamo e discutiamo. Argomentare è il solo modo per inoltrarsi in questo regno del più e del meno alla ricerca della verità; è il solo modo per cercare una piattaforma comune,

una qualche verità, una ragionevole condivisione. Argomentare equivale ad educarci a questa ricerca, mai definitiva, mai perentoria, sempre pregiudicata. Ma è il modo più civile con cui, senza violenza, possiamo razionalmente convivere, anche perché, aggiungo con Bobbio, “[...] quando gli uomini cessano di credere alle buone ragioni, comincia la violenza” (*Id.*).

La pedagogia della razionalità, nei laboratori con gli adolescenti, si declina allora nella variante di un’educazione al “dialogo filosofico” che, qualora inteso, nel suo senso più ampio, quale “conversazione tra due o più persone, riguardante concetti che sono comuni a tutti noi, centrali per le nostre vite ed essenzialmente opinabili e contestabili” (Santi M., 2005, p. 159), si rivela un potente strumento che può influire sulla ricerca della vita buona. Dal momento che i partecipanti al dialogo filosofico che si sprigiona nelle classi sono interpellati a riflettere su se stessi e sulla propria visione del mondo (Biasin, 2010, pp. 134 e seg.), nonché sul grado di coerenze logica e argomentativa delle proprie credenze, assunzioni, valori e opinioni personali, nel confronto sempre aperto con le visioni del mondo degli altri, si verifica una presa di consapevolezza circa la questione sulla vita buona, si incomincia – come sostenevo in apertura - ad abitare la domanda senza precipitarsi a dare risposte, per coglierne le sfumature e le varianti di senso e significato per la propria esistenza nel mondo con gli altri.

Nella misura in cui il pluralismo invita ad aderire alla visione del mondo che a ciascuno sembra garantire la vita buona, i criteri della razionalità che ne devono costruire un fondamento – onde evitare che si trasformi in relativismo e nichilismo - richiedono di giustificare e argomentare la propria posizione al cospetto degli altri, ad affermare i motivi che stanno a fondamento delle proprie preferenze, credenze e valori, in particolare per tutte quelle faccende che riguardano la sfera intersoggettiva, cioè la propria vita di relazione con gli altri. “In una discussione fondata liberamente su argomentazioni e contro argomentazioni – scrive Biasin – ogni ipotesi, assunzione o credenza messa in campo da ciascun partecipante è obbligata a sottoporsi al vaglio critico di altre menti e visioni del mondo e deve conseguentemente dotarsi di una convincente struttura argomentativa per poter essere accolta consensualmente. Non c’è più spazio in questa pratica per il profetismo filosofico ingenuo, per l’illuminazione intuitiva del pensatore che, talvolta, si dimostra seducente ma carica di fraintendimenti e fallacie: solo ciò che supera un serio vaglio critico altrui può essere accettato” (*Id.*, p. 128).

Nel corso dei seminari si applica la pratica filosofica - la razionalità e l’arte dell’argomentazione che ne costituiscono un fondamento - ai diversi modelli di vita buona e ai contenuti cui i partecipanti fanno riferimento. Non ci possiamo accontentare di sostenere, ad esempio, che per vivere bene servono i valori, ma si ha l’obbligo filosofico di chiedersi perché chi coltiva i valori vivrebbe meglio di chi non li ha, come essi si manifestano nel corso della nostra esistenza, nonché quali sforzi implica l’adesione ad essi. Nella misura in cui non possiamo dire che crediamo quello che crediamo “perché l’ha detto Bush, il Papa o mio cugino”, ma siamo chiamati a fare appello alla razionalità e all’argomentazione, si sviluppa

un dialogo filosofico che aiuta le ragazze e i ragazzi a pensare alla vita buona, e che dunque può rivelarsi uno strumento prezioso per sviluppare l'arte del vivere bene.

Bibliografia

- Biasin F., “L'argomentazione filosofica come forma di comprensione e disciplina della cura di sé”, in Taddei Ferretti C., Nave L., *Pensiero, meditazione, ragionamento. La filosofia in esercizio*, Mimesis, Milano 2010
- Benasayag M., Schmit G., *L'epoca delle passioni tristi*, Feltrinelli, Milano 2004
- Bobbio N., “Introduzione al Trattato dell'argomentazione. La nuova retorica di Perelman C. e Olbrechts-Tyteca L.”, Torino, Einaudi 1966
- Bush G. W., “*The National Security Strategy of the United States of America. Seal of the President of the United States*”, in http://www.cooperweb.it/societaeconflitto/dottrina_bush.html (visitato il 02.06.2013)
- Contesini S., “Argomentazione” in, Nave L., Pontremoli P., Zamarchi E., *Dizionario del Counseling Filosofico e delle Pratiche Filosofiche*, Mimesis, Milano 2013
- Cosentino A., *Filosofia come pratica sociale*, Apogeo, Milano 2008
- De Unamuno M., *L'agonia del cristianesimo*, SE, Milano, 2006
- Engelhardt T., *Manuale di Bioetica*, Il Saggiatore, Milano 1991
- Foucault M., *Le parole e le cose. Un'archeologia del sapere*, Rizzoli, Milano 1967
- Fromm E., *Avere o essere?*, Mondadori, Milano 2001
- Galimberti U., *L'ospite inquietante*, Feltrinelli, Milano 2007
- Jaspers K., *Psicologia delle visioni del mondo*, Astrolabio, Roma 1950
- Hegel F., *Lineamenti di filosofia del diritto. Diritto naturale e scienza dello stato*, Bompiani, Milano 2006
- Kant I., *Antropologia pragmatica*, Laterza, Roma-Bari 2001
- Lyotard J. F., *La condizione post moderna*, Feltrinelli, Milano 1979
- Nietzsche F., “Frammenti postumi 1888-1889”, in *Opere*, vol. III, Adelphi, Milano 1974
- Perelman C., Olbrechts-Tyteca L., *Trattato dell'argomentazione. La nuova retorica*, Torino, Einaudi 1966
- Santi M. (a cura di), *Philosophy for children: un curriculum per imparare a pensare*, Liguori, Napoli 2005
- Searle J., *La razionalità dell'azione*, Cortina, Milano 2003
- Striano M., “Filosofia e costruzione della conoscenza nei contesti di formazione”, in Santi M. (a cura di), *Philosophy for Children: un curriculum per imparare a pensare*, Liguori, Napoli 2005
- Zagrebelsky G., *Contro l'etica della verità*, Laterza, Roma-Bari 2009

Dallo specchio al viaggio.

Il counseling filosofico in un centro antiviolenza di Roma.

Fernanda Francesca Aversa

Abstract

Se il Counseling Filosofico è fenomenologicamente inteso come un viaggio nel mondo-della-vita, privilegiando quali linee-guida della mia analisi due miti dell'antichità, lo specchio e il viaggio, ho seguito alcune tracce alla ricerca del senso di quell'aggettivo, 'Filosofico', declinato insieme al termine Counseling. Una relazione d'aiuto che mediante un nuovo uso della razionalità trasforma le coordinate del nostro modo di abitare il mondo e ci rende homo viator, perché allontanarsi da sé, differenziarsi è l'essenza del viaggio.

Parole Chiave

Situazione-limite - Inquietudine - Erranza - Seconda navigazione - Io-Tu - Ospitalità incondizionata.

Premessa.

Ottobre 2011. Sede della Circostruzione. Al primo piano di una delle torrette di questo complesso di recente costruzione, posto in un'area decentrata e già in condizioni di parziale degrado, ha sede uno sportello di ascolto rivolto in particolare a coloro che abbiano subito una qualunque violenza, mobbing, stalking in famiglia o sul luogo di lavoro e vivano una situazione di disagio esistenziale e/o sociale. Il centro è gestito da un gruppo di operatori che lavorano in sinergia, psicologi, counselor, psicoterapeuti, avvocati e assistenti sociali. Il centro è aperto quattro giorni a settimana in varie fasce orarie e riceve previo appuntamento per garantire uno spazio dedicato di ascolto e accoglienza a chiunque ne faccia richiesta.

Lo sportello opera per la prevenzione delle condotte aggressive, per promuovere il benessere integrale della persona mediante strategie di intervento di rete basate sulla solidarietà e sulla cooperazione sociale, accogliendo le richieste di tutti i cittadini in stato di bisogno, nell'ottica del superamento del disagio legato alle varie realtà di sofferenza.

Il 10 Novembre 2011 con il primo colloquio di counseling filosofico ho iniziato il mio tirocinio che è proseguito fino a settembre 2012 ogni giovedì dalle ore 14, da sola o in collaborazione con una counselor e una psicologa. Di seguito cercherò di fornire un parziale resoconto degli incontri, con

L'intento di trasmettere il senso di profonda e commovente deriva esistenziale di alcune delle consultanti e nel contempo la forza e la bellezza del loro universo emozionale. In particolare, due di loro hanno espresso il desiderio di continuare il percorso intrapreso insieme, il viaggio di scoperta e trasformazione di sé. Un conoscersi che non è più soltanto specularità, ma avventurosa navigazione. Non l'incantato specchiarsi, bensì la dura prova di un processo faticoso, la 'seconda navigazione' a remi di platonica memoria. Ho accolto la loro richiesta e tuttora a cadenza quindicinale avvengono i nostri colloqui presso la mia abitazione-studio.

Approccio, modalità, tecniche, strumenti dei colloqui.

L'approccio adottato con la maggior parte dei consultanti dello sportello, 'gettati' in una situazione-limite, è stato quello fenomenologico-esistenziale, legato in particolare alla filosofia dell'esistenza, per la sua ricerca costante di un senso nel rapporto compromesso con sé e con il mondo intorno.

Riformulazioni e restituzioni le tecniche che ho utilizzato nei primi incontri; successivamente l'esercizio dell'epoché fenomenologicamente intesa, la maieutica socratica e l'indagine sul perimetro della caverna, l'importanza delle first memories e la polifonia delle idee si sono alternate secondo un ritmo alquanto variabile, in assenza di un metodo predeterminato. L'adeguatezza è decisa in base al contesto particolare.

C'è un impressionante bisogno di 'senso', di 'vita', irriducibile a modelli, ribelle a ogni classificazione. Questo in sintesi il portato della mia esperienza di ascolto in uno sportello rivolto al pubblico. E la filosofia è la pratica che maggiormente si pone in ascolto della vita, la attraversa.

L'utenza dello sportello di ascolto.

Clients del centro sono in prevalenza donne, che in taluni casi richiedono soprattutto una consulenza di tipo legale, ma per lo più la richiesta è quella dell'accoglienza e dell'ascolto empatico per superare l'impasse del raccontarsi, del raccontare una situazione di disagio e sofferenza nella quale magari sopravvivono da anni. Sono venute a conoscenza dell'esistenza dello sportello mediante la brochure informativa o grazie al passaparola e spesso si rivolgono al centro dopo lunghe esitazioni e con un certo pudore.

Con qualcuna di loro il percorso di counseling filosofico si esaurisce dopo 4 o 5 incontri, in altri casi emerge un vero e proprio bisogno di attenzione costante e gli incontri sono più numerosi.

Particolare curioso e significativo, la presenza maschile allo sportello di ascolto, non motivata da episodi di violenza fisica o psicologica, bensì dal desiderio di porre sotto esame una esistenza vissuta come inautentica.

Ecco alcune brevi descrizioni.

Rita ha 47 anni, due figlie appena uscite dall'adolescenza. Ha abbandonato il lavoro di fisioterapista dopo la nascita della seconda figlia. Ha un aspetto curato, ma è in grande agitazione e a 'valanga', quasi senza interruzione racconta di situazioni, ricordi dolorosi, si ripete, si dice di non aver potuto fare altrimenti, di essere stata ingannata, dal compagno. Rita ha già sporto due volte denuncia formale delle violenze fisiche e psicologiche subite dal partner, presso una caserma dei carabinieri, ma agli operatori dello sportello chiede invece un'accoglienza empatica, la possibilità di pervenire a una chiarificazione su di sé. Su quello che lei stessa definisce 'destino', facendo riferimento al 'Codice dell'anima' di Hillmann, di cui desidera riappropriarsi compiendo la scelta di una separazione definitiva dal compagno.

La lettura e la riflessione comune su un frammento di Kierkegaard attivano in Rita alcune considerazioni importanti su come si sia in errore credendo di poter fermare la vita personale o mantenere la propria personalità tersa quando la scelta si rimanda. Già prima di scegliere, la personalità sceglie incoscientemente.

Accompagnata ad approfondire ed arricchire la comprensione del problema posto, R. comincia a porre sotto esame la sua posizione nel mondo, la rete di idee con cui lo abita e che fa da sfondo e fondamento alle credenze da cui scaturiscono le sue emozioni. Comprende come esse vedano il mondo dal suo punto di vista e questa chiarificazione provoca in lei un senso di maggiore benessere.

Il dato costante che emerge dalla sua esperienza e da quella di altre, è il senso di isolamento e solitudine in cui sono venute a trovarsi, non ricevendo supporto e conforto alcuno né da amici e familiari, né dalle istituzioni.

L'ospitalità incondizionata su cui ha riflettuto Derrida è quel gesto nei confronti dell'altro, che arriva e non ha nome, non ha un'identità prefissata, ma consente di lasciarlo essere. Perché l'ospitalità richiesta comincia con l'accoglienza senza domanda alcuna. Non è forse vero che l'ospitalità si offre, si dona all'altro prima che egli si qualifichi? È proprio nel volto dell'estraneo, dello straniero che viene rimesso in discussione quel mondo da cui si chiede di essere ospitati.

Ma le istituzioni, talvolta, possono assumere perfino il ruolo del 'nemico' che non ascolta, giudica in fretta ed emette sentenze. È quanto accaduto a Giuliana, alla figlia Sara e alla nipote sedicenne Camilla. Giuliana è giunta allo sportello la prima volta nel novembre 2011 in uno stato di profonda prostrazione e stress, fonte addirittura di un ricovero urgente in ospedale per problemi cardiaci. Da oltre cinque anni sta combattendo senza sostegno alcuno da parte del marito una lunga battaglia sul piano legale poiché alla figlia, ragazza-madre, è stata sospesa la patria potestà, nonostante il padre biologico di Camilla sia da sempre completamente assente dalla loro vita e rifiuti persino di rispondere all'appello degli assistenti sociali.

Anche la storia di Giuliana è una storia soprattutto di solitudine e disperazione, di impotenza dinanzi all'ospitalità del mondo. L'essere ascoltata, il comprendersi attraverso la riformulazione-specchio data dal counselor ha riattivato in lei risorse interiori inaspettate. Giuliana ha scelto di non subire

passivamente la situazione in cui è venuta a trovarsi, sta scegliendo di vivere una vita più autentica. In questa ricerca da parte di G. di una possibile strada per la modificazione del rapporto con il mondo, di sé nel mondo, introduco la pratica del partire da sé, una pratica semplice, creativa e quotidiana. Trovare le parole per dire il reale e portarlo alla sua verità è partire da sé, una pratica di decentramento dell'io, al posto dell'io c'è una pluralità di istanze, un gioco di rimandi sui quali la nuova leggerezza guadagnata ci consente di galleggiare e prendere il largo.

Mauro: Mauro è un giovane uomo di 35 anni che si è rivolto allo sportello di ascolto del centro a causa di un problema di rabbia reattiva e di scarso controllo della propria aggressività, poiché teme una rottura definitiva della relazione con la sua compagna. La loro visione del mondo così diversa lo riempie di dubbi sulla possibilità di creare un'unione duratura. “Mi fa diventare matto!” esplode, accalorandosi mentre il tono di voce si fa sempre più alto. Negli incontri successivi Mauro pare molto più interessato a parlare della compagna, ad analizzare ogni sua frase o gesto, che ad esplorare se stesso. L'ho invitato a concedersi di dire, di tanto in tanto, “Non mi piace”, senza per questo sentirsi in colpa o pensare di potere/dovere cambiare l'altro. Parliamo dell'effetto che producono su di lui il gridare, l'irrazionalità, sua e altrui, la mancanza di controllo razionale. Per questo desidera che la compagna della sua vita sia capace di autocontrollo e razionalità.

È in questa fase che Mauro finalmente riesce a narrare un episodio fondamentale della sua biografia, che a tutt'oggi suscita in lui fortissimo il sentimento della colpa e, nel contempo, il terrore di essere giudicato.

L'episodio risale a diversi anni fa, quando era poco più che adolescente. Insieme al ‘branco’ dava la caccia a un gruppo di polacchi, responsabili a suo dire della morte di un suo amico. Mauro ha picchiato in modo brutale uno di loro, fin quasi a ucciderlo. Poi è fuggito e nei giorni seguenti ha cercato inutilmente notizia dell'accaduto sui giornali.

“Ebbene sì, io sono anche questo!”, quasi grida, esprimendo tutta la sofferenza legata alla scoperta della propria negatività. Ma è proprio l'accoglienza dell'Ombra a permetterne l'integrazione nella totalità psichica, anziché proiettarla sugli altri. È questo il senso di quel suo ‘sentirsi invaso’ dalla mancanza di rispetto e di sincerità dell'altro, che in lui ha ostacolato l'instaurarsi di una relazione autentica con gli altri, quel suo sentirsi ‘oggetto’ sul luogo di lavoro, con gli amici, con la famiglia, con la compagna.

“È tremendo! Io sto seduto a giudicare, io un giudice, lei un oggetto...!”. Mauro è costretto suo malgrado a constatare con dolore la sua incapacità di consegnarsi totalmente alla relazione. Dal suo pianto singhiozzante forse può nascere la consapevolezza della preziosità dell'incontro con l'altro, e il conseguente ‘focus’ su come poter stare fino in fondo in un rapporto d'amore, accettando di attraversare anche il caos e il conflitto: la “fusione degli orizzonti” non è un processo lineare e senza scontro, ma conflittuale appunto e caotico. Tuttavia, paura, collera, afflizione, amore non sono impulsi ciechi di affezioni, bensì sono elementi intelligenti e discriminanti della personalità, perché le passioni

sono irrazionali se le credenze su cui riposano sono false; le argomentazioni, allora, devono scavare in profondità per diventare i 'forti' dell'anima.

In tale ottica, è parso opportuno il riferimento alla filosofia antica, intesa come cura dell'anima che sottrae alle false opinioni, la quale si avvaleva di alcuni esercizi spirituali incentrati sull'attenzione e sulla meditazione, basilari per il dialogo con se stessi e con gli altri. In conclusione, Mauro ha individuato una serie di elementi basilari di questa sua nuova 'segnaletica dell'anima' e ha espresso il desiderio di riprendere il nostro dialogo. Di riprendere il suo viaggio, pronto ad affrontare stavolta anche il rischio e la sfida di una navigazione in assenza di venti favorevoli, più faticosa, a remi se necessario. Nell'intervallo di tempo intercorso tra le due tranches di pratica filosofica, gli ho suggerito due istruttori di navigazione, Marco Aurelio e Joseph Conrad: di leggere, a lui che raramente legge libri, i *Pensieri* e *La Linea d'ombra*.

Nadia è un architetto di 38 anni. Si è rivolta allo sportello nel dicembre 2011 con un problema ben definito, la rottura recente della relazione con il partner. In particolare vorrei descrivere in sequenza il percorso di pratica filosofica da lei intrapreso, perché meglio di altri illustra il passaggio dallo 'specchio' al 'viaggio', di cui ho seguito soprattutto alcune tracce alla ricerca del senso di quell'aggettivo: 'Filosofico', declinato insieme al termine Counseling.

I Fase- colloqui 1, 2. Prima raccolta del materiale autobiografico, presentazione del problema.

Al primo colloquio appare emotivamente tesa, a causa della rottura di una relazione di oltre due anni con un coetaneo, mentre erano alla ricerca della casa in cui abitare insieme. Nadia attualmente vive con i genitori, lavora come architetto per una ditta importante, presenziando alla direzione dei lavori in cantiere a stretto contatto con gli operai. Durante questo primo incontro accolgo pienamente il suo bisogno di raccontarsi, di essere ascoltata. Mi dice che ha avvertito l'esigenza di confrontarsi su alcuni suoi dilemmi personali da una prospettiva differente. È molto innamorata del suo ragazzo ma teme che alcune sue paure abbiano incrinato in modo forse irreversibile il loro rapporto. In questo primo stadio, o dell'autodescrizione personale, evito di immergermi prematuramente in una discussione filosofica, bensì lascio parlare il modo di essere della mia ospite, lascio che emergano i suoi problemi, gli atteggiamenti, le speranze, in altre parole il modo con cui la sua teoria si relaziona con la vita di tutti i giorni, invitandola a porsi quasi nella condizione dello storico che esamina i fatti che lei stessa ha vissuto, non rivivendo l'evento con tutto il carico di emotività che vi è connesso.

Emergono in questo modo dettagli ed episodi che raccontano della difficoltà di Nadia di comunicare con modalità dirette e chiare, e soprattutto esperienze precedenti contrassegnate da violenze fisiche (ha subito da adolescente delle molestie sessuali da parte di uno zio materno), un tentativo di violenza dal primo fidanzatino, un grave lutto una decina di anni fa, il compagno morto per tumore polmonare.

Il problema personale rappresenta dunque un buon punto di partenza per riesaminare la trama della vita ed è da questi contenuti che può emergere il filosofare. Alla fine della seconda seduta ho salutato Nadia sollevando un primo quesito filosofico: che ruolo svolgono per lei le innumerevoli risposte automatiche che continua a darsi senza posa? Esercizio: Provare a metterle tra parentesi fino al prossimo incontro.

II Fase – colloqui 3, 4. L’auto-ascolto.

Nell’incontro successivo, il deciso auto-ascolto e la relativa attivazione di un dialogo interiore attento alla ricchezza dei dettagli diversi, conducono Nadia all’evidenziazione del problema portato e, mediante la presa di coscienza delle emozioni coinvolte, a cogliere le connessioni inevitabili, espressione di ciò che le sta a cuore dentro la situazione problematica. Emerge una parola-chiave per definire il suo stato d’animo, il suo atteggiamento di fronte al mondo: agitazione.

Le propongo di raccontarmi il primo ricordo. Tanti i dettagli salienti in questa immagine, il tinello da pranzo dei nonni, i vassoi colorati sui tavoli, i dolci, la sua felicità.

Lei stessa prova ad analizzare la situazione descritta e la concezione in essa espressa. “Nutro molte aspettative su ciò che mi riserva il futuro, ma mi sento talvolta spettatrice della mia vita, non agente attivo, sono forse gli altri a fare qualcosa di buono per me, forse i miei genitori? Ciò che accade non dipende da me?”

Vivida e intensa riemerge l’emozione legata al lutto, alla perdita inaspettata del compagno. E il suo desiderio di stare al sicuro, perché fuori ci sono ombre minacciose.

In un colloquio successivo, nel corso del quale l’atteggiamento di Nadia appare più rilassato, mi descrive due episodi in cui compare nuovamente il sentimento di delusione rispetto a qualcosa che non è accaduto come lei sperava.

Analizzandoli, Nadia ritrova alcune analogie e individua delle parole-chiave: aspettative, agitazione, delusione, rabbia reattiva, collegandole con il primo ricordo contrassegnato da gioiosa attesa, colori, luce. Le assegno un compito: provare a ri-narrare la propria biografia privilegiando situazioni in cui l’altro ha donato gioia e calore.

Emergono, allora, interessanti considerazioni e riflessioni sul tema della verità, e relativo campo semantico con i suoi sottocodici linguistici: il punto di vista, il cambiamento di prospettiva.

La presa di contatto con il proprio mondo emozionale, l’accogliere anche le emozioni meno rassicuranti hanno sollecitato in Nadia risonanze complesse. È cambiato qualcosa in lei, mi dice, e la relazione con Massimo sta assumendo connotazioni molto positive. Ora le emozioni emergenti sono di gioia, desiderio, grazie a questa ritrovata capacità di ascoltarsi.

Le chiedo: cosa può essere considerata un’autentica relazione con un’altra persona? Per Nadia ‘Armonia’ è la parola-chiave che definisce una buona relazione d’amore e per questo lei teme che le sue

paure, desidera un figlio e a 38 anni il tempo corre troppo in fretta, possano incrinare questa armonia. Le propongo di analizzare questa parola-concetto: Tempo. C'è un tempo cronologico e un tempo interiore?

Ma nello scambio dialogico non è la lingua della tradizione filosofica, né quella immediata della comunicazione a regnare sovrana: è una sorta di “lingua nuova” che nasce dall'incontro e dall'ascolto reciproco, che coglie propri significati nelle parole, altri punti di riferimento, creando un nuovo lessico filosofico dei due dialoganti. Questa lingua nuova, nata dall'incontro e dal comprendersi ‘altrimenti’ porta Nadia a visualizzare con un'immagine, avvertita come sgradevole e incombente, il tempo cronologico che rischia di fagocitare la parte bella della sua relazione con Massimo.

Nell'iconografia il *Kronos* viene rappresentato da un serpente che si morde la coda a significare la ciclicità inesorabile. Introduco un nuovo concetto-immagine di tempo: *Aion*; in Omero e nella tradizione epica *Aion* indica la forza vitale e dunque, in senso traslato, la vita, il tempo e la durata della vita. *Aion* è spesso raffigurato con la cornucopia, eternamente fecondo contro l'idea di un tempo “saturnino”, divoratore e distruttore.

Mutuandole dalla tradizione greca classica presento a Nadia due idee nuove legate al concetto di tempo: il *kairos* e il *metrion*. Esiodo descrive una nozione di tempo qualitativa: per ogni cosa esiste un momento di compiutezza e di pienezza; *kairos* è il punto culminante di qualsiasi cosa, ma soprattutto lo spazio decisionale per un'azione che intende andare a buon fine e, dunque, raggiungere il proprio fine, *telos*. E l'aspetto puntuale della decisione e il carattere culminante di ogni cosa non può essere disgiunto – soprattutto in campo etico – dalla misura. Ma come sappiamo quale dovrebbe essere la giusta misura?

Nel dialogo platonico *Il Politico*, Socrate ad un certo punto fornisce una lunga descrizione di che cosa sia un tessuto e l'arte della tessitura: Ci sono due tipi di misura. C'è un metro con cui ci accostiamo a qualcosa che è, per misurarlo. Ma poi c'è anche un altro tipo di misura, non più legata a pure relazioni fra grandezze: è quella misura che le cose hanno in se stesse. Non è più il *mètron*, che vale uniformemente per tutto, bensì il *mètrion* implicito nelle cose, per esempio l'armonia dei suoni, l'armonia del corpo, ovvero quell'accordo meraviglioso e misterioso che è la salute.

III Fase – Colloqui 5, 6. Analisi del problema e auto-centrarsi.

Nonostante le novità positive nella relazione con Massimo, Nadia racconta di una certa ansia che l'ha colta durante la settimana appena trascorsa rispetto al ‘mostro’ del tempo cronologico. Di seguito trascrivo alcune importanti domande-riflessioni alle quali siamo giunte insieme nel corso dell'incontro:

“Il ‘qui e ora’, vivere come se ogni giorno fosse l'ultimo; Come confluisce e influisce il vissuto passato; Cosa rappresenta il futuro come aspettativa e investimento, possibilità di coinvolgimento; Come si diviene ciò che si è; Perché si continuano a commettere gli stessi errori; O forse l'esperienza è maestra ed evitiamo meglio le trappole; Come tenere sotto controllo il sentimento di delusione; Come

recuperare un vissuto passato e renderlo di nuovo attuale; Si può tornare indietro e guardare con una luce diversa ciò che ci ha fatto soffrire; Cercare qualcosa, continuare a cercarlo, non trovare che altro, altre cose; Accettare il dono di altre cose, è comunque un dono, oppure riprendere la ricerca; Riprendere la ricerca, ma senza rifiutare ciò che ci è comunque giunto in dono.”

È evidente come il problema portato da Nadia all'analisi si riveli sempre più complesso, profondo, stratificato, rimandi a vissuti, ricordi, idee e visioni del mondo e riguardi l'individuazione di sé in riferimento alle esperienze di cui si è coscienti.

Provo a indicare a Nadia una prospettiva diversa chiedendole di descriversi. Emerge un senso di spaesamento rispetto alle sue radici (proviene da una famiglia operaia) e al suo ruolo professionale (è un architetto), all'ambiente socialmente più elevato con cui è a contatto durante la giornata. Non percepisce distanza tra sé e il suo ragazzo (fa il cuoco), con cui peraltro non condivide molti interessi (per esempio l'arte e i viaggi), soltanto l'amore per il mare. Le chiedo allora di descrivere una se stessa reale e una idealizzata, poi due situazioni anche banali in cui usa il verbo 'devo' e il 'verbo 'desidero'. Il mio intento non è tanto quello di indagare il passato, quanto alimentare potenzialità e possibilità. L'analisi del passato è utile solo in quanto consente una migliore comprensione del presente e perciò una migliore capacità di progettazione, poiché è auspicabile non attestarsi su una facile accettazione del problema proposto in prima battuta dal cliente, ma è necessario verificarlo, metterlo alla prova, discuterlo.

È in questo terzo stadio che cerco di esplorare ulteriormente la complessità della questione filosofica e i possibili modi di affrontarla. Questo può avvenire mediante un'esplorazione della rete di concetti soggiacenti alle relazioni interpersonali, alla loro struttura interna, alle loro conseguenze e alla loro autenticità. In tal caso può esser d'aiuto il riferimento a determinati filosofi o correnti di pensiero quale stimolo alla riflessione e all'esame ulteriore.

Propongo a Nadia per l'incontro successivo la lettura del brano della 'caverna' platonica.

Nel nostro sesto colloquio Nadia porta immediatamente il recente vissuto di una discussione con Massimo, ma l'evento tanto temuto da entrambi, la gestione del conflitto per ragioni futili, è stata affrontata stavolta in modo diverso e non ha scovato solchi nella relazione.

Prendiamo di nuovo in esame il perimetro della caverna di Nadia, quel suo non ascoltare l'altro quando è offuscata dall'emotività, dai ricordi sgradevoli. Visualizza allora l'immagine di una sorta di trolley che lei porta con sé, contenente anche zavorra oltre che di ricordi sgradevoli, di preconcetti, luoghi comuni. Insieme analizziamo il mito platonico dell'auriga, per evocare l'idea di un'anima razionale che disciplina le passioni urenti.

È il momento di introdurre il termine 'argomentazione', per gestire il dialogo in modo diverso. Mediante mail, su sua richiesta, le invio 'Le sette regole dell'arte di ascoltare' di Marianella Sclavi.

Ci salutiamo con le indicazioni per l'esercizio dello 'straniamento'. Questa la domanda: ci si relaziona agli altri tramite idee preconfezionate acquisite da esperienze precedenti colorandoli con i propri preconcetti, oppure si incontra l'altro nello spazio nuovo del presente?

Fase IV – colloqui 7, 8, 9. Auto-accoglienza e trasformazione.

È un momento decisivo nel percorso intrapreso da Nadia. Questo il racconto di un vissuto personale significativo, finora taciuto, da cui emergono alcuni elementi determinanti.

Nel dicembre 2011, poco prima di iniziare gli incontri di pratica filosofica, Nadia ha incontrato varie volte una 'specie di mago' che le ha detto cose terribili, il cui contenuto non è molto dissimile da quello di alcune fiabe. Si è molto spaventata e si è rivolta a un prete esorcista, partecipando anche ad alcune riunioni settimanali, di cui mi descrive con una certa riluttanza le modalità e i contenuti.

In genere si partecipa a digiuno e si recita anche per tre-quattro ore, durante queste riunioni mi racconta di essere svenuta per ben due volte e di essere rimasta distesa a terra, piangendo, mentre ad altri accadeva la stessa cosa, dopo essere stati unti dallo Spirito Santo.

È in questa fase che ha deciso di intraprendere il percorso di counseling filosofico, acquisendo una ampiezza di sguardo e respiro e trovando finalmente il coraggio di dare riconoscimento alla sua fragilità, al suo bisogno di accoglienza e ascolto. Dalla precedente scomposizione del problema, riconosciamo alcune parole-chiave nella sua teoria sulla relazione affettiva: dipendenza, precarietà, abbandono. A questo punto, avviene la percezione e l'accoglienza di una polifonia di voci che compongono il tessuto esistenziale di Nadia e tramite un processo di distanziamento l'individuazione di un tema portante (cos'è amore) nella mappa concettuale operante nel suo perimetro. L'aver accolto le proprie paure, la propria sofferenza e qualche volta perfino la propria fragilità, la sta rendendo ora meno spaventata; comincia a distinguere 'paura' da 'disagio esistenziale' più che legittimo, 'inquietudine' da 'angoscia' e a separare i fili (diareticamente) tra ciò che significa 'aspettativa' e 'progetto' e cosa implica dar loro un peso eccessivo. Assegnare il giusto nome alle sue emozioni le sta facendo prendere contatto anche con i suoi desideri effettivi.

A questo punto del percorso la invito ad analizzare a livello personale la ricaduta che le idee filosofiche stanno producendo sulle sue esperienze concrete e sul suo problema. Esaminando le sue esperienze da un punto di vista differente, per esempio quello della rete di idee di Krishnamurti sulle relazioni, Nadia riesce a vedere come la sua 'teoria' su cui ha incentrato i rapporti con le altre persone, nonché i suoi preconcetti abbiano costituito una barriera tra lei e gli altri, rendendo inautentico il suo atteggiamento nella relazione d'amore.

Tuttavia, per evitare che Nadia aderisca indiscriminatamente a una teoria filosofica, facendola propria, suggerisco altre possibili prospettive filosofiche. Per esempio chiamo in causa la proposta di Ortega quale criterio per stabilire cosa sia amore autentico, in particolare la sua idea di amore come costante

migrazione, un andare oltre se stessi verso l'altro. Allorché Nadia riflette su se stessa con l'aiuto di queste teorie, riesce a comprendere meglio la sua 'caverna', rendendosi conto che esistono altri modi di intendere la relazione con l'Altro, che il suo è uno dei tanti in una polifonia di voci.

A questo riguardo trascrivo alcune parole, emozioni, idee cruciali contattate da Nadia rispetto al tema dell'apertura/chiusura all'Altro.

“Quando mi sono chiusa ho contattato l'immagine di buio e silenzio di una stanza solitaria. Ma la presenza dell'Altro mi ha fatto schiudere, sentendo che lui è semplicemente accanto a me e l'avvicinamento è stato attento a cogliere da parte mia i segnali da parte dell'altro. Ho sentito il desiderio di prendermi cura della solitudine dell'altro in cui vedo riflessa la mia solitudine quando è più disperatamente muta. Mi imbarazza entrare nel perimetro dell'anima di un altro, tuttavia sto cercando di arginare il pericolo di restare al di là del confine, divisi dal filo spinato della paura. Sto cercando di fare vuoto per creare uno spazio, mettere a tacere la voce qualche volta ingombrante che dice 'io, io, io'.” Le chiedo di visualizzare con un'immagine il paesaggio interiore evocato da questa nuova idea di 'amore'. Eccola. “È come stare in una bolla di luce calda il mondo intorno un caleidoscopio magico di colori. Un paesaggio ampio e ricco di vedute. Il mare i promontori le montagne. Biciclette e viandanti. Bambini e gatti.” Nel salutarmi, dà voce anche a questa sua nuova idea di relazione. “È stato il suo sguardo che mi riconosce e non giudica. Mi vede.”

V Fase- colloqui 10, 11, 12.

L'esame dal concreto dell'esperienza di Nadia, (che in passato ha sempre cercato soprattutto di collocare l'altro nel suo mondo), verte ancora sull'astratto dei nuovi *insight* filosofici che si sono prodotti. È il quinto stadio, in cui Nadia comincia a delineare una propria risposta filosofica alla questione posta, sviluppando *insight* propri, in cui è inclusa la rete di idee esaminate, ma con le proprie modifiche e un suo pensiero individuale al riguardo. È l'emergere improvviso di una parola “speciale”, capace di dare un senso nuovo a tutte le altre parole che vengono dette, con la creazione di una propria “mappa concettuale”, una diversa “rete di concetti”.

Al termine delle sedute di consulenza, che non hanno come fine la risoluzione del problema o l'approdo a una teoria definitiva sul mondo, si è in realtà andati “oltre” il problema stesso, verso un arricchimento dell'autocomprensione filosofica di N. e della sua capacità di gestire la propria vita in un orizzonte più ampio di idee e prospettive. Non si è cercato di migliorare il “perimetro” di N. per renderlo più comodo o funzionale, modificando emozioni o comportamenti “problematici” con altri più soddisfacenti. Con l'autoconsapevolezza raggiunta l'ospite è nella condizione di andare “oltre” i confini del proprio perimetro, oltre il proprio limitato modo di essere.

Con quali strumenti e quali modalità sta avvenendo la trasformazione di Nadia? Abbiamo provato a farne insieme una specie di sintesi-mappa riassuntiva del percorso finora intrapreso, a tracciarne le sue coordinate geografiche per abitare il mondo. Lei stessa l'ha disegnata.

“Sto cercando di evitare le definizioni e sospendere il giudizio per esplorare la ricchezza polisemica delle parole, riconoscendo in questo modo le parole univoche che invece ostacolano l'incontro. Mi immagino ora come una rete o un circolo e non come una retta, provo a sostenere l'incertezza e a esercitare l'attenzione, cercando di parlar chiaro e non dimenticandomi del corpo e dei sensi per esplorare il mondo. La mia sensazione è di aver iniziato un viaggio, non sono più una turista della mia vita che a tappe visita i luoghi più frequentati da tutti, (studio, fidanzamento, lavoro, matrimonio, figli), ma una pellegrina, una viandante e molti itinerari per me sconosciuti hanno attirato la mia attenzione su di essi, su altre regioni meno note.”

Il mettersi in viaggio di Nadia ha segnato una rottura con l'ovvio, un allontanamento da ciò che si conosce, l'ha predisposta allo stupore e all'ascolto, vincendo la paura di abitare la propria verità interiore. È stata questa discesa dentro di sé, questo entrare e uscire da domande e da risposte sempre nuove che l'ha portata all'incontro con il proprio esistere, a contattare la richiesta finora inascoltata di una dimensione spirituale e religiosa.

Il pellegrino, infatti, è colui che si avvicina al senso ultimo della vita e il cammino che compie dirigendosi verso una meta, attraverso sentieri che non conosce, incarna in un certo senso il percorso che l'essere umano compie su questa terra. In Nadia l'autoanalisi, il levare le àncore, è la ricerca di un incontro con il mistero della trascendenza, è la presa di coscienza della dimensione dell'ulteriorità. È fare spazio per entrare in relazione con gli altri, in un rapporto di cooperazione, di relazione dialettica, al di là di ogni reciprocità, fratellanza, comunanza di sangue, di specie, di lingua: la relazione con l'altro in quanto pari a noi diventa etica, fondata sul niente-in-comune.

Appropriate al percorso esistenziale e spirituale di Nadia appaiono queste parole di Maria Zambrano nel bellissimo prologo della *Tomba di Antigone*:

“Sembra che questa, di dover discendere negli abissi, - della solitudine, del delirio, del fuoco -, sia la condizione per poter ascendere attraversando tutte le regioni in cui l'amore è l'elemento, per così dire, della trascendenza umana: originariamente fecondo, quindi, se persiste, creatore. Creatore di vita, di luce, di coscienza.”

Oggi Nadia prosegue quel viaggio a cadenza quindicinale, dopo un periodo di pausa dai nostri precedenti colloqui. Si è trovata ad affrontare altre prove difficili, come la perdita del lavoro che per lei aveva rappresentato anche la concretizzazione di un sogno e di un progetto di vita. Mi dice che la pratica filosofica le ha permesso di accettare i fallimenti e le sconfitte con animo diverso vivendole alla stregua di altrettante prove e ostacoli sul cammino della conoscenza di sé e del mondo. Una presa di

coscienza di sé che ha generato in lei il bisogno di rappresentarsi in altro modo nella scrittura di un diario, in cui l'Io diventando un Tu esce da sé per incontrare se stesso in un nuovo volto.

Se è vero che siamo il prodotto della nostra storia, è soprattutto 'come' noi ci rappresentiamo questa storia che fa di noi il prodotto e la scrittura autobiografica è un modo per cambiare la rappresentazione, non i fatti biografici. Attraverso la narrazione autobiografica il soggetto costruisce significato attribuendolo a un particolare evento, dando maggiore importanza ad alcuni particolari. E poiché la nostra vita è condizionata dalle opinioni e dai significati che attribuiamo agli eventi, la scrittura di sé assume la valenza di uno spazio privilegiato in cui recuperare parti di sé nascoste ricomponendole.

Non è un pensiero intimistico riferito al piacere di ritrovare ricordi perduti, piuttosto va intesa come cura di sé, nel senso greco di conoscenza e disciplina di se stessi per progredire e migliorarsi. E la scrittura del diario è un bisogno di rappresentarsi in altro modo, con parole che dicano 'oltre', spostando i confini per raccontarsi meglio, semplici e pur tuttavia 'forti', tanto più sono inattese, che rinviando ad altro, avviano a un lavoro metaforico su di sé, in quanto la difficoltà di parlare di se stessi è superata rifugiandosi nei simboli, nelle immagini indirette.

Inquietudine, erranza, domande: questi gli ingredienti del percorso di pratica filosofica di Nadia, la cui meta è il mistero dell'incontro con il volto dell'Altro.

L'inquietudine "quale passione di esistere senza ritegno (...) di ritrovare pensieri arditi" (Demetrio D., 2003, p. 275).

Bibliografia

Berra L., *Oltre il senso della vita. Depressione ed esistenza*, Apogeo, Milano 2006

Borgna E., *Le emozioni ferite*, Feltrinelli, Milano 2007

Demetrio D., *Autoanalisi per non pazienti. Inquietudine e scrittura di sé*, Raffaello Cortina, Torino 2003

Foucault M., *Storia della sessualità: la cura di sé*, Feltrinelli, Milano 1991

Hadot P., *Esercizi spirituali e filosofia antica*, Einaudi, Torino 1988

Gadamer H. G., *Il dolore*, Apeiron, S. Oreste – Roma 2004

Jaspers K., *Filosofia*, Raffaello Cortina, Milano 1991

Kierkegaard S., *Aut-Aut*, Mondadori, Milano 1973

Lahav, R., *Oltre la filosofia*, Apogeo, Milano 2010

Lévinas E., *Totalità e infinito*, Jaca Book, Milano 1980

Ricoeur P., *Sé come un altro*, Jaca Book, Milano 1993

Taddei Ferretti C., Nave L. (a cura di), *Pensiero, meditazione, ragionamento. La filosofia in esercizio*, Mimesis, Milano-Udine 2010

**Patrick Estrade, *L'impronta dei ricordi. Come interpretarli e cosa dicono di noi*,
Sperling & Kupfer Editori (2007).**

di Beatrice Ventacoli

Una persona: un'infinità di sfumature di senso, un mix di memorie di vissuti attendibili o meno, in base al livello di coinvolgimento emotivo provato. Un counselor: un facilitatore che aiuta a guardare la vita in modo molto più razionale rispetto a come siamo abituati a fare. Una persona entra in uno studio di un counselor: che cosa succede? Ogni giorno in studio entrano persone: salutano, sorridono, parlano, ragionano; alcune saranno più ben disposte, altre invece appariranno più diffidenti. Certo è che le persone appena si siedono davanti a noi diventano clienti; clienti non nel senso "commerciale" del termine, quanto per sottolineare la loro estraneità alla patologia e la loro libera volontà di scelta. Chi ci troviamo in studio? Un counselor e un cliente. Ma siamo proprio sicuri? Questo è quello che a prima vista potrebbe risultare. Rendiamo invece il nostro sguardo più attento: notiamo un qualcosa di speciale, che in pochi altri contesti lavorativi è lecito notare. Altri ospiti entrano insieme all' *hospes* principale: la sua vita, le sue emozioni, le esperienze personali e ovviamente i ricordi. Che affollamento c'è in uno studio; purtroppo molto spesso ce ne dimentichiamo, eppure tutto questo insieme chiamato "Persona" c'è e non possiamo fare finta di niente. Quando studi per diventare counselor di questo non te ne accorgi: un universo sommerso; pensi a tecniche, a modalità di comunicazione da utilizzare; rifletti su casi, su parole da usare, ti preoccupi di far capire al cliente che cosa possa sperare e aspettarsi o meno dal tuo intervento, quali siano gli strumenti che si utilizzeranno; ma è solo quando inizi a lavorare, ad incontrare persone vere, che ti portano la loro sofferenza, il loro smarrimento e te lo offrono con fiducia per essere aiutati a trovare nuovi orientamenti al vivere, un nuovo e personale senso, un' alternativa visione del mondo, ecco che allora ti accorgi che tutto prende un'altra forma e comprendi che la persona sta facendo la cosa più intima che potrebbe fare: si sta mettendo a nudo davanti a te. Rispetto, un profondo rispetto. Non puoi che renderti conto dell'immenso sacrificio che viene compiuto e non puoi far altro che rendere "sacro" questo momento invitando non solo la persona a sedersi, ma ad appoggiare sul tavolo tutti i suoi fardelli, per rendere magari il cammino un po' più leggero. Che cosa ci viene servito sul tavolo? Sensazioni, percezioni, idee, problemi, ma soprattutto ricordi, ricordi e ancora ricordi, magari camuffati in risultati di analisi fattuali presenti, ma sempre

ricordi, pezzi di vita della persona stessa e del suo mondo, del suo cuore. Più strade da percorrere: sedersi sopra e schiacciare con il peso dell'indifferenza quei ricordi, oppure saltarci su a piedi giunti in modo da respingerli al mittente o ancora cercare di guardarli passare davanti senza frenarli con giudizi limitanti e toglivita...insomma: *che farcene dei ricordi che ci vengono portati? Come utilizzarli al meglio, scovando la loro utilità che deve essere squisitamente filosofica?* Ecco questo libro offrirci una possibile soluzione al quesito, un'approfondita guida al "corretto utilizzo" del ricordo; un lungo interrogativo, che si estende per 258 pagine, fatto di molte domande, non tantissime risposte e questo a dimostrare la qualità dello scritto; molte riflessioni, qualche salto "quantico" tra una disciplina e l'altra per poi approdare al vero cuore del problema: *il ricordo deve servire per conoscere noi stessi, è uno strumento di conoscenza fondamentale e che può dire molto di più di quello che noi generalmente siamo disposti ad ascoltare.* I ricordi ci parlano di noi. Come sottolinea il titolo, ci danno *l'impronta* di ciò che faremo e soprattutto saremo; è innegabile: i ricordi lasciano un'impronta su di noi, un marchio a fuoco per sempre nelle nostre vite. Vi è un'immagine splendida all'interno del libro a pagina 45 che vorrei riportare qui: essa riprende la suggestione filosofica dell'anima come tavoletta di cera, una metafora che, anche se volutamente ringiovanita, si nutre ancora di quel fascino antico. "A mio avviso, il sistema cerebrale umano è come un gigantesco disco di cera sul quale vengono incise le emozioni vissute. A seconda dell'insignificanza, dell'importanza o della gravità delle varie esperienze, la testina eserciterà sulla cera una minore o maggiore pressione, tracciando sul disco un solco dalla profondità irregolare: quasi impercettibile nel caso di eventi poco importanti, più netto e più marcato nel caso di una splendida esperienza di vita, e un graffio sulla superficie del disco in caso di eventi fortemente traumatizzanti". Noi counselor ad indirizzo filosofico non ci occupiamo di traumi, o meglio li tocchiamo, li prendiamo in mano, li maneggiamo con cura, ma non li usiamo mai né per fare diagnosi, né per valutare la situazione in modo da indirizzare il nostro agire e quello della persona che viene da noi. Sono cose che esistono, che si disvelano ai nostri occhi, ma che vengono lasciate lì, senza volerle violare nel loro più intimo significato (non risiede nei nostri compiti, né è ciò che per il nostro tipo di aiuto appare utile), senza scavare in profondità rischiando di toccare la parte inconscia, quel famoso vaso di Pandora rinchiuso in noi che "non è affar della filosofia", intesa invece come cammino verso la consapevolezza e la conoscenza del nostro modo di "funzionare"; noi però ci occupiamo di "Superfici graffiate", quello sì...Superfici con la S maiuscola; ha davvero ragione l'autore di questo libro, Patrick Estrade, a sottolineare questo: l'importanza del graffio. In una canzone dei Modà, un famoso gruppo italiano di musica leggera, intitolata "E son già solo", la nostra attenzione non può non essere attirata dalla frase "ci graffiamo per non far guarire i segni"; estrapolando ciò dal contesto in relazione al quale sarebbe fuori luogo discutere in questa sede, possiamo sentire tutta la drammaticità di questo atteggiamento tipico umano; l'essere graffiati provoca dolore, lascia un segno indelebile sulla nostra pelle, sotto le unghie di chi graffia, una ferita che si chiuderà quando arriveranno in soccorso le piastrine, ma che comunque anche quando dovesse sparire lascerà traccia del suo

“passaggio”; quante persone si continuano a graffiare per non permettere che i segni passino; sembra assurdo, ma è così: l'uomo avverte un certo senso di onnipotenza nel potersi fare del male, come dire “la vita è mia e me la gestisco io”. I segni sono la prova di ciò che si è vissuto e comunque, anche quando passano, non rinunciano a trascinarsi stancamente nel presente, facendo sentire sempre la loro presenza; una parola, una canzone, un oggetto, un pensiero: il nostro passato è sempre lì davanti a noi e vive con noi, si nutre della linfa del presente e acquista importanza grazie alle nostre paure. Così senza accorgerci, diventiamo spettatori passivi delle nostre disavventure, dei nostri graffi e, quando cerchiamo di riprendere in mano le redini del nostro Essere, viviamo una sorta di smarrimento nel provare a staccarsi da quelli che sono i nostri graffi; come un vinile o un cd restii ad offrirsi allo straccio e ad un prodotto specifico pulente, unica loro possibilità per riprendere la forma di un tempo, così noi ci rifiutiamo di farci aiutare, di far sì che nuove esperienze, idee ci prendano per mano e ci portino ad oltrepassare i nostri dolori. Eppure i ricordi che ci graffiano, che ci sferzano, che ci cambiano sono nostri, addirittura si potrebbe dire che “noi siamo i nostri ricordi” o ancora più immediato “i nostri ricordi siamo noi”. Una frase chiarissima, quanto misteriosa e infida. Se noi siamo i nostri ricordi allora significa che noi viviamo sempre nel passato, ma se il presente è l'unico tempo che all'uomo è dato vivere, ovviamente con uno sguardo sempre rivolto al futuro, potrebbe seguire che l'uomo generalmente non vive, ma tende a sopravvivere se si culla tra il suo non-essere più e il suo essere stato, senza invece concentrarsi sul suo voler-essere. Ci vuole coraggio a voler essere, è molto più comodo nascondersi dietro al sono stato così e quindi sarò sempre così. Ritorniamo tra le pagine del nostro testo: nelle prime facciate vi è un bellissima definizione del nostro lavoro che potrebbe a volte confondersi con la psicoterapia se non fosse per le tempistiche, per le tematiche affrontate, per i casi trattati, per gli strumenti utilizzati, per le teorie di riferimento; l'autore la riporta a ricordo di un suo professore di Berlino: “è l'arte di uno Sherlock Holmes con un pizzico di Sigmund Freud e uno di Mefistofele”. Credo che sia difficile trovare definizione migliore. Vediamola nello specifico: Sherlock Holmes è famoso per l'eccezionale bagaglio di conoscenze che sapeva mettere a frutto nello stabilire i collegamenti più inattesi e sorprendenti, anche chi supporta trovandosi davanti l'Altro deve essere in grado di cogliere gli elementi di continuità, costanti presenti in modo da tracciare una specie di fil rouge in grado di portare direttamente al problema, risultato di quel groviglio di fili che si sono annodati con il passare degli anni e il rifiuto di tentare di dipanare le matasse ormai sempre più impolverate racchiuse in noi stessi. Il più delle volte la persona presenta qualcosa come suo problema che poi non si rivelerà il vero problema (ispirandomi a quelli che lo scrittore del libro chiama “ricordi di copertura” darei un nuovo nome all'atteggiamento così comune appena descritto, “problemi di copertura” penso possa essere il giusto termine). Freud, figura che oltre a numerosi e rivoluzionari insegnamenti ci ha offerto il termine di quello che può essere definito un ascolto a tutto campo, “attenzione fluttuante”, il saper ascoltare non solo con le orecchie, ma anche con gli occhi e soprattutto con il cuore e la mente. Ultimo

paragone, non per importanza ovviamente è quello fatto con Mefistofele; lo spirito mefistofelico che ci contraddistingue non è altro che la tendenza e a volte lo definirei proprio sforzo perché siamo tutti umani di non vedere nel bene solo il bene e di non vedere nel male solo il male, l'impegno a sfuggire a certe dicotomie di pensiero, di giudizio, ma di cercare di porre sempre tutto in discussione; a tutto questo occorre poi aggiungere lo sguardo ingenuo del filosofo fenomenologo che, accantonando temporaneamente le proprie cognizioni, la sua visione del mondo, i suoi pregiudizi si limita a vedere ciò che l'interlocutore ci propone di vedere e di ascoltare. E' molto interessante che l'autore inizi la sua lunga trattazione proprio con questa definizione: in effetti è un'attività lavorativa molto particolare e il ricordarne i suoi tratti salienti non fa che facilitare l'arduo compito del lettore. Le persone e i loro ricordi d'infanzia: questa è la seconda tematica affrontata; ogni uomo ha i suoi ricordi d'infanzia: a volte sono belli svegli e offrono input di riflessione molto stimolanti, altre volte sonnecchiano beatamente pronti a svegliarsi non appena sentiranno la sveglia giusta, altre volte sono invece stati ridotti al silenzio da ciò che potremmo chiamare "resistenze". Precisa l'autore: è importante non confondere la persona con le sue resistenze sviluppate per non soffrire e ricordarsi che noi non solo siamo come dicevamo prima tutto ciò che ricordiamo, ma anche ciò che abbiamo dimenticato. Ricordi e dimenticanze ci raccontano di noi. Per farci comprendere meglio questo concetto l'autore ci propone un esperimento singolare: prendere nota dei primi tre ricordi di infanzia che ci passano per la mente e distinguere ciò che ci è venuto di getto, rispetto a quello che poi abbiamo pensato ed arricchito con la mente. Evidenzia l'autore: " E' difficile immaginare la ricchezza intrinseca del patrimonio di ricordi che sfilano sotto i nostri occhi; la sincerità, la profondità e l'emozione sempre presenti in quei racconti. Sono vere e proprie meraviglie d'oreficeria, capolavori di originalità, storie finemente cesellate come pizzi perché raccontate con il cuore"; parole molto delicate, soppesate con grazia e raffinatezza per garantire la giusta importanza a queste opere d'arte realizzate da autori sempre diversi. L'unicità del ricordo: come l'unicità della persona. Ci possono essere ricordi simili: contesti che si assomigliano, litigate che hanno più o meno le medesime dinamiche, descrizioni di oggetti comuni per l'epoca. Ma, e qui sta la straordinaria potenza e potenzialità di un ricordo, *non vi sarà mai un ricordo uguale all'altro*, come non ci sarà mai la possibilità di trovare due persone uguali. Una ricchezza da sfruttare, per conoscere meglio la persona stessa. Uno strumento diagnostico forse per alcune professioni, nel nostro caso un mezzo di conoscenza del se'. E' talmente una faccenda seria che l'autore cerca di elencare proprio i fattori comuni che è possibile trovare se non in tutti i ricordi, diciamo nella maggior parte; in questa breve recensione non mi soffermerò a lungo ad analizzare tutti questi elementi comuni, anche perché l'andare troppo nello specifico potrebbe farci correre il rischio di travalicare il campo del "senso esistenziale" filosofico. Vorrei però riportare alcune caratteristiche che hanno particolarmente attirato la mia curiosità : nello specifico, la nuclearità familiare, lo spostamento e il tema del viaggio, il significato di luoghi particolari come balconi e cortili. Tutto sa di suggestione, di atmosfere lontane, di mondi

incantati, anche gli stessi ricordi dell'autore: il retino con cui in un giardino l'autore si divertiva a prendere le farfalle, la brutta caduta della sorellina sulle scale e la mamma al mercato che all'improvviso ruppe in un pianto. Quanti indizi per poter iniziare a capire qualcosa di più di una persona; ci terrei a precisare che ogni indizio può essere letto in modo diverso a seconda di chi lo legge: ciò che uno psicoterapeuta vedrà nei ricordi sarà sicuramente diverso rispetto a quello che vedrà un filosofo. *Ed è questo il bello; stesso strumento, utilizzato però in modo differente, in base alle competenze di ognuno.* Ciò che potrebbe davvero interessare è ad es. sapere che in base all'ordine in cui compaiono i protagonisti dei ricordi di una persona ci si può fare un'idea delle dinamiche relazionali presenti in famiglia (nuclearità familiare); la mamma funge da mediatrice, rappresenta l'affetto e l'esigenza del nutrimento, il papà invece, esigenza di protezione e di norme. Il tema del viaggio non solo nella filosofia è fondamentale, ma è anche metafora della condizione esistenziale umana, di colui che non ha un posto fermo dove vivere, ma che vaga nel mondo alla ricerca di un suo posto. Lo psicoterapeuta ci suggerisce che la presenza nei ricordi di movimento espresso con parole come andare, vacanze, bicicletta, correre indica la voglia di aver a che fare con il mondo esterno: esprime quindi il bisogno di crescere; la nuclearità esprime quello di sicurezza, di protezione, di relazioni con la propria famiglia. Ultimo elemento: i luoghi; cortili e balconi rappresentano dei "luoghi protetti" in cui è possibile esplorare il mondo esterno, fare le prime esperienze, pur rimanendo parzialmente nascosti e non esposti a troppi pericoli. Un ottimo modo per assaporare i primi brividi della vita, senza però esserne troppo coinvolti. Un ultimo aspetto che ha particolarmente colpito la mia attenzione è stato il richiamo al fatto che "il passato non può mai venire modificato, ma ciò che cambia è la percezione che noi abbiamo di esso". Quando una persona affronta un momento drammatico della sua vita, se pensa al suo passato non fa che soffermarsi sui ricordi negativi. Non si trova altro, negatività chiama negatività, è la teoria a guidare la pratica osservativa. Ogni vita è costellata da esperienze positive e negative, non vi è una vita solo "fortunata" o "sfortunata"; ciò che ci troviamo a vivere è un mix di eventi in bilico tra gioia e sofferenza, ma è il nostro stato d'animo del presente che ci permette di far affiorare dalle nebbie ricordi positivi o negativi; lo si nota anche nella relazione che s'instaura con i clienti: all'inizio del percorso molti si definiscono vittime, sfortunati, sbagliati, ma poi durante i diversi incontri qualcosa cambia; ci si inizia a rendere conto di ciò che si ha, delle fortune che si stanno vivendo, delle persone che ci stanno accanto e del grande potere che è in mano ad ognuno e da lì emergono tutte quelle positività che prima non si credeva di aver mai vissuto. E' questo che evidenzia l'autore quando dice che "quando uno stile di vita registra una certa evoluzione, si va alla ricerca di altri tipi di ricordo, altre emozioni della vita pregressa che risultino più in linea con i lati positivi magari dell'esistenza che si conduce oggi". *Non si ripesci questo o quel ricordo perché si pensa al passato, ma perché si pensa al presente:* anche questa non è una riflessione scontata, ma a parer mio estremamente illuminante, in grado di gettar luce sul funzionamento di quello che è la nostra memoria. La memoria non è oggettiva, come non è oggettiva ciò che definiamo verità, il

racconto delle nostre esperienze è distorto, perché è un po' quello che l'autore chiama un nostro souvenir, cioè espressione caratteristica di un sovrainvestimento emotivo. Risulta quindi imbarazzante, banale, inventato, è un po' l'impero del kitsch...ma costituisce una scala visibile di ciò che abbiamo vissuto. L'importante è esserne consapevoli e non valutare tanto i dettagli presenti con l'intento di darne un significato, quanto le sfumature che non si vedono. "L'essenziale è invisibile agli occhi" ci ricorda l'autore del libro "Il Piccolo Principe" e quindi anche se non vediamo alcuni significati, dobbiamo cercare di comprenderli per come ci vengono presentati, senza preoccuparsi della verità o meno di ciò che ci viene detto. Questo è davvero un punto cruciale: il cliente viene da noi e si racconta; il nostro compito non è né mettere in discussione ciò che ci dice, né tantomeno appurare se le cose che ci dice sono vere o meno; noi dobbiamo solo limitarci ad ascoltare, a trovare sintonia con il suo modo di presentarsi e aiutarlo a trovare un suo particolare equilibrio. Quell'equilibrio che si otterrà quando i ricordi troveranno il loro posto nel presente, senza appesantirlo però, anzi, serviranno ad aiutarci ad alleggerirlo, ad evitare gli stessi errori, a trovare un'altra direzione di senso. Traumi e ferite ci saranno sempre, ma pian piano appariranno come un qualcosa di sempre più lontano, fino a rimanere là all'orizzonte, in un posto privilegiato in cui è possibile contemplarle in terza persona, come se quella storia non appartenesse solo a noi, non fossimo stati noi in carne ed ossa ad averla vissuta; noi padroni del nostro potere di guarigione. Con la consapevolezza è possibile ottenere ciò e i ricordi sono davvero degli strumenti utili per accrescere questa predisposizione naturale che sonnecchia in tutti noi in forma latente. Basta un niente per farla risvegliare, una parola, una frase, figuriamoci un libro come questo; il suo potere evocativo, le sue immagini suggestive, il suo argomento avvolto nel mistero, il suo stile chiaro e semplice per descrivere argomenti assai complessi, sempre equilibrato: un ottimo spunto per trovare la forza di intraprendere il cammino più difficile, la vera conoscenza di se stessi e degli altri. Buona lettura.

Lou Marinoff, *Per essere felici ora. Aristotele Buddha Confucio*, Edizioni Piemme (2007).

di Corrado Pellegrini

Questo testo rappresenta un'analisi ampia e filosofica del luogo che l'umanità abita e cui Marshall McLuhan ha dato il nome, negli anni '60, di "villaggio globale". Questo villaggio globale è una comunità planetaria composta da miliardi di persone, la cui crescita ed evoluzione sono ancora in un divenire inarrestabili; secondo la visione di Marinoff le persone non vivono tutte in pace con se stesse e con gli altri, e sperimentano diverse forme acute e croniche di "mali sempre più diffusi".

Il testo si basa su due importanti premesse che fungono da colonne portanti per l'analisi che l'autore compie. La prima premessa è che buona parte della sofferenza umana è causata da estremismi di diversa natura che vanno, ad esempio, dal fanatismo religioso all'anarchia morale, dall'analfabetismo funzionale alla decostruzione dell'istruzione superiore, dallo sciovinismo maschilista al femminismo militante. Il presupposto di partenza è, quindi, la presenza di una profonda crisi di pensiero e di riflessione critica che ci conduce ad una esistenza che si svuota progressivamente di quei significati che non è nemmeno più in grado di riconoscere. La seconda premessa che permea e guida tutto lo svolgimento del testo è che tre grandi saggi dell'antichità, ossia Aristotele, Buddha e Confucio (ai quali l'autore si riferisce con l'acronimo ABC), hanno insegnato come eliminare inutili sofferenze al fine guidare gli esseri umani verso la propria realizzazione personale, l'introspezione benefica e l'equilibrio sociale. Secondo le visioni di ognuno di questi filosofi l'estremismo è un anatema per il conseguimento della felicità, della salute e dell'armonia; ciò vale sia per il singolo individuo che per l'intera umanità.

L'ABC condivide anche un'altra convinzione: il concetto estremamente importante che lo scopo principale dell'esistenza sia quello di vivere bene subito il momento presente. Le diverse conclusioni teoriche e pratiche, proposte dai tre pensatori, mirano a creare benessere nel momento presente, subito, in modo che diventi condizione permanente. Come viene detto nell'introduzione:

“ L'ABC non si preoccupa della vita passata o di quella futura, ma si rivolge ai “Paradisi” e agli “Inferni” che, in qualsiasi momento della nostra esistenza, creiamo per noi e per gli altri su questa terra”.

Il libro è suddiviso in tre parti. La prima analizza le dinamiche della civiltà che generano le istanze di cooperazione o conflitto all'interno del villaggio globale introducendo le filosofie dei tre grandi saggi. Questa prima parte che comprende i primi cinque capitoli del libro è un interessantissimo concentrato dell'evoluzione e del contenuto delle filosofie dell'ABC analizzate, però, non con l'accademico distacco

cui si è abituati, ma con una stretta connessione alle problematiche del mondo odierno. Molto interessante risulta il primo capitolo, in cui l'autore divide il mondo in quattro grandi macro-insiemi culturali: civiltà occidentale, civiltà islamica, civiltà indiana e civiltà orientale, per analizzarne le peculiarità attraverso un filtro concettuale fortemente antropologico, oltre che filosofico.

La seconda parte prende in esame alcuni estremi già noti a tutti e applica l'ABC per riconciliarli attraverso la Via Media.

Sempre nell'introduzione l'autore dice:

“Ognuno di noi si indirizza talvolta verso un estremo o un altro e così, durante la lettura di questo libro, potrete ritrovare voi stessi ad un estremo che potreste aver erroneamente creduto la norma. La Via Media è anche per voi, non solo per gli estremisti che vivono accanto a voi, o nella città vicina, o nel paese vicino”.

Questa seconda parte affronta, capitolo per capitolo, alcune forme di estremismo per poi tentare di riconciliarle attraverso la Via Media. Questa parte del testo risulta davvero affascinante perché mostra come, a partire da problematiche molto (a volte tristemente) reali, la risposta e la riconciliazione possano passare attraverso il pensiero dei tre grandi saggi, ribadendo e dimostrando quale possa essere la funzione della filosofia (che qui si può intendere come pratica) all'interno del qui e dell'ora, cioè della realtà presente del mondo.

Troviamo, nel corpo centrale, una carrellata incredibile di problematiche attuali, affrontate con molta intelligenza nonostante la loro complessità, che oltre a fornire uno sguardo privilegiato su molti temi odierni, ci offre anche una mappa concettuale che ha come filo conduttore la Via Media, proposta come stile di pensiero in ogni cosa dalla politica alla religione, soffermandosi anche sull'educazione e la cultura.

La terza parte è focalizzata su ciò che possiamo fare per tradurre in pratica gli insegnamenti dei tre maestri, al fine di migliorare la nostra vita e quella dell'umanità intera. Questo pensiero è ben focalizzato dalle parole dell'autore:

“ Siamo tutti nodi di una rete globale e ciascuno di noi può esercitare un'influenza concreta, applicando la propria filosofia per riconciliare gli estremi che si incontrano quotidianamente, a partire da quelli che ci portiamo dentro”.

La terza parte mantiene pienamente fede all'istanza di praticità della Via Media, tirando le somme delle posizioni dei tre saggi e spiegando come importarle all'interno delle nostre vite. L'autore compie così, nella parte finale, il salto definitivo dal generale al particolare molto bello che permette alla Via Media di divenire la linea guida di ogni singola persona, mente e coscienza. Per dare un'idea di ciò di cui parlo, il modo migliore è utilizzare le parole di Marinoff per ognuno dei tre saggi.

Per quanto riguarda Aristotele dice:

“Per me la lezione più importante di Aristotele è divisa in tre parti:

- *La capacità di realizzarvi in quanto essere umano è dentro di voi, e non dipende da cose esterne;*
- *Ciascun essere umano ha una particolare eccellenza o un talento individuale, un dono speciale o una capacità unica, che, quando coltivata, ritoccata e raffinata, dà origine alla realizzazione;*
- *Il modo più sicuro, per ciascuno di noi, di perfezionare i nostri doni – e quindi di realizzarci – è di acquisire abitudini virtuose tramite il Giusto Mezzo – evitare gli estremi e aderire a bontà, giustizia e rettitudine”.*

Per quanto riguarda Buddha, l'autore, evidenzia come particolarmente significativo l'accento, compassionevole e infaticabile, che pone sul fatto che ciascuno di noi ha dentro di sé le risorse necessarie per emanciparsi dal dolore e per aiutare nella missione cosmica di liberare dal dolore tutti gli altri esseri senzienti. Per applicare questi concetti alla vita quotidiana Marinoff dice:

“ Poiché Buddha è già dentro di voi, non avete bisogno di “importare” la vostra natura di Buddha, ma solo di risvegliarla e di attivarla, importando la Via Media ”.

Confucio enfatizza l'importanza vitale di coltivare una disposizione universale di Benevolenza nei confronti degli altri, di fare ciò che è Giusto indipendentemente da considerazioni egoistiche (perdita o guadagno), di fare il Bene senza considerare il vantaggio o lo svantaggio, pur di seguire la Via. Per importare Confucio nella vita quotidiana Marinoff spiega:

“ Quindi voi importate Confucio nella vostra vita, in generale, riflettendo sui vostri doveri nei confronti degli altri e, in particolare, comprendendo come esprimere la vostra benevolenza in modo più appropriato attraverso i vari canali sociali che vi legano all'organismo dell'umanità. Le cinque relazioni di base definite da Confucio – genitore-figlio, marito-moglie, amico-amico, sovrano-suddito – sono i principali canali che vi collegano agli altri e attraverso i quali deve scorrere la vostra Benevolenza ”.

La terza parte regala anche un'interessante e intelligente appendice nella quale sono indicate, capitolo per capitolo, alcune letture consigliate inerenti ai temi trattati, così da portare a termine, in maniera completa, il ruolo pedagogico che questo testo svolge.

Questo libro rappresenta sicuramente un'opera complessa sotto molteplici punti di vista. Come già visto, si sviluppa secondo una struttura precisa che serve però da argine ad un'eterogeneità e molteplicità di situazioni, significati e argomenti che però l'autore riesce a mantenere uniti; grazie al solido filo comune della Via Media, le varie situazioni divengono come singole e magnifiche perle che in conclusione ci rivelano uno stupendo gioiello.

Nonostante questo il testo è molto concreto e a volte duro nell'indagine della contemporaneità, ma così deve essere data la dichiarata intenzione dell'autore di cambiamento reale e scardinamento del sistema di pensiero quotidiano. Marinoff dice nell'introduzione:

“Vi suggerisco, quindi, di prendere una decisione: se preferite le favole a lieto fine, quelle che terminano con «... e vissero felici per sempre », mettete da parte questo libro e leggete le filastrocche di Mamma Oca. Se invece preferite vivere bene ora, continuate la lettura”.

Così si rendono evidenti due cose. In prima istanza è richiesto al lettore, perché la lettura sia efficace, un mettersi in gioco differente dalla semplice lettura ludica o informativa; in seconda istanza l'autore annuncia l'impossibilità di porre un punto definitivo e risolutivo alle molte situazioni che dipinge, ponendo come Via il cambiamento di ogni singolo agente del villaggio globale del quale si fa guida durante l'incedere del testo.

Marinoff in conclusione non ci regala soluzioni, ma dalla soglia ci indica la Via (Media) per superare la realtà conflittuale in cui viviamo, giungere all'armonia come regola e motore delle nostre azioni o iniziare a plasmare il mondo su principi come realizzazione personale, l'introspezione benefica e l'equilibrio sociale.

Norme tipografiche per collaboratori

La *Rivista Italiana di Counseling Filosofico*, organo ufficiale della *Società Italiana di Counseling Filosofico*, pubblica contributi redatti in forma di recensioni, articoli e brevi saggi di argomento monografico nell'ambito del counseling filosofico e delle pratiche affini. I contributi devono essere inediti.

La lunghezza del testo non deve superare 30.000 caratteri, spazi inclusi.

Spedire il testo via mail a questo indirizzo: segreteria_generale@sicof.it

Chiediamo agli autori di rispettare le seguenti norme tipografiche:

Titolo dell'articolo

Tipo di carattere: Times New Roman

Stile del carattere: Grassetto

Dimensione del carattere: 14

Allineamento: centrato

Autore dell'articolo

Tipo di carattere: Times New Roman

Stile del carattere: Corsivo

Dimensione del carattere: 14

Allineamento: centrato

Titolo di eventuali paragrafi (o parti) dell'articolo

Tipo di carattere: Times New Roman

Stile del carattere: Grassetto

Dimensione del carattere: 12

Allineamento: a sinistra

Testo dell'articolo

Tipo di carattere: Times New Roman

Stile del carattere: Normale

Dimensione del carattere: 12

Allineamento: giustificato

Interlinea: 1,5 righe

Eventuali note

(inserire il minor numero possibile di note; per le citazioni si veda il punto seguente):

Posizione: a piè di pagina

Tipo di carattere: Times New Roman

Stile del carattere: Normale

Dimensione del carattere: 10

Allineamento: a sinistra

Interlinea: singola

Citazioni

Vanno immesse direttamente nel testo, al termine della citazione, secondo questi due modelli che variano a seconda della presenza o meno dell'autore citato:

- Per questo, anzi, “disperatamente volere essere se stesso non significa affatto soltanto un genere speciale di disperazione, ma ...ogni forma di disperazione può risolversi in essa”.(Kierkegaard, 1980, p.625-626)
- Kierkegaard afferma che per questo, anzi, “disperatamente volere essere se stesso non significa affatto soltanto un genere speciale di disperazione, ma ...ogni forma di disperazione può risolversi in essa”.(1980, p.625-626)

Bibliografia

Posizione: alla fine dell'articolo

Tipo di carattere: Times New Roman

Stile del carattere: Normale e Corsivo

Dimensione del carattere: 12

Allineamento: a sinistra

Interlinea: singola

Cognome autore - Iniziale nome autore, *Titolo dell'opera*, Casa editrice, Luogo, Data di pubblicazione [se diversa dalla data della prima edizione].

Esempi:

Binswanger L., (1960), *Melancholie und Manie*, trad. it. *Melanconia e mania*, Boringhieri, Torino, 1971

Natoli S., (2000), *La felicità di questa vita*, Mondadori, Milano

Nietzsche F., (1882), *Die fröhliche Wissenschaft*, trad. it. *La gaia scienza*, Adelphi, Milano, 1965

Esempi di articoli tratti da riviste:

Grieco D. (1999), *La relazione d'aiuto pedagogica*, in "Professione Pedagogista", Anno 2/3, n° 4/1998, n° 1/1999

Bruzzone D., *Il metodo dialogico da Socrate a Frankel*, in "Ricerca di senso", vol. 1, n° 1, febbraio 2003

ALTRE NORME:

All'inizio di ogni articolo inserire:

- un breve riassunto (max 5 righe)
- 5 parole chiave.

Non inserire nell'articolo i numeri di pagina.

Per la sezione "recensioni" si pubblicano solo testi recenti (o ri-pubblicati recentemente).

