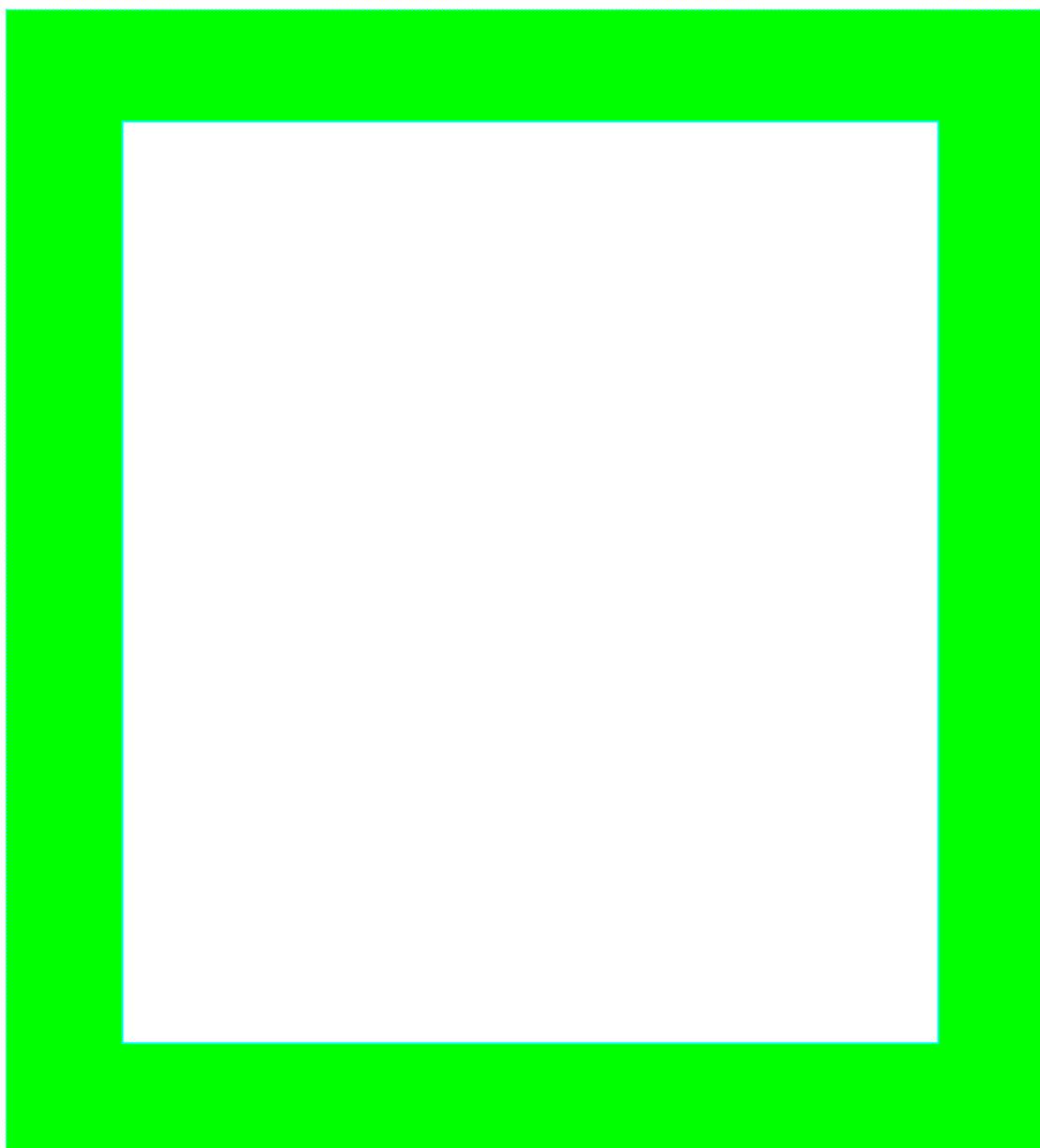


# Rivista Italiana di Counseling Filosofico

Organo Ufficiale della Società Italiana di Counseling Filosofico

Anno IV Numero 4

Settembre 2008



# Rivista Italiana di Counseling Filosofico

Organo Ufficiale della Società Italiana di Counseling Filosofico

## *Direzione Editoriale*

Lodovico E. Berra, Luca Nave

## *Comitato di redazione*

Fabrizio Biasin, Angelo Caruso, Angelo Giusto,  
Pietro Pontremoli, Stefano Tanturli

## *Comitato scientifico*

Silvana G. Ceresa, Mario D'Angelo, Giancarlo Marinelli, Ezio Risatti

Supplemento al n. 1 / 2008 di  
"MAIEUSIS"

conoscenze e prassi per la crescita dell'uomo

RIVISTA QUADRIMESTRALE  
Aut. Trib. Torino n. 5484 del 16.03.2001

## **Indice**

Editoriale p. 5  
*di Luca Nave*

### **Lezioni e interviste**

“Il sogno tra metafora e realtà”. Spunti di riflessione da gruppi di discussione filosofica autocentrati p. 9

### **Saggi e articoli**

Meditazione Metafisica: una via alla pratica della filosofia p. 19  
*di Lodovico E. Berra*

L’«arte» del counseling quale propedeutica al filoso-fare (II parte) p. 30  
*di Luca Nave*

L’unicità dell’esperienza p. 49  
*di Pietro Pontremoli*

La categoria del possibile: una risorsa per il counseling filosofico p. 58  
*di Carlo Molteni*

La filosofia come antidoto all’accidia p. 64  
*di Angelo Caruso*

Desideri e bisogni degli adolescenti del III millennio. È possibile per loro una “cura filosofica”? p. 70  
*di Elisabetta Zamarchi*

Non solo terapie. Un approccio filosofico alla tossicodipendenza p. 82  
*di Maddalena Bisollo*

Sessualità come percorso di conoscenza e consapevolezza p. 107  
*di Floriana Zerbini*

Attualità del pensiero di Erich Fromm, fra psicoanalisi e filosofia: contributi al counseling e alla pratica filosofica p. 114  
*di Giorgio Risari*

“Emmanuel Lévinas: riflessione sul rapporto con l’Altro” (applicabile alla seduta di counseling filosofico) p. 126  
*di Anna Actis Dato*

Il paradigma scientifico e la biografia di una paura. Analisi di una discussione medico-paziente in un contesto transculturale. p. 131  
*di Sara Ceraolo*

Il counseling filosofico nella consapevolezza della morte. “In ricordo dell’amico malato” p. 133  
*di Silvana G. Ceresa*

## **Recensioni**

*Filosofia e handicap*. Recensione di Alexandre Jollien, *Elogio della debolezza* (2001), edizioni Qiqajon, Magnano (Biella), 2006. p. 135  
*di Carlo Molteni*

Peter B. Raabe, *Teoria e pratica della consulenza filosofica. Idee fondamentali, metodi e casi di studio*, Apogeo, Milano, 2006. p. 138  
*di Anna Garofalo*

## Editoriale

di Luca Nave

Questo numero della nostra Rivista esce in un momento storico particolarmente importante per il movimento delle Pratiche Filosofiche italiane. Dal 16 al 19 luglio, a Carloforte (Sardegna), ha infatti avuto luogo la *IX International Conference on Philosophical Practice*, un appuntamento di straordinaria importanza per tutti coloro che si occupano del counseling filosofico e delle pratiche affini.

L'argomento della conferenza riguardava la "vita filosofica" intesa e problematizzata nelle proprie diverse dimensioni, in particolare la vita guidata da quella che alcuni chiamano "ricerca della saggezza", altri "arte di vita", altri ancora "capacità di saper vivere" (*lebenskönnerschaft*) ovvero, infine, come "stile di vita filosofico". Alla base della scelta di questo argomento c'era poi l'intenzione di indagare il rapporto tra vita filosofia e la pratica filosofica professionale nelle diverse varianti e applicazioni.

Il programma della conferenza è stato davvero ricco: sono intervenuti quasi cinquanta relatori provenienti da mezzo mondo, molti dei quali di fama internazionale (oltre a Lodovico Berra e Neri Pollastri, segnaliamo in particolare la presenza, tra i *keynote speakers*, del norvegese Anders Lindseth, dell'israeliano Ran Lahav e della canadese Petra von Morstein), e al di là delle numerose *lecture* sono stati organizzati una quindicina di *workshops* e *forums* con l'obiettivo di rendere pratica e operativa la filosofia implicita nel counseling, in aggiunta a diverse attività extra-congressuali in senso lato: ci riferiamo, in particolare, ai *Lunch and Dinner with philosophers*, ai *Cafè Philo on the beach*, alle sessioni di *Philosophy for Children* nella piazza principale del paese e altri eventi collaterali che non ci soffermiamo qui ad elencare. Un evento di particolare rilievo ha avuto luogo il primo giorno con il *Report arownd the world*, nel quale un esponente di ogni Paese presente alla conferenza (Italia, Israele, Norvegia, Spagna, Svizzera, Germania, Portogallo, Olanda, Danimarca, Austria, Francia, Lussemburgo, Usa, Belgio, Finlandia, Gran Bretagna, in aggiunta al contributo "virtuale" di sei paesi non partecipanti, Columbia, Ecuador, Irlanda, Messico, Moldavia, Perù) ha proposto lo stato dell'arte della pratica filosofica nella propria nazione, consentendo ai partecipanti di farsi un'idea generale relativa alla situazione del counseling filosofico a livello internazionale.

Credo poi importante sottolineare quello che può essere considerato un "evento nell'evento", e cioè che l'organizzazione scientifica della conferenza è stata curata da S.I.Co.F e Phronesis (in collaborazione con Officina Filosofica), che hanno unito le proprie forze in vista della buona

riuscita dell'evento e dell'obiettivo comune che risiede certamente nella diffusione delle Pratiche Filosofiche nel nostro Paese. Esprimiamo qui la nostra ferma convinzione che tale connubio abbia portato ottimi frutti: nei diversi incontri sono emersi molti punti in comune pur nella diversa prospettiva attraverso cui guardare il counseling-consulenza filosofica. Differenze che non hanno mai assunto le vesti di una faziosa opposizione bensì piuttosto quelle di parti integranti dell'unità di intenti summenzionata: e ciò lascia certamente ben sperare per il futuro.

Nella direzione dell'ampia diffusione della nostra disciplina, a cui la conferenza di Carloforte ha dato un forte contributo, abbiamo deciso di tornare a pubblicare questo numero della nostra Rivista *on line* al fine di facilitarne la lettura a quanti potenzialmente interessati al counseling filosofico. Potrà infatti essere scaricata gratuitamente dal sito [www.sicof.it](http://www.sicof.it), e la redazione editoriale invita chi lo volesse ad inviare le proprie idee, suggerimenti e critiche sempre e comunque assai gradite.

L'importanza di questo numero della nostra Rivista sarà sancito dall'alta qualità teoretica e dalla spiccata valenza pratica degli interventi che ospitiamo: la sezione "Lezioni e Interviste" l'abbiamo riservata a un'esperienza di gruppo realizzata presso la nostra *Scuola Umbra di Counseling filosofica* diretta da Prof. G. Marinelli, che ha condotto i propri allievi a praticare la filosofia con gli adolescenti a riguardo di un argomento che è sempre più spesso al centro degli interessi del counselor filosofico, ovvero il Sogno, qui letto tra "metafora e realtà".

Un altro argomento che si sta affacciando alla ribalta delle pratiche filosofiche è quello della Meditazione, suscettibile certamente di diverse interpretazioni e letture: il nostro Presidente, Prof. L. Berra, inaugura la sezione articoli con una lettura della Meditazione Metafisica quale via alla pratica filosofica e quale strumento metodologico che permette di accedere in maniera diretta e vissuta ai concetti che potranno poi essere verbalizzati e rielaborati nel corso del colloquio di counseling.

I due "pezzi" successivi, di L. Nave e P. Pontremoli, si concentreranno proprio sulla dimensione del counseling d'impostazione filosofica: "L'arte del counseling quale propedeutica al filosofare" è la seconda parte di un'ampia ricerca degli elementi, abilità e strumenti di una relazione d'aiuto importabile in un contesto di consulenza filosofica pur senza minimamente inficiare la genuinità del filoso-fare, mentre "L'unicità dell'esperienza" si concentra sull'antropologia che c'è dietro la nostra pratica, ovvero sulle modalità di considerare la persona che incontriamo nei nostri colloqui: un argomento che riteniamo fondamentale ma del quale, troppo spesso, si trascura l'importanza, dando per scontata l'immagine di uomo che incontriamo nel corso della nostra professione e della nostra vita.

E alla persona-consultante che non vede prospettive nel suo futuro C. Molteni prospetta la categoria del possibile inteso non pessimisticamente (Kierkegaard) ma facendo riferimento alla speranza (Bloch), mentre A. Caruso (grande conoscitore del pensiero di Karl Jaspers) punta alla “visione del mondo” quale strumento d’elezione del counselor filosofico per affrontare le problematiche di quella che, con Berra, definisce la “depressione esistenziale”, abbozzando una metodologia d’intervento del counseling filosofico.

Sfera d’intervento del counseling filosofico tra normalità, a-normalità, patologia, e possibilità di una “cura” con la filosofia sono al centro degli articoli successivi, che osservano tale possibilità da contesti disparati seppur uniti dalla dimensione curativa della filosofia: E. Zamarchi prospetta una cura filosofica dei bisogni e desideri degli adolescenti del terzo millennio, mentre M. Bisollo estende la sua “terapeutica” filosofica ai tossicodipendenti, riportando numerosi spunti di riflessione ispirati dalla sua esperienza concreta all’interno di una comunità di recupero. Anche l’articolo di F. Zerbini affronta un argomento che nella nostra società si situa tra patologia, normalità e farmacoterapia: la sessualità, e si domanda quale sia la “parola filosofica” adeguata a rispondere oggi al mutato regno dei rapporti interpersonali di natura sessuale e di natura affettiva e, in particolare, in una relazione di counseling filosofico intenzionata a piegarsi sulla realtà del cliente piuttosto che a smuovere i “massimi sistemi” teorici in materia di sessualità.

I due articoli successivi pongono all’attenzione del lettore due autori importanti per il counseling filosofico: E. Fromm tra psicanalisi e filosofia (G. Risari) ed E. Levinas con una riflessione circa il rapporto con l’Altro (A. Actis Dato).

Chiudono la sezione articoli due brevi riflessioni, la cui brevità credo sia inversamente proporzionale alla profondità ivi contenuta: S. Ceraolo riporta un’esperienza di medicina transculturale a cui ha personalmente assistito nel corso di un suo viaggio in Perù, mentre S. G. Ceresa propone ai nostri lettori il testo della commemorazione di un amico scomparso accompagnato alla “consapevolezza della morte” col counseling filosofico.

Al termine di questo denso numero due recensioni: la prima, di C. Molteni, è dedicata al libro di Alexandre Jollien, *Elogio della debolezza* e contiene alcune riflessioni su “filosofia e handicap”, mentre la seconda, di A. Garofalo, riguarda quello che può essere considerato un “classico” della letteratura sul counseling filosofico: *Teoria e pratica della consulenza filosofica. Idee fondamentali, metodi e casi di studio* di Peter B. Raabe.

A questo punto non ci resta che augurare una buona lettura e ribadire a quanti interessati a collaborare con noi a inviare i loro contributi, articoli e recensioni all'indirizzo: [luca.nave@isfipp.org](mailto:luca.nave@isfipp.org).

## Lezioni e Interviste

### **“Il sogno tra metafora e realtà”**

#### **Spunti di riflessione da gruppi di discussione filosofica autocentrati**

##### *INTRODUZIONE*

Gli elaborati di seguito presentati si riferiscono alle esperienze di counseling filosofico di alcuni neo-abilitati counselor presso la Sucaf - Scuola Umbra di Counseling Filosofico - di Terni e realizzate con gruppi di adolescenti delle scuole superiori, durante un seminario filosofico organizzato dall'Istess – Istituto di Studi Teologici e Storico Sociali – di Terni, giunto alla sua nona edizione e quest'anno dedicato a: “Il Sogno tra Metafora e Realtà”.

Il seminario si è svolto nei mesi di febbraio e marzo 2008 e gli incontri hanno avuto una cadenza settimanale: ogni venerdì per otto settimane, dalle ore 15,00 alle ore 18,00.

I relatori invitati al seminario erano docenti universitari, critici letterari, psichiatri e teologi, i quali hanno portato una testimonianza viva, mostrando le varie sfaccettature e interpretazioni del sogno nei diversi ambiti della letteratura, della filosofia, della psicologia e della religione.

Ogni ospite teneva la propria relazione per circa un'ora e mezza, lasciando spazio alle eventuali domande di chiarimento o di approfondimento da parte degli uditori. Poi, dopo un breve break ricreativo, i ragazzi si dividevano nei numerosi gruppi di studio – una ventina circa per gruppo-. Qui avevano l'opportunità di potenziare e sviluppare, da veri protagonisti, la loro personale riflessione culturale ed esistenziale, anche attraverso la presenza di un counselor filosofico, il cui ruolo era quello di facilitare il confronto tra i membri del gruppo sul piano culturale, ma soprattutto sul piano esistenziale ed emozionale, attraverso la filosofia pratica.

L'attività di gruppo è stata organizzata secondo la modalità del dialogo socratico, utilizzato intenzionalmente come modalità di confronto tra i ragazzi. Questa modalità si è rivelata molto importante ed utile sia per centrare il gruppo su se stesso e sul proprio vissuto, sia per rendere quest'ultimo più profondo e anche più consapevole.

**Primo gruppo**  
**“Il sogno tra metafora e realtà”**

**Michela Innocenti**

Nel nostro gruppo abbiamo lavorato particolarmente su quello che era il tema del seminario, e cioè sul sogno come metafora e come realtà.

Il lavoro nei nostri incontri è partito dagli spunti dei conferenzieri e poi **si è sviluppato con una risonanza fortemente personale e introspettiva**. Ogni membro del gruppo infatti, - grazie proprio all’occasione che l’essere in gruppo offre e quindi sfruttando la ricchezza propria del gruppo – ha potuto confrontarsi – attraverso la proposta di specifici esercizi – sia con la propria *idea* di sogno, sia col *proprio* sogno, quello intimo.

A questo proposito, per esempio, è stato importante un esercizio, che ho proposto al gruppo e che utilizzava il titolo della conferenza, ma in chiave decisamente personale e cioè: “Il MIO sogno tra metafora e realtà” e che è servito per far capire al gruppo – e anche a me – come nel sogno, che inizialmente i ragazzi concepivano come – e qui riporto testualmente le loro parole - “mondo irrealè”, come “fuga dalla realtà”, quindi come una metaforica illusione, batteva una realtà più intima. Questo esercizio, infatti, ha stimolato la riflessione su quella che è la duplicità del sogno, e cioè

- il sogno inteso come **EVASIONE**, come realtà non pienamente realizzata,
  - e il sogno, invece, come **REALTÀ**, come progettualità.
1. Alcuni, tra i ragazzi e le ragazze hanno percepito il lato più reale del sogno, il sogno presente nel proprio qui e ora, il sogno – il che sembra un paradosso – come fonte di realtà;
  2. Altri, invece, hanno percepito di più l’aspetto progettuale del sogno, quello che il sogno magari contiene e che ancora non è, ma che, però, è sentito come realizzabile nel futuro;
  3. Altri, infine, hanno potuto contattare e, quindi, chiarificare un altro aspetto del sogno, e cioè che anche quando il sogno sembra proprio un’illusione e irrealè, è invece una cosa reale proprio perché “È IL MIO SOGNO” e proprio perché contiene “le mie emozioni, il mio vissuto e anche il mio bisogno di proteggere ciò che c’è di più intimo in me”.

Ecco quello che i ragazzi pensano a proposito del sogno, dopo l’esperienza del gruppo:

“Sogno di Giorno o Sogno di Notte? Lontana speranza di cose volute oppure Immagini dell’Inconscio?”.

“All’inizio, per la maggior parte di noi, il vero autentico sogno era costituito dal sogno notturno, quello in cui è l’inconscio e l’istinto a far da padrone. Proprio per questo, il sogno notturno costituiva il vero sogno, poiché “rappresentava la libertà di agire, senza dover render conto delle conseguenze, senza i vincoli e i freni che il vivere in società impone”.

Il sogno era percepito “come quel mondo in cui avviene ciò che si desidera, come proiezione di un desiderio in un mondo tutto nostro”, “un mondo irreali dove però si sperimentano emozioni vere”. Qualcuno di noi lo ha definito anche come “visione di un mondo come lo si vorrebbe”.

I sogni diurni, invece, quelli che si fanno di giorno, la maggior parte di noi non li considerava sogni in senso stretto, proprio perché li vedevamo come più legati alla facoltà dell’Immaginazione, e cioè più controllati dalla razionalità.

Il Sogno autentico, invece, è tale proprio perché non lo si può controllare e perché racchiude in sé la possibilità “di rendere felici, di farci stare bene”.

Tuttavia, attraverso l’esperienza del seminario e dei gruppi di studio, abbiamo potuto riflettere sulla natura duplice del Sogno e alcuni di noi hanno sviluppato una nuova visione del sogno, come testimoniano queste parole che alcuni di noi hanno scritto:

“Oggi per me il sogno sta a rappresentare anche le mie immaginazioni diurne, quei momenti cioè, in cui sogno appunto il mio futuro”.

“Ora il sogno è anche un aiuto sul come agire nella realtà della vita che è legata ai freni che la società pone”.

“Il sogno mi aiuta a contattare le mie emozioni e ad anticipare, immaginandomele, situazioni o eventi futuri, così da non lasciarmi prendere alla sprovvista quando poi si verificano”.

“Il relazionarsi con gli altri ha rafforzato in me il concetto di “Libertà illusoria” che il Sogno dona”.

“Quando usavo la parola Sogno era riferita a qualcosa che mi rendeva felice, che mi faceva star bene. Riflettendoci però, oggi la posso usare anche per indicare delle illusioni che mi rendono felice ma solo inizialmente”.

“Il sogno è qualcosa che spinge l’uomo alla ricerca anche del senso della vita e a vivere nel mondo”<sup>1</sup>.”

---

<sup>1</sup> Tutte le parole tra virgolette si riferiscono ad espressioni che i ragazzi e le ragazze hanno detto o scritto durante gli incontri del gruppo.

## **Secondo gruppo**

**“Il mondo delle persone che dormono è unico e tuo proprio” (Eraclito)**

**Stefania Giordano**

Nel seminario filosofico di quest'anno, abbiamo affrontato il tema del “sogno tra metafora e realtà”. Attraverso le varie riflessioni dei relatori invitati, abbiamo compreso, dialogando con i ragazzi del mio gruppo, che il sogno è ciò che mi mette in contatto con la mia voce interiore, il sogno è ciò che rende me stesso distinto dall'altro.

“Il mondo delle persone che dormono è unico e tuo proprio. Il mondo delle persone operose è comune.”

Questo dice Eraclito.

Il linguaggio del sogno non è quello della ragione discorsiva, bensì quello del simbolo e del linguaggio evocativo.

Che rapporto ha questo simbolo con la realtà?

I ragazzi sentono una dicotomia forte tra ciò che accade loro di notte e ciò che accade di giorno, una scissione netta tra sogno notturno e sogno diurno diremo, dove il primo appare incontrollabile e libero, dono ricevuto dall'alto o dall'inconscio, spesso espressione segreta delle nostre paure, del nostro sentire e del nostro volere più profondo e il secondo che altro non è che la voce comprensibile dei nostri desideri, controllabili e realizzabili attraverso la forza di volontà.

Nel corso delle discussioni affrontate con loro, abbiamo cercato di costruire un ponte tra il mio Io e il mio Sé, tra il conscio e l'inconscio, in breve, tra il sogno e la realtà.

Abbiamo sollecitato la riflessione attraverso la visione di alcune immagini del film *Soffio* di *Kim Ki Duk*, in cui una donna, afflitta dai tradimenti del marito nell'opaco grigiore di una vita spenta e senza amore, ritrova un senso recandosi nel braccio della morte di un'antica prigioniera coreana dove vive, ancora per poco, il suo ex fidanzato ergastolano, in attesa di essere giustiziato. Lei decide di regalargli un sogno. Porta in carcere la raffigurazione delle 4 stagioni, allestendo la cella delle visite come una messa in scena del tempo: la primavera, con poster dai colori pastello e fiori delicati, l'estate con i poster del mare e con lei che in pieno inverno indossa vestitini per esprimerne il calore, poi le foglie d'autunno e, infine, lo spoglio inverno.

A cosa serve quel sogno?

Gli salverà la vita?

I ragazzi prima dicono di no, leggendo l'indifferenza negli occhi del condannato a morte; poi, uno di loro, Luigi, domanda: “ Ma se è indifferente alla vita, perché la bacia ogni volta che lei va via e pare non voglia più separarsi da lei?”.

Questa domanda apre una riflessione.

Il sogno non cambia forse la vita, ma mi sottrae alla vacuità dell'indifferenza.

“Meglio provare tutto il dolore del mondo, piuttosto che l'indifferenza”, dice Ilenia.

“ La tua vita probabilmente non cambierà, ma ti darà la motivazione per sopportare anche la morte.”.

Questo fa breccia nel cuore dei ragazzi e comincia la costruzione di quel ponte che supera la scissione tra sogno e realtà. Insieme a tanti altri stimoli, tra cui la lettura condivisa del testo di *Dostoevskij “Il sogno di un uomo ridicolo”*, in cui il protagonista ha un sogno quasi simile ad una visione notturna, che lo sottrarrà alla sua idea suicida poiché, in un viaggio onirico ed iniziatico, si ritrova in una terra di pace dove gli uomini vivono appagati e senza desideri e ciò permette lui di provare nostalgia per la sua umanità sanguinolenta e bramosa di conoscenza a cui, prima di decidere di morire, era indifferente, i ragazzi hanno consapevolizzato che sognare è sempre esprimere una parte profonda di sé, che mi permette di conoscere i miei desideri più oscuri.

Essi non sono sempre controllabili con la razionalità. Irene, per esempio, racconta di aver sognato di desiderare un uovo di Pasqua tanto grande da non poterlo infilare in una borsa della spesa e pertanto costretta a rinunciarvi; ciò indica che i nostri desideri spesso sono incontenibili, come la nostra paura. Anastasia, che affermava che ogni volta che provava a stare in intimità con sé stessa per ascoltare i suoi desideri sentiva solo un silenzio assordante, urlante che la metteva in fuga, aveva raccontato di sentirsi libera solo nei sogni; nella vita quotidiana non era mai libera, ma sempre condizionata dagli altri.

“Cosa non puoi fare?”, le chiedo.

“ Questo”, risponde; e, così incisiva, si mette in piedi sulla sedia quasi a sfidare il gruppo. Così scopre di sentirsi libera. Finiamo tutti in piedi sulle sedie, chi sulla cattedra, chi seduto sul pavimento, ognuno cerca di esperire la sua dimensione di libertà. Questo piccolo gioco che noi conduttori abbiamo loro legittimato, ha portato i ragazzi a comprendere che la libertà non è trasgressione o anarchia, ma educarsi ad essere sé stessi; essere sé stessi significa stare in contatto anche con le parti di noi che ci fanno più paura, senza sfuggire dalla propria interiorità. Una volta individuato il pattern del gruppo, la loro *Weltanschauung*, si gettano i semi per il superamento della stessa, dove si può esperire che

siamo liberi anche in mezzo agli altri e con gli altri e condividendo il nostro mondo interiore, di cui il sogno ci apre le porte.

Il pensare filosofico ci fa ampliare la nostra visione del mondo al confronto con quella di altri e ci fa superare i nostri angusti pensieri che alle volte c' intrappolano, permettendoci una maggiore libertà.

Il sogno restituisce innocenza alla vita.

Il sogno restituisce me a me stesso.

Il sogno è potenza creatrice e progettante che dà senso alla mia vita.

Il sogno è ciò che non mi fa morire.

**Terzo Gruppo**  
**Sogno diurno e sogno notturno**  
**Francesca Montagnoli**

Quello che abbiamo fatto è un lavoro profondo frutto dei nostri incontri.

Abbiamo approfondito il tema del seminario, secondo il gruppo e partendo dagli spunti dei conferenzieri.

Ne è uscita fuori una prima grande distinzione che è quella tra  
SOGNO DIURNO E SOGNO NOTTURNO.

Abbiamo ipotizzato che la metafora fosse propria del sogno diurno, mentre la realtà propria del sogno notturno.

- Il sogno notturno è reale e nello stesso tempo irrazionale perché mi abbandono completamente all'inconscio, ed in esso sperimento la libertà assoluta, perché vivo quella realtà, la realtà onirica, senza vincoli né barriere .
- Il sogno diurno è metafora perché è speranza, progettualità del miglioramento, dell'esprimere se stessi , dell'uscir fuori da se in maniera sempre più completa. Riporto qui unendoli a alcuni momenti dei dialoghi da cui sono scaturite alcune considerazioni e esperienze di risonanza esistenziale e filosofica che nel gruppo i ragazzi hanno espresso nei confronti dell'importanza del sogno e delle sue implicazioni:

“Il sogno ci porta in uno stato d'animo superiore”;

“... è un vagare nella parte più intima del nostro essere”;

“bisogna sognare una vita migliore, una carriera formidabile anche se questa non si avvera;

”il sogno è uno strumento di vita perché mi permette di evadere dalla realtà per comprendere i desideri più nascosti”;

“il sogno mi aiuta a migliorare è un viaggio della nostra anima”.

L'interesse del nostro gruppo si è focalizzato sul **sogno diurno** che molti di noi hanno definito come desiderio, ambizione, progetto di vita realizzabile e ben calcolato “sogno razionale”, sogno calcolato oppure come strumento di evasione, di fuga dalla realtà.

“Il mondo è orribile...il mondo non fa sognare...”; “nella realtà nulla è uguale ai nostri sogni”; “Faccio sogni irrealizzabili per paura della delusione”

Nello scambio e nella mio sollecitare confronti e contatti emerso spesso, nelle voci, nelle riflessioni degli studenti che, indubbiamente la realtà pone tanti vincoli ai nostri sogni ma **non può esserci una vita fatta solo di sogni o solo di realismo.**

Ci sono persone fragili che nel sogno rispecchiano la loro vita , ma nel momento in cui si “svegliano” rimangono talmente deluse da non riuscire ad affrontare i problemi di ogni giorno.

Alcuni di noi al contrario hanno sostenuto di esser talmente razionali e pratici da non esser riusciti ad entrare nell’argomento: sono un tipo totalmente razionale...non riesco a lasciarmi andare e riflettere su qualcosa di irrazionale, non legato alla praticità come il sogno.

Eppure...

...Ci sono uomini che hanno vissuto per realizzare un sogno. Un uomo, M.L.King, diceva “I have a dream”. Lui non voleva che una vita migliore diventasse e rimanesse un sogno, lui voleva che quel sogno diventasse parte concreta della sua vita!

Nei nostri incontri abbiamo tentato di dare un significato più approfondito ai nostri sogni, attraverso il dialogo, il disegno, la scrittura. Vari sono stati gli interrogativi che ci siamo posti ma soprattutto abbiamo tentato di comprenderne “il valore” del sogno in rapporto alla vita di ognuno. Ne sono emerse alcune descrizioni del sogno con profonde risonanze filosofiche:

“poiché i sogni così come i valori parlano di noi e danno senso , significato profondità alla nostra vita” (Laura).

“Grazie a questo seminario sono riuscita ad elaborare una mia propria concezione del sogno che rende quest’ultimo non più una cosa irraggiungibile e irrazionale, ma un qualcosa di concreto che mi dà la forza di vivere” (Elena).

Sognando posso imparare a conoscere me stessa e a trovare la strada giusta per dare uno scopo alla mia vita.

“Il sogno rappresentava un’immagine astratta identificata in un’immagine virtuale e rimane un pensiero frutto di fantasia e perciò non toccabile a cui si partecipa solo spiritualmente non fisicamente” (Giacomo).

“Il sogno dona colore alla vita, la rende affascinante e curiosa, le toglie monotonia e apatia” (Claudia)..

### “Meditazione Metafisica: una via alla pratica della filosofia”

Lodovico E. Berra

#### **Riassunto**

In genere quando parliamo di filosofia e del “filosofare” intendiamo tutta una serie di attività che vanno dalla lettura allo studio, dal dialogo alla scrittura, dalla riflessione razionale all’ analisi storica. Le pratiche filosofiche e il counseling filosofico sono poi una più recente possibilità di impiego del metodo filosofico, che si propone di applicare a fini pratici la filosofia per la risoluzione dei problemi concreti dell’ esistenza.

Ritengo qui fondamentale considerare anche l’ esistenza di una diversa dimensione del filosofare che precede e fornisce la base alle suddette attività.

Questa è per noi la pratica meditativa che consente di accedere in maniera diretta e vissuta ai concetti che potranno poi essere verbalizzati e rielaborati.

**Parole chiave:** meditazione – metafisica – pratica filosofica – stati della coscienza

La Filosofia è un modo di rapportarsi alla vita e di vedere la propria esistenza. Filosofare non è solo un esercizio razionale e di logica, ma è anche una modalità di *percepire* noi stessi ed il nostro mondo in maniera diversa. Abbiamo concepito (Berra, 2004) questa modalità come l’ accesso ad una area superiore della nostra coscienza, in grado di fornirci una visione più reale del nostro mondo, che abbiamo definito *Super-conscio*, in contrapposizione ad altri abituali livelli di coscienza.

La filosofia occidentale si è sviluppata più verso sofisticate astrazioni concettuali, rispetto alla tendenza applicativa e pratica propria delle filosofie orientali.

Credo che vi sia un maggior potenzialità nel riuscire a congiungere aspetti apparentemente contrapposti del filosofare, considerando insieme l’ aspetto logico-riflessivo e quello pratico-applicativo.

La Filosofia rappresenta un' inesauribile patrimonio di conoscenze e soluzioni per l' Uomo. Secoli di storia del pensiero filosofico ci forniscono un infinito repertorio di risposte ai problemi e ai dilemmi della nostra vita.

Spesso il rischio è che, prendendo spunto da filosofi e filosofie già pronte, si arrivi ad una eccessiva teorizzazione, allontanandosi, quasi inconsapevolmente, dalla realtà effettiva delle questioni esaminate.

È in questo senso che vogliamo qui proporre una nuova strada, almeno nell' ottica delle filosofie occidentali, che parta da un' esperienza vissuta, originale e personale, pur prendendo spunto da argomenti filosofici che potremmo dire classici.

Il presupposto fondamentale della *Meditazione Metafisica* nasce dalla necessità di penetrare nei concetti nella loro viva realtà sperimentandoli, e non limitandosi ad un sterile esame analitico.

Nel nostro essere umani vi è una comprensione *non* razionale dei fatti, non raggiungibile attraverso il pensiero pratico usuale. È una comprensione che richiede una partecipazione attiva, del corpo e dell' anima, e che consente di raggiungere obiettivi altrimenti neppure concepibili.

Spesso il solo teorizzare su un concetto ci allontana da esso. È quindi necessario *entrarvi* in un modo che potremmo dire "fisico".

Nello stesso tempo la comprensione vissuta necessita di un completamento intellettuale che ne integri la visione.

La *Meditazione Metafisica* si propone dunque una partecipazione attiva nella ricerca filosofica che riesca a recuperare dimensioni pratiche che paiono dimenticate.

Ogni ricercatore, che voglia sviluppare una filosofia creativa, deve quindi indagare se stesso e il mondo attraverso esperienze vere e concrete, abbandonando per qualche tempo scrittori e biblioteche. Solo così ne ritornerà veramente arricchito e cambiato nel modo di pensare e di sentire. È infatti la meditazione metafisica una filosofia percettiva e sensoriale, che non sempre può essere descritta o riferita.

Per questo ogni esercizio rappresenta uno spunto di ricerca, che nasce da considerazioni filosofiche su un tema da indagare e sviluppare in modo esperienziale e poi, se opportuno, in modo teoretico.

Non è quindi tanto importante che la meditazione "riesca" o sortisca un qualche effetto; ciò che importa è lo spirito di ricerca che la accompagna.

Siamo comunque convinti che il solo esercizio costante della pratica meditativa sia in grado di fornire un utile ed insostituibile ausilio nel percorso di aspirazione alla saggezza ed alla conoscenza che ogni appassionato di filosofia ricerca.

## **Il significato della Meditazione Metafisica**

Sebbene esistano differenti approcci e numerose siano le tecniche meditative, vogliamo qui proporre una particolare modalità che tenga conto della cultura filosofica occidentale, senza tuttavia trascurare principi e metodi che possiamo dire classici.

Il discorso non è certo nuovo, ed è già stato trattato da Hadot (2002) nei suoi studi sugli esercizi spirituali praticati nella filosofia degli antichi greci. La meditazione è solo uno dei possibili esercizi citati, ma sicuramente uno dei più importanti e potenzialmente associabile a tutti gli altri.

La meditazione infatti pare che fosse una pratica già comune in Socrate e tra i suoi discepoli.

Anche Epicuro sostiene che un momento importante della vita filosofica sia l'esercizio della meditazione, da praticare assiduamente. Essa consente di avere incessantemente presenti i dogmi fondamentali del proprio orientamento filosofico, cosicché si produca nell'anima il loro effetto psicologico.

La meditazione poteva anche assumere la forma di esercizio scritto, come sono stati interpretati da Hadot i pensieri di Marco Aurelio.

Per Platone la contemplazione rappresenta non solo un'attività, ma anche un modo di vivere che consente di allontanarsi dal mondo delle apparenze per pervenire al mondo dell'immutabile. L'anima infatti è inizialmente a contatto con le verità ideali, che potrà rievocare in seguito quando sarà incarnata in un corpo.

Anche Aristotele parla dell'attività contemplativa come la più elevata e in grado di avvicinare l'uomo alla felicità.

Quindi l'esercizio della meditazione appartiene storicamente alla filosofia occidentale, ritrovandosi poi anche in pensatori come Plotino, Sant'Agostino e Tommaso d'Aquino.

Nonostante che le pratiche di meditazione si siano sviluppate maggiormente nelle religioni e nelle filosofie orientali, riteniamo utile ed importante rivalorizzare una attività che, alla luce della nostra cultura, è certamente in grado di apportare un contributo fondamentale al percorso di ricerca di ogni filosofo e di ogni pensatore interessato ai problemi della vita e dell'anima.

Chi si occupa di filosofia sviluppa una certa disposizione al ragionamento, all'analisi critica ed all'indagine su tutta una serie ben nota di argomenti, che spaziano dalla teologia alle scienze della natura, dall'ontologia alla psicologia.

Argomenti frequenti del filosofare sono il senso della vita, il tempo, la morte, l'essere, l'infinito, l'essenza delle cose, del nostro esistere, del nostro pensare, e così via. Spesso questi argomenti sono trattati in modo egregio e raffinato dai filosofi, fornendoci solidi elementi di riflessione.

Accade però che facilmente questi temi rischiano di rimanere miscele di termini vuoti, sofisticati esercizi di astrazione, sempre più lontani dal nostro vivere reale.

L'origine della filosofia sta nel desiderio dell'uomo di comprendere il senso della sua esistenza e della Vita, dei suoi valori e significati, con una esigenza quindi decisamente *pratica*. La teorizzazione filosofica tende a condurre sempre più lontani dalla realtà concreta della vita. Spesso questo accade anche nelle scienze umane più vicine all'approccio naturalistico, come alcuni tipi di riflessioni in psicoanalisi. A volte, in un narcisistico esercizio di pensiero, compaiono contorti e complessi disegni della dinamica psichica, ben lontani dal loro scopo originario.

Ogni termine, ogni concetto, ogni pensiero devono nascere da un'esperienza vissuta, reale e vera, evitando la seduzione delle capacità teoretiche della nostra ragione.

Il complesso edipico letto e studiato è diverso da quello vissuto e sperimentato. Lo spazio infinito matematizzato è differente da quello osservato. La *mia* morte è diversa dalla *morte* come concetto.

Vogliamo quindi qui riportare l'attenzione alla necessità di "vivere" un concetto, evitando il solo parlarne o scriverne. Il vero filosofare richiede lo sperimentare ciò che si dice e scrive. Altrimenti, tali pensieri avranno solo più un vuoto senso estetico.

D'altra parte se riflettiamo sul significato di fare filosofia dobbiamo intenderlo non solo come riflessione teoretica ma anche e soprattutto come un modo di vivere e di vedere il mondo. *Vivere filosoficamente* richiede l'applicazione concreta di un pensiero, il che richiede la sua sperimentazione ed attuazione. Ogni teoria filosofica deve essere il frutto di un'esperienza vissuta in cui si congiungono comprensione razionale ed emotiva. Senza questa fusione il filosofare rimane un esercizio sterile e vuoto. D'altra parte anche la sola sperimentazione senza riflessione intellettuale ed analisi potrebbe rimanere privata di una sua parte essenziale.

La pratica meditativa è perciò indispensabile al comprendere complessivo, non solo come forma di indagine ma anche come stile di vita. Attraverso la meditazione metafisica il filosofo fa sì che la dimensione trascendentale diventi una parte costitutiva del suo modo d'essere e di vedere il mondo, così che ogni attimo della sua vita sia colmo della saggezza a cui aspira ogni filosofia.

La meditazione rappresenta una modalità peculiare ed unica di ricerca filosofica, differente dal solo vivere una teoria. Meditare vuol dire immergersi totalmente in un'esperienza psico-fisica in grado di consentire la piena percezione e comprensione di un fatto esistenziale.

Genericamente possiamo definire la meditazione una pratica mentale che, attraverso appositi esercizi, produce un particolare stato della coscienza caratterizzato da una diversa modalità di percepire se stessi e il mondo circostante.

Esso può essere ottenuto mediante differenti modalità di esecuzione e con differenti intenti. Tra le tecniche meditative più comuni riconosciamo la modalità: (a) *riflessiva o introspettiva*, (b) *contemplativa*, (c) *recettiva*, (d) *zen*, (e) *trascendentale*, (e) *yoga*.

La forma *riflessiva o introspettiva* indirizza l'attenzione verso il mondo interiore, mentre quella *contemplativa* si dirige verso oggetti specifici, concetti o parole. Nella forma *recettiva* si tende a creare uno stato di apertura al mondo attraverso la completa assenza di pensieri

La meditazione *zen* è centrata più sul vuoto interiore, tramite l'annullamento del pensiero e dei desideri.

La meditazione *trascendentale* è diretta al raggiungimento di uno stato di quiete interiore, collocandosi all'origine dei pensieri tramite l'impiego di un *mantra* (parole particolari che vengono ripetute mentalmente)

Nella meditazione *Yoga* si aspira infine all'unione del meditante con l'oggetto meditato, all'unione dell'anima individuale con l'Anima universale

Esistono molte altre tecniche meditative, ed è quasi innumerevole il loro numero. Potremmo dire che esistono tante tecniche quanti sono i maestri che le insegnano. Ognuna di queste vie ha però punti in comune che rendono la meditazione una pratica in fondo universale. La diversa impostazione nasce unicamente da una diverso sfondo filosofico, conducendo tutte ad un unico e simile stato psicofisico. Sarà poi l'utilizzo ed il fine a definire più precisamente la modalità meditativa. Se vogliamo anche l'*ipnosi* produce uno stato di coscienza simile a quello meditativo, differenziandosene unicamente per l'impiego mirato di suggestioni dirette o indirette.

Dunque, la meditazione può apparire come un soffermarsi a riflettere, lasciandosi permeare dall'oggetto o dal concetto prescelto, assorbendo le sensazioni che spontaneamente si producono, e consentendo una serie di reazioni.

Meditando si modifica lo stato della coscienza, che risulta quindi differente da quello usualmente vissuto durante la nostra vita quotidiana. Questo stato non è un qualcosa di artificiale e artefatto, ma fa parte della nostra normale fisiologia psichica e può essere periodicamente sperimentato. Esso sfugge alla nostra attenzione perché non riconosciuto e identificato, a volte addirittura respinto, non valorizzato, o sovrastato dagli altri flussi della nostra coscienza.

L'accogliere il momento meditativo, spontaneo o provocato, produce in noi un riequilibrio psichico, come una necessaria pausa prima della ripresa del normale ritmo di vita quotidiano. In questo senso la meditazione è in grado di apportare benefici effetti sulla nostra salute psichica.

Come detto è però importante l'impiego che facciamo di questa "pausa", di questa sospensione: può essere una inconsapevole distrazione di riposo, un relax di fantasie, una spontanea

contemplazione, oppure un' occasione da cogliere e amplificare per vedere e percepire in modo diverso il nostro mondo.

La forma di meditazione che vogliamo definire “*metafisica*” vuole andare oltre le apparenze del nostro esistere, trascendendo le sue dimensioni *fisiche* e materiali.

Essa vuole aiutarci a produrre uno stato di coscienza che ci consenta di vedere il mondo e la nostra esistenza con saggezza e consapevolezza, mai dimenticando la reale essenza del nostro esistere.

Spesso siamo così trascinati dall' ininterrotto flusso degli eventi quotidiani, sollecitati da scadenze ed orari, pressati da impegni e problemi, da dimenticare il vero significato della nostra vita. Attraverso la meditazione, e attraverso le tecniche che proponiamo, vogliamo quindi riportare ad una percezione della esistenza che consenta di elevarsi ad uno stato di consapevolezza tale da ridare valore al nostro essere uomini dotati di facoltà psichiche superiori.

Meditare metafisicamente è quindi innanzi tutto fermarsi, interrompere il flusso continuo di eventi, e proiettarsi nelle nostre più alte sfere intellettuali, rendendo possibile osservare noi stessi e il mondo in un modo nuovo, più saggio e più sereno. E questo nel più profondo spirito filosofico, in quell' atteggiamento cioè che, attraverso un' operazione di trascendenza, ci consenta di cogliere la reale essenza del nostro esistere.

### **Il meditare con la filosofia**

E' qui ora necessario cercare di specificare meglio la qualità *metafisica* della forma di meditazione che vogliamo proporre. Come accennato “meta-fisico” è da intendersi come qualcosa che cerca di andare oltre alle apparenze del mondo materiale che ci circonda, cercando di cogliere il reale significato della nostra esistenza.

Il termine di metafisica deriva da Aristotele per indicare i libri “*successivi a quelli sulla fisica*” nell' ordine delle sue opere, ove egli tratta della “filosofia prima”.

*La filosofia prima*, quindi la metafisica, studia la totalità di ciò che esiste ed ha per campo d'indagine il sovrasensibile.

Il filosofo "primo" deve quindi poter enunciare i principi più fondamentali di tutti, estesi a tutto quanto l' essere e non limitati ad un suo genere particolare.

Possiamo quindi dire che la metafisica equivale al “filosofare”, poiché il filosofo cerca di cogliere ed analizzare quelli che sono i principi primi e fondamentali della nostra esistenza, cercando di trascendere le apparenze del nostro mondo sensibile.

Il filosofo nella sua ricerca, interrogandosi, *trascende* una normale dimensione di pensiero. Egli è così genericamente proteso alla trascendenza, con l' aspirazione al raggiungimento di una visione ed una consapevolezza di quelli che sono i principi primi e della totalità del nostro essere.

Questo è possibile solo se ci si pone in modo diverso di fronte al problema della conoscenza. E' possibile indagare e conoscere i principi primi o la totalità del nostro essere solo osservando in un certo modo sotto una certa e particolare luce.

Il tipo di filosofia che noi desideriamo considerare non è quindi quello che la intende come *discorso teorico* fine a se stesso, bensì è un'attività pratica, in cui i concetti devono essere sperimentati e non solo descritti.

La meditazione metafisica si propone quindi di far vivere esperienze soprasensibili, quindi oltre la normale percezione quotidiana, che consentano una trasformazione della visione del mondo. Possiamo quindi definirla un esercizio spirituale, in linea su quanto sostenuto da Hadot (2002), in grado di produrre un positivo mutamento dell' esistenza.

Privata dell' aspirazione ad una saggezza pratica, l' attività filosofica viene a perdere la sua funzione fondamentale ed originaria, e cioè rendere migliore la nostra vita, rimanendo relegata a sterili riflessioni intellettuali.

Già Bergson (1938) evidenziava la necessità che la filosofia si presenti, più che come sistema, come metodo per trasformare la nostra *percezione* del mondo.

Questo mutamento della visione del mondo, consentito dal filosofare attivo, è una trasformazione dell' anima stessa, del suo modo di vivere e sentire gli eventi che caratterizzano l' esistenza.

Detto questo potremmo domandarci in che cosa consista questa metamorfosi generata dall' atto meditativo.

Certo non è solo un cambiamento delle modalità di pensiero, o come abbiamo detto una rielaborazione del *discorso filosofico*. Essa è sostanzialmente un' esperienza intuitiva, vissuta e totale dei fenomeni che riguardano il nostro mondo e la nostra esistenza.

Vi è una comprensione che esula dalle capacità razionali e logiche della nostra mente e che risulta difficilmente descrivibile nel nostro linguaggio abituale. Per questo gli esercizi meditativi sono solo uno spunto, uno stimolo ad un lavoro interiore che ognuno dovrà sperimentare individualmente. Le esperienze che ne deriveranno non potranno essere ridotte ad una descrizione verbale.

Il mutamento è quindi una modificazione profonda del nostro modo d' essere, non solo nella sua "visione del mondo", ma più specificatamente in una diversa "*percezione* del mondo" o meglio di una differente "*sensazione* del mondo".

Nella concezione originaria di Jaspers (1919) le visioni del mondo sono definite come manifestazioni supreme ed espressioni totali dell' uomo, oltre quindi l' azione razionale che vuole catalogarle.

Solo immergendoci totalmente in ogni situazione, in ogni piega dell' esistenza effettiva, ci dice Jaspers, possiamo veramente procurarci una completa visione del mondo.

Uno degli elementi che più consentono questo completamento della *Weltanschauung* e della sua percezione, sta a nostro giudizio, nella modificazione dello stato di coscienza ottenibile con la meditazione.

Questa non è quindi solo un esercizio di pensiero bensì un esercizio che potremmo dire spirituale, totale e profondo, che comprende il corpo e l'anima, l'intelletto e l'istinto, l'uomo e tutto il suo universo.

Possiamo usare parole eleganti e sofisticate affermazioni, costruire raffinate teorie filosofiche ma mai riusciremo a comprendere l'essenza di ciò di cui stiamo parlando se non sperimentandolo. È proprio questo in fondo il principio fondamentale che ci accompagna nel nostro modo di fare filosofia, vale a dire concreto esercizio di vita.

La pratica quindi basata su questi principi è quello che vogliamo definire "meditazione metafisica".

### **Meditazione e stati della coscienza**

La meditazione è uno stato fisiologico della coscienza, vale a dire uno stato psichico spontaneo o inducibile attraverso varie tecniche. Non è quindi una alterazione anomala del nostro stato psichico, ma rappresenta una possibile condizione naturale della nostra coscienza.

Le modificazioni fisiologiche della coscienza possono essere indotte anche attraverso particolari tecniche che usano il corpo come mezzo o via d'accesso a stati psichici profondi.

In ogni caso l'elemento centrale che meglio caratterizza lo stato psichico meditativo è la modificazione della coscienza.

La coscienza è la consapevolezza di sé stessi e del mondo esterno, cioè un'esperienza psichica attuale che include la totalità dei fenomeni psichici vissuti in un dato momento. Essa possiede una funzione integrativa che organizza il campo dell'esperienza sensibile attuale ed assicura l'orientamento temporo-spaziale ed i processi di discriminazione e di scelta (Berra, 2004).

La pratica meditativa rappresenta un metodo unico di sperimentazione sulla costituzione e sulle modalità di funzionamento della nostra coscienza, che altrimenti potrebbe essere difficilmente compresa.

Fondamentale è consentire il riconoscimento delle sue variazioni di stato e fare in modo di raggiungere una loro capacità di gestione.

Nelle modificazioni dello stato di coscienza intervengono due fondamentali funzioni psichiche: l'*attenzione* e la *volontà*. Da esse deriva la possibilità di prendere contatto con i diversi livelli mentali: conscio, subconscio ed inconscio.

La volontà agisce sui fenomeni percettivi mediante l'attenzione, che può indirizzare, modificare, limitare, stimolare o frenare.

Nello stato vigile l'attenzione, in modo più o meno volontario, viene proiettata verso il mondo esterno, contraddistinguendo quello che abbiamo definito *Esterosconscio*.

Rivolgendo l'attenzione verso il mondo interno possiamo riconoscere un punto di transizione nella coscienza somatica, o *Somatosconscio*, in cui la consapevolezza è orientata sulla percezione corporea, anche viscerale.

L'orientamento infine dell'attenzione verso il mondo psichico interno, quindi verso i pensieri, le immagini, i ricordi, le riflessioni, ecc, identifica la regione della coscienza detta *Intraconscio*.

Possiamo distinguere due differenti livelli di inconscio, posti al di fuori del territorio di controllo della volontà: una regione profonda, definita *Inconscio Strutturale*, genetica e costituzionale, in cui coesistono strutture archetipiche e simboliche, pulsioni, forze e tendenze primitive; ed una regione ad esso sovrapposta, definita *Inconscio Psicodinamico*, sede di contenuti e dinamismi inconsci sedimentati, repressi e respinti, esito di eventi più o meno traumatici o significativi.

Tra l'Inconscio ed il Cosciente si presume l'esistenza di un'area Preconscia, o *Subconscio*, i cui contenuti possono, a differenza di quelli situati negli strati profondi dell'inconscio, essere riportati ad un livello di coscienza attraverso una rievocazione volontaria. Il preconscio è quindi costituito da ricordi latenti che possono essere attualizzati con un atto volontario del soggetto.

Per il rapporto di costante e reciproca influenza tra il cosciente e l'inconscio è concepibile supporre una continuità funzionale tra essi.

Secondo un modello dimensionale della coscienza, i vari stati non rappresenterebbero compartimenti indipendenti tra loro, ma sarebbero l'espressione dei diversi livelli di un'unica funzione psichica. Da ciò ne deriva che esiste una possibilità di transizione tra i differenti livelli di coscienza che entro certi limiti può essere indirizzata.

Nella pratica meditativa si utilizza infatti l'orientamento volontario della propria attenzione, su oggetti esterni, sul proprio corpo o sui propri movimenti mentali per produrre tutta una serie di effetti psicofisici.

Esiste però un ulteriore livello di coscienza, che riteniamo essere più specifico della meditazione metafisica poiché conduce *oltre* i precedenti livelli, prendendone distanza e consentendo un particolare ed unico stato di consapevolezza. È questo lo stato di *Super-Coscienza* o *Coscienza Trascendentale* il quale sovrasta gli altri livelli mentali (cosciente, subconscio ed inconscio), e li osserva oggettivandoli.

Nell'entrata nello stato di *Coscienza Trascendentale* vi è come uno stacco, un salto, un passaggio netto che muta decisamente la percezione di noi stessi e del mondo circostante. Il suo raggiungimento può essere avvenire in modo brusco e sgradevole, come abbiamo descritto parlando

dell' angoscia (Berra, 2004) oppure in modo graduale, utilizzando le tecniche meditative comuni, o esercitandosi in quelle che proporremo più avanti.

È in genere bene lasciare che il passaggio avvenga naturalmente, senza forzare il mutamento della coscienza, e limitandosi ad aprirsi alla possibilità della sua comparsa. Questa naturalmente richiede la sua conoscenza e capacità di identificazione, che può avvenire attraverso una pratica costante.

Carattere fondamentale del *Super-Conscio* è che esso non può mai divenire oggetto di se stesso, non può "osservarsi" o "descriversi" in modo riflessivo. E' indefinibile in quanto la sua esistenza è unicamente una "esperienza". In tal senso la MM consente di vivere qualcosa che sarebbe altrimenti difficilmente descrivibile, che è più una particolare modalità percettiva ed esistenziale che un concetto teorico ed astratto. Ciò rinforza maggiormente la nostra tesi, secondo cui è più esplicativo sperimentare e vivere il Superconscio, piuttosto che raccontarlo attraverso astrusi espedienti linguistici.

L' esperienza del Super-Conscio è infatti silenziosa ed atemporale, vale a dire che non ha bisogno di parole ed è fuori dalla nostra abituale dimensione del tempo.

Nella sua posizione sovrastante gli altri livelli, può essere concepita come una "*coscienza della coscienza*", quindi consapevolezza delle modificazioni psichiche di stato, pur senza farne parte.

Il mantenersi al suo interno richiede pratica ed esercizio costante, essendo la tendenza naturale quella di riportarsi nei ciclici stati sottostanti. Ed è infatti questo uno dei propositi principali della Meditazione Metafisica, vale a dire il collocarsi stabilmente in questo stato della coscienza, che consente di indagare e conoscere noi stessi ed il nostro mondo in una modalità che potremmo dire pro-filosofica.

Esula dalle intenzioni di questo scritto una descrizione dettagliata della specifica tecnica meditativa, che può essere meglio esposta in una più ampia trattazione (Berra, 2008).

Elenchiamo qui di seguito una possibile serie di esercizi che tiene conto del livello di difficoltà del tema e della propedeuticità sequenziale, da quello che precede a quello che segue.

Ogni esercizio può essere svolto anche solo singolarmente e le esperienze vissute potranno poi entrare a far parte di una più articolata indagine filosofica anche all' interno di un gruppo di discussione.

1. La meditazione sul corpo
2. La meditazione sul mondo interno
3. La meditazione su un testo, un brano, una frase
4. La meditazione su un proposito o su progetto
5. La meditazione sull' essenza dell' oggetto

6. La sospensione del giudizio
7. La meditazione sulla coscienza cosmica
8. La meditazione sull' istante presente
9. La meditazione sul vuoto
10. La meditazione sulla morte

### ***Bibliografia***

Bergson H. (1938) "*Pensiero e movimento*" Bompiani, 2000

Berra L. "*La voce della coscienza. L' angoscia come via alla trascendenza*", Gabrielli Editori, 2004

Berra L. "*Meditazione Metafisica: manuale di pratica filosofica*" ISFiPP edizioni, Torino, 2008

Hadot P. (2002) "*Esercizi spirituali e filosofia antica*", Einaudi, 2005

Jaspers K. (1919) "*Psicologia delle Visioni del Mondo*" Astrolabio, 1950

Patanjali *Yoga Sûtra. Con i commenti della tradizione*" (a cura di) M. Vinti e P. Scartabelli, Mimesis, 1992

# L'«arte» del counseling quale propedeutica al filoso-fare.

- Seconda Parte -

Luca Nave

## Riassunto:

Questo articolo costituisce la seconda parte di una ricerca che mira a scoprire gli elementi del counseling, inteso quale *techne*-non tecnica di natura extra-psicologica, che possono essere importati all'interno di una relazione di aiuto d'impostazione filosofica affinché l'aiuto elargito al consultante possa essere realmente efficace, pur senza minimamente inficiare o strumentalizzare la genuinità del proprio filoso-fare.

## Parole chiave:

Counseling, Consulenza *expertise*, Psicoterapia, Antropologia, Aiuto.

## Introduzione.

La prima parte di questa ricerca ha preso le mosse dal fondamentale interrogativo circa le condizioni che possono contribuire a rendere *efficace* una relazione d'aiuto impostata sulla pratica della filosofia. La nostra analisi ci ha condotto a rinvenire nell'arte del counseling una propedeutica al filoso-fare, nel senso che solo prestando attenzione a ciò che ha luogo all'interno della relazione counselor-consultante e solo disponendo delle abilità o espedienti umano-relazionali che stanno alla base di tale pratica è auspicabile stabilire una relazione d'aiuto d'impostazione filosofica che sia realmente efficace.

Per giustificare tali affermazioni abbiamo tentato di chiarire la natura del counseling soprattutto alla luce di alcune prospettive che, sulla scia di Achenbach, ravvedono in tale pratica una forma di agire "tecnico, strumentale e strategico" che potrebbe inficiare la genuinità del filoso-fare. In Italia, in particolare, si è verificata una disputa a riguardo della denominazione stessa della nostra disciplina, questione nota come "nome della cosa" (Pollastri): alcuni filosofi praticanti prediligono il termine "consulenza" a "counseling" in quanto quest'ultimo, proprio alla luce del sopraccitato agire "tecnico-strumentale-strategico", rimanderebbe alle psicoterapie e alle varie tecniche psicologiche, trasformando la consulenza-counseling filosofico stesso in una forma ibrida e camuffata di psicoterapia. Nel corso della nostra analisi abbiamo ritenuto opportuno mostrare che, per molti versi, può essere vero l'opposto, ossia che è proprio il termine "consulenza" a rimandare a un sapere e un agire "tecnico-strumentale-strategico" che abbiamo definito *expertise* (per riferirci, ad esempio, alla consulenza di un medico, di un avvocato o di un notaio che, in virtù del proprio sapere

“tecnico” forniscono consigli o pareri ultra-direttivi per risolvere i problemi rispetto ai quali si domanda la loro consulenza) mentre l’arte del counseling rifugge proprio da tale modello e da ogni intervento ultra-direttivo, strumentale e strategico, in linea con quella che Schein definiva, proprio in alternativa alla consulenza *expertise*, la consulenza di processo.

Nelle pagine finali abbiamo allora concluso la prima parte di questa ricerca chiarendo che, in riferimento alla pratica del filoso-fare e per comprendere ciò che avviene all’interno di una relazione d’aiuto d’impostazione filosofica, risulta poco efficace se non addirittura inutile contrapporre i termini “counseling” e “consulenza”, mentre crediamo risulti assai più proficuo illustrare la distanza tra l’ideologia metodologica della consulenza *expertise* (rinvenibile tra l’altro in diverse forme di psicoterapie “classiche” che tra breve illustreremo) e il counseling o consulenza di processo, che contengono elementi propedeuticamente preziosi e per nulla snaturanti il nostro filoso-fare.

Riportiamo dunque i cinque punti che caratterizzano la comune ideologia del counseling-consulenza di processo quale alternativa al modello *expertise*, che svilupperemo, con particolare riguardo alle terapie psicologiche che rispecchiano quest’ultimo modello, nella continuazione di questa ricerca.

La comune ideologia del counseling o consulenza di processo prevede:

- il rifiuto di ogni *teoria a priori* della personalità: il problema che il cliente porta nella consulenza non deve essere generalizzato e inquadrato in una casistica, ma trattato come espressione di una particolare e singola individualità;
- la considerazione dell’individuo: *soggetto* libero, responsabile e storico; contrassegnato da una tensione al miglioramento; nella posizione più favorevole per arrivare a una comprensione dei propri problemi; dotato delle capacità di sviluppare le proprie potenzialità cognitive, affettive ed emozionali;
- la convinzione che agire su *idee*, credenze, significati e principi che li informano possa favorire un cambiamento negli individui;
- la *relazione d’aiuto* come promotrice dell’atteggiamento di non giudizio e di accettazione del cliente nella sua realtà e dignità; eliminazione dei vincoli e delle barriere al pieno sviluppo della persona; intenzione autentica di comprendere l’altro; fiducia nel dialogo come luogo e strumento di comprensione;
- una determinata teoria *dell’apprendimento*: il superamento della forma esclusiva di acquisizione di un *know how* a favore di forme di un apprendimento pensato *a partire da sé*,

dalla propria esperienza di vita; il consulente, il cui scopo è far fiorire ciò che è presente nell'altro, si qualifica come esperto non più di contenuti ma di processo (AA.VV., 2005, pag. 95).

Nel confronto tra la consulenza *expertise* e quella di processo o la pratica del counseling emerge chiaramente un mutamento circa il modo di intendere la natura della relazione che ha luogo all'interno della consulenza e, di conseguenza e in particolare, i due protagonisti di essa: da una parte il counselor o consulente più o meno *expertise*, dall'altra la persona che richiede la consulenza stessa. Tale mutamento comporta notevoli conseguenze circa l'agire all'interno della relazione, che analizzeremo nella continuazione di questa ricerca.

### **1) Il tecnico e il facilitatore.**

Come precedentemente evocato, nel momento in cui chiediamo una consulenza ad un avvocato, a un notaio o ad un esperto informatico, ci aspettiamo che essi ci forniscano una serie di consigli e pareri desunti direttamente dal loro sapere tecnico-professionale al fine di trovare una soluzione al problema per il quale li abbiamo consultati; il loro lavoro consulenziale consiste, sostanzialmente, nel trovare le soluzioni ai nostri problemi e da loro, almeno in termini relazionali, non ci aspettiamo nulla di più.

Ora, a differenza di questi consulenti che, alla luce del loro sapere tecnico-strategico, risolutivo e direttivo abbiamo definito *expertise*, il *counselor* non è un "tecnico" esperto di contenuti risolutivi utili al fine di fornire soluzioni pre-confezionate alla luce di una certa teoria pre-concetta o di un certo sapere speculativo-professionale adattabile a ogni consultante, bensì piuttosto un facilitatore-accompagnatore esperto soprattutto del processo chiarificativo-comprensivo delle situazioni problematiche, che si assume appunto il compito di accompagnare ogni singolo consultante verso una nuova e alternativa visione del problema o della situazione che l'ha indotto a chiedere una consulenza, analizzati dapprima in tutta la loro complessità. Il counselor non dispone infatti di un sapere *standard* a cui fare riferimento al fine di risolvere il problema portato in consulenza né una casistica tipico-ideale nella quale far rientrare le questioni presentate dal consultante, e non si prefigge affatto il compito di risolvere il problema stesso (simil *problem solving*) quanto piuttosto dispone di un certo *atteggiamento* che pone il consultante nelle condizioni di risolverlo da sé, dopo averne mutato piena consapevolezza. Tutte le abilità dell'arte del counseling, dall'empatia all'accettazione incondizionata, passando per l'ascolto attivo, la riformulazione, la congruenza e l'attenzione alla comunicazione non verbale (per citare solo le principali) crediamo vadano proprio in questa direzione: non sono infatti semplici tecniche psicologiche ma si riferiscono piuttosto a ciò

che con Rogers definiamo il “saper essere” del counselor rispetto al suo mero “saper fare”, alle sue qualità fondamentalmente umane, relazionali e sentimentali di contro alle teorie, al sapere e alle tecniche del consulente esperto.

Già da questi brevi cenni dovrebbe risultare chiara la differenza tra il consulente tecnico-*expertise* e il counselor, la quale rimanda a prospettive e strumenti di cui disporre nella relazione di consulenza affatto differenti. Torniamo al nostro avvocato, al nostro notaio e all’esperto informatico: incontrando tali professionisti ribadiamo che il nostro unico obiettivo è risolvere un problema piuttosto specifico col ricorso al loro sapere tecnico di riferimento e attraverso procedure per lo più standard e consolidate; è chiaro che sarebbe preferibile se tali professionisti, oltre ad essere preparati e aggiornati a riguardo di tale sapere, fossero anche empatici, sensibili e capaci di ascoltarci attivamente, ma tali qualità potrebbero anche non essere presenti in una consulenza tecnica senza con ciò inficiarne l’efficacia; all’opposto, in un incontro di counseling, dal momento che praticamente nessun problema prevede soluzioni ottenibili col semplice ricorso a saperi standard o col ricorso a semplici tecniche terapeutiche, in assenza di qualità umane, relazionali e “sentimentali” messe in atto da colui che elargisce l’aiuto e che costituiscono l’essenza stessa o la *conditio sine qua non* di tale pratica, è auspicabile ottenere un intervento che sia realmente efficace. Vedremo da vicino tali caratteristiche e abilità che, proprio in questo senso, si riferiscono al “saper essere” del terapeuta rispetto al suo mero “saper fare”. Nel frattempo crediamo sia utile tornare a segnalare che, nei confronti di alcune professioni di consulenza, il confine tra *expertise* e consulenza di processo o counseling può non essere così rigido: pensiamo ad esempio a un medico che, da una parte dispone certamente di un sapere tecnico-strategico al quale fare affidamento per stabilire diagnosi e prognosi del paziente ma, dall’altra, dovrebbe essere anche un po’ counselor, dovrebbe cioè prestare particolare attenzione a ciò che avviene nella relazione, tentare di instaurare una certa empatia con le persone che incontra ed ascoltare attivamente le parole e i sintomi dei propri pazienti. Affine per molti versi alla professione medica segnaliamo poi, in particolare, il lavoro dello psicoterapeuta: anch’egli, da una parte, dispone di un sapere *expertise* e di tecniche terapeutiche a cui fare affidamento per affrontare e risolvere il problema presentato (pensiamo ad esempio alla teoria del complesso di Edipo e alla tecnica dell’associazione libera della psicanalisi) ma dall’altra deve comunque prestare la massima attenzione agli aspetti relazionali della consulenza, benché anche tali aspetti vengono talvolta condizionati dal sapere tecnico-*expertise* di riferimento (ad esempio, ancora, la teoria e la pratica del transfert e contro-transfert degli psicanalisti che discende direttamente dal sapere *expertise* di riferimento).

Torneremo tra breve sulla questione delle psicoterapie che, per molti versi o almeno secondo certi modelli “ortodossi”, possono senza dubbio rispecchiare l’ideologia delle consulenze *expertise*. Per

il momento ci limitiamo a concludere questo paragrafo segnalando che la seppur talvolta poco netta distanza tra il consulente esperto e il counselor sembra tutta giocarsi sulla differenza tra il sapere teorico, tecnico, strumentale e direttivo a cui il tecnico-esperto fa affidamento per affrontare una situazione problematica e il “non sapere” tecnico-risolutivo-*expertise* del counseling o della consulenza di processo che, da questo punto di vista, possiamo certamente far rientrare “nell’alveo della tradizione *socratica* del sapere di non sapere [...]”, (AA.VV, 2005, pag. 128), la cui ideologia si rivela particolarmente proficua in una relazione d’aiuto fondata sulla filosofia; nel counseling in generale e in quello filosofico in particolare, praticamente tutte le problematiche affrontate non hanno natura tecnica-strumentale ma soggettivo-esistenziale, e il filosofo counselor non dispone di un sapere tecnico-standard cui fare riferimento in vista della soluzione e non si pone anzi neppure il compito di trovare soluzioni o elargire consigli e pillole di saggezza, bensì piuttosto quello di aiutare il singolo consultante a maturare una personale soluzione o una via d’uscita dai propri problemi-disagi esistenziali, decisionali, emotivi facendo ricorso al “non sapere” e alla maieutica che, da Socrate, stanno alla base di un certo modo di filoso-*fare*.<sup>1</sup>

## **2) Il consultante tra passività e attività.**

Nel confronto tra l’ideologia della consulenza *expertise* e quella del counseling o consulenza di processo muta poi il ruolo, la funzione e la considerazione del soggetto cliente-consultante. Nella consulenza *expertise*, in molte forme di psicoterapie ortodosse e, in generale, nei modelli “classici” della pedagogia tradizionale, il consultante o il paziente o il discente veniva prevalentemente considerato come un essere “passivo”, nel senso che doveva limitarsi a esporre il proprio problema e attendere, appunto passivamente, l’illuminante soluzione direttiva elaborata da colui che “sa”. Ancora oggi molti professionisti non accettano di buon grado quello che viene definito l’*empowerment* del cittadino o del paziente: l’esperto giurista non tollera quei clienti che oltre a presentare il proprio problema propongono pure la soluzione elaborata col ricorso all’*Avvocato nel cassetto*, né il medico accetta di buon grado i pazienti che si sono auto-diagnosticati la propria malattia in seguito alla visione dell’ultima puntata del *Dr House* o del telefilm *E. R. Medici in*

---

<sup>1</sup> Sul “non-sapere”, al di là di Socrate e del “socratismo”, rinvio a K. Jaspers, *Filosofia*, Mursia, vol. II, pp. 233 e seg., dove tematizza “il «non-sapere» come punto critico nell’origine” “[...] che si conquista e si realizza ogni qualvolta si giunge all’annullamento di un sapere oggettivo”. “L’autentico non-sapere è quello conquistato sulla base del sapere più comprensivo”. Non posso qui approfondire il tema del non sapere e della maieutica ma rimando all’ottimo scritto di G. Del Monte, “Figli di un’ostetrica, devoti di Artemide efesina”, in *Rivista Italiana di Counseling Filosofico*, n.2, ottobre 2006.

*prima linea*. In virtù di un certo paternalismo che tarda a tramontare, in molti rimpiangono i tempi in cui il cittadino o il paziente erano passivamente ignoranti (stavolta non inteso in senso socratico), e insieme ai problemi non presentavano pure pseudo-soluzioni con le quali doversi necessariamente confrontare e perdere tempo a smentire o ridimensionare.

Ora, anche in virtù del fatto che il counselor, come ammesso nel paragrafo precedente, non dispone di un sapere tecnico al quale ricorrere per risolvere paternalisticamente o dall'alto il problema presentato dal consultante ma dispone solamente di un atteggiamento e di una serie di espedienti umano-relazionali che pongano l'altro nelle condizioni di risolversi il problema in autonomia e libertà, segue che il counselor richiede al consultante uno sforzo costante diretto innanzitutto ad auto-diagnosticare il problema in tutta la sua complessità e quindi a ricercare, con l'aiuto e il sostegno del counselor, le possibili soluzioni o vie di uscita personali dalla situazione problematica. Di contro alla passività precedentemente evocata, qui viene richiesta una certa *attività* e un certo costante impegno auto-analitico, il che muta la considerazione stessa della persona che il counselor ha davanti, la quale viene prevalentemente considerata come un soggetto *forte, autonomo e responsabile* che è in grado, qualora posto nelle giuste condizioni e con l'aiuto del counselor, di elaborare possibili vie di uscita personali senza mai diventare dipendente dalle soluzioni del consulente e tenendo quindi ferma la sua imprescindibile libertà di pensiero e di azione, di scelte e decisioni.

Autonomia, responsabilità e libertà del consultante costituiscono i fondamenti stessi del counseling già a partire dalla sua fondazione in ambito psicologico e, insieme alla generale ri-considerazione del soggetto consultante "attivo", stanno certamente a fondamento anche del counseling di matrice filosofica.

A questo proposito segnaliamo che Pier Aldo Rovatti, nel già citato *La filosofia può curare?*, pone tra i principali compiti della nostra disciplina proprio il "ripensamento del soggetto" forte, autonomo e responsabile sostenuto da diversi autori della corrente fenomenologico-esistenziale di contro alla sua "passività" sancita e voluta da parte di quella che potremmo definire la cultura o autorità medico-terapeutica-*psy-expertise*.<sup>2</sup>

Il ripensamento del soggetto così auspicato si fonda sull'evidente constatazione che tale autorità può esercitare la propria potenza e il proprio controllo epistemico-terapeutico solo qualora riesca a medicalizzare o psicologizzare il tessuto sociale diffondendo tra i membri della società un senso di vulnerabilità, di impotenza, di autolimitazione e di dipendenza dei soggetti dall'autorità terapeutico-

---

<sup>2</sup> Rovatti in questo libro parla solo di consulenza filosofica e non di counseling, in quanto considera quest'ultima pratica solo da un punto di vista psicologico-*expertise*, trascurando la dimensione artistica o olistica quale propedeutica al filoso-fare che stiamo tratteggiando in questo scritto.

professionale (descritta da Rovatti nei termini dell'assoggettamento di Foucault e dell'anti-  
psichiatria di Furedi), da cui non può che scaturire l'immagine di una "soggettività diminuita" e  
invitata all'autolimitazione, ovvero di un soggetto *passivo*, malato, bisognoso e slegato, che non  
deve migliorarsi o diventare attivo.

“Normalizzando il ruolo del malato e la ricerca di aiuto – ammette Rovatti citando proprio Furedi –  
la cultura terapeutica promuove la virtù della dipendenza dall'autorità professionale [...]. Si è  
venuto a creare un clima per cui le persone si sentono davvero malate, insicure ed emotivamente  
sofferenti”. (p. 37)

Rifacendosi allora alla “crisi della soggettività” denunciata dalla fenomenologia di Husserl, da  
*curare* proprio attraverso un ritorno al senso forte e autentico del soggetto, “capace di risalire la  
propria debolezza, dipendenza, alienazione, parcellizzazione per ritrovare un terreno solido, un  
fondamento positivo, un'essenzialità di uomo [...]”, Rovatti afferma che il consulente filosofico ha  
il compito di contribuire al ripensamento della soggettività al fine di proporre “un'immagine più  
scabrosa, meno afferrabile e capace di declinare la passività stessa contro la cultura terapeutica” (p.  
39).

È, aggiunge, la medesima direzione intrapresa da Umberto Galimberti con la sua denuncia del  
mondo della tecnica, quando lamenta l'arretratezza dei nostri strumenti teorici di fronte al deficit  
emotivo, all'analfabetismo dei sentimenti o al nichilismo degli affetti in cui siamo immersi. La  
segnalazione dell'ospite inquieto entrato ne *La casa di psiche* illustra l'attuale situazione medico-  
*techne-psy-expertise*, che Rovatti racchiude suggestivamente in questa affermazione:

[...] è come se ci avessero tolto le parole adatte per arginare la nostra condizione, e ci trovassimo in  
una specie di afasia corretta solo da qualche balbettamento. (p. 40)

Alla luce di queste considerazioni, annunciamo che uno degli obiettivi che cercheremo di perseguire  
nella continuazione della presente ricerca sarà quello di elargire un modesto contributo a tale  
ripensamento del soggetto in vista della trasformazione della sua passività nei confronti della *cura*  
in attività, autonomia, responsabilità e libertà, mostrando cosa il counseling filosofico può offrire al  
fine di tale ripensamento di un soggetto sano, forte e libero (non assoggettato dal sapere tecnico-  
expertise di colui che elargisce l'aiuto e della cultura-ideologia a cui quest'ultimo fa affidamento).  
La tesi che sosteniamo è che la filosofia implicita nel counseling darà certamente il maggiore  
contributo in questa direzione ma il counseling stesso, lungi dall'essere una forma di sapere tecnico-

strumentale e strategico, elargirà il proprio contributo. Scopriremo che il counseling quale propedeutica al filosofare non è sapere tecnico esteriore e che va ad aggiungersi a quello filosofico come qualcosa di esterno ad esso bensì una pratica *artistica* (ribadiamo nel senso anti-tecnica-*expertise*) fondamentalmente umana e relazionale che, in un amalgama con la filosofia, entra a far parte di un atteggiamento comprensivo-empatico incarnato nella personalità stessa di colui che elargisce l'aiuto all'altra persona in difficoltà.

Anche perché il counseling stesso, fin dalle sue origini, è stato fortemente influenzato dalle prospettive schiettamente filosofiche della corrente fenomenologico-esistenziale, che poneva il ripensamento del soggetto forte, responsabile e libero tra i propri fondamenti operativi.

### **3) Il counseling e l'orientamento fenomenologico-esistenziale.**

Alla luce del nostro obiettivo e in virtù della necessità di giustificare la summenzionata tesi, proseguiremo questa ricerca soffermandoci ad analizzare, seppur brevemente, la nascita e i primi sviluppi dell'arte del counseling in seno alla corrente umanistica o fenomenologico-esistenziale quale "terza forza" in psicologia, accanto al vasto movimento psicanalitico e al comportamentismo che, verso la metà degli anni Cinquanta del secolo scorso, mantenevano il monopolio epistemico-curativo della psico-terapia.

Analizzeremo, in particolare, il "counseling centrato sulla persona" di Carl Rogers (da molti considerato il "padre" del counseling psicologico), non tanto in riferimento a singoli aspetti epistemologici e terapeutici nei quali esso si coniuga quanto piuttosto proprio per il fatto di "essere centrato sulla persona" (quale caratteristica che accomuna molti approcci alla pratica) e poi in virtù della dimensione artistica e non tecnico-*expertise* che egli ravvisava nella pratica.

In particolare, la nostra trattazione mirerà a due aspetti emersi nelle pagine precedenti, intimamente legati tra loro e che rivestono una certa importanza anche per l'impostazione filosofica della relazione d'aiuto:

- il "ripensamento del soggetto" attivo, forte, responsabile e libero di contro all'assoggettamento della cultura medico-terapeutico-psy, già segnalato tra i principali compiti del counseling filosofico.
- la differenza tra l'ideologia del counseling-consulenza e quella della consulenza *expertise*, che d'ora in poi analizzeremo con particolare riguardo all'ortodossia psicanalitico-freudiana

e del comportamentismo delle origini, dal cui confronto emergeranno idee, prospettive e strumenti metodologici che riteniamo utili per la stessa pratica del filoso-fare.<sup>3</sup>

Carl Rogers è stato il primo ad utilizzare il termine *counseling* inteso come “colloquio all’interno di una relazione d’aiuto” proprio in alternativa al modello psicanalitico e comportamentista, le due scuole più in voga nell’America della metà del secolo scorso. Come psicologo si è formato a stretto contatto con esponenti ed epigoni di queste due correnti, e proprio in virtù di questo suo iter formativo e grazie a una costante riflessione sulla sua opera di psicoterapeuta, giunse alla conclusione, favorita dalle idee dell’indirizzo fenomenologico-esistenziale che nel frattempo era sbarcato oltre-oceano, dell’impossibilità di far rientrare ogni paziente nelle teorie o classificazioni di ciascun modello da lui precedentemente adottato.

In particolare, all’inizio della sua carriera si occupò di problemi attinenti la prevenzione della criminalità negli adolescenti “difficili” (presso *l’Istitute for Child Guidance*, d’impostazione psicanalitica), e questa esperienza lo indusse a scoprire nella condotta umana una serie diversificata di fattori e motivazioni non completamente riconducibili al paradigma psicanalitico-freudiano del “conflitto di natura sessuale” o a quello comportamentale dello “stimolo-risposta”, in aggiunta ovviamente a tutte le conseguenze teoriche e terapeutiche implicite in tali visioni.

In controtendenza rispetto alla già evocata attitudine che tende a sovrastimare l’importanza dei grandi sistemi teorico-*expertise* in psicologia e in pedagogia dai quali si pretende di far derivare rigide norme procedurali per l’intervento psicoterapeutico o educativo, Rogers sostenne che l’efficacia dei processi di aiuto-cura-terapia era indipendente dall’efficacia (accuratezza, sofisticazione, coerenza) di tali teorie ultra-direttive o saperi *expertise* di riferimento.

L’idea di base, peraltro confermata da numerosi studi in ambito psicologico-sperimentale, è che innanzi a problematiche di natura psicologica o esistenziale la *teoria*, in quanto sistema di costrutti universali, difficilmente può combaciare, sempre e necessariamente, con la molteplicità delle situazioni pratiche particolari nelle quali ha luogo l’esistenza dell’individuo, la cui complessità le rende sempre uniche e assolutamente particolari.

E poi, il fatto stesso che i successi e gli insuccessi terapeutici si ripartiscono in maniera quasi uguali tra le varie scuole di riferimento, sembrava dimostrare che ciò che è specifico di ognuna (ovvero la

---

<sup>3</sup> “Psicanalisi” e “psicoterapia comportamentale” sono due “nomi” talmente vasti da risultare quasi privi di senso o contenuto: è finito il tempo dell’ortodossia in favore del sincretismo terapeutico, il che ha generato troppe varianti e sotto-gruppi in ciascuno dei due indirizzi per credere di poter fare un discorso unitario. Abbiamo ritenuto importante proporre comunque tale confronto al fine di scorgere la dimensione artistica o umano-relazionale della pratica del counseling, e tenteremo di analizzare psicanalisi e comportamentismo in riferimento alla seppur problematica *essenza o idea o visione del mondo e dell’uomo* che ne sta alla base. Vedremo in seguito quali sono “le filosofie spontanee” che stanno alle spalle dei due movimenti.

sovrastuttura teorica diversa e in contrasto tra le varie scuole) non è decisiva nel determinare il successo e l'efficacia della terapia stessa. Al contrario, sembra che siano altri i fattori che determinano l'efficacia della cura o dell'aiuto, che in particolare risiederebbero nella presenza di concrete abilità di relazione umana o in atteggiamenti e sentimenti ("saper essere") che i terapeuti efficaci, a qualsiasi scuola essi appartengano, metterebbero in atto nel processo terapeutico.

Proprio per sottolineare il fatto che in una relazione di aiuto (di counseling o di psicoterapia) è necessario prestare maggiormente attenzione alla *persona* del *cliente* e alle abilità schiettamente umane e relazionali del consulente piuttosto che alle teorie, modelli o tecniche psicologiche ultra-direttive e ultra-deterministiche di riferimento che, di per sé (ovvero in assenza della componente relazionale e schiettamente "umana" del terapeuta che sappia esaltare la singolarità e l'unicità della persona-cliente), non sono affatto in grado di fornire alcuna garanzia di successo terapeutico, Rogers prese le distanze dai due principali paradigmi psicanalitico e cognitivo-comportamentale. Il suo orientamento si delineò allora come "*anti-modello*" (che si distingue dai due modelli forti della psicanalisi e del cognitivismo-comportamentismo), come "*terapia centrata sul cliente*" (di contro alle terapie centrate sulle teorie del terapeuta *expertise*), ovvero, infine, come "*counseling non direttivo*" (per differenziare il suo approccio dalla estrema "direttività" degli altri due modelli, e in generale, da quelli psico-pedagogici tradizionali).

Al fine di sottolineare l'originalità del nuovo approccio rogersiano, Anna Maria Di Fabio, nel suo libro *Counseling. Dalla teoria all'applicazione*, parla addirittura di "rivoluzione copernicana nella relazione di aiuto" (p. 157) proprio per sottolineare la portata rivoluzionaria non solo del modo di intendere l'aiuto rispetto alle psicoterapie di stampo psicanalitico e di quelle comportamentali ma anche, aggiungiamo noi in una dimensione filosofica che manca nel libro di Di Fabio, per la nuova visione del mondo e dell'uomo che ne costituiva il fondamento e il maggior strumento perturbante e sovversivo.

Tale nuova visione antropologica e "cosmologica", che crediamo vada nella stessa direzione del ripensamento del soggetto che Rovatti, cinquant'anni dopo, assume tra i principali obiettivi del counseling filosofico, è stata resa possibile proprio dalla nuova "concezione filosofica dell'uomo" proposta da diversi autori dell'orientamento fenomenologico-esistenziale che, scrive Rogers, "porta con sé un nuovo sostegno per la scienza psicologica" al fine di superare il paradigma psicanalitico o cognitivo-comportamentale che dominavano la scena delle relazioni d'aiuto.

Il presupposto, schiettamente filosofico, che sta alla base di tale rivoluzione copernicana è che "ogni corrente della psicologia ha implicita una sua filosofia", una sua visione dell'uomo e del mondo, e che tale filosofia "influenza in molti modi sottili e significativi" lo stesso processo terapeutico e di

cura: in particolare, dietro il comportamentismo ci sarebbe una filosofia “meccanicistica”, dietro alla psicanalisi una filosofia “pulsionale”.

Scrivo Rogers in maniera forse un po’ troppo esemplificativa ma certamente assai suggestiva ed efficace:

“Per il *comportamentista* l’uomo è una macchina, una macchina complessa ma non di meno comprensibile, che possiamo imparare a maneggiare con abilità sempre maggiore, finché non pensi quei pensieri, non si muova in quella direzione, non si comporti in quei termini che sono stati scelti per lui [dal terapeuta esperto]. Per il *freudiano* l’uomo è un essere irrazionale, irrevocabilmente prigioniero del suo passato e del prodotto di quel passato che è l’inconscio.

Non è necessario negare la verità di alcuni aspetti di queste formulazioni per ammettere un’altra prospettiva. Dal punto di vista *esistenziale*, dal sistema di riferimento *fenomenologico*, l’uomo non ha semplicemente le caratteristiche di una macchina, non è semplicemente prigioniero di motivi inconsci; è una persona impegnata a creare se stessa, una persona che crea il *significato* della vita, una persona che incarna una dimensione di *libertà* soggettiva. È una figura che, benché sola in un universo complesso, e benché parte piccolissima di quell’universo e del suo destino, può, nella sua vita interiore, trascendere l’universo materiale ed essere in grado di vivere, nella propria vita, dimensioni non comprensibili per uno schema descrittivo basato sul *condizionamento* o sull’*inconscio*” (1970, p. 338).

Da questa citazione emerge chiaramente che la presa di distanza del counseling di Rogers dai modelli-paradigmi della psicanalisi e dalla psicoterapia comportamentista, e la vera e propria rivoluzione copernicana attuata dalla terapia centrata sul cliente, non riguarda solamente un disaccordo circa aspetti pratici-tecnici-terapeutici della relazione d’aiuto ma una diversa concezione filosofico-globale dell’uomo-nel-mondo che sta alla base del movimento umanistico o fenomenologico-esistenziale, tra filosofia e psicologia: l’essere umano, considerato come una totalità e nella totalità delle sue espressioni e manifestazioni, non è solo una macchina da condizionare-aggiustare o un essere-*ci* schiavo delle sue pulsioni, bensì un soggetto attivo, autonomo e responsabile, fondamentalmente libero di creare i propri sensi, significati, scopi e valori nella vita e che dispone in sé della *forza* necessaria a superare le difficoltà psicologico-esistenziali-sociali che la sua esistenza nel mondo gli riserva.<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup> Diversi critici di Rogers hanno rilevato che tale visione antropologica è troppo “ottimista”: fatto sta che Rogers l’ha elaborata con l’intenzione di superare il “pessimismo antropologico” di Freud. «Dico francamente - scrive - che non condivido il punto di vista tanto diffuso secondo cui l’uomo è un essere fondamentalmente irrazionale i cui impulsi, se non fossero controllati, condurrebbero alla distruzione sua e degli altri. Il comportamento dell’uomo è invece squisitamente razionale e si orienta, con una complessità sottile e ordinata, verso le mete che l’organismo gli pone.»

Questi brevi cenni, necessariamente semplificativi, credo rendano bene l'idea della portata rivoluzionaria dell'impostazione rogersiana ed umanistica in psicoterapia, che si manifesta soprattutto laddove in loco di patologia, pulsioni, inconscio, condizionamento, stimoli e risposte ci si soffermi a trattare questioni di "normalità-sanità", di problemi esistenziali, di senso, di significato, di valori, di forza personale, di libertà d'azione e di autodeterminazione del soggetto da aiutare, in linea con l'impostazione anti-meccanicistica, anti-riduzionistica e anti-deterministica sostenuta dalla corrente della psicologia umanistica e dalla filosofia fenomenologico-esistenziale. E proprio in virtù di questa nuova concezione antropologica, aggiunge Rogers,

“è la voce dell'uomo soggettivo che parla, e forte, per se stesso. L'uomo si è sentito per molto tempo una marionetta, guidata da forze economiche, da forze inconsce, da forze ambientali. È stato fatto schiavo da persone, da istituzioni, dalle teorie della scienza psicologica. Ma è vicino a fare una nuova dichiarazione d'indipendenza. Scarta l'alibi della mancanza di libertà. Sta scegliendo se stesso, sta cercando, in un mondo difficilissimo e spesso tragico, di diventare se stesso, non una marionetta, non un schiavo, non una macchina, ma il proprio sé, unico, individuale”. (id., 339)

Tale visione del un soggetto-consultante attivo, libero, autonomo, responsabile e corredato delle potenzialità autodirettive necessarie per risolvere i propri problemi dopo averne maturato piena consapevolezza, costituisce dunque l'antropologia che sta dietro alle caratteristiche di “autonomia”, “responsabilità” e “libertà” del consultante che prima abbiamo posto a fondamento dell'arte del counseling che, lungi dal presentarsi come una disciplina “tecnica, strumentale e strategica”, mira proprio ad esaltare l'unicità di ogni singolo soggetto, che viene posto nelle condizioni di fare le sue scelte e prendere le sue decisioni attraverso la primaria creazione di un ambiente o clima facilitante il rapporto che sappia esaltare tale forza psicologico-spirituale tendente al miglioramento e all'autorealizzazione, al di là di qualsivoglia teoria più o meno scientifica di riferimento.

Molti autori della corrente fenomenologico-esistenziale si sono soffermati ad illustrare la natura di tale forza psico-spirituale-interiore che consentirebbe al soggetto, qualora posto nelle giuste condizioni cognitive-emotive-ambientali, di sortire autonomamente dalle situazioni di difficoltà. Rogers, in particolare, illustra tale forza con il riferimento a quella che definisce la “tendenza

---

[1970, p.194]. A queste parole fanno eco quelle di Abraham Maslow laddove afferma che la visione dell'essere umano offerta da Freud è parziale, proprio perché è stata elaborata a partire dalla patologia generata dal conflitto pulsionale-sessuale inconscio: «è come se Freud ci offrisse la metà ammalata della psicologia, e a noi toccasse ora completarla con la metà sana». Se Freud ha analizzato la malattia, ora bisognerà studiare la salute; se Freud ha studiato le situazioni di difficoltà e di sofferenza, ora bisognerà comprendere l'uomo partendo dalla sua condizione di realizzazione personale e aspirazione alla felicità.

attualizzante” dell’essere umano, la quale rappresenta uno dei fondamenti della nuova visione antropologica e sta alla base della stessa impostazione del counseling quale alternativa alle psicoterapie *expertise*.

Con “tendenza attualizzante” Rogers esprime l’idea secondo cui “ogni organismo è determinato da una tendenza intrinseca a sviluppare tutte le sue potenzialità e il suo arricchimento”. Si tratta di una *forza* essenzialmente positiva allo sviluppo di sé e al miglioramento della propria situazione, che non riguarda solo gli esseri umani bensì ogni organismo vivente. Rogers la scopre, ad esempio, in alcune alghe che riescono a crescere sugli scogli della California, resistendo all’impeto delle onde con la flessibilità del loro fusto. In quelle alghe, come in ogni essere vivente, è riposta una tenace e virulenta volontà di vivere, di conservare e di migliorare l’organismo, e di esplorare l’ambiente al fine di modificarlo in base alle proprie necessità. L’uomo stesso possiede dunque tale energia o forza personale che lo spinge naturalmente verso ciò che è o considera il suo bene, ovviamente quando essa non venga ostacolata da problematiche interiori, dall’ambiente esterno o dai rapporti con gli altri.

Proprio perché ogni individuo dispone della potenziale tendenza alla propria realizzazione e alla crescita di sé, ed è dotato, almeno in maniera latente, della capacità di comprendere se stesso e delle risorse per sortire dalle situazioni di difficoltà attraverso una auto-diagnosi e una auto-risoluzione dei propri problemi e disagi, a patto che sia posto nelle condizioni atte a favorire tale sviluppo e crescita personale, il primario compito del counselor, in controtendenza rispetto alle teorie-terapie ultradirettive delle psicoterapie *expertise*, consiste proprio nel ricreare tali condizioni facilitanti il suo sviluppo e la sua crescita personale, in particolare attraverso la creazione di un ambiente favorevole privo di “ostacoli”<sup>5</sup>. Tali condizioni, secondo Rogers, dipendono direttamente dalla capacità del counselor di realizzare quella che egli definisce una “particolare *atmosfera* psicologico-empatica nel rapporto” o un “*clima* facilitante la relazione”, che può avere luogo attraverso la condivisione di sentimenti, atteggiamenti e relazioni umane atte a favorire nel consultante una certa coscienza di esistere e agire in quanto individuo “forte” (dotato della forza attualizzante per sortire dalle situazioni problematiche), autonomo (non dipendente dall’assistenza psicologica e dalle illuminanti soluzioni del terapeuta) e responsabile (scelte e decisioni dipendono solo da se stesso), e quindi capace di elaborare personali vie di uscita dalle difficoltà.

La creazione di un “rapporto empatico” o di un clima facilitante la relazione da realizzare attraverso gli espedienti o le abilità umane e relazioni (anti-tecniche-*expertise*) del counseling, che il cliente

---

<sup>5</sup> L’autopotenzialità allo sviluppo e alla crescita personale che consente di districarsi dalle situazioni problematiche può essere ostacolata qualora il soggetto subisca l’influenza paralizzante di una situazione emotivamente carica che lo rende prigioniero. Ma nessun ostacolo o nessuna difficoltà può annientare completamente questa capacità di adattamento e di autonomia dell’individuo, che il counselor ha il compito di risvegliare e il consultante di farvi ricorso.

percepisce e che costituisce il miglior ambiente possibile per un *setting* terapeutico (o di cura non solo in senso medico-psicologico), costituisce dunque la quintessenza del counseling rogersiano (al di là di schematismi teorici e normativi prestabiliti dall'esperto) in quanto permette la realizzazione delle condizioni stesse che elargiscono al cliente la *fiducia* nelle sue capacità risolutive e per fare ricorso alla sua *forza* motivazionale al fine di dispiegare la sua tendenza alla crescita personale e all'autorealizzazione.<sup>6</sup>

E a proposito dell'ambiente facilitante, della "particolare atmosfera psicologico-empatica nel rapporto" o "clima facilitante la relazione", scrive Rogers in senso anti-*expertise*:

"Le condizioni che creano questa atmosfera non sono la cultura, la preparazione intellettuale, l'orientamento ideologico o le tecniche del terapeuta. Sono *sentimenti* e *atteggiamenti* che devono essere vissuti dal terapeuta e percepiti dal cliente". (id., p. 168)

Il richiamo di Rogers ai sentimenti ed agli atteggiamenti umani e relazionali del counselor piuttosto che alla sua cultura e alla preparazione o all'orientamento ideologico *expertise*-tecnico-intellettuale del terapeuta, credo confermi ancora una volta la dimensione fundamentalmente umana e "artistica" della relazione di counseling che, proprio in questo senso e lungi dal presentarsi come un agire "tecnico, strategico e direttivo", prende nettamente le distanze dal tecnicismo strumental-psicologico e dagli approcci schiettamente teorici e ultra-direttivi delle psicoterapie che abbiamo definito *expertise*.

E proprio per sottolineare che l'aiuto che il counselor deve elargire al consultante non è qualcosa di tecnico-strumentale o una particolare teoria che indichi la strada per sortire dalla situazione problematica, bensì le qualità umane e relazionali dell'operatore d'aiuto quali condizioni "interne" alla relazione e assolutamente indispensabili affinché l'aiuto elargito possa risultare efficace, Rogers afferma che

"nel momento immediato del rapporto la *teoria* particolare del terapeuta è irrilevante [...] e probabilmente nociva al rapporto. Sto dicendo che è l'incontro *esistenziale* ad essere importante e

---

<sup>6</sup> Ne *La terapia centrata sul cliente*, e in particolare nel primo capitolo intitolato "Questo sono io. Lo sviluppo del mio pensiero scientifico e della mia filosofia personale", Rogers insiste sulla fondamentale *fiducia* che ripone nell'individuo di sapersi potenzialmente autodirigere e sulla presenza "nella persona di una forza personale che *ha una direzione fondamentale positiva*". Si tratta di un vero e proprio "atto di fede" nell'uomo, nella sua capacità innata di autodirezione e autoregolazione; Mucchielli scrive che da questo punto di vista il counseling di Rogers è una sorta di "pedagogia della restaurazione di questa capacità di autoregolazione e di autodirezione del soggetto stesso" (*op.cit.*, p. 88).

che nel momento immediato del rapporto terapeutico la consapevolezza della teoria non è di alcuna utilità”.<sup>7</sup>

#### **4) Ancora sull’aiuto.**

Per ovvi motivi di spazio non possiamo dilungarci sulle seppur preziose analisi di Rogers e degli altri autori della corrente fenomenologico-esistenziale, ma da quanto ammesso nel paragrafo precedente crediamo sia emerso il contributo elargibile dal counseling per il ripensamento del soggetto-consultante attivo, libero, autonomo e responsabile in alternativa ai modelli forti e direttivi delle consulenze *expertise* che abbiamo posto a fondamento della nostra ricerca e tra i compiti principali del counseling filosofico.

Prima o forse per meglio illustrare il contributo della filosofia implicita nel counseling a tale ripensamento antropologico è bene tornare alla nozione di “aiuto” da cui ha preso le mosse questa nostra ricerca; ricordiamo che Achenbach, e altri sulla scia della sua prospettiva, rifiuta addirittura di considerare l’intenzione all’aiuto quale caratteristica della sua *Philosophische Praxis* onde evitare che essa potesse rientrare nell’alveo delle relazioni d’aiuto tradizionali e del counseling di matrice psicologica, il cui agire tecnico, strumentale e strategico trasformerebbe la pratica filosofica in una forma ibrida e camuffata di psicoterapia.

L’impostazione del counseling di Rogers, proprio in virtù dei fondamenti schiettamente filosofici o fenomenologico-esistenziali e delle abilità umane, relazionali o artistiche che pone a fondamento di ogni relazione d’aiuto, non crediamo consenta di intendere l’aiuto stesso come qualcosa di tecnico, strumentale, strategico e direttivo bensì come un espediente schiettamente umano, relazionale e “sentimentale” che, qualora importato nella pratica del counseling filosofico, non crediamo che possa snaturare tale pratica.

Una conferma di ciò è riscontrabile in un brano tratto dal famoso dialogo tra Carl Rogers e Martin Buber tenuto a Ann Arbor nell’aprile del 1957, che propone una visione dell’aiuto che è assai affine

---

<sup>7</sup> *Ibidem*, p. 167. Rogers sottolinea spesso che il credere di possedere una teoria o una spiegazione “forte” circa le cause e le potenziali vie di uscita dalle situazioni problematiche può essere nocivo alla relazione stessa e può sfociare in una vera e propria “deformazione professionale” che può indurre una vera e propria “deformazione dei fatti”: penso, ancora una volta, agli psicanalisti che, innanzi a qualsivoglia disturbo lamentato da un paziente, sono teoricamente indotti a scorgervi le manifestazioni di conflitti inconsci, del complesso di Edipo o del complesso di castazione che è il suo corollario inseparabile, alla luce delle quali leggono poi i fatti e affrontano e risolvono il problema stesso. Ma il complesso di Edipo è solo una teoria: e davvero si può applicare a tutti i fatti narrati? O non capita forse che, qualora la teoria non concordi con i fatti, allora, tanto peggio per i fatti? Sospendo il giudizio e lascio la risposta al giudizio del lettore.

al nostro modo di intenderlo, che nella prima parte abbiamo accostato al “prendersi *cura* della condizione umana” che Balistreri pone alla base della pratica filosofica.

Rogers sta parlando della sua esperienza di terapeuta e ammette:

“Non credo che la mia mente sia occupata dal pensiero: “Ora voglio aiutarti”. È molto più un: “Voglio capirti. Che persona sei al di là della tua difesa paranoie, di questa confusione schizofrenica o delle maschere che porti nella vita? Chi sei tu?” Mi sembra ciò possa essere definito come il desiderio di incontrare un’altra persona [...] Mi sembra di aver appreso dalla mia esperienza che quando possiamo *incontrarci*, allora, come conseguenza, si verifica un aiuto” (Cionini, 1998, p.228).

Ovviamente l’incontro-con-l’Altro di cui parla Rogers non è quello esteriore, casuale, freddo o disinteressato che caratterizza molte relazioni umane ma piuttosto l’incontro “Io-Tu” descritto da Martin Buber, al quale, già di per sé, attribuiva un effetto terapeutico che poteva essere ri-ottenuto nelle sedute di counseling e di psicoterapia; si tratta insomma dell’incontro “vero” con l’altro inteso nella totalità della sua persona e nella sua “guerra per l’indipendenza”, al di là di pre-schematismi o pre-teorie o pre-saperi o pre-terapie che, balbettando, ne strumentalizzino la vera natura che si nasconde dietro alle maschere che l’altro indossa.

È evidente allora che l’aiuto elargito dal counseling non è affatto qualcosa di “tecnico-strumentale” che possa inficiare o impedire lo sprigionarsi della filosofia bensì un atteggiamento di apertura totale nei confronti dell’altro che non può che essere propedeutica al filosofare, un espediente di comprensione empatica dell’altro, di esaltazione della sua piena soggettività, nel completo rispetto della sua alterità, autonomia e responsabilità.

Condividiamo pienamente con Giordani quando sostiene che nel counseling l’aiuto diventa un fondamentale strumento di *libertà*, attraverso cui determinare il dispiegarsi delle energie e delle capacità risolutive possedute dalla persona:

“la relazione d’aiuto non consiste nel proporre soluzioni ma, al contrario, nel facilitare nel soggetto il processo di decisione responsabile attraverso risposte di comprensione-facilitazione da parte del counselor, nel pieno rispetto dei sentimenti, del vissuto, dei tempi e delle decisioni della persona. È – conclude – un percorso volto *all’autonomia* del soggetto, che acquisisce così una graduale consapevolezza di sé” (158).

## 5) Il counseling filosofico e' "rogersiano"?

Avviandoci verso la conclusione ci rendiamo conto che dalle tesi precedentemente esposte può sembrare che ci sia una fondamentale identità tra il counseling filosofico e quello "centrato sulla persona" di Rogers. Effettivamente sono diversi i punti in comune ma ci sono anche delle differenze fondamentali da cui scaturisce la distinzione tra la variante psicologica e quella filosofica del counseling stesso.

Crediamo ci sia una profonda affinità tra i due approcci al counseling fintanto che Rogers si sofferma all'interno della posizione fenomenologico-esistenziale precedentemente abbozzata, che ritengo costituisca il fondamento o la base comune di entrambi.

La distanza emerge allorquando Rogers, da psicologo "clinico", cerca di conciliare tali prospettive con l'approccio appunto "clinico" o sperimentale della psicologia e fa ricorso a misurazioni oggettive, test e verifiche empiriche di quanto avviene all'interno del *colloquio* che tuttavia, almeno nel suo immaginario, crediamo resti qualcosa di profondamente oscuro e non completamente penetrabile dalla scienza sperimentale.

Dimensione psicologica che emerge poi a proposito della tendenza attualizzante chiaramente ispirata dalla nuova visione antropologica dell'orientamento fenomenologico-esistenziale: abbiamo ammesso che il counselor filosofico può far sua tale visione e le conseguenze in termini di aiuto e relazione che ne discendono mentre non crediamo possa aderire all'evoluzione schiettamente psicologica di tale prospettiva che Rogers ha sviluppato grazie soprattutto alle idee di Kurt Goldstein<sup>8</sup>, Maslow, Snygg e Combs (che qui trascuro di illustrare), e che certamente rappresenta la parte più "teorica" e meno fenomenologica dell'approccio rogersiano. Il counselor filosofico può quindi assumere tale prospettiva pur senza cadere nel desiderio di teorizzarne in senso psicologico le conseguenze in termini di motivazioni, bisogni ecc. (alla Maslow per intenderci) o sposare la teoria o modello della personalità "orgasmica" che contrasterebbe fortemente con le prospettive anti-teoriche, fenomenologiche ed esistenziali.

In realtà, ammette Cionini, tale modello della personalità e l'interesse stesso per la psicologia sperimentale vale per Rogers più in teoria che in pratica: "l'ambito terapeutico resterà infatti, negli anni, di stampo prettamente fenomenologico e con una sfumatura schiettamente "esistenziale" (id, 228).

---

<sup>8</sup> E' un famoso neuro-psicologo che postula l'esistenza nell'essere umano di una tendenza all'autorealizzazione confermata, in via sperimentale, dal fatto che molti soldati che avevano subito danni cerebrali riuscivano a riorganizzare il proprio funzionamento. (Freedheim, p. 221).

Il counseling filosofico è dunque “rogersiano” fin tanto che esso permane all’interno della dimensione fondamentale fenomenologico-esistenziale e resta prevalentemente centrato sulla persona del cliente: rifiutando ogni teoria a priori della personalità e ogni concezione del mondo che possa strumentalizzare o quanto meno fornire una unilaterale visione antropologica in vista della terapia o della cura, il counselor filosofico assume un atteggiamento “comprensivo-empatico” che include al proprio interno le abilità proprie dell’arte del counseling al fine di creare il clima facilitante la relazione o l’atmosfera facilitante il rapporto affinché il soggetto possa fare ricorso alla forza interiore che consente di sortire dalle situazioni di difficoltà in cui si trova coinvolto.

E tali abilità, dall’empatia all’accettazione incondizionata, passando per la congruenza, l’ascolto attivo e una particolare attenzione per il linguaggio del corpo quale principale espressione del vissuto emotivo del consultante, lungi dall’essere meramente tecniche, strategiche e strumentali crediamo siano affatto indispensabili al fine di rendere efficace la sua relazione d’aiuto e, in questo senso, propedeutici al *filoso-fare*.<sup>9</sup>

#### **6) Nuova conclusione provvisoria.**

Mostrare in che consiste l’essenziale natura del *filoso-fare* in un counseling d’impostazione filosofica sarà l’obiettivo della terza e ultima parte di questa ricerca che, lo annunciamo brevemente, partirà dalla constatazione che le stesse abilità del counseling, in loco d’una loro interpretazione tecnico-*expertise*, sono suscettibili di una interpretazione schiettamente filosofica. Certo che, ad esempio, l’empatia può essere vista e utilizzata come una semplice tecnica psicologica ma può anche essere praticata come una modalità del “sentire”, del “comprendere” e del “rendersi conto” del mondo e della visione del mondo dell’altro (secondo la prospettiva schiettamente filosofica di E. Stein e di altri autori della corrente “fenomenologico-esistenziale”), così come l’ascolto può riguardare le tecniche di “ascolto attivo” ma anche essere interpretato come il fattore essenziale del *dia-logòs* che da Platone costituisce l’essenza del con-*filoso-fare* e ben si presta a essere tematizzato e praticato all’interno dell’attuale movimento delle Pratiche Filosofiche.

Da ciò seguirà poi che, se gli strumenti e le abilità del counseling non sono meri espedienti tecnici relativi al “saper fare” del counselor bensì abilità umane e relazioni del suo “saper essere” persona, e se la filosofia non è una disciplina teorica, teoretica o speculativa ma uno stile di vita, un *modus vivendi* o, come ammette Hadot, “un’arte del vivere che ha a che fare con l’intera esistenza di colui che la pratica”, l’anima del counseling e l’anima del filosofico che si incarnano nella nostra disciplina entreranno a far parte della personalità stessa del filosofo che diventa counselor e si

---

<sup>9</sup> Per un’analisi delle abilità artistiche o umano relazionali del counseling rimando a L. Nave, *Il counseling*, in corso di pubblicazione per i tipi Xenia.

amalgameranno nell'unitario e totalizzante atteggiamento filosofico-comprensivo-empatico che crediamo costituisca la quintessenza della nostra disciplina.

A questo punto non possiamo che rimandare i lettori interessati al prossimo numero di questa *Rivista*, laddove chiariremo in una maniera che auspichiamo definitiva il senso del counseling quale propedeutico al filoso-fare e la natura stessa di tale filoso-fare, di una filosofia che diventa *praxis* in una relazione d'aiuto che vuole essere efficace, che intende assistere e prendersi cura della persona che incontra considerata come una *totalità*, secondo la visione antropologica "bio-psico-noetica" da cui questa ricerca ha preso le mosse e alla cui illustrazione l'indirizzo fenomenologico-esistenziale, tra filosofia e psicologia, ha fornito un prezioso contributo.

### **Bibliografia**

- Bert G., Quadrino S., *Parole di medici, parole di pazienti. Counseling e narrativa in medicina*, Il Pensiero Scientifico, Roma, 2002.
- Boella L., *Sentire l'altro. Conoscere e praticare l'empatia*, Cortina, Milano, 2006.
- Cionini L., *Psicoterapie. Modelli a confronto*, Carocci, , Roma, 1998.
- Di Fabio A., *Counseling. Dalla teoria all'applicazione*, Giunti Editore, Firenze, 1999.
- May R., *L'arte del counseling. Il consiglio, la guida, la supervisione*, Astrolabio, Roma, 1989.
- Mucchielli R., *Apprendere il counseling. Manuale pratico di autoformazione alla relazione e al colloquio d'aiuto*, Erickson, Trento, 1983.
- Rogers C., *La terapia centrata sul cliente*, Marinelli, Firenze, 1970.
- Rogers C., *Da persona a persona. Il problema di essere umani*, Roma, Astrolabio, 1987.
- Schein E. H., *La consulenza di processo*, Cortina, Milano, 2001.
- Stein E., *L'empatia*, Franco Angeli, Milano, 2002.
- Zampieri S., "Una certa somiglianza di famiglia. Consulenza filosofica e psicologia umanistica" in *Phronesis*, n. 6, 2006.

# L'unicità dell'esperienza

Pietro E. Pontremoli

## Riassunto

Ogni persona è unica ed irripetibile.

Questa è la tesi a fondamento dell'intero saggio. Facendo leva su alcuni concetti fondamentali della filosofia della mente – come quello di “qualia”-, si focalizzerà l'attenzione sull'unicità dell'esperienza individuale e sulla conseguente idea che ogni persona (cliente) sia un universo penetrabile, ma mai fino in fondo. La consapevolezza che rimanga sempre una zona d'ombra è innegabile poiché la verità più assoluta è conosciuta solo da chi vive una determinata esperienza.

## Parole chiave

Individuo – Unico – Mente – Filosofia – Qualia – Esperienza – Consco – Rispetto

Scopo del presente articolo è difendere l'unicità del singolo individuo, alla luce del fatto che il counseling filosofico non può prescindere da tale unicità.

Un cliente non è solo la persona che ho davanti con la quale mi pongo in maniera empatica, ma è anche il costruttore di una realtà assoluta nella quale io con assoluto rispetto tento di immergermi.

Il cliente è un Unico che crea una realtà e la percepisce in un *unico* modo: il suo.

Dapprima chiarirò il concetto di *unico*, per poi passare ad alcune questioni teorico-pratiche circa la mente e concludere con un concetto filosoficamente importante: quello di *qualia*.

## Parte I

Smembrando questo articolo in paragrafi, potrei titolare la prima parte così: *Unico e di sua proprietà*.

Il riferimento al titolo dell'opera di Max Stirner è evidente<sup>1</sup>, ma il significato non è lo stesso.

Innanzitutto, qui di Stirner abbraccio l'idea che esalta l'individuo creatore del proprio destino e dei propri valori, ma non entro nel merito del rapporto fra l'individuo e gli altri e soprattutto non valuto se gli altri siano solo dei mezzi che ognuno di noi utilizza per raggiungere dei fini e per affermarsi. Inoltre, non intendo avvallare o scontrarmi con l'idea stirneriana che la società sia una limitazione per l'individuo.

Da Stirner traggio l'ispirazione più che l'idea.

La mia idea, invece, è quella di considerare ogni persona come un fenomeno che accade una sola volta, un *unicum* cioè qualcosa di eccezionale ed irripetibile che non ha eguali.

Questo è il primo significato di unico.

L'altro significato è quello che lo oppone a *combinato*, *diverso*, *molteplice* o *plurimo* nel senso di fatto di *cose diverse*, *molteplici*, *plurime*, *combinare fra loro tanto da dare un'unità*. In questa seconda accezione il termine unico è usato intendendo la persona come una sola cosa in cui mente-corpo la formano senza distinguersi cartesianamente.

Oltre che essere irripetibile ed una sola cosa, la persona è anche di sua proprietà.

Il concetto di proprietà richiama quello di possesso e dominio. Entrambi i termini fanno al caso nostro.

*La persona è irripetibile, una cosa sola e di sua esclusiva proprietà-dominio*. Il che significa avere il potere sul proprio stato ed anche la facoltà di agire su se stessi per potersi mantenere, migliorare o peggiorare.

La persona è il proprio Leviatano cioè è autonormativa, autonoma, autogena, ma può anche non rispettare le leggi che pone.

Per citare Stirner dal quale siamo partiti:

Dal momento in cui apre gli occhi alla luce, l'uomo, trovandosi buttato a caso tra tutte le altre cose del mondo, cerca di trovare se stesso e di conquistare se stesso emergendo dal loro travaglio.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Stirner M., *L'unico e la sua proprietà*, Adelphi, Milano, 2002.

<sup>2</sup> *Ibid.*, p. 19.

Spogliato di tutte le implicazioni politiche che Stirner chiarirà nel corso della sua opera, il significato della frase riportata può essere interpretato come un inno all'autogenicità cioè la capacità e facoltà dell'uomo di ergersi al di sopra di un caos che egli stesso potrebbe creare.

## *Parte II*

Una seconda parte dell'articolo, invece, la si potrebbe titolare: *La mente ed il naturalismo biologico*.

Trattare della mente non significa parlare di una parte importante della vita, ma vuol dire parlare della vita stessa perché il modo in cui la mente opera (coscientemente, inconscientemente, nella percezione, nell'azione, nelle emozioni e in altri aspetti) è la vita. Prendere in considerazione la relazione che intercorre fra un atto mentale ed i processi cerebrali ad esso correlati, nel corso dell'esecuzione di un'azione volontaria, significa trattare il Mind-Brain-Problem.

Il termine mente è utilizzato per descrivere le funzioni superiori del cervello e, in particolare, quelle di cui si può avere soggettivamente coscienza: la personalità, il pensiero, la ragione, la memoria, l'intelligenza, la volontà e l'emozione.

Il problema centrale che in particolare qui interessa riguarda la causalità reciproca di mente e corpo.

Per chiarire cosa sia la causalità mi rifaccio a Hume.<sup>3</sup> La causalità ha tre componenti: precedenza, contiguità e connessione necessaria. Innanzitutto, la causa deve venire prima dell'effetto, poi ci deve essere adiacenza (contiguità spazio-temporale) tra causa ed effetto, ed infine la causa e l'effetto devono essere connessi in modo che la causa produca e faccia accadere davvero l'effetto.

Il problema di come riesce qualcosa di etereo e immateriale come la mente ed i suoi processi ad avere effetto sul mondo fisico-corporeo, può essere risolto se si ritiene la mente materiale.

Secondo il *naturalismo biologico* di John R. Searle la mente non è estranea al mondo fisico e biologico poiché è una proprietà biologica che emerge dall'attività del cervello, sebbene non sia ad essa riducibile.

Se mente e corpo fanno egualmente parte del mondo fisico e biologico, allora possono influenzarsi reciprocamente e quindi essere l'uno causa dell'altro senza con ciò porre il problema di come il corpo possa agire sul mentale e questo sul primo.

---

<sup>3</sup> Hume D., *Trattato sulla natura umana*, Laterza, Roma-Bari, 1971.

Ciò significa che la coscienza diventa «un fenomeno biologico ordinario, come la digestione o la fotosintesi»<sup>4</sup>, determinato da neuroni, sinapsi e neurotrasmettitori. Così possiamo serenamente affermare che la mente agisce sul corpo ed il corpo sulla mente, confutando l'epifenomenismo ovvero la tesi che nega ogni efficacia causale degli stati mentali. Nella prospettiva di Searle la mente non viene "ridotta" al cervello e tanto meno viene eliminata in favore di un agglomerato di neuroni, sinapsi e dendriti. La visione naturalista di Searle è vicina a quella di Gerald Edelman con una differenza: quest'ultimo è un neuroscienziato. Per capire la finalità comune dei due studiosi è necessario introdurre in poche righe il concetto di *qualia* (singolare *quale*) cioè gli aspetti intrinseci e soggettivi di uno stato mentale. Il *quale* corrisponde all'esperienza pura, alla sensazione grezza che si prova in una certa condizione ovvero l'effetto che fa l'avere una certa esperienza. Searle e Edelman formulano due teorie che spiegano la simultanea esistenza dei *qualia* e le conoscenze sull'architettura del cervello che ci portano a riconoscere la reale esistenza degli stati mentali e degli stati cerebrali. Searle, come ho esposto sopra, risolve il problema con la teoria del naturalismo biologico che afferma che i fenomeni mentali sono fenomeni primitivi, irriducibili sia ad eventi fisici che ad enti o fenomeni più "profondi" e misteriosi; e che sono reali e naturali quanto lo sono fenomeni biologici quali la fotosintesi e la mitosi. Dunque, la coscienza è un processo biologico che accade nel cervello. Searle elabora una teoria della coscienza di tipo materialista, senza tuttavia cadere nel materialismo che ridurrebbe la coscienza a stati cerebrali, a neuroni, sinapsi e cellule nervose. Affine al naturalismo di Searle è la teoria di Edelman che sostiene la medesima realtà fra stati mentali e neuroni o sinapsi. Insomma i fatti della biologia ci conducono a stabilire che la mente non è trascendente. Con la Teoria della selezione dei gruppi neuronici (TSGN) Edelman riesce a riportare la mente nella natura, spiegando la mente stessa in termini materiali, ma non riducendola a tali termini. Tutta la spiegazione dello scienziato non impedisce di pensare alla mente ed alla coscienza come ad elementi soggettivi, anzi: l'esperienza soggettiva è elemento della scienza. Non si sostiene che Searle e Edelman abbiano risolto il MBP, tuttavia riescono a porre insieme biologia, scienza del cervello e filosofia per una comprensione unitaria della mente e della coscienza.

*Riassumendo:* accolgo l'idea di stato mentale come episodio singolo, interiore, qualitativo, soggettivo, intenzionale, cosciente (ma anche inconscio), causale, della vita mentale cioè l'insieme di pensieri, sensazioni, esperienze, desideri, intenzioni, speranze, aspettative, percezioni, emozioni che in successione nel tempo costituiscono processi mentali. Lo stato mentale è un fenomeno biologico e dunque reale che caratterizza il sistema nervoso centrale e che ha efficacia causale. Accolgo di conseguenza una teoria della mente volta ad una *naturalizzazione non riduzionista* che considera gli stati mentali parti integranti della natura, come ad esempio la fotosintesi, non

---

<sup>4</sup> Searle J. R., *Mente, linguaggio, società*, Raffaello Cortina, Milano, 2000, p. 72.

riducendoli ed identificandoli con stati cerebrali pur essendo da essi causati. L'interazione mente-corpo/cervello si può così spiegare: i processi cerebrali causano gli stati mentali che sono realizzati nel sistema neuronale.<sup>5</sup>

Quanto detto non pretende di fondare una verità assoluta, certo è che l'obiettivo di contribuire a minare il dualismo che in Cartesio ha trovato il suo più organico sostenitore, se non altro è stato raggiunto nella misura in cui si è messa in evidente crisi l'idea di una separazione, se non opposizione, fra mentale e corporeo, affermando l'unità come categoria interpretativa primaria dell'individuo. Ovviamente tale unità deve essere contenuta poiché parlare di unità assoluta impedirebbe di parlare del principio di causalità dato che un qualcosa non può causare se stesso, ma solo qualcos'altro. Per cui tenderei ad affermare un'unità in termini reali e non logici, dato che logicamente mi pare non si possa sostenere al tempo stesso la causalità e l'unità in uno stesso oggetto.

### *Parte III*

*Qualia* è il titolo della terza parte.

[Per parlare esaurientemente di tale argomento occorrerebbe molto più spazio rispetto a quello qui concesso].

Di *qualia* s'è già parlato sopra, ma qui intendo essere più puntuale in relazione al concetto di Unico. Nella filosofia della mente i *qualia* sono gli aspetti qualitativi delle esperienze coscienti le quali hanno sensazioni qualitative diverse l'una dall'altra. Ad esempio l'esperienza che proviamo nel gustare una barretta di cioccolato è qualitativamente differente rispetto a quella che abbiamo quando leggiamo un libro.

Ogni stato cosciente è caratterizzato da una sensazione qualitativa e per questo ogni esperienza cosciente comporta una sensazione qualitativa.

Come detto sopra un *quale* è ciò che si prova in una certa condizione; meglio ancora è l'effetto che fa l'avere una certa esperienza.

---

<sup>5</sup> Gli stati mentali sono caratteristiche del cervello e possono essere descritti in base a due livelli: I) livello alto in termini mentali che può essere chiamato macrolivello di un sistema; II) livello più basso in termini fisiologici (vd. Searle J., *Mente, cervello e intelligenza*, Bompiani, Milano, 1984, p.81). Esempio: chiudere il pugno può essere spiegato ad un livello più alto che riguarda la mia intenzione che provoca la chiusura del pugno, mentre al livello più basso la chiusura del pugno è provocata da una serie di scariche neuronali che avviano una serie di processi che, facendo contrarre i muscoli, determineranno la chiusura del pugno.

Il filosofo Daniel Dennet, direttore dal 1985 del Center for Cognitive Studies della Tufts University, in un saggio intitolato *Quinare i Qualia*, definisce i *qualia* “un termine poco conosciuto per una cosa che più nota non potrebbe essere a ciascuno di noi: i *modi in cui le cose ci sembrano*”.<sup>6</sup>

Prosegue poi Dennet: “come capita sovente nel gergo filosofico, è più facile fare degli esempi che dare una definizione del termine. Guarda un bicchiere di latte al tramonto: il modo in cui ti appare, la qualità visiva particolare, personale, soggettiva, del bicchiere di latte è il *quale* della tua esperienza visiva in quel momento. Il *sapore del latte che senti in quel momento* è un altro *quale*, gustativo, e il suono che senti quando lo deglutisci è un *quale* uditivo. Nulla, a quanto pare, potresti conoscere più intimamente dei tuoi propri *qualia*: sia l’intero universo un’immensa illusione, un puro fingimento del cattivo genio cartesiano, pure ciò di cui il fingimento è *fatto* (per te) saranno i *qualia* delle tue esperienze allucinatorie. Descartes pretendeva di dubitare di ogni cosa di cui si potesse dubitare, ma non mise mai in dubbio che le sue esperienze consce avessero i *qualia*, le proprietà mediante le quali egli le conosceva o le apprendeva”.<sup>7</sup>

La parte ancora più interessante ed utile ai presenti fini del saggio di Dennet è quella che riguarda *Le proprietà speciali dei qualia*.

Con l’analisi di tali proprietà si arriva davvero al cuore del mio saggio.

Volendo dimostrare la assoluta unicità e privatezza di *ogni* esperienza di *ogni* individuo, non mi potrei esentare dal ritenere assolutamente attendibili le proprietà dei *qualia* che elencherò.

“Si ritiene che i *qualia* siano proprietà degli stati mentali di un soggetto, le quali sarebbero:

1. ineffabili;
2. intrinseche;
3. private;
4. apprensibili direttamente o immediatamente dalla coscienza”<sup>8</sup>.

Per prima cosa quando faccio un’esperienza, per quanto mi sforzi di raccontare quello che ho provato e per quanto l’altro si sforzi di comprendere quello che mi è accaduto, rimane sempre un margine di oscurità che neppure un’empatizzazione eccelsa riesce a scovare. Per questo la prima caratteristica dei *qualia* è di essere indicibili, inesprimibili ed inenarrabili perché un’esperienza ha la caratteristica di essere eccezionale e straordinaria, per cui po' essere compresa solo da chi la sperimenta direttamente.

---

<sup>6</sup> Dennet D., *Quinare i Qualia* in De Palma A., Pareti G., *Mente, cervello e intelligenza*, Bollati Boringhieri, Torino, 2004 (il corsivo è dell’autore).

<sup>7</sup> *Ivi* (il corsivo è dell’autore).

<sup>8</sup> *Ivi*.

Da questa prima caratteristica si evince *naturaliter* la seconda. L'intimità di ogni esperienza è l'essenza dell'esperienza stessa che viene vissuta dal soggetto e da nessuna altra persona. L'altro è, rispetto alla persona che prova un'esperienza, un estraneo.

Insomma, i *qualia* sono privati e dunque sono proprietà dell'esperienza di cui si è a conoscenza immediatamente, intimamente e direttamente.

I *qualia* sono qualità fenomenologiche immediate che ci consentono di identificare i nostri stati di coscienza.

L'auspicata oggettività della scienza nulla ha a che fare con i *qualia* perché questi stanno nell'intimità più vera della mente di ognuno di noi.

Il gusto della barretta di cioccolato nessuno lo potrà mai descrivere a chi quella barretta non ha gustato. Ed anche se io ho gustato quella barretta nessuna descrizione di un altro potrà mai arrivare a cogliere il mio *qualia* gustativo della barretta.

Il discorso sui *qualia* porta ad una conclusione evidente: perlomeno io so come è per me proprio ora sperimentare o ricordare una certa cosa. Per questo ognuno è assoluto proprietario dei propri stati consci.

Questo non significa chiudere i battenti della propria dimora e non permettere all'altro di entrarvi. Tuttavia, se anche l'ospite varca la soglia non riuscirà completamente a sperimentare i miei sentimenti.

Insomma, la bellezza del mio praticello verde la riesco a comprendere solo io.

Parlare di *qualia* vuol dire usare espressioni come coscienza fenomenica, esperienza conscia o semplicemente esperienza. Questi termini racchiudono in sé il problema davvero difficile riguardante la coscienza poiché quando pensiamo e percepiamo c'è un frullio di elaborazioni dell'informazione, ma c'è anche un aspetto soggettivo. Come ha detto Nagel, c'è il *com'è* essere un organismo conscio.<sup>9</sup> Questo aspetto soggettivo è l'esperienza.<sup>10</sup>

Il filosofo americano Thomas Nagel scrisse nel 1974 un articolo intitolato *Cosa si prova ad essere un pipistrello?* nel quale sosteneva che le scienze fisiche, avendo una prospettiva alla terza persona per descrivere i fenomeni mentali, non possono conoscere cosa si prova a discriminare una funzione F di una qualsiasi esperienza. Esse, cioè, possono semplicemente spiegare come avviene tale elaborazione, ovvero i meccanismi che soggiacciono ad essa. Nagel fa l'esempio del pipistrello che, com'è noto, emette ogni secondo migliaia e migliaia di ultrasuoni col fine di riuscire ad orientarsi nell'ambiente. Difatti le onde ultrasoniche rimbalzano sui vari ostacoli ambientali tornando indietro

---

<sup>9</sup> Nagel T., *Com'è essere un pipistrello* in *Mente, cervello e intelligenza*, cit.

<sup>10</sup> Chalmers D. J., *Come affrontare il problema della coscienza* in *Mente, cervello e intelligenza*, cit.

verso il pipistrello, il quale così, a seconda della lunghezza degli ultrasuoni riesce ad orientarsi nel proprio ambiente, sfuggendo ad ostacoli o pericoli, oppure individuando un'eventuale preda. Tuttavia, per quanto possiamo spiegare come ciò avvenga, non possiamo sapere *cosa si prova* a distinguere le proprie onde ultrasoniche, ancor di più se si pensa che l'uomo non riesce a recepire gli ultrasuoni. Secondo Nagel si tratta di un vero e proprio *gap esplicativo*, per cui possiamo conoscere solamente i processi fisici attraverso i quali avvengono gli eventi mentali ma non possiamo sapere cosa si prova quando questi accadono – a meno che non accadono nella nostra mente!

Il carattere soggettivo dell'esperienza, cioè gli stati qualitativi percettivi, è ciò che caratterizza ognuno di noi.

La brevità del presente intervento è dovuta al fatto che ho deciso di non addentrarmi nelle varie posizioni assunte dai filosofi circa altre questioni fondamentali riguardanti i *qualia*, però questo non mi impedisce di ribadire la mia posizione circa la assoluta necessità di considerare ogni cliente come un Unico al quale il counselor deve non solo rispetto in quanto persona, ma anche rispetto come individuo che ha un suo mondo nel quale chi porta l'aiuto può entrare sapendo che resterà un po' fuori. L'invasività che nel counseling non è richiesta, a maggior ragione alla luce delle riflessioni sopra esposte non deve neppure sfiorare l'operatore.

Il rispetto è davvero tale solo se considera seriamente il carattere soggettivo dell'esperienza individuale.

Il counselor non può sapere davvero cosa si prova nella situazione esposta dal cliente, ma ciò non lo esenta dall'offrire aiuto. Per questo il cliente dovrà farsi carico della propria vita. Il counselor non lo potrà fare principalmente perché potrà capire cosa è accaduto alla persona che è davanti, ma non *com'è* accaduto.

## **Bibliografia (minima)**

- De Palma A., Pareti G., *Mente, cervello e intelligenza*, Bollati Boringhieri, Torino, 2004.
- Edelman G. M., *Sulla materia della mente*, Adelphi, Milano 1993.
- Houdé O., Kayser D., Koenig O., Proust J., Rastier F., *Dizionario di scienze cognitive*, Editori Riuniti, Roma, 2000.
- Hume D., *Trattato sulla natura umana*, Laterza, Roma-Bari, 1971.
- Husserl E., *Per la fenomenologia della coscienza interna del tempo*, FrancoAngeli, Milano, 2001.

- Paternoster A., *Introduzione alla filosofia della mente*, Laterza, Roma-Bari.
- Searle J. R., *La mente*, Raffaello Cortina, Milano, 2005.
- Searle J. R., *Mente, linguaggio, società*, Raffaello Cortina, Milano, 2000.
- Searle J., *Mente, cervello e intelligenza*, Bompiani, Milano, 1984.
- Stirner M., *L'unico e la sua proprietà*, Adelphi, Milano, 2002.

# La categoria del possibile: una risorsa per il counseling filosofico

Carlo Molteni

## Riassunto

Al consultante che non vede prospettive nel suo futuro il counselor può prospettare la categoria di possibilità, facendo riferimento alla coppia aristotelica potenza – atto. Possibilità intesa non pessimisticamente (Kierkegaard) ma facendo riferimento alla speranza (Bloch).

Esercizi di pratiche filosofiche possono aiutare il cliente ad esplicitare la propria area di sviluppo potenziale.

**Parole chiave:** potenzialità, sviluppo, speranza, neurobica.

Non sempre nella nostra epoca le persone si affannano, come spesso capita nelle società occidentali, in vista del futuro, correndo verso di esso, anticipandolo, cercando di guadagnare tempo. In una parola: sacrificando il presente in vista del futuro.

A volte può capitare l'inverso: nella relazione di counseling si ha a che fare con clienti che talora presentano il problema opposto. Sono appiattiti sull'oggi, considerano solo il presente, perché non vedono futuro. In altre parole: manca una prospettiva, non c'è progetto, non c'è possibilità.

Ma come far emergere le possibilità latenti in ciascuno di noi e quindi anche nel consultante sfiduciato?

Sul tema del possibile hanno ragionato molti filosofi e in modi molto diversi.

Qui mi limito a presentarne qualcuno, alla ricerca di spunti di riflessione e di frammenti di verità, per riflettere insieme sul concetto di "possibile" e magari per applicarlo con esercizi finali di pratica filosofica.

Già Aristotele, polemizzando con la concezione univoca di essere di Parmenide, notava che l'essere, cioè la realtà, può essere considerato in molti modi.

Non esiste solo ciò che è al momento presente. Ad esempio una persona, una pianta, una cosa, come le vediamo qui ed ora: non esiste solo l'essere *attuale*.

Esiste anche la possibilità che il bambino attuale diventi adulto, che il seme diventi pianta, che una determinata quantità di materia (direbbe un fisico oggi) si trasformi in energia.

Dobbiamo ammettere pure l'esistenza di quello che non percepiamo ancora come attualmente realizzato: in altri termini, dobbiamo considerare che esista anche l'essere *potenziale*. Oltre a ciò che già è (atto) dobbiamo ammettere ciò che ancora non è ma può essere (potenza). In un testo di difficile lettura, non solo per i consultanti, la *Metafisica*, Aristotele ci parla di potenza, cioè di poter-essere, di possibilità.

Si tratta di un breve brano che può essere proposto al cliente e commentato insieme a lui.

Non dimentichiamo che Raabe, (2006), ad esempio, ritiene che la CF si differenzi dalla psicoterapia per quattro aspetti fondamentali, tra i quali l'insegnamento intenzionale.

Ma ecco il breve testo tratto da Aristotele: "Poiché l'essere si presenta in due aspetti, ogni essere si tramuta dall'essere in potenza all'essere in atto: per esempio dal bianco in potenza al bianco in atto [...] Così che non solo è possibile, sotto un certo aspetto, il nascere dal non essere; ma si può anche dire che tutto nasce dall'essere: beninteso dall'essere in potenza, ossia dal non essere in atto." (XII, 2, 1968).

Come far comprendere al cliente la coppia essere attuale – essere potenziale?

Consideriamo un facile esempio: il fiore di un melo. Che tipo di realtà ha questo fiore? E' attualmente fiore, ma potenzialmente frutto. Ha la possibilità di cambiarsi in mela, a certe condizioni.

Quali condizioni? Innanzitutto deve avere l'essere potenziale di mela. Il fiore di garofano, che non ha l'essere potenziale di mela, non diventerà mai quel frutto. Il fiore di melo non è mela, il fiore di garofano non è mela; ma il primo ha l'essere potenziale di mela che può permettergli di diventare frutto, il secondo no.

Dunque l'essere potenziale è una realtà, non è uguale al nulla. Possibile significa non ancora realizzato; possibile non significa non essere assoluto, ma non essere ancora.

Ma perché quella possibilità si realizzi ci devono essere altre realtà già in atto che permettano il passaggio dalla semplice potenza all'atto effettivo. Ad esempio il sole, il concime, l'acqua ecc.

Tuttavia, se ci fermassimo solo sulla concezione aristotelica di possibile saremmo ancora molto lontani dalla vita del cliente.

Sul medesimo tema della possibilità possiamo utilizzare, facendo un salto di secoli, le riflessioni di Soren Kierkegaard (1813 - 1855). Questo pensatore, considerato un precursore dell'esistenzialismo, presenta un linguaggio meno "tecnico" e più vicino alla sensibilità moderna,

proprio perché la sua filosofia tematizza non tanto l'essere in generale, l'essenza, le idee astratte, quanto l'esistenza, la vita umana concreta con i suoi problemi.

Kierkegaard pensa che la possibilità sia costitutiva dell'esistenza umana, sia nei suoi aspetti positivi (possibilità che sì) sia nei suoi aspetti negativi e angoscianti (possibilità che no).

Nella citazione seguente sostiene che di fronte alla disperazione dovuta alla mancanza del possibile "... la possibilità è l'unica cosa che salva. [...] quando uno vuole disperarsi bisogna dire: "Trovate una possibilità, trovategli una possibilità". La possibilità è l'unico rimedio; date possibilità e il disperato riprende vigore, si rianima, perché se l'uomo rimane senza possibilità è come se gli mancasse l'aria." (1972).

Questa visione del possibile allarga indubbiamente la visual del cliente, schiacciato sul presente, ma va precisata.

La visione globale del pensatore danese infatti appare pessimistica, in quanto Kierkegaard ritiene che le possibilità favorevoli all'uomo siano superate dall'infinito numero di possibilità sfavorevoli: unica salvezza dall'angoscia è per lui il ricorso alle fede evangelica.

Si potrebbe riflettere insieme al consultante sul fatto che presentare le possibilità di realizzazione come incomparabilmente inferiori alle possibilità di scacco, rischia di avvicinare pericolosamente il concetto di possibilità al concetto di necessità, in questo caso di necessità negativa.

A questo punto si può riflettere insieme su un'altra concezione della categoria della possibilità. Troverei opportuno il paragone con la prospettiva della speranza tematizzata dal filosofo marxista Ernst Bloch (1885 – 1977).

"Si tratta di imparare a sperare [...] Sperare è superiore al temere: non è passivo come questo, né è chiuso in un nulla. L'affetto della speranza si allarga, amplia la dimensione umana anziché restringerla [...] Il lavoro di questo affetto esige uomini che attivamente si gettino dentro a quel divenire a cui essi stessi appartengono. [...] Il lavoro contro l'angoscia della vita e contro gli intrighi della paura [...] è ricerca nel mondo stesso di ciò che aiuta il mondo: tutto ciò si può trovare. Come si sognava sempre abbondantemente la migliore vita possibile! La vita di tutti gli uomini è attraversata da sogni fatti di giorno di cui una parte consiste unicamente di sciocchezze, di fughe snervanti preda dell'inganno, ma dall'altra parte stimola, non si lascia soddisfare dallo scadente dato di fatto, non rinuncia affatto. Questa parte ha nel nucleo lo sperare, e si può insegnare. Attesa, speranza, intenzione verso una possibilità non ancora divenuta: ciò non è solo un elemento fondamentale della coscienza umana, ma, corretto in senso concreto e compreso, rappresenta nell'insieme una determinazione fondamentale all'interno della realtà oggettiva." (1972).

Lo “scadente dato di fatto”! Non fermarsi alla situazione attuale, ma aprire a potenziali sviluppi sembra essere vero anche nell’educazione.

Potremmo trovare consonanza tra riflessioni filosofiche che affondano le loro radici nel passato e prospettive psicologiche contemporanee. Del resto, storicamente, non è stata la filosofia la madre di tutte le psicologie?

Farei a questo punto riferimento al concetto di “area di sviluppo potenziale” che lo psicologo e pedagogista russo Wygotskij (1896 – 1934) ha proposto all’attenzione degli educatori, in particolare a quanti si occupano di soggetti svantaggiati.

Ogni bambino, secondo lo studioso russo, presenta ad un certo grado di sviluppo, determinate capacità, ad esempio intellettive. Con l’aiuto degli educatori, però, e con materiale a lui familiare, può superare il limite delle prestazioni al momento raggiunte, sviluppando capacità potenzialmente presenti, ma non ancora perseguite. Questa prospettiva si è rivelata particolarmente feconda nel caso di allievi disabili.

Se questo è possibile nel caso del portatore di handicap, a fortiori non è da escludere nel caso del consultante, che supponiamo presenti problemi di disagio esistenziale e non disabilità.

In qualche situazione il cliente si difende dal cambiamento di prospettiva con obiezioni: questo discorso vale per i bambini, potrebbe dare risultati a scuola, ma non con un adulto!

In questo caso possiamo ulteriormente aiutarlo ad uscire di sé, collegando le intuizioni filosofiche alle neuroscienze contemporanee.

Teniamo presenti le indicazioni di un grande counselor, Ran Lahav . Secondo lui non basta chiarificare la filosofia di vita che la persona sta vivendo. Bisogna trascendere il modo di essere attuale del cliente dischiudendogli nuovi orizzonti di idee. In un mondo sempre più superficiale, egocentrico e unidimensionale, “la saggezza ... richiede che io vada oltre il mio ristretto sé e le limitazioni dei miei preconcetti ed atteggiamenti” A differenza della psicoterapia che si concentra su ciò che accade al soggetto, il philosophical counseling rappresenta “un viaggio al di là della persona”. (2004)

Proseguiamo dunque nell’accompagnare il consultante al di là della sua visione attuale, ricorrendo ad altre prospettive, valide in ogni stagione della vita, anche nella sua.

Potremmo ricordare che anche le capacità dell’anziano, che non sembrano promettere sviluppi interessanti ma solo involuzione, presentano potenzialità inesplorate.

Neurologi viventi come Elkhonon Goldberg sostengono che le potenzialità del cervello umano sono straordinarie e che le connessioni neuronali si possono modellare fino ad essere mantenute efficienti anche a tarda età.

Invecchiando si acquistano maggiori capacità di risolvere problemi complessi, sfruttando le esperienze acquisite nel corso della vita. Anche i cervelli danneggiati, con un opportuno allenamento, possono mantenere ed addirittura sviluppare capacità cognitive.

Non solo aerobica per il corpo, ma anche “neurobica”, una sorta di ginnastica intellettuale per il cervello.

Come dire che l’essere-attuale della nostra mente è stupefacente, ma altrettanto stupefacente è il suo essere-potenziale!

Vorrei concludere queste brevi riflessioni sulla categoria della possibilità con alcune indicazioni operative.

A volte torna utile assegnare al cliente alcuni “compiti” tra una seduta e l’altra, che consentono di tener viva la tensione al cambiamento al di là della ristretta ora di counseling.

Personalmente ho provato a proporre gli esercizi di filosofia pratica, qui di seguito sintetizzati, che si basano su stimoli di riflessione, da eseguire in successione, ad esempio uno alla settimana.

1. Uno psicopedagogo e filosofo dell’educazione vivente, Jerome Bruner, considera le teorie sulla personalità che i formatori adottano delle “previsioni che si autoavverano”. Hai mai avuto occasioni di sperimentare casi in cui un genitore, un insegnante, un allenatore ecc. non si è fermato alla realtà effettiva di un soggetto ma, puntando sulle possibilità latenti o bloccate, ha fatto sì che si realizzassero?
2. Facendo riferimento alla tua storia personale, riesci ad individuare un problema attuale irrisolto, in cui il poter scorgere una dimensione nascosta, non realizzata ancora ma possibile, può diventare una prospettiva di soluzione? Quale?
3. Prova ad analizzare quanto questo poter-essere, nascosto ma reale e quindi passibile di sviluppo, si differenzi da soluzioni irrealistiche, che corrispondono nel tuo caso non ad un poter-essere, ma ad un non essere. Porta esempi in cui le possibilità non sono realistiche, ma semplici fantasticherie che non possono tradursi in atto.
4. Ci sono, a tuo parere, situazioni o momenti dello sviluppo dell’individuo in cui si verifica un eccesso di possibilità, in cui ad una persona tutto sembra possibile e sembra vivere fantasie di onni-potenza? Sapresti distinguere casi in cui la prospettiva di sviluppo è apparente in quanto non esiste concretamente la possibilità interna al soggetto? E casi in cui la prospettiva è irrealistica in quanto mancano le condizioni esterne che ne permettano lo sviluppo?
5. Ci deve essere qualche condizione già realizzata, già in atto, (atteggiamenti, persone, circostanze o altro) perché questa tua possibilità di soluzione diventi effettiva?

Quale potrebbe essere questa realtà già in atto che aiuta la tua potenzialità a tradursi in realizzazione concreta?

6. Dal punto di vista storico, ti sembra che situazioni limite, in cui tutto sembra bloccato nella ferrea necessità di un presente tragico, siano invece state vissute dalle vittime con la speranza in un futuro che sembrava impossibile ma la storia ha rivelato essere possibile? Sapresti fare degli esempi?

## **Bibliografia**

- Abbagnano N., (1985) *La saggezza della vita* Rusconi Milano.
- Achenbach G. B., (1999) *La consulenza filosofica* Apogeo, Milano 2004.
- Aristotele, *Metafisica*, (traduzione a cura di G. Reale) Loffredo Napoli 1968.
- Baggini J., (2006) *Il maiale che vuole essere mangiato* Cairo, Milano.
- Bloch E. *Il principio speranza* (traduzione a cura di S. Zecchi) in AA VV *Marx e la rivoluzione* Feltrinelli, Milano 1972.
- De Monticelli R., (2006) *Esercizi di pensiero per apprendisti filosofi*, Bollati Boringhieri, Torino.
- Goldberg E., (2003) *Il paradosso della saggezza. Come la mente diventa più forte quando il cervello invecchia* Ponte alle Grazie, Milano 2007. Cfr. anche il sito [www.elkhonongoldberg.com](http://www.elkhonongoldberg.com).
- Kierkegaard S., *La malattia mortale* in *Opere* (a cura di C. Fabro), Sansoni Firenze 1972.
- Lahav R., *Comprendere la vita*, Apogeo, Milano 2004.
- Raabe P., *Teoria e pratica della consulenza filosofica* Apogeo, Torino 2006.
- Roger Pol-Droit R., (1997) *Piccola filosofia portatile* Rizzoli, Milano 2001.
- Savater F., (1997) *Le domande della vita* Laterza, Roma – Bari 1999.
- Vygotskij S. L., (1934) *Pensiero e linguaggio* Laterza, Bari 1990
- Wouters P., (1999) *La bottega del filosofo* Carrocci, Roma 2001.

# La filosofia come antidoto all'accidia

Angelo Caruso

## Riassunto.

Il disagio personale di natura non patologica come oggetto proprio del Counseling Filosofico. Conseguenze di questa definizione. La depressione esistenziale come forma di disagio connaturata con la condizione umana. L'insoddisfazione come motore di crescita. Possibilità e limiti della ragione nel guidare questa crescita. Inalienabilità della vita individuale. La filosofia come arma contro l'indolenza e la mancanza di responsabilità.

**Parole chiave:** Salute/malattia; depressione esistenziale; rispetto; crescita personale; ragione/emozione; responsabilità/pigrizia

## 1. Specificità del Counseling Filosofico

Il counseling filosofico può essere definito come "Relazione d'aiuto che usa strumenti filosofici per aiutare persone che soffrono forme di disagio di natura non patologica". Il carattere non patologico del suo oggetto di intervento è il discrimine fondamentale tra il counseling filosofico ed altre relazioni d'aiuto, di tipo psichiatrico o psicologico, che hanno un intento terapeutico, cioè di "cura" di una patologia.

Per quanto sia estremamente problematico e causa di notevoli controversie tracciare una linea di confine netta tra salute e malattia quando si parli di affezioni che concernono il vissuto interiore e la psiche degli individui concreti<sup>1</sup>, nondimeno sottolineare questo aspetto del counseling filosofico è di estrema importanza per definirne, oltre all'oggetto, le metodologie e le finalità di intervento, nonché l'atteggiamento che deve avere il counselor nel corso della relazione.

---

<sup>1</sup> Ricordiamo che ci sono almeno nove distinti criteri di identificazione della norma psicologica, nessuno dei quali risolutivo in se stesso: norma statistica, biologica, delle alterazioni di forma e contenuto del pensiero, della devianza di condotta sociale, antropologico - culturale, del vissuto individuale, dello sviluppo psichico e affettivo, etologica, della funzionalità psicosociale e lavorativa. Solo l'intreccio e la calibrazione di tutti questi in ciascun singolo caso può consentire una valutazione attendibile. Cfr. Lodovico E. Berra *Il concetto di normalità*, dispense per la Scuola Superiore di Counseling Filosofico.

Partire dal presupposto che il disagio della persona che si ha di fronte, che solitamente si configura come vissuto di sofferenza interiore, non sia patologico - infatti - ha come immediata conseguenza che tale disagio deve essere considerato come ragionevole, legittimo ed addirittura opportuno in quella particolare situazione nella quale egli si trova. Se questo è vero, l'intervento del counselor non deve riguardare il disagio in se stesso, cioè il vissuto di sofferenza del consultante, bensì proprio quella situazione, cercando di aiutare quest'ultimo a meglio comprenderla per poter poi elaborare in modo più consapevole le strategie migliori per risolverla.

Considerare normale, ed anzi opportuna, quella sofferenza significa, in altre parole, prendere sul serio ed avere il massimo rispetto per ciò che ci dice il consultante. La sua sofferenza non è un'anomalia da correggere, bensì un'importantissima fonte di informazioni sia sulla situazione, sia sul sistema di valori, e quindi sulla visione del mondo, del consultante stesso.

Se invece tale sofferenza fosse considerata patologica, il tipo di intervento dovrebbe essere completamente diverso. Ciò significherebbe - infatti - che tale sofferenza non è giustificabile dalle circostanze, o perché sproporzionata, come accade nelle depressioni esogene, sia di tipo reattivo sia di tipo psicodinamico, o perché, nei casi più gravi, endogena, cioè dovuta a vere e proprie anomalie con chiari connotati a livello somatico o neurologico<sup>2</sup>. In questo caso il trattamento dovrebbe perciò essere "curativo" e focalizzato sulla sofferenza stessa, avendo come scopo quello di attenuarla o addirittura eliminarla attraverso l'uso di tecniche psicoterapeutiche o farmacologiche.

"Curare" invece una sofferenza non patologica, quindi cercare di attenuarla o addirittura eliminarla di per se stessa, sarebbe un grave errore, come dare una medicina quando questa non è necessaria, o addirittura amputare un organo sano, in quanto ci farebbe perdere tutte le preziose informazioni che essa ci può dare.

Naturalmente a nessuno piace soffrire, ed il vissuto interiore doloroso è qualitativamente identico sia nei disagi patologici sia in quelli non patologici. Perciò in entrambi i casi il primo desiderio di chi ne è affetto è uscirne. Ma, come detto, cambiano profondamente le finalità e le modalità di approccio che si devono avere nei due casi. Nel caso dei disagi patologici è sulla sofferenza in se stessa, che in quanto patologica non è giustificabile dalle circostanze, e quindi potremmo dire priva di significato, che si deve intervenire. Nel caso dei disagi non patologici - invece - la sofferenza

---

<sup>2</sup> Cfr Lodovico E. Berra: *Oltre il senso della vita*, Apogeo, Milano 2006

deve essere considerata come piena di significato, e quindi come importantissima fonte di informazioni sulla persona e sulla situazione che sta vivendo. Ed è sull'analisi di queste che si deve intervenire.

Per inciso possiamo dire che in questa prospettiva il counseling filosofico ha anche il compito di contrastare la tendenza imperante alla patologizzazione ed alla demonizzazione di ogni forma di sofferenza, sottolineando come alcune di queste, forse la maggior parte, non sono negative di per sé, ma possono essere importanti motori di crescita e miglioramento interiore. Del resto è noto come, se si ripercorre la biografia degli autori, spessissimo le più grandi opere dell'ingegno umano, soprattutto in campo artistico, siano sbocciate da situazioni di estrema sofferenza e disagio personale. Analogamente se ciascuno di noi ripercorre la propria biografia, vedrà come quasi sempre i momenti più importanti e significativi, in cui la propria esistenza ha subito una svolta ed una crescita profonda, hanno coinciso con episodi di grande sofferenza interiore.

## **2. La depressione esistenziale e la lotta contro la pigrizia generalizzata**

Per entrare più nello specifico, e definire un abbozzo di metodologia di intervento propria del counseling filosofico, è necessario cercare di capire quali siano le origini del vissuto di sofferenza non patologico.

La sofferenza interiore di solito si origina dalla discrepanza che un individuo rileva tra quelle che sono le sue aspettative personali e la situazione reale nella quale si trova<sup>3</sup>. Sono qui in gioco diversi aspetti che vanno poi a comporre quella che Karl Jaspers definisce la "Visione del mondo"<sup>4</sup> propria di ciascuno. In primo luogo, l'immagine che una persona ha di sé e delle cose che ritiene importanti, che vorrebbe avere e che in certa misura ritiene gli spettino di diritto. Questo aspetto è definito da Jaspers l'"Atteggiamento" che un individuo ha verso il mondo, e si configura come insieme di beni a cui egli attribuisce valore. In secondo luogo, il modo con il quale la persona stessa legge ed interpreta la realtà in cui vive, e quindi l'"Immagine del mondo", sempre con le parole di Jaspers, che egli si forma. E' sulla base di questa immagine che egli opera il confronto tra le sue aspettative e ciò che gli sembra essere la realtà. In terzo luogo, cosa di gran lunga più importante e vitale, l'incessante susseguirsi di prese di posizione e di scelte concrete attraverso le quali l'individuo

---

<sup>3</sup> Cfr. Edoardo Boncinelli: *Il male*, Mondadori, Milano 2007

<sup>4</sup> Cfr. Karl Jaspers: *Psicologia delle visioni del mondo*, trad. it. Astrolabio, Roma 1950

stesso costruisce la sua esistenza privilegiando alcuni valori ed escludendone altri. Questo processo viene chiamato da Jaspers “La vita dello spirito”, ed è ciò che amalgama e dinamizza gli altri due fattori.

Ad un primo livello, l'intervento del counselor filosofico dovrà quindi essere orientato ad aiutare il consultante a prendere consapevolezza della visione del mondo che soggiace tacitamente ai suoi comportamenti. Si tratterà di fargli esplicitare le sue aspettative e quindi l'atteggiamento che ha di fronte alla vita, e di analizzare il modo con il quale legge ed interpreta la sua situazione, per verificare se la discrepanza che percepisce tra le prime e la seconda sia reale o presunta. Nel secondo caso si tratterà di aiutarlo a vedere le cose in modo più obiettivo, magari offrendogli strumenti concettuali più precisi ed adeguati. Nel primo caso, si tornerà sul suo atteggiamento cercando di valutare se le sue aspettative sono ragionevoli ed adeguate alle sue potenzialità. Se lo sono, allora si cercherà di aiutarlo a cambiare le sue strategie, in modo da rendere la sua azione più efficace. Se non lo sono, si tratterà di aiutarlo a costruire una nuova visione del mondo più personale e adeguata, partendo da una più profonda conoscenza di sé, che renda più autentica la sua vita e meno condizionata da modelli di comportamento imposti dall'esterno.

Questo tipo di intervento è possibile nei casi più semplici, nei quali può essere sicuramente di grande aiuto, ma sappiamo bene come vi siano forme di disagio personale molto più profonde ed universali che non derivano da problemi di natura circoscritta e contingente, ma dalla presa di coscienza della ineludibile condizione esistenziale degli esseri umani. Ricordiamo che questa condizione è descritta da filosofi come Jaspers<sup>5</sup> come irrimediabilmente antinomica, derivante dalla loro costituzione ancipite, da un lato condizionata dalla limitatezza, imperfezione e caducità della corporeità biologica, e dall'altro mossa ed animata dall'istanza di perfezione ed idealità proprie di una natura spirituale.

Questa condizione antinomica dell'uomo, “a metà strada tra gli animali e gli angeli”, secondo le parole di Jaspers<sup>6</sup>, fa sì che una certa discrepanza tra le sue aspirazioni verso l'assoluto, inteso come perfezione, eternità e completezza, e l'ineludibile caducità, imperfezione e limitatezza della sua natura biologica, sia inevitabile, con la quota di sofferenza che ciò comporta.

---

<sup>5</sup> Cfr. Karl Jaspers: *Psicopatologia generale*, trad. it. Il pensiero scientifico editore, Roma 2000

<sup>6</sup> Ibidem

Alcuni studiosi<sup>7</sup> cercano di ridurre l'origine di questa sofferenza ad una sorta di inganno della natura, che ha sì dotato gli uomini di una meravigliosa prerogativa che consente loro di primeggiare sugli altri esseri viventi nella battaglia per l'adattamento all'ambiente e per la sopravvivenza, e cioè il pensiero astratto, inteso come capacità di abbracciare contemporaneamente più situazioni: passate, presenti o future, reali o possibili, valutandole comparativamente e pianificando le proprie azioni; ma nel contempo ha così posto loro di fronte lo specchio deformato di un'irraggiungibile perfezione ed idealità, nel quale riflettono continuamente la loro attuale condizione di imperfezione e caducità. Da questo punto di vista l'unica soluzione possibile è probabilmente cercare di liberarsi da questo inganno, senza però farsi troppe illusioni<sup>8</sup>.

Una prospettiva diversa, e forse opposta, è quella di chi ritiene che questa evoluzione abbia fatto emergere quella che è la natura più propria degli esseri umani, e cioè la loro dimensione psichica e spirituale, la quale trascende il piano biologico - somatico, proiettandolo in una realtà nella quale quell'anelito di assoluto e di "salvezza" dall'anonimato e dalla caducità può acquisire un nuovo senso ed una sua legittimità<sup>9</sup>.

Non è certamente il caso di affrontare in questa sede una tale questione, che riguarda le più intime e personali scelte che ciascuno di noi deve fare da solo. Ci preme qui sottolineare, in primo luogo, il fatto che questo tipo di disagio esistenziale, che può riallacciarsi a quanto Berra definisce "Depressione esistenziale"<sup>10</sup>, è quanto di più autenticamente umano vi sia, ed è anzi il passaggio obbligato che ciascuno di noi deve compiere per iniziare a condurre una vita all'altezza delle proprie prerogative spirituali. Esso è anche il campo di intervento privilegiato del counseling filosofico, in quanto la filosofia se ne è sempre occupata, più o meno esplicitamente, sin dalle sue origini. In secondo luogo, però e per converso, si deve sottolineare che per la sua natura e le sue caratteristiche tale problema non si presta ad avere soluzioni, almeno intendendo con queste delle ricette che un esperto possa prescrivere dall'esterno. Questo sostanzialmente perché gli strumenti che la consulenza filosofica può offrire sono solo quelli dell'analisi razionale, e per quanto indispensabile la ragione non può sostituirsi alla vita, che è individuale ed inalienabile.

---

<sup>7</sup> Cfr. ad es. E. Boncinelli, cit.

<sup>8</sup> Cfr. ibidem

<sup>9</sup> E' questa, naturalmente, una prospettiva nella quale risuonano eco teologiche. Si può vedere, a questo proposito, la polemica contro il razionalismo riduzionistico di matrice illuministica operata da Joseph Ratzinger nel suo *Gesù di Nazareth*, trad. it. Rizzoli, Milano 2007.

<sup>10</sup> Cfr. Lodovico E. Berra, cit.

Come sappiamo, e come ci hanno insegnato i poeti, la ragione è infatti troppo lenta e macchinosa<sup>11</sup> se confrontata con le emozioni, soprattutto quelle dolorose, che hanno il carattere dell'urgenza e richiedono risposte immediate, risposte che scaturiscono dal proprio essere più intimo e profondo il quale si forma nel corso dell'intera nostra vita. Questo è certamente in parte plasmato ed informato dalle nostre esperienze e dalle nostre conoscenze, ma non determinato da queste, anche perché ogni situazione presente ha sempre i caratteri della novità, che la rendono solo parzialmente assimilabile alle situazioni passate. Tutto ciò rende sì libere e responsabili, ma anche imprevedibili, le nostre reazioni. In ogni circostanza ciascuno di noi deve “prendere posizione”, assumendo un atteggiamento, arrischiandosi in un'interpretazione e decidendo quale, tra la miriade di spinte ed impulsi contraddittori ed indeterminati che gli vengono dai suoi desideri e dalle sue preferenze, privilegiare, e quali escludere o mettere a tacere<sup>12</sup>.

Il counseling filosofico può sicuramente aiutare, probabilmente meglio di qualunque impropria azione terapeutica, a comprendere ed in certa misura disciplinare ed armonizzare questo processo, ma non può sostituirsi ad esso, alla fatica ed alla responsabilità che comporta per ciascuno l'obbligo di costruirsi in prima persona la propria vita. Del resto proporre comode scorciatoie o pillole di saggezza, quasi disponesse della bacchetta magica, assecondando la pigrizia generalizzata, significherebbe proprio snaturare quella che è l'essenza della filosofia<sup>13</sup>.

## **Bibliografia**

- Berra, Lodovico E.: *Oltre il senso della vita*, Apogeo, Milano 2006
- Boncinelli, Edoardo: *Il male*, Mondadori, Milano 2007
- Jaspers, Karl: *Psicopatologia generale*, trad. it. Il pensiero scientifico editore, Roma 2000
- *Psicologia delle visioni del mondo*, trad. it. Astrolabio, Roma 1950
- Nietzsche, Friederich: *Schopenhauer come educatore*, trad. It. Adelphi, Milano 2005
- Ratzinger, Joseph: *Gesù di Nazaret*, trad. It. Rizzoli, Milano 2007

---

<sup>11</sup> Shakespeare esprime icasticamente questo concetto facendo contrapporre ad Amleto la “pallida cera del pensiero” alla “tinta nativa della risoluzione”, resa “malsana” dalla prima.

<sup>12</sup> Boncinelli paragona gli esseri umani a dei magneti composti da minuscole scaglette ciascuna polarizzata sulla dicotomia bene/male. Cfr. Boncinelli, op. cit.

<sup>13</sup> Sulla “pigrizia generalizzata” si può vedere la terza considerazione inattuale di Friederich Nietzsche, intitolata *Schopenhauer come educatore*, trad. it. Adelphi, Milano 2005.

# **Desideri e bisogni degli adolescenti**

## **È possibile per loro una “cura filosofica”?**

**Elisabetta Zamarchi**

### **Riassunto**

La fisionomia dei “nuovi adolescenti” rivela caratteristiche diverse rispetto a quelli dei loro coetanei anche solo di dieci anni fa: la globalizzazione dei desideri e dei bisogni, oltre che del mercato, e l’incertezza sociale e politica di quest’inizio di secolo creano da un lato il bisogno di uniformità e serialità per appartenere ad un gruppo; dall’altro il desiderio sempre più impellente di porsi come individualità forti e significative per avere dignità di esistenza. Tale dicotomia tra bisogni e desideri, propria dell’età adolescenziale, è oggi aggravata dalle attuali condizioni di esistenza che non garantiscono alcuna sicurezza del futuro e in cui la felicità e la realizzazione personale appaiono determinate dal possesso di oggetti di consumo. Molte sofferenze nascono da qui e, anche se non sfociano in comportamenti trasgressivi o violenti, sono all’origine di vissuti di solitudine o di depressione. Una “cura filosofica” ha la valenza, in molti casi, di riaprire l’orizzonte del senso e di aiutare a leggere la propria vita con diverse categorie. La relazione d’aiuto che viene narrata all’interno dell’articolo vuole essere una esemplificazione di come “la filosofia possa curare”.

**Parole Chiave:** Adolescenti, Bisogni-Desideri, Aiuto, Counseling Filosofico.

Gli adolescenti del terzo millennio sono soggetti nuovi: nati alla fine del secolo XX, segnalano con i loro comportamenti e le loro sofferenze un mutamento epocale, il passaggio da una società in progresso ad una società strutturalmente in crisi.

L’idea della possibilità di un counseling filosofico con questi adolescenti, lontani anni luce non solo dal mio universo di riferimenti e dal mio mondo di valori ma anche da quello di chi ha solo dieci anni più di loro, è un azzardo teorico forse; più pragmaticamente è una forma di risposta ad un atteggiamento diffuso e gregario di sfida e diffidenza, nei confronti di interlocutori adulti, che maschera la paradossale richiesta di uno sguardo attento e di un ascolto non prevenuto.

Da molti anni, per mestiere, vivo con adolescenti alla soglia dell’età adulta; nel tempo il loro linguaggio codificato e condensato in stilemi ripetitivi è divenuto un lessico comprensibile ed

agibile per entrare in contatto con un mondo di affetti e di emozioni non immediatamente avvicinabile perché troppo seriale in superficie e troppo criptato nell'intimità della vita interiore dei singoli.

In tale contatto continuo è impossibile rimanere sempre identici a se stessi, poiché l'invasione degli atteggiamenti e l'instabilità emotiva ed umorale che caratterizzano il loro porsi in relazione, costituisce una provocazione continua e mette a rischio ogni arroccamento comportamentale o ideologico di padri, madri o insegnanti. Perciò la relazione con costoro è un passaggio di soglia, o si avvanza verso di sé o si regredisce alla fissità mortifera delle certezze mai indagate.

Da sempre i mondi generazionali sono separati dall'intolleranza e dall'incomunicabilità dei linguaggi reciproci, alienità diversamente percepita dagli uni, figli e figlie, e dagli altri, padri e madri, educatori: questi con l'irreparabile difetto di essere adulti, e quindi apparentemente forti di un'esperienza, non però riconosciuta né riconoscibile dagli interlocutori giovani; quelli con l'insopportabile protervia di un'irresponsabilità disarmante, perché l'io che la agisce ha dalla sua un'onnipotenza quasi criminale nel suo essere "legibus soluta".

Oggi il confronto tra i mondi è reso ancor più complesso dalla peculiarità di un'epoca di *passioni tristi*, pervasa dal senso paralizzante di impotenza e di disgregazione di fronte ad un futuro intriso di minacce e dall'incertezza di una società che, perciò, cresce i suoi figli "armandoli" contro il pericolo di ogni diversità. E questi figli, nonostante l'arroganza che li contraddistingue, incarnano spaesati il paradosso della ricerca di una visibilità necessaria all'esserci e la sterile fatica di conseguire tale visibilità in una modernità seriale e fortemente competitiva.

"Gli ideali dominanti della nostra cultura hanno subito, evidentemente, una profonda trasformazione. Ha preso piede questa idea della *serialità*, in cui la sola autorità e la sola gerarchia accettate ed accettabili sono determinate dal successo e dal potere personale, valutati all'interno dell'universo della merce. (...) E così, senza che ce ne siamo resi veramente conto, la nostra società ha in qualche modo sostituito al principio di autorità un altro principio, fondato sul senso di insicurezza riguardo al futuro".<sup>1</sup>

Il senso di insicurezza di fronte ad un futuro denso di possibili calamità è un malessere soffuso che trapela anche nel tono dei messaggi educativi improntati alla necessità di fare per divenire e per esserci, senza più nessun appello al desiderio o al piacere di apprendere.<sup>2</sup>

L'impatto con figli/studenti arroganti ed insopportabili o muti, irraggiungibili ed evanescenti che rende inermi e sfiniti genitori e docenti si connota ora, all'inizio del terzo millennio, di una

---

<sup>1</sup> Benasayag, Schmit, *L'epoca delle passioni tristi*, Feltrinelli, Milano 2004, p. 29

<sup>2</sup> Ibi, p. 43

sfumatura più pesante, non solo perché la percezione di vivere in un mondo segnato dall'emergenza rende drastici e perentori i messaggi, ma anche perché non vi è più riconoscimento dell'autorità data dall'antiorità generazionale come portatrice di un sapere; l'autorevolezza dei grandi degenera così spesso in autoritarismo o in mercimonio.

Padri, madri e insegnanti, costretti ad una continua rivisitazione del proprio mondo di valori di fronte a figli e figlie che chiedono implicitamente uno sguardo attento ma in sordina e che non intendono comunicare nulla di sé, rispondono proteggendo dapprima, confliggendo poi, ricattando in ultima istanza con il potere che possiedono, in sostanza rinunciando o abdicando al proprio ruolo adulto.

Ma tutti gli adulti che, per sfinitezza, per storie antiche di infanzie non guardate o di relazioni oggettuali problematiche, o anche solo per incapacità di reggere il conflitto, si sottraggono al confronto e alla continua sfida - che imporrebbe loro l'interrogazione e la ricostruzione dei tanti passaggi dell'esistenza propria - perdono in breve qualsiasi autorevolezza e divengono un che di obsoleto, un attaccamento ingombrante o, nei casi più gravi, qualcosa da aggredire e combattere come un nemico da eliminare forse per sottrarsi all'ombra del primo oggetto di investimento affettivo<sup>3</sup>.

Il malessere degli uni e degli altri si colloca nella percezione di emergenza e nello schiacciamento entro l'ideologia economicista del mondo globalizzato. I mutamenti del mondo si riflettono, infatti, direttamente sulle vite individuali dato che ogni essere umano è un universum permeabile e si sviluppa "introiettando un patrimonio storico ed intersoggettivo, un universo culturale all'interno del quale ricerca un riconoscimento per il Sé e per la sua specificità"<sup>4</sup>

Un'ulteriore, pericolosa connotazione di questa post modernità, di cui gli adolescenti intrattabili sono un sintomo, è l'idea propagandata del tutto possibile: quando tutto viene avvicinato come possibile nulla più è reale e l'esito che ne segue è la paura permanente di dover essere forti e di non poter o saper reggere fino in fondo il prezzo del trionfo e del successo<sup>5</sup>.

Detto in altri termini, il male più invasivo sta là dove nessuno guarda, ovvero nella normalità di individui, giovani ed adulti, che riescono a stare alle regole, ad essere sempre all'altezza...persone "normotiche".

---

<sup>3</sup> C. Bollas, *L'ombra dell'oggetto. Psicoanalisi del conosciuto non pensato*, Borla, Milano 1989

<sup>4</sup> E. Gaburri, L. Ambrosiano, *Ululare con i lupi, conformismo e rêverie*, Bollati Boringhieri, Torino 2003, p. 47. È ormai assodato dalla ricerca psicoanalitica che la mente sia dentro e fuori il soggetto; grazie all'opera di Sándor Ferenczi la psicoanalisi "è oggi impegnata a sviluppare il viraggio, in corso da un quarto di secolo, da una concezione internalista della mente a una concezione dialettica e transindividuale", p. 46

<sup>5</sup> M. Benasayag, G. Schmit, *L'epoca delle passioni tristi*, cit. p. 85

“Credo che oggi stiano emergendo nuovi nodi della malattia dell'individuo o che ci stiamo accorgendo di un elemento della personalità che c'è sempre stato. Si tratta di una particolare tendenza all'essere normali, caratterizzata dall'intorpidimento della soggettività, che finisce con l'essere cancellata a favore di un Sé concepito come un oggetto materiale tra altri prodotti manufatti nel mondo degli oggetti. Vediamo nascere un numero sempre maggiore di disturbi della personalità che possono essere caratterizzati dalla parziale distruzione del fattore soggettivo. (...) Una persona normotica è qualcuno di anormalmente normale. Troppo stabile, sicuro, tranquillo ed estroverso. È totalmente disinteressato alla vita soggettiva e tende a badare solo alla materialità degli oggetti, alla loro realtà concreta o ai “dati” relativi a fenomeni concreti”<sup>6</sup>

Il grave problema dell'epoca delle passioni tristi è la tendenza a produrre in serie individui “normotici” fin dall'infanzia: anche l'adolescenza, quindi, è costretta a questa neutralizzazione della soggettività ma in modo quasi indolore, edulcorato attraverso la invasiva cattura mediatica che promette una immediata soddisfazione narcisistica grazie al possesso di oggetti effimeri e solidi al tempo stesso, materialmente identificabili come segni di uno status sociale, di un'appartenenza ad un mondo di significanti condivisi.

Ma se è vero che “ il bisogno di una crescita differenziata è radicato nel bagaglio vitale dell'individuo in modo altrettanto intenso del bisogno di attaccamento e di connessione con il gruppo” e che “il bisogno di specificità necessita per farsi strada di incontrare una mentalità meno fitta che offra varchi di pensabilità”<sup>7</sup> intendendo con mentalità quel filtro, conosciuto ma non pensato, perché appreso in modo inconsapevole, che offre tutta una serie di significati precostituiti, semplificando la ricerca di senso dell'individuo - allora, per forza di cose gli adolescenti del terzo millennio sono soggetti a rischio, i cui comportamenti devianti svelano i limiti e i pericoli di un certo tipo di sviluppo e della mentalità dominante.

Da queste riflessioni, supportate da una minima bibliografia psicoanalitica, scaturisce l'azzardo teorico e pratico di un counseling filosofico con simili *clienti*, volto a supportare gli adolescenti nella loro fisiologica tensione a non trasformarsi in individui *normotici* con un percorso di apprendistato alla ricerca di una parola soggettiva che sia in grado di esprimere l'intelligenza emotiva che li contraddistingue.

L'idea nasce da una richiesta di aiuto da parte di giovani in situazioni di disagio, coniugata con la mia istanza di restituire alla filosofia la sua originaria valenza terapeutica.

---

<sup>6</sup> C. Bollas, *L'ombra dell'oggetto*, cit. pp. 142/143

<sup>7</sup> E. Gaburri, L. Ambrosiano, *Ululare con i lupi*, cit. pp.63 e 66

## Una problematica relazione d'aiuto

Per rendere tangibile quanto scritto sopra, posso solo esemplificare i passaggi di una relazione d'aiuto con una giovane donna di 19 anni, Sara.

Sara, quando la incontrai, mi contattò con una domanda inquietante: “Mi aiuta a capire se sono pazza?”

Accettai con preoccupata esitazione e solo perché il suo sguardo rimandava la tristezza di una solitudine che implorava una richiesta di aiuto immediato. Da allora, con l'interruzione dei mesi estivi, ci incontrammo una volta la settimana per dieci mesi.

Bruna, pallida, totalmente vestita di nero con borchie e spille da balia ma senza ombra di piercing, un viso dolce illuminato a tratti da un sorriso effimero e vagabondo che appariva improvvisamente per poi sparire un secondo dopo, un martedì del marzo 2005 Sara cominciò a narrarmi la sua storia, la storia di una ragazza quieta, schiva, figlia di genitori benpensanti, cattolici, benestanti che fino ad allora si erano compiaciuti della sua normalità ed arrendevolezza.

L'inizio del conflitto coincise con l'esibizione repentina, a 18 anni, del look dark, della passione per l'heavy metal, la frequentazione notturna su web di siti satanici e la manifestazione sporadica di atteggiamenti strani e di un insospettato ribellismo. D'improvviso la quiete del mondo in cui era cresciuta si incrinò: la madre e il padre dapprima increduli, poi preoccupati ed infine irritati cominciarono a guardarla come un oggetto sconosciuto; contemporaneamente le comparve l'assillo di una sua inclinazione alla follia, date alcune stranezze comportamentali e una familiarità con la malattia mentale per la presenza di uno zio schizofrenico, fratello del padre.

Le stranezze si riducevano a due episodi: l'impulso irrefrenabile ed inspiegabile a lanciare un coltello per colpire un'arancia gettata in aria; l'istinto di raccogliere in un bicchiere di carta il proprio sangue, sgorgato da un taglio incidentale, per usarlo come inchiostro vivo. In entrambi le situazioni la madre, capitata per caso ma forse cercata quale testimone oculare, aveva reagito esorcizzando il comportamento della figlia come un che di inquietante e vagamente folle.

Il racconto di Sara, spezzato in continuazione dall'intercalare di *tipo...tipo...tipo*, il ritornello gergale più comune nel linguaggio dei nuovi adolescenti (e non solo), faceva apparire di passaggio in passaggio, con toni sempre più astiosi, la sua avversione per il perbenismo dei genitori, incapaci, a suo giudizio, di comprendere o di vedere oltre le regole codificate di una socialità convenzionale. Madre e padre fino a poco tempo prima accettati e, nel caso del padre, assunti come autorità, le apparivano ora gretti e chiusi in un mondo di valori falsi, mai verificati o messi in discussione.

In opposizione alla religiosità formale della famiglia ostentava il suo disprezzo per Dio ed una sua teologia demoniaca, maturata dalla frequentazioni di siti satanici. Rivendicava il culto dell'Anticristo, contro il credo cristiano, come una religione volta all'affermazione della grandezza individuale e delle identità forti: nei fatti il suo satanismo si riduceva ad una grande fascinazione per la musica black, alla frequentazione di un sito specifico, [www.italianblackmetal.org](http://www.italianblackmetal.org) e all'odio per tutto il bagaglio di credenze e di valori di genitori, il cattolicesimo "bigotto" della madre casalinga e il fideismo scienziato del padre ingegnere che, nei suoi ricordi di bambina, aveva rappresentato l'incarnazione della verità.

Questo l'esordio del nostro rapporto, inquietante forse più della domanda iniziale.

Di nuovo esitai, anzi il primo impulso, dopo questi racconti, fu quello di abbandonare un'impresa che mi sembrava carica di incognite perché l'atteggiamento depresso della ragazza e la peculiarità dei contenuti in oggetto facevano pensare all'opportunità di un intervento psicoterapeutico più che ad un rapporto di counseling. Le competenze psicoanalitiche in mio possesso, maturate in anni di analisi individuale, mi consentivano di intravedere la complessità del materiale psichico che Sara mi stava portando e di intuire tutti i rischi di un'azione non adeguata, dato che qualsiasi azione di cura esula dalla specificità di una relazione d'aiuto quale il counseling filosofico. Ma queste competenze costituivano un'apertura ed al tempo stesso un freno.

Fu, di nuovo, il suo sguardo a trattenermi, la luminosità triste di due occhi intelligenti che silenziosamente chiedevano di trovare accoglienza alla loro inquietudine.

Intuivo che il suo satanismo, il nero ostentato, la passione per il gotico in ogni forma, il compiacimento del sangue avevano come matrice d'origine la necessità assoluta di separazione da un contesto familiare senza colori e da genitori poco accoglienti da un lato; dall'altro l'esigenza di rendersi visibile pur rimanendo in ombra, senza modificare il suo atteggiamento verso il mondo, solitamente taciturno e poco socievole.

Al tempo stesso ero consapevole della pericolosa ambiguità di tali comportamenti, delle cui radici pregresse nulla conoscevo né di cui dovevo occuparmi, e soprattutto capivo che accettare questa particolare esperienza significava intraprendere un'avventura senza protezioni, senza paracadute. Paradossalmente le mie conoscenze psicoanalitiche costituivano un ingombro: inutilizzabili in questa relazione d'aiuto, mi frenavano non solo per ciò che mi lasciavano scorgere, ma altresì per le probabili implicazioni transferali prevedibili anche in un rapporto senza un setting definito.

Alla fine quelle competenze, coniugate con la filosofia, si rivelarono un back ground proficuo per suggerirmi l'idea di un iter filosofico. Sara mi mostrava apertamente la crisi dell'organizzazione simbolica dell'infanzia, intaccata dal disfarsi di un'identità, quella infantile appunto, per l'ingresso tumultuoso del tempo nel processo di crescita:

“La conoscenza è crisi d'identità e parte da un'entropia, un disfarsi, un venir meno di un'organizzazione percettiva della realtà, ma anche del soggetto stesso di tale organizzazione. L'identità cessa di essere una cosa, un ente, una struttura, ma diventa un processo che implica il tempo come sua componente essenziale. (...) Vi è un nuovo accesso al simbolico. Se prima consisteva nel distacco dalla presenza materiale e concreta dell'oggetto per giungere alla sua rappresentazione psichica, adesso vi è il compito di un distacco ulteriore: il distacco dalla rappresentazione come oggetto interno per giungere alla formazione riflessiva del pensiero pulsionale che deve conferire senso alla complessità degli eventi interni ed esterni...”<sup>8</sup>

Questo lo sfondo psicoanalitico da cui nacque l'idea di ripercorrere con Sara il metodo genealogico di Nietzsche con un duplice scopo: darle alcune competenze filosofiche per interrogare l'origine della morale occidentale e della tavola dei valori incarnati dai suoi genitori; farle conoscere le conclusioni a cui Nietzsche stesso era pervenuto in merito alla genealogia della morale - non espressione dell'indole umana, ma strumento di potere adottato dai più deboli - e sulla coscienza morale stessa, prodotto sociale di negazione dell'individuo e dalla sua autenticità, approdo drammatico del razionalismo socratico come un invito a rinunciare alla vita.

Pensavo, in questo modo, di offrirle uno strumento di lettura del proprio violento vissuto, facendole trovare una forma filosofica per questo suo “sistema di pensiero negativo generalizzato”<sup>9</sup>

Ma anziché farle leggere direttamente Nietzsche le proposi un contratto strano, di verificare, nel dialogo con me, la fondatezza delle sue visioni filosofiche e teologiche per individuare i presupposti del suo mondo di valori attuale e, quindi, di dedicare inizialmente i nostri incontri alla rivisitazione delle proposizioni dogmatiche del Vecchio e Nuovo testamento che più la irritavano e delle asserzioni più catturanti delle principali "Chiese Nere".

Nella proposta di contratto, giustificata dalle mie competenze di filosofa a lei note e dalla sua vivida curiosità intellettuale, chiesi anche la sospensione temporanea della domanda sulla sua sanità mentale, rinviandola ad un secondo momento, quando la relazione fosse cresciuta attraverso la conoscenza reciproca.

Speravo, infatti, che la ricostruzione della genealogia delle sue convinzioni e del loro fondamento emotivo, ci avrebbe aiutate a leggere quelle stranezze comportamentali. Accettò, senza manifestazioni emotive particolari ma con convinzione.

---

<sup>8</sup> G. Pellizzari, *La psicoanalisi degli adolescenti ha cambiato la tecnica psicoanalitica?*, Relazione al V Convegno nazionale di psicoterapia dell'adolescenza 18/19 ottobre 2002, in PSYCOMEDIA, Anno III, n. 1, gennaio 2002, pp. 8/9

<sup>9</sup> D. Anzieu, *L'attaccamento al negativo*, in *Creare distruggere*, Borla, Roma, 1999, p. 132. Didier Anzieu intende con tale espressione "l'utilizzazione massiccia, perseverante dei tre meccanismi di difesa apparentati che Freud ha distinto: negazione del pensiero, negazione dei desideri, diniego o rinnegamento degli atti o delle loro conseguenze"

Pur non avendo una chiara rappresentazione del metodo da seguire, mi muoveva la convinzione che il mio compito poteva essere solo quello di una competente compagna di viaggio adulta, con un ruolo complementare e non simmetrico, nell'avventura creativa del processo di formazione e conoscenza della sua identità. Questa fu anche una precisa assunzione di responsabilità: accettai implicitamente di mettermi in gioco, fedele alla convinzione, che ogni processo conoscitivo autentico comporti, nel suo verificarsi, una modificazione profonda dei soggetti implicati, modificazione che, non essendo in nessun modo prevedibile, ha in sé l'ineffabile dell'ignoto. Di qui il senso dell'avventura senza paracadute, cui accennavo sopra.

E in effetti il rapporto con Sara fu destabilizzante fin dalle sue prime battute: la ragazzina introversa e taciturna, non appena si cominciò a parlare di teologia, rivelò una competenza insolita per un'adolescente del XXI secolo ed una padronanza lessicale che mi lasciò un po' attonita perché non v'era più traccia, in questa compostezza linguistica, del linguaggio disarticolato e frammentario con cui si esprimeva abitualmente. Le sue conoscenze bibliche, per quanto limitate, erano precise e mostravano l'intuizione della paradossalità del problema del male, che da secoli affanna ogni teodicea, e la percezione della contraddizione tra il monoteismo assoluto e dispotico dello Jahvé vetero testamentario e la mitezza di Cristo, incarnazione del Dio amore. Anche il tono della voce, la partecipazione emotiva erano del tutto mutati, tanto che le si accendevano le guance nell'accalorarsi del discorso e nel fervore dell'astio contro una religione da lei definita falsa teoricamente, perché piena di contraddizioni risolte solo da asserzioni dogmatiche, ed eticamente perché il messaggio d'amore si traduceva, nel comportamento dei credenti, nel bieco rispetto di consuetudini rituali e nell'esibizione di una carità "cristiana" ben poco caritatevole verso qualsiasi manifestazione di diversità, ivi comprese quelle dei figli.

Dal piano teologico la sua offensiva scivolò via via in un attacco violento ai costumi e alle opinioni dei suoi famigliari, la madre e la nonna materna, nella fattispecie; a quel punto il suo linguaggio ritornò ad incepparsi, a farsi ripetitivo ed esitante nonostante il tono si mantenesse acceso ma perché avvenne qualcosa. Qualcosa passò da me a lei, prima ancora che verbalmente, attraverso la comunicazione della mimica del mio volto, forse il mio stupore progressivo, forse l'idea che si faceva sempre più nitida in me che le sue aggressioni teologiche fossero l'esplicitazione dell'odio parentale. Verbalmente mi limitai soltanto a farle osservare come i suoi toni si fossero fatti incandescenti, e come rivelassero un coinvolgimento emotivo spropositato rispetto ad una questione meramente dottrinale. Di Satana non si era ancora parlato.

Riproduco la scena del nostro terzo incontro con una narrazione minuziosa e circostanziata, quasi da pièce teatrale, per render conto del continuo sovrapporsi di più piani in questa relazione duale problematica, avviata su una domanda poco filosofica ma su una precisa richiesta di aiuto;

complicata dalla fragilità affettiva della ragazza e non sufficientemente garantita dal contratto iniziale, troppo effimero e sempre intaccato dall'irrompere di emozioni primarie nel racconto: la rabbia, la vergogna, il dolore dell'abbandono parentale, la conseguente ricerca di grandiosa perfezione.

Sara stessa mi aiutò a consolidare il contratto, richiedendomi di volta in volta testi di supporto; così, seguendo i suoi gusti e le istanze che veniva precisando nel tempo, cominciammo insieme un percorso di letture scandito per temi: una ricerca sul matriarcato e sulla genesi storico/sociale dell'oppressione femminile e della svalutazione intellettuale della donna; un'esplorazione della nozione di inconscio personale e collettivo e della complessa dinamica dell'Io nella teorizzazione di Jung, che vagamente conosceva; l'approccio alla complessa simbologia del bene e del male nella rappresentazione del *Paradiso perduto* di Milton; ed infine l'approdo alla *Gaia scienza* di Nietzsche che lesse da sola, chiedendomi soltanto aiuto per la decifrazione degli aforismi più ostici.

I nostri colloqui vertevano su questi temi e venni via via scoprendo quanto per lei fosse intollerabile l'immagine introiettata, per formazione familiare e per cultura sociale dominante, di un femminile depresso e svalutato; l'identificazione dell'Io unicamente nella Persona, per usare il lessico junghiano, che lo esaurisce nell'insieme dei comportamenti canonici, degli atteggiamenti collettivi, dei preconcetti e delle norme impersonali, senza alcuna integrazione dell'Ombra; l'appiattimento di una società *rammollita*, così come Nietzsche la descrive nell'aforisma 23 della *Gaia Scienza* :

“ *Gli indizi della corruzione*:... a una società, in cui la corruzione prende campo, si rivolge l'accusa di *rammollimento*; ed evidentemente viene meno in essa l'apprezzamento della guerra e il piacere della guerra, e le comodità della vita vengono ora perseguite con tanto fervore quale si aveva una volta per gli onori guerreschi e ginnici. (...) Sono proprio queste le epoche di “rammollimento”, quando la tragedia corre per case e vicoli, quando si generano il grande amore e il grande odio e la fiamma della conoscenza tutta avvampando si drizza in cielo...”<sup>10</sup>

Le parole di Nietzsche mostrano, ben più efficacemente di quanto non saprebbero farlo le mie, l'orizzonte assiologico di Sara.

Nel frattempo, frequentando una mailing list sul sito citato, la mia giovane *cliente* scopriva che la religione di Satana aveva tra i suoi adepti maschi individui adulti sessualmente frustrati, che farneticavano *chattando* sull'idealità medievale di un ritorno della donna ai ruoli ancestrali di madre o angelo del focolare. I suoi interventi in forum spesso venivano attaccati perché mostravano la presunzione di un femminile emancipato.

Un lieve dissesto tra noi ebbe luogo prima dell'estate, quando Sara espresse il desiderio di porre fine ai colloqui perché io “la facevo sentire stupida”. Ed allora compresi che, nell'ansia di trovare un

---

<sup>10</sup> F. Nietzsche, *La gaia scienza*, Adelphi, Milano 1979, pp. 56/57

ruolo in una relazione deontologicamente poco definita, ero stata troppo direttiva e troppo professorale.

A settembre, dopo questo esodo, non avevo alcuna certezza di ritrovarla: quando riapparve tutto in lei sembrava mutato. Non so bene che cosa fosse scattato: forse il percorso fatto insieme, forse una maturazione personale, conquistata attraverso i numerosi conflitti con i genitori, avevano dissolto il suo satanismo e le sue paure di follia.

Aveva capito - questo il suo racconto - che la paura di essere folle era determinata dal suo essere fortemente repressa, irretita nell'eredità del padre e della madre, anch'essi repressi perché prigionieri di un involucro insopportabile ma intaccabile. Riconosceva che l'istanza di separazione e di definizione della propria diversità l'avevano spinta ad entrare in un universo dogmatico tanto quanto quello dei suoi, solo cupamente trasgressivo: guardando a ritroso il suo credo satanico sorrideva di sé come di una bambina incompetente ed immatura. L'unica fascinazione macabra persistente era l'idealizzazione dei vampiri, in quanto esseri immortali esteticamente perfetti ed interiormente divorati dalla necessità di dover divorare e succhiare sangue per perpetuare la loro esistenza.

Poiché le mie competenze filosofiche non mi davano alcun sostegno in questa delicata fase del percorso, ricorsi a conoscenze antiche, frutto di anni di scuola di recitazione e di lavoro in teatro, ad un sapere del cuore sedimentato attraverso un'esperienza che, nella mia giovinezza, mi aveva consentito di mettere in scena parti di me, senza farmi fagocitare da esse nella quotidianità del loro incombere. Ma questo sapere sepolto è magicamente riaffiorato di fronte al mondo conturbante di Sara grazie ad un vissuto recente, le lezioni magistrali di un'amica, regista di teatro, con la quale collaboro sporadicamente per la stesura di partiture, che sa evocare sempre in me la potenza catartica della drammatizzazione.

L'unico supporto filosofico a cui sono ricorsa è stata la pratica dell'empatia, secondo le traiettorie designate da Edith Stein:

“ ... l'atto di empatia costruisce l'esperienza ontologica dell'alterità e ci costituisce, dunque, come soggetti dipendenti dalla struttura relazionale dell'essere; (...) l'empatia è necessaria perché le relazioni si aprano alla trasformazione di chi vi è implicata/o e, dunque, perché la realtà stessa si apra alla trasformazione, al cambiamento. Allora, essere capaci di empatia si può tradurre in una pratica che metta in grado di contenere il senso vivo della presenza di un legame reversibile tra interno e esterno, un legame che è qualificato dal suo essere costituito da vissuti in cui i sentimenti e le intuizioni tornano a giocare strettamente con i passaggi dei vissuti alla coscienza”<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> A. Buttarelli, *C'è una pratica dell'empatia?*, in AA.VV. , *Amore ed empatia*, Franco Angeli, Milano

Nel mio vissuto con Sara, l'esperienza ontologica dell'alterità, la dipendenza dalla struttura relazionale dell'essere e la necessità di una pratica atta a contenere il senso vivo del legame tra interno ed esterno è un fatto, un dato.

Con il “senso vivo del legame tra interno ed esterno” mi trovai a cimentarmi di settimana in settimana, soprattutto da quando apparve, dentro di lei, una bambina bionda e vestita di nero, piagnucolante e mendica ma rabbiosa e ghignante di fronte ad ogni tentativo di addomesticamento da parte sua.

Quest'ultima immagine era una figura insorgente che la impauriva: di fronte alla bambina interna ho avvertito tutti i limiti del mio ruolo di counselor in contesto. Conosco dal vivo della mia esperienza esistenziale le bambine mendicanti, la loro potenza devastante, il loro assillo e so, grazie all'esperienza analitica vissuta, chi sono e come possono essere raccolte.

A seguito di quest'esperienza, che riproduco come un effetto di sfondo, credo che la filosofia, per questi nuovi adolescenti del III millennio, stretti tra la necessità di sentirsi liberi - per educazione mediatica- e l'ignoranza totale dei limiti, consista in un lavoro di radicamento, che sempre passa attraverso la decostruzione delle ovvietà acquisite e la scoperta di possedere un sentire proprio che allora resta zavorra

Il lavoro con Sara, citato come esemplificazione, mostra che una relazione d'aiuto con i nuovi adolescenti (ma forse anche con gli adulti del terzo millennio) è possibile solo se si è capaci dell'addestramento continuo a mantenere sempre viva l'attenzione sottile ai mutamenti interiori repentini, alle emozioni superficiali che spesso sono segnali d'allarme o dispositivi di ricognizione di ciò che sta maturando o modificandosi in noi.

In quest'ottica il lavoro di counseling è, a mio avviso, soprattutto un lavoro su di sé, cioè sapere e sentire che cosa si può e si vuole sperimentare di se stessi nell'avventura di una relazione ed avere la competenza di distinguere se le energie dell'altro/altra sono ancora disponibili o già bloccate da un'incombente patologia.

Il filo rosso o la trama sottile che regge il mio racconto consiste nel “rendersi conto dell'esistenza di un'altra coscienza con la quale veniamo in contatto, non discorsivamente ma attraverso i vissuti”<sup>12</sup>

Con gli adolescenti i contratti sono sempre evasivi, perché a quell'età non si contratta, si confligge. Ma non tutti gli adolescenti sono malati, disturbati, quasi tutti però, come gli adulti che li circondano, sono senza parole per dirsi per riconoscersi per amarsi ed hanno bisogno di aiuto per trovare la chiave d'ingresso al proprio mondo interiore di cui non sanno pressoché nulla. Per questo penso che la filosofia sia per loro un aiuto efficace.

---

<sup>12</sup> Ivi, p.29

## **Bibliografia**

- Benasayag, M. Schmit G., *L'epoca delle passioni tristi*, Feltrinelli, Milano 2004
- Berto G., *Freud Heidegger, lo spaesamento*, Bompiani, Milano 2002,
- Bollas G., *L'ombra dell'oggetto. Psicoanalisi del conosciuto non pensato*, Borla, Milano 1989
- Buttarelli A., *C'è una pratica dell'empatia?*, in AA.VV. , *Amore ed empatia*, Franco Angeli, Milano 2003
- De Monticelli R., *L'ordine del cuore*, Garzanti, Milano 2003
- De Monticelli R., *L'allegria della mente*, Bruno Mondatori, 2004
- Gaburri E., Ambrosiano L., *Ululare con i lupi, conformismo e rêverie*, Bollati Boringhieri, Torino 2003
- Heidegger M., *Introduzione alla metafisica*, Mursia, Milano 1986
- Husserl E., *Meditazioni cartesiane*, Bompiani, Milano 2002
- Nietzsche F. *La gaia scienza*, Adelphi Milano, 1979
- Nussbaum M. C., *L'intelligenza delle emozioni*, Il Mulino, Bologna 2004
- Stein E., *L'empatia*, Franco Angeli, 2002

# **Non solo terapie**

## **- Un approccio filosofico alla tossicodipendenza -**

Maddalena Bisollo

«Dov'è che ci muoviamo noi? Via da tutti i soli? Non è il nostro un eterno precipitare? E all'indietro, di fianco, in avanti, da tutti i lati? Esiste ancora un alto e un basso? Non stiamo forse vagando come attraverso un infinito nulla?».

- F. Nietzsche, *Die fröhliche Wissenschaft* (1881), tr.it. *La gaia scienza*, Milano, Adelphi, 1965.

### **Riassunto**

Che ci fa un consulente filosofico in una comunità terapeutica per il recupero di tossicodipendenti? Quali sono le possibilità e i limiti del suo intervento? È davvero possibile (o auspicabile) fare filosofia con i “tossici”? Le pagine che seguono sono il mio tentativo di dare una risposta a queste domande: senza la pretesa di fornire un quadro definitivo della pratica filosofica nell'ambito delle dipendenze, semplicemente nell'intenzione d'indicare una strada possibile.

### **Parole Chiave**

Consulenza Filosofica, Tossicodipendenza, Psicoterapia, Senso e significato.

### **Premessa**

Da più parti la consulenza filosofica viene presentata come una “terapia per i sani”, una forma di cura tutta particolare che non ha a che fare con sintomi e patologie, ma con dilemmi e angosce di carattere *esistenziale*. Tutti noi possiamo cadere in momenti di disperazione, di dubbio, di spaesamento, senza dover per questo esser definiti “malati”. Tutti noi anche se perfettamente “sani”, ci potremmo trovare un giorno ad aver bisogno di un aiuto.

Così Gerd Achenbach, fondatore della *Philosophische Praxis*, descrive i potenziali clienti di un consulente filosofico come persone “in qualche modo rimaste ‘impigliate’; persone che sono

assillate da domande a cui non riescono a rispondere e di cui non riescono a liberarsi; persone che si affermano nella loro quotidianità, ma che allo stesso tempo non si sentono sufficientemente chiamate in causa, perché hanno l'impressione che la loro vita effettiva non corrisponda alle loro possibilità”<sup>1</sup>. Persone *sane*, insomma, che vivono nondimeno momenti difficili ed ansie di cui non sanno come venire a capo.

In un articolo apparso su “La Repubblica” e divenuto ormai celebre, U. Galimberti fa inoltre specificamente riferimento al problema del *sensò*, quale principale sintomo non patologico da cui ciascuno può essere affetto. L’approccio a questo problema – afferma il filosofo – non potrà essere psicoterapico, perché la ricerca di un senso non abbisogna di tecniche psicologiche o di farmaci per essere scalzato, ma semmai richiede un percorso di chiarificazione e di autoesame volto ad indagare il disagio e a comprenderlo intimamente, eventualmente accompagnati da un *partner* competente, come lo è il consulente filosofico. Anche per Galimberti infine “chi cerca una consulenza filosofica”, essendo “solo alla ricerca di un senso”, di fatto “non è malato”<sup>2</sup>.

Questo modo di presentare la consulenza filosofica, seppure corretto, vorrei però ora problematizzarlo in vista di una migliore comprensione delle pagine che seguiranno e che sono dedicate alla mia esperienza nell’ambito delle tossicodipendenze. Un’avventura filosofica con persone in cui la fragilità, il disorientamento, la mancanza di un senso non sono più sani, nemmeno malati ma sono stati, per l’appunto, “drogati”.<sup>3</sup>

Quali sono dunque i margini d’intervento di un consulente filosofico quando si rivolgono a lui clienti che hanno perso la direzione, che – per citare Nietzsche – non riconoscono più “un alto e un basso”, e che al tempo stesso fanno uso di droghe? Come porsi dinanzi a queste persone rimaste “impigliate”, come le chiama Achenbach, che per curare il loro disagio ad un certo punto si sono trovate ad impigliarsi ancor più tenacemente nella rete dell’abuso di stupefacenti ed infine della tossicodipendenza?

Si tratta di interrogativi che coinvolgono innanzitutto la stessa possibilità di instaurare una relazione di consulenza filosofica con il tossicodipendente. Può sorgere il dubbio, infatti, che laddove la coscienza sia resa ottusa dalla tossicità delle sostanze non sia possibile una reale comunicazione tra gli interlocutori né una riflessione attenta e critica sui propri problemi.

---

<sup>1</sup> G.B. Achenbach, *Philosophische Praxis*, Junger Dinter, 1987, tr.it. *La consulenza filosofica*, Milano, Apogeo, 2004.

<sup>2</sup> U. Galimberti, «La Repubblica», 15 dicembre 2004.

<sup>3</sup> La comunità terapeutica che ha gentilmente ospitato le mie iniziative, fa parte del Centro Italiano di Solidarietà (CeIS) *Don Lorenzo Milani* di Venezia Mestre, un’associazione di volontariato ONLUS che si è costituita nel 1985 e che fa parte della FICT – Federazione Italiana delle Comunità Terapeutiche.

In questo caso sarà bene sfatare subito i luoghi comuni, che intendono il tossico come una persona tanto assorbita dalla sostanza da essere deprivata di ogni volontà o capacità riflessiva: non solo infatti nel caso dei tossicodipendenti già in fase di disintossicazione e di recupero, ma anche per coloro che stiano attraversando il momento più buio della tossicodipendenza – la cosiddetta fase di *pre-contemplazione* –, in cui ancora non riconoscono il problema e pensano di avere ancora tutto sotto controllo, mentre invece i loro atti sono tutti incanalati nella ricerca ossessiva della sostanza, perfino qui, attesta ad esempio F. Folgheraiter “si riscontrano chiare evidenze di intenzionalità e sforzo consapevole”<sup>4</sup>. Folgheraiter scrive un interessante libro sulla tossicodipendenza a partire da una serie di interviste agli stessi protagonisti, i tossici appunto, attraverso le quali matura la convinzione che questi elaborino pensieri del tutto degni d’essere presi sul serio e che addirittura esprimerebbero teorie sulla tossicodipendenza più articolate e complesse di quelle contenute in qualsiasi manuale di psicologia o di medicina. Folgheraiter titola significativamente il suo libro *Tossicodipendenti riflessivi*: un ossimoro per molti, la realtà per chi abbia saputo realmente porsi in ascolto ed instaurare con loro un vero dialogo.

In generale, la coscienza tossica non è affatto incapace di pensare: essa, ci dice lo psicopatologo Gilberto Di Petta, si trova più spesso in uno stato *chiaroscurale o crepuscolare*<sup>5</sup>, in cui i contorni di cose ed eventi sono colti in maniera essenziale, resi meno complessi e “rilevanti” dall’effetto della sostanza. Il che evidentemente non significa che non si possa iniziare insieme un percorso intenso e fruttuoso di riflessione in merito ai propri problemi e alle proprie sofferenze. Ciò diviene piuttosto quanto mai *urgente*: per far sì che il crepuscolo pieghi più alla luce del giorno che al buio – a maggior ragione in “soggetti che attaccano e staccano la spina coscienziale ogni giorno, più volte al

---

<sup>4</sup> F. Folgheraiter, *Tossicodipendenti riflessivi. La teoria relazionale del recovery narrata dai protagonisti*, Trento, Erickson, 2004, p. 169.

<sup>5</sup> G. Di Petta, *Gruppoanalisi dell’esserci. Tossicomania e terapia delle emozioni condivise*, Milano, Franco Angeli, 2006, p. 88. Inoltre: “Per coscienza crepuscolare (*Daemmerzustand-Daemmerung-zustand*) si intende, classicamente (Jaspers, Mueller, Scarfetter), una condizione in cui il campo di coscienza del soggetto è ristretto, ovvero è coartato attorno a pochi o, addirittura, ad un solo contenuto. Non c’è, in altri termini, una vera e propria diminuzione della vigilanza, tanto è che il soggetto è in grado di compiere perfettamente movimenti orientati e finalizzati nello spazio (stato crepuscolare “orientato” o a coscienza lucida). Il campo della coscienza, inoltre, può nuovamente dilatarsi o allargarsi in concomitanza o in occasione di fattori improvvisi subentranti e allarmanti. Il termine crepuscolo, come è evidente, si riferisce ad un determinato momento della giornata, cioè il passaggio tra la luce e l’ombra. Purtroppo nella lingua italiana il crepuscolo è, univocamente, il tramonto. Nella lingua tedesca il termine *Daemmerung* è, propriamente, il chiaroscuro, ovvero l’istante della transizione tra la luce e l’ombra e viceversa, cioè dalla luce all’ombra nel caso del tramonto ma dall’ombra alla luce nel caso dell’aurora. Tanto è che, *Daemmerung* se accompagnato al sostantivo *Morgen*, che significa mattino, caratterizza l’aurora, ovvero il passaggio dall’ombra alla luce”. G. Di Petta, *Coscienza ed “erlebnis”*. *Fenomenologia psicopatologia e clinica dell’esperienza psicotica “statu nascendi”*, rivista telematica “Psychomedia”, sito web [www.psychomedia.it](http://www.psychomedia.it), area: *psicopatologia*, sezione: *modelli e ricerca in psichiatria*.

giorno, per diversi anni”<sup>6</sup> – è necessario disporsi a riprendere possesso della propria coscienza, per tornare a confidare nella propria ragione ed iniziare a fare chiarezza nel proprio sguardo su noi stessi e su quanto ci circonda.

Il consulente filosofico, allora, - in quanto “esperto in visioni del mondo” (secondo la nota definizione di Lahav), nella chiarificazione dei dubbi (Achenbach) e nel reperimento di un senso (Galimberti) - ha titolo, eccome, di portare la propria professionalità nell’ambito della tossicodipendenza: l’assillo dei dubbi e delle domande e la ricerca di un significato per la propria vita, per quanto “drogati”, non sono meno, semmai *più* bisognosi di questo tipo di sostegno.

A questo punto la risposta agli interrogativi che abbiamo proposti inizialmente è però solamente parziale. Non ci siamo chiesti infatti soltanto se sia o meno realizzabile un intervento filosofico con i tossicodipendenti *simpliciter*: insieme abbiamo domandato anche la modalità di questo intervento. Una volta riconosciuto che è possibile riflettere insieme e comunicare e che dunque non c’è ragione per cui il consulente filosofico debba declinare il proprio intervento, dovremo però ancora definire *in che modo* questo intervento stesso possa svolgersi. Cercherò allora di definire pochi elementi, in via del tutto preliminare.

Per prima cosa è necessario che l’intenzione di iniziare insieme un percorso di consulenza filosofica sia richiesto esplicitamente dal tossicodipendente: anche all’interno di strutture sanitarie in cui tutto tende a stabilizzarsi in “regola”, gli appuntamenti filosofici devono rappresentare assolutamente una libera scelta dell’utenza. Nessuno può sostituirsi al singolo quando si tratti di decidere se incominciare o meno un percorso di riflessione e di analisi del vissuto, tanto più difficile e doloroso quando si sia “presi” nella rete della sostanza.

In secondo luogo, il consulente filosofico nel suo rapporto con il tossicodipendente non avrà di mira la *dipendenza* come tale, né ricercherà clinicamente la guarigione. Egli invece dovrà disporsi ad indagare insieme al suo ospite quel terreno al di qua della *tossicodipendenza*, che ancora rimane in gran parte non esaminato anche quando si sia provveduto alla disintossicazione farmacologica o alla rieducazione comunitaria. Il che non significa dimenticare o “aggirare” il problema, bensì incontrarlo entro una peculiare prospettiva.

Si tratta insomma di adottare un atteggiamento filosofico a 360°, capace di:

1) riconoscere la profonda *radice* esistenziale, ma soprattutto *culturale* del fenomeno generale del consumo e dell’abuso di sostanze stupefacenti, dilagante nella nostra società: al di qua della dipendenza, in questo caso, dovremo essere consapevoli del disorientamento – nel quale siamo tutti coinvolti – provocato dall’aver a che fare con un mondo che ha esso per primo “perso la

---

<sup>6</sup> G. Di Petta, *Gruppoanalisi dell’esserc*, cit., p. 88.

direzione” e in cui non si rintracciano più punti di riferimento stabili che possano fornire un sicuro tracciato alle nostre identità;

2) prestare ascolto alle parole del tossicodipendente, nella ricchezza e nell’imprevedibilità del rapporto *vis-à-vis*: anche qui senza concentrare tutta la nostra attenzione sul problema della dipendenza, senza cercare di “trattarla” in qualche modo o di avere come fine di scalzarla, di “guarirla”. Certo, il fatto della dipendenza è centrale nell’esperienza del consultante e quindi non va messa da un lato e non considerata: piuttosto dovrà essere compresa ed indagata prestando in primo luogo attenzione alla *visione del mondo* del tossicodipendente, entro la quale il disagio è nato e si è via via radicato ed entro la quale proprio il rapporto con la sostanza ha progressivamente assunto un ruolo dominante, pressoché esclusivo, per cui infine essa è divenuta l’unico oggetto capace di dare un autentico appagamento nella vita;

3) di rendere infine la propria pratica filosofica quanto mai *sensibile*, in maniera tale che si realizzi pienamente come quel discorso innamorato che solo può definirsi *filo-sofico*. Non si dovrà avere fretta, rispettando i ritmi dell’interlocutore; bisognerà imparare a “lasciar risuonare zone del campo di coscienza libere dalla sostanza”<sup>7</sup>; occorrerà saper ascoltare per imparare a comprendere; sarà necessario pazientare che i pensieri e le riflessioni vengano integrate pian piano all’esistenza, spesso dolorosamente.

Le pagine a seguire approfondiranno un poco queste brevi indicazioni. Con la consapevolezza di non poter certo esaurire in questa sede un tema ampio e ancora tutto da esplorare come quello della pratica filosofica nell’ambito delle dipendenze, solo con il tentativo di indicare una via possibile.

## DOVE SI NASCONDE L’INFELICITÀ

Nonostante la medicalizzazione – che oggi detiene il monopolio sulle pratiche di “cura” – vada proprio in questa direzione, da più parti viene ormai l’amaro riconoscimento che al disagio della nostra civiltà non sia possibile rispondere attraverso una risposta meramente tecnica. Non è possibile infatti pensare di risanare tecnicamente quella frattura profonda che separa il nostro tempo dalla modernità, e di cui ci parla ad esempio Benasayag: la speranza ferita in un futuro migliore, in “una sorta di messianismo scientifico che assicurava un domani luminoso e felice, come una Terra

---

<sup>7</sup> Ivi., nota al testo p.88.

promessa”<sup>8</sup>. Il nostro sguardo sul mondo è radicalmente cambiato, facendosi timoroso e diffidente; né su di esso spira più alcun vento di finalità.

Da Dio una volta gli uomini hanno ascoltato un messaggio e raccolto uno sprone di potere e di dominio sulla terra:

“Prolificate e moltiplicatevi, riempite la terra e *sottomettetela* e *abbiate potere* sui pesci del mare e sui volatili del cielo, e su tutti gli animali che strisciano sulla terra”.<sup>9</sup>

Il mezzo migliore e più soddisfacente per realizzare la Parola è stato riconosciuto ben presto nello sviluppo dell’attività scientifica, indirizzata al controllo della natura attraverso l’uso della ragione matematica. Come ci ricorda U. Galimberti, «quando Bacone legge nel *Genesi* che Dio, dopo aver creato l’uomo, gli ha affidato il dominio di tutte le creature, scorge in questo evento lo scopo della nuova scienza...In questo senso Bacone può pensare la sua riforma scientifica nel solco della redenzione cristiana, e i risultati della scienza come rimedi agli effetti negativi del peccato originale».<sup>10</sup> Si tratterà d’ora in avanti di assicurare agli uomini un sapere globale, capace di svelare le leggi del reale e della natura per poterli dominare.

Ma nulla di tutto questo si è realizzato, né lo sviluppo dei saperi ci ha consegnato un universo di conoscenze deterministiche ed onnipotenti, tali da consentirci una solida presa sul mondo e sul nostro avvenire. La scienza ha dimostrato di non essere in grado di mantenere la sua promessa e di condurci alla realizzazione di un mondo edenico, ed ora pare che il progresso scientifico abbia perso la direzione, che sia pura alternanza di ricerca e scoperta senza più la luce di un Senso.

Il mondo in cui viviamo è in effetti un mondo privo di ideali e di fini, del tipo di quelli che un tempo costituivano il motore della storia; è un mondo in cui c’è spazio in realtà soltanto per i *mezzi*, e in cui la dimensione teleologica è, semplicemente, svaporata.

Ogni prodotto ed ogni mezzo produttivo hanno in vista soltanto la propria maggiorazione quantitativa e qualitativa: essi vanno a costituire un universo *afinalistico* – l’apparato tecnico –, il cui unico scopo è quello del proprio incremento indefinito. Uno scopo che consegna irrimediabilmente tutti gli scopi, la dimensione intera della finalità, al subordine nei confronti dell’orizzonte strumentale. Nessun fine, nessun ideale, nessuna ideologia in un mondo siffatto, possono competere con l’*ideologia della tecnica*, per la quale non più si producono mezzi in vista di

---

<sup>8</sup> M. Benasayag e G. Schmit, *Les passions tristes. Souffrance psychique et crise sociale*, Paris, La Découverte, 2003, tr.it. *L’epoca delle passioni tristi*, Milano, Feltrinelli – ed. Universale Economica 2005.

<sup>9</sup> *Genesi* I, 27-28.

<sup>10</sup> U. Galimberti, *Psiche e techne. L’uomo nell’età della tecnica*, Milano, Feltrinelli, 1999, pp.289-290.

un determinato fine, bensì si producono e potenziano i mezzi per la realizzazione di tutti i fini, indistintamente: l'autoincremento dell'apparato è fine a se stesso, è sviluppo incondizionato della *potenza di fare*, senza che alcuna meta esogena intervenga a conferire a questo "fare" una specifica direzione.

«Qualunque possa essere il fine assegnato dall'esterno all'Apparato, quest'ultimo possiede *di per se stesso* un fine supremo: quello di riprodursi e di accrescere indefinitamente la propria capacità di realizzare fini».<sup>11</sup>

La civiltà occidentale si esprime, è vero, in una molteplicità di forme ideologiche – la Chiesa, lo Stato, il sistema capitalistico<sup>12</sup> –, ma gli scopi di ognuna di tali forme sono già da sempre subordinati a quell'unico scopo che è il sempre maggiore potenziamento dei mezzi. Ogni forma ideologica per sopravvivere deve necessariamente venire a patti con il sistema e i suoi scopi andranno sempre sacrificati ad esso e al suo sempre più ampio dispiegamento.

L'atmosfera emotiva entro la quale conduciamo quotidianamente la nostra esistenza è rivelatrice della nostra scarsa presa sul mondo. Tant'è vero che se non sempre ci soffermiamo a riflettere lucidamente sulla perdita della dimensione teleologica nella nostra società, tuttavia intimamente la "sentiamo": così oggi soprattutto si sente parlare di un sempre più diffuso «sentimento d'insensatezza».<sup>13</sup>

Tale sentimento lo interpretiamo per lo più come impedimento a prestare il massimo dell'efficienza, come "male di vivere" che ci rende fragili e dis-adattati. Così andiamo in cerca di cure che lo sopprimano e facciamo infine quanto Freud prevedeva: in un mondo che manca di felicità, ci accontentiamo di evitare l'infelicità<sup>14</sup>. Elaboriamo a questo scopo un gran numero di rimedi: soprattutto soluzioni (psico)farmacologiche – che riducono la questione dell'infelicità ad un

---

<sup>11</sup> E. Severino, *La tendenza fondamentale del nostro tempo*, Milano, Adelphi, 1988, p.41.

<sup>12</sup> Secondo la tesi di E. Severino, nemmeno l'ideale del *profitto*, che è alla base del sistema capitalistico, può competere con il fine ultimo dell'autoincremento dell'apparato: «L'apparato scientifico-tecnologico, che oggi si incarna nel capitalismo, si dissocerà, come ha già fatto col socialismo reale, dai residui ideologici che nel capitalismo, minacciando la base naturale della tecnica, minacciano la sopravvivenza stessa dell'uomo – giacché è ormai alla tecnica che è affidata la vita dell'uomo sulla Terra. Il capitalismo tramonta, perché è costretto, prendendo coscienza del proprio carattere autodistruttivo, a darsi un fine diverso dal profitto, cioè la salvaguardia della base naturale della produzione economica, e la salvaguardia della tecnica». *Il declino del capitalismo*, Milano, Rizzoli, 1993, p.50.

<sup>13</sup> G. Anders, *Die Antiquiertheit des Menschen Band II. Über die Zertörung des Lebens im Zeitalter der dritten industriellen Revolution*, München Nachdruck der 4, Verlag C.H. Beck, 1980; tr.it., *L'uomo è antiquato II. Sulla distruzione della vita nell'epoca della terza rivoluzione industriale*, Torino, Bollati Boringhieri, 1992, p.339.

<sup>14</sup> S. Freud, *Il disagio della civiltà*, Torino, Bollati Boringhieri, 1971.

disordine molecolare –, strategie psicologiche – che sappiano renderci efficacemente e in fretta di nuovo congrui al sistema –, talvolta ci affidiamo anche alle pillole di saggezza di qualche guru o ci rifugiamo nella religione, come se queste – la saggezza e la religione – fossero esse stesse dei farmaci anziché espressioni di una sincera disposizione interiore alla Verità.

Cerchiamo affannosamente il giusto rimedio per un disdicevole sentimento e perdiamo di vista quanto già G. Anders affermava: che cioè «il sentimento della “insensatezza della vita” non è un sintomo patologico, che ha bisogno di essere curato, bensì un sentimento pienamente giustificato nei confronti del fatto dell’insensatezza, un segno di disposizione ancora integra alla verità, per non dire addirittura *un sintomo di salute*».<sup>15</sup>

In un universo di strumenti in cui ogni finalità è decaduta ed ogni ideale è soffocato, evidentemente chi sente la mancanza di senso non è un malato. Conviene riconoscere che oggi *si curano i sani*: cerchiamo di ottundere il sentire affinché esso non macchi la ragione, affinché non ne minacci il “pulito” uso strumentale. E così chiudiamo gli occhi dinanzi al fatto che il sistema di cui facciamo parte e a cui incessantemente collaboriamo si fonda sul nulla-di-senso, depriva del suo senso la stessa ricerca di senso, c’impone l’assoluta rinuncia ad ogni richiesta di giustificazione.

## PSY E PHI

Il counseling filosofico come strumento alternativo di “cura” del malessere esistenziale è nato sotto una doppia spinta: da un lato l’esigenza insita nel mondo filosofico di tornare a fare della filosofia una pratica e un rapporto diretto con l’individuo e con i suoi concreti bisogni, dall’altro lato l’insoddisfazione sempre più diffusa presso gli psicoterapeuti, circa le armi a loro disposizione per venire incontro agli uomini del proprio tempo.

Già Jung, nei primi anni ‘30 del secolo scorso, constatava il dramma dell’uomo moderno nel diretto rapporto con i pazienti, i quali giungevano da lui da tutti i paesi d’Europa:

«[Gli uomini moderni] tutti indistintamente sentono che le nostre verità religiose si sono in qualche modo svuotate. O non riescono a trovare un accordo tra scienza e fede, o le verità cristiane hanno perduto la loro autorità e la loro giustificazione psicologica».<sup>16</sup>

---

<sup>15</sup> Ivi, p.343.

<sup>16</sup> C.J. Jung, *Die Beziehungen der Psychotherapie zur Seelsorge*, Zurigo, Rascher, 1932; tr.it. *I rapporti della psicoterapia con la cura d’anime*, in *Opere*, vol. 11, Torino, Bollati Boringhieri, 1979, ristampa 2004, p.319.

Lo svuotamento delle verità tradizionali determina, secondo Jung, una «grande mancanza di equilibrio», uno stato di dubbio e di tormento, tale che vengono a bussare allo studio dello psicanalista persone per nulla affette da nevrosi, ma che semplicemente non trovano più un significato alla propria esistenza o che si tormentano con problemi cui la religione ha oramai cessato di dare risposta.<sup>17</sup>

I pazienti si rivolgono allo psicanalista in cerca della «formula magica»<sup>18</sup> che metta fine al loro senso di smarrimento, e lo psicanalista, che non è un mago, né evidentemente possiede alcuna Verità da elargire come cura, risponde con i suoi mezzi disponendosi ad «accompagnare il paziente lungo la via della malattia».

Lo psicanalista è però in imbarazzo. La psicanalisi, che si definisce come «una tecnica psicologica che ha lo scopo di mettere a nudo i contenuti dell'inconscio e d'integrarli alla coscienza»<sup>19</sup>, di fronte a problemi di carattere spirituale ed etico, ammette Jung, non ha risposte da offrire:

«Non si può negare che viviamo in un'epoca estremamente irrequieta e confusa, nervosa e disorientata nel modo di vedere la vita...Non trascurabile è il numero di coloro che mi hanno consultato non perché soffrivano di nevrosi, ma perché non trovavano un significato alla propria vita, o perché si tormentavano con problemi ai quali la nostra filosofia o la nostra religione non danno risposta...A questi dovetti presto spiegare (e con ciò veniamo ai fatti concreti) che a quei problemi neppure io so rispondere».<sup>20</sup>

E ancora, a proposito dei dilemmi etici, della scelta cioè tra “bene” e “male”:

«Il medico può trattare il problema (delle pulsioni inconse) sulla base del materialismo scientifico con discrezione di medico, cioè può considerare l'etica del suo paziente come una cosa che va oltre la propria competenza e può ritirarsi tranquillamente dietro le solite parole “Veda lei come se la può cavare da solo”».<sup>21</sup>

---

<sup>17</sup> Ivi, p.318.

<sup>18</sup> Ibidem.

<sup>19</sup> Ivi, 331.

<sup>20</sup> Ivi, p.318.

<sup>21</sup> C.G. Jung, *Psicoanalisi e direzione spirituale* in *Opere*, vol.11, cit., pp. 333-334.

Di fronte ai dilemmi etici ed esistenziali il medico si limiterà ad occuparsi della malattia, dei suoi sintomi e dei meccanismi inconsci che ne sono alla base.

Certo è che se la psicanalisi, pur riconoscendo la debolezza delle religioni nel far fronte all'urgenza spirituale dell'uomo moderno, ugualmente rinuncia a fornire una soluzione a questo smarrimento esistenziale, per proporsi invece come cura scientificamente fondata della malattia, al di là del problema della verità e della fede, così come del problema del bene e del male, allora rimane insoluto il disagio che l'uomo avverte nell'età della tecnica e dei mutamenti repentini, della crisi della morale e dei valori tradizionali. Il bisogno di mettere ordine tra le proprie domande, di sanare la lacerazione provocata dal dubbio e di recuperare la sicurezza perduta con lo svuotamento stesso delle verità e dei valori promossi dalla religione, sembra non poter trovare così adeguata risposta.

Per avvicinarci ai giorni d'oggi, citerò l'affermazione del logoterapeuta Pietro Giordano, già utilizzata da Luca Nave in una bella analisi della situazione vissuta ultimamente dalla psicoterapia.<sup>22</sup>

«I nuovi pazienti, quelli che negli ultimi anni chiedono aiuto allo psicoterapeuta, non sono frequentemente classificabili all'interno delle nevrosi classiche; essi denunciano al loro interno uno stato di disagio esistenziale che talvolta perviene a una crisi totale, ad una sensazione permanente di vuoto, di solitudine e di angoscia: si chiedono ripetutamente: chi sono? da dove vengo? verso dove sto andando? e che **senso** ha la mia vita?»

Lo smarrimento che Jung leggeva nelle parole e nelle sofferenze dei suoi pazienti si è trasformato in una "situazione permanente" e ha prodotto una "crisi totale": i pazienti sono sempre meno classificabili come dei nevrotici e sempre più appaiono come degli *ammalati di senso*.

Pietro Giordano esprime qui una preoccupazione comune oggi a molti psicoterapeuti, i quali spesso si rendono conto di non disporre degli strumenti adeguati ad affrontare e risolvere, all'interno di un *setting* terapeutico, le questioni di fronte alle quali li pongono i loro nuovi pazienti. Una preoccupazione che prelude ad una nuova *apertura*: sempre più diffusa, in effetti, nel mondo della psicoterapia, è la convinzione che sia necessario superare lo schematismo e il tecnicismo di alcune tendenze per adottare piuttosto un approccio sincretistico e multidisciplinare, sia integrando aspetti positivi provenienti da indirizzi psicoterapici diversi, sia guardando a diverse discipline e recuperando tra l'altro la fondamentale dimensione filosofica della pratica di cura.

Il counseling filosofico nasce così (anche) dall'impotenza della psicoterapia: che non è da intendersi come il misconoscimento delle categorie nosografiche, dei metodi e degli strumenti della psichiatria

---

<sup>22</sup> L. Nave, "Un filosofo in oncologia" in *Rivista Italiana di Counseling Filosofico*, anno 2, n.2, Torino, ottobre 2006.

scientifico e del DSM, le cui capacità di dare sollievo alle pesanti sofferenze che affliggono il soggetto psichicamente malato sono indubbie, ma soltanto come il riconoscimento che la problematica del senso non può essere affrontata adeguatamente dalla scienza, dalla tecnica o della clinica, essendo di stretta competenza della filosofia.

## IL TRATTAMENTO DELLA TOSSICODIPENDENZA

Ora, tra i luoghi in cui oggi sembra emergere maggiormente l'impotenza dei metodi psicologici e psichiatrici rigidamente clinico-scientifici e organicistici e in cui i "trattamenti" farmacologici sembrano proprio incapaci di condurre i pazienti ad uno stato di compiuta e stabile salute, ci sono a mio avviso i SerT e le comunità per il recupero di tossico e alcol-dipendenti: laddove si incontrano persone smarrite, nelle quali la sofferenza corrode l'anima e anche il corpo, persone che hanno cercato il rimedio alla propria infelicità nella tossicità delle sostanze, addormentando la coscienza, e che ora che cercano di risvegliarsi non sanno se poi ne valga davvero la pena, né intorno spesso trovano l'aiuto adeguato ad esplorare e comprendere le questioni esistenziali che così tenacemente le affliggono. Pare in effetti che il modello clinico si dimostri ad oggi incapace di contenere efficacemente il fenomeno della tossicodipendenza (nonché quello del consumo di stupefacenti, sempre più diffuso) e un marcato senso di sfiducia serpeggia, oltre che tra gli stessi tossicodipendenti e i loro familiari, anche tra gli operatori e gli psicologi che intervengono in loro sostegno.

Innegabilmente, vi sono molteplici e spesso intricati effetti correlati alla tossicodipendenza che conducono a ricadute sul piano medico anche devastanti: molti interventi sanitari si rendono perciò davvero indispensabili nel quadro complessivo della cura. Tuttavia, in generale, il tentativo di combattere la tossicodipendenza considerandola una "patologia" simile alle altre, altrettanto definibile e classificabile, sembra risolversi in un buco nell'acqua.

La cura attraverso la *disintossicazione farmacologica* ha scarso successo: il corpo, ripulito dalla sostanza nociva e liberato dalla dipendenza, lascia però l'anima ancora fragile al suo mondo e impreparata ad indagare questa fragilità. La *comunità terapeutica* – che pure rappresenta un'alternativa più efficace: essa scommette sull'uomo e non sull'organismo – tuttavia, quando crea intorno al tossicodipendente tutta una serie di cure amorevoli, di attenzioni e di regole diverse da quelle che lo aspettano fuori e sulla strada, ingenera una nuova forma di dipendenza assai difficile da sventare. Gli stessi operatori conoscono bene le difficoltà che gli utenti in fase di reinserimento lavorativo incontrano non appena ricominciano a frequentare la società, così come sanno che è altissima la percentuale di coloro che una volta usciti definitivamente dal contesto comunitario dopo

pochi mesi presentano la richiesta di riprendere il programma, a causa di una ricaduta o semplicemente perché non reggono il peso del mondo.

Così già qualcuno inizia a domandarsi se non sarebbe forse più opportuno *ascoltare* la tossicodipendenza, prima ancora d'iniziare a curarla.<sup>23</sup>

Ciò, a mio modo di vedere, non si ottiene se non facendo un passo *al di qua* del problema della *dipendenza*. Si tratta quindi di adottare – come abbiamo sostenuto in apertura – una disposizione filosofica indirizzata:

1) ad aprire bene gli occhi sulla profonda *radice culturale* del fenomeno dell'uso e dell'abuso di sostanze, dilaganti nella nostra società e

2) a prestare una diversa e più profonda attenzione alle parole con le quali i tossicodipendenti stessi esprimono il proprio disagio, poiché esse possono rivelarci la loro visione del mondo, ossia la rete peculiare di significati e di idee entro la quale il loro malessere è nato e pian piano si è radicato e nella cui cornice il rapporto con la sostanza ha poi assunto un ruolo dominante, pressoché esclusivo, per cui infine essa è divenuta l'unico oggetto in grado di dare appagamento.

Occorre in questo caso abbandonare la tentazione clinica di vedere in queste persone solamente la “malattia” e il problema, per recuperare un atteggiamento filosofico aperto a scoprire e promuovere piuttosto in loro la *risorsa*. Come vuole F. Folgheraiter «un utente può esser tale a pieno titolo, cioè avere i suoi problemi e anche grossi, e tuttavia nel contempo essere portatore di una riflessività “utile” (se si vuole restare in queste categorie funzionalistiche) o, meglio, profonda e istruttiva per chiunque abbia in animo di metter mano a quei problemi»<sup>24</sup> : l'utente quindi non può essere semplicemente “trattato umanamente”, attraverso la cura amorevole e l'attenzione per le sue inclinazioni e la sua sensibilità, ma deve essere anche ascoltato con attenzione e i suoi pensieri devono essere “presi sul serio”.

Né l'ascolto del fenomeno nel suo complesso né l'ascolto dei singoli protagonisti, possono darsi l'uno senza l'altro: nessun filosofo può penetrare a fondo nel fenomeno generale senza l'ascolto e la comprensione dei singoli; proprio come nessuno psicologo può pensare di comprendere efficacemente ciascun paziente se non si dispone a comprendere il fenomeno alla radice, prestando attenzione alla visione del mondo entro la quale il disagio originariamente s'inscrive.

---

<sup>23</sup> F. Folgheraiter, *Tossicodipendenti riflessivi. La teoria del recovery narrata dai protagonisti*, Trento, Erickson, 2004.

<sup>24</sup> Ivi, p. 143.

## LA RADICE CULTURALE DEL DISAGIO

Recentemente è U. Galimberti a sostenere che il fenomeno della tossicodipendenza non debba essere indagato solo sotto l'aspetto psicologico (o genetico) ma anche sotto l'aspetto culturale. Ne *L'ospite inquietante* egli si chiede che cosa nasconda l'abuso di droghe: che cosa ci spinge verso sostanze capaci di ottundere la coscienza e di distoglierci da ogni preoccupazione?

Al di qua del problema della tossicodipendenza, c'è il problema della difficoltà che i giovani (ma anche gli adulti) incontrano nel mondo di oggi: non si sentono sufficientemente chiamati in causa, avvertono profondamente la propria inadeguatezza alla richiesta di efficienza e di flessibilità del mondo che li circonda, disperano del futuro. Né la famiglia e la scuola sanno più essere per loro adeguati punti di riferimento. Incapaci di individuare un sereno tracciato lungo il quale costruire la propria identità o punti di riferimento stabili da erigere a norma del comportamento, ad un certo momento costoro preferiscono ricorrere – per dir così – alla *magia*: un colpo di bacchetta e la droga copre con un velo di effimero piacere ciò che non va. Nessuno del resto ha insegnato loro a fermarsi un momento, a non correre subito a zittire la sofferenza con l'uso di un *farmaco*, ad interrogarla e a interrogarsi. La droga diventa allora la cura totale, il rimedio che permette di non adattarsi, l'anestesia che ci esenta da qualsiasi preoccupazione. Salvo poi rovinarci la vita.

Secondo J.P.Sartre il comportamento magico è quello cui ricorriamo nel momento in cui vediamo intorno a noi solo problemi e nessuna soluzione:

“Quando le vie tracciate diventano troppo difficili o quando non scorgiamo nessuna via, non possiamo più rimanere in un mondo così pressante e così difficile. Tutte le vie sono sbarrate, eppure bisogna agire. Allora tentiamo di cambiare il mondo; cioè di viverlo come se i rapporti delle cose con le loro potenzialità non fossero regolati da processi deterministici, ma dalla **magia**”.<sup>25</sup>

La droga fa proprio questo: cambia la nostra percezione e ci mostra il mondo privo di ostacoli, magicamente libero da difficoltà e sofferenze. L'eroina è un sedativo che rende il mondo meno doloroso, la cocaina un'eccitante che lo fa più stimolante e meno faticoso, l'ecstasy modifica

---

<sup>25</sup> J.P.Sartre, *Esquisse d'une théorie des émotions*, Paris, Hermann, 1939 ; trad.it. di A.Bonomi, *L'immaginazione. Idee per una teoria delle emozioni*, Milano, Bompiani, 1962, pp. 176-177.

l'attività percettiva rendendolo più "comunicativo".<sup>26</sup> E tutto questo senza che io mi debba realmente impegnare per far fronte al dolore, per sostenere la fatica, per trovare la sintonia con gli altri e comunicare in modo significativo con loro.

« "Cura" in tedesco si dice *Sorge*, e Freud, dopo aver fatto uso per diverso tempo di cocaina, chiama la droga *Sorgenbrecher*, ciò che consente di "scacciare i pensieri", di non "prendersi cura" e, come lui stesso scrive, "il più antico rimedio contro il disagio della civiltà"». <sup>27</sup>

Sollevandomi dal compito di prendermi cura del mondo e di me stesso in rapporto al mondo e agli altri, le droghe mi regalano un mondo più facile e apparentemente anche più felice. Un mondo nel quale, anche se non c'è un Senso, non importa: non c'è più nulla che importi, allorché si sia realizzato uno stato di generale *non-curanza*.

Ma già Sartre aveva ben messo in luce il pericolo insito nella magia: che la coscienza cioè diventi schiava del proprio gioco e non riesca più ad uscirne. Per questo Sartre definiva la coscienza magica *envoûtée*, cioè "stregata", "incantata", "prigioniera".

---

<sup>26</sup> Pochi elementi sull'effetto "chimico" delle droghe:

1) alcol, barbiturici e benzodiazepine deprimono il SNC e quindi, assunti a piccole dosi riducono gli stati d'ansia, la capacità di concentrazione e di memoria ed inducono sensazioni di benessere, rilassamento, leggera euforia; a dosi più elevate, l'alcol diminuisce le inibizioni, il senso critico, l'autocontrollo ed aumenta l'irritabilità ed il comportamento aggressivo, mentre i barbiturici incrementano specialmente gli effetti di sedazione (ma in dosi eccessive possono essere mortali);

2) gli oppioidi naturali e di sintesi, non solo leniscono gli stati di ansia e conferiscono sensazioni di calore e tranquillità, ma anche riducono la sensibilità e le reazioni emotive al dolore. In dosi eccessive, determinano sedazione, stupore, sonno, perdita di coscienza;

3) la cocaina e le amfetamine (ed in modo più lieve, anche la nicotina e la caffeina), stimolando il SNC, aumentano la vigilanza, diminuiscono la sensazione di fame e di fatica, rendono più "forti" e quindi in grado di svolgere compiti fisici e intellettuali prolungati. In realtà, queste droghe non danno più energie, ma semplicemente convogliano ed utilizzano tutte quelle di cui l'organismo dispone. Dosaggi più elevati si associano a comportamenti aggressivi, violenti, disforici;

4) infine, LSD, funghi, ecstasy e cannabis modificano la funzione percettiva, favoriscono stati di euforia, alterano il pensiero. L'LSD favorisce soprattutto stati allucinatori, mentre i cannabinoidi inducono soprattutto rilassamento, sonnolenza e voglia di parlare e di ridere. L'ecstasy determina, a livello fisico, un generale sollievo della tensione muscolare (si può quindi ballare in discoteca per molte ore consecutive); a livello psicologico, invece, conduce al dissolversi delle paure (si entra in relazione così con gli altri in modo più empatico, affettuoso e disinibito). Traggio queste informazioni in parte da uno dei molti manuali in uso, ovvero *Psicologia delle tossicodipendenze*, Bologna, Il Mulino, 1997 di M. Ravenna (p.15 e segg.) e in parte dal recente *L'ospite inquietante. Il nichilismo e i giovani*, Milano, Feltrinelli, 2007 (p.74 e segg.) di U. Galimberti.

<sup>27</sup> U. Galimberti, *op.cit.*, p. 67.

Ciò è eminentemente vero quando l'incantesimo è ottenuto attraverso l'uso di sostanze. Gli effetti psicofisici delle droghe, infatti, quando conducono a stati di tolleranza e di dipendenza, fanno sì che l'esistenza incantata sia infine del tutto *incatenata* all'oggetto magico.

Quando l'uso regolare per lunghi periodi di eroina o di cocaina abbia indotto una situazione di tolleranza, l'assuntore ricorre a dosi sempre più elevate per ottenere gli effetti dell'inizio; quando poi si sia instaurata anche la dipendenza, egli si droga soprattutto per evitare il dolore dell'astinenza. Dice allora bene F. Ghelli:

«La droga insomma finisce per diventare il rimedio del male che ha indotto. A un certo punto della sua parabola, il soggetto la usa per tornare a quella normalità dell'esistenza dalla quale inizialmente aveva cercato di fuggire proprio grazie alla droga».<sup>28</sup>

Da mezzo per trasformare la propria coscienza ed il mondo, la droga diventa *il fine*: tutta l'esistenza ruota attorno all'oggetto magico, fino al punto di esserne soggiogata. La bacchetta magica si ribella inevitabilmente a colui che credeva di tenerla in pugno ed incomincia a dettare le regole del gioco.

Ed ora, come rompere l'incantesimo?

## IL DIS-INCANTO DI SOPHIA

Da una parte è evidente che si tratti di risvegliare la coscienza dal sonno nel quale è piombata, ma ciò non è sufficiente: occorre anche riesaminare la mappa dei significati che costituisce lo sguardo sul mondo del tossicodipendente, la lente attraverso la quale si accinge a guardare di nuovo intorno a sé con mente finalmente lucida. La disintossicazione è certo fondamentale, poiché rinnova la possibilità di rientrare in contatto con la propria coscienza; tuttavia essa non fornisce armi adeguate a superare il disorientamento prodotto dalla nuova visione di quel mondo dal quale già una volta eravamo fuggiti. Così il metadone, il subutex e gli psicofarmaci rendono forse più lento e meno traumatico il risveglio, ma non ci aiutano affatto, come sappiamo, a “stare svegli”.

Per accompagnare il tossicodipendente nel difficile percorso di autoesame che l'attende, occorre secondo la mia opinione la collaborazione di tante professionalità: medici e infermieri, educatori sociali, psicologi ma anche e non ultimi i consulenti filosofici.

Il consulente filosofico come ci dice Ran Lahav è un “esperto nell'interpretazione delle visioni del mondo, il consulente filosofico aiuta i consultanti a scoprire i diversi significati che sono contenuti

---

<sup>28</sup> F. Ghelli, *Viaggi nel regno dell'illogico. Letteratura e droga da De Quincey ai nostri giorni*, Napoli, Liguori, p. 208.

nei loro modi di vita ed esamina criticamente quegli aspetti problematici che rappresentano le loro difficoltà. Egli non offre teorie, ma piuttosto pratiche e strumenti per analisi concettuali, problematizzazioni, individuazioni di assunti nascosti, descrizioni, distinzioni, indicazioni di rapporti. Tali strumenti possono aiutare i clienti ad esaminare le loro idee della realtà criticamente ed a rivederle”.<sup>29</sup>

Senza avere alcuna intenzione di colpire direttamente la malattia e ancor meno di prometterne la guarigione, il consulente filosofico instaura con il suo consultante un libero dialogo volto a far emergere il modo in cui egli pensa stesso, vive le sue relazioni, agisce nel mondo che lo circonda. *Egli vuole in questa maniera dar modo al suo interlocutore di confidare nuovamente nella propria ragione.*

Hadot sottolinea come il presupposto fondamentale alla pratica filosofica sia fin dalle sue origini antiche proprio la «libertà della volontà, grazie a cui l’uomo ha la possibilità di modificare se stesso, di migliorare, di realizzarsi».<sup>30</sup> L’esercizio filosofico si fonda sulla fiducia nell’uomo, sulla sua capacità di trasformazione e di miglioramento. Né si tratta semplicemente di affinare le proprie doti intellettuali, ma di rinnovare il nostro modo di *essere*.

“L’atto filosofico non si situa nell’ordine della conoscenza, ma nell’ordine del “Sé” e dell’essere: è un progresso che ci fa essere più pienamente, che ci rende migliori. È una conversione che sconvolge la vita intera, che cambia l’essere di colui che la compie. Lo fa passare dallo stato di vita inautentica, oscurata dall’incoscienza, rosa dalla cura, dalle preoccupazioni, allo stato di una vita autentica, dove l’uomo raggiunge la coscienza di sé, la visione esatta del mondo, la pace e la libertà interiori.”<sup>31</sup>

La pace e libertà non si conquistano in filosofia senza sofferenza. La filosofia non libera dall’angoscia perché sa che «là dove l’angoscia scompare, l’uomo torna a livelli di insulsa

---

<sup>29</sup> R. Lahav, *Comprendere la vita*, Milano, Apogeo, 2004.

<sup>30</sup> Ivi, p.59.

<sup>31</sup> P. Hadot, *Exercices spirituels et philosophie antique*, Paris, Editions Albin Michel, 2002; tr.it. *Esercizi spirituali e filosofia antica*, Torino, Einaudi, 2005, p.32.

superficialità»<sup>32</sup> e perché riconosce che oggi anzi «ciò che ci manca soprattutto» è «la capacità di sentire *l'angoscia adeguata*»<sup>33</sup>.

La ricerca filosofica è quell'atteggiamento nei confronti della vita che nasce dalle macerie delle Verità e delle Ideologie tradizionali e che orienta in un mondo in cui ogni sostegno è andato perduto; non è una via d'uscita dall'angoscia, ma una *liberazione* dell'esistenza *all'angoscia* stessa. Mano a mano la vita appare nella sua enorme complessità, ma anche nella sua ricchezza, e progressivamente attraverso l'indagine dei significati e delle credenze sono meno gli automatismi che agiscono in noi e di più gli atteggiamenti consapevolmente assunti. Maggiore la presa di distanza critica dal mondo nel quale siamo coinvolti, minore la sua invadenza nella nostra interiorità e nel nostro vissuto.

La filosofia sa dunque sondare il terreno al di qua del problema della dipendenza, in cui un disperante nichilismo ha piegato ben prima della droga le forze della volontà<sup>34</sup>. Essa può indagare a fondo l'infelicità e al tempo stesso mettere al primo posto anziché la ricerca di un "rimedio" la ricerca della propria personale fioritura di esseri umani, non solo dal punto di vista della salute fisica e psicologica, ma compresi quegli elementi filosofici, etici ed in generale *spirituali*, così essenziali alla nostra crescita e allo sviluppo di una nuova saggezza di vita.

Chissà poi se, senza la fretta di cercare il rimedio – il rimedio al mal di vivere e poi subito il rimedio alla droga che una volta l'ha "curato" – il tossicodipendente non possa scoprire che anche la sofferenza ha qualcosa da insegnare: essa non è infatti solo un "male" che ci attanaglia, ma anche il pungolo di una domanda che stimola al rinnovamento. Un movimento d'angoscia che non va semplicemente sedato ma riconosciuto e compreso, poiché prelude ad una ritrovata libertà e al reperimento in noi stessi delle facoltà per trarne il miglior frutto.

Filosofare insegna ad aver a che fare con la propria esistenza – pensieri, idee, significati, azioni e condizioni – e ad aderire a questo *compito*. «Conosci te stesso»: dunque non ti fermare, mantieniti inquieto e qui trova la tua verità.

## DALLA TEORIA ALLA PRATICA

La filosofia può certo essere definita una "cura", ma in un senso ben peculiare:

---

<sup>32</sup> Ivi, p.141.

<sup>33</sup> G. Anders, *Die Antiquiertheit des Menschen Band I: Über die Seele in Zeitalter der zweiten industriellen Revolution*, München, Verlag C. H. Beck'sche, 1956, tr.it. *L'uomo è antiquato I: Considerazioni sull'anima nell'epoca della seconda rivoluzione industriale*, Torino, Bollati Boringhieri, 2003, p. 276.

<sup>34</sup> I. Testoni, *Psicologia del nichilismo. La tossicodipendenza come rimedio*, Milano, Franco Angeli, 2002.

«...si tratta di sbloccare la paralisi del pensiero, talora murato in un'unica dimensione o in un unico scenario o – se vogliamo dire – paradigma, per tentare di fornire più spazio o più “gioco” a forme alternative di rappresentazione del proprio vissuto e in definitiva a una pluralità di dimensioni o paradigmi di pensiero».<sup>35</sup>

Tutti noi siamo portatori di una visione del mondo, di un certo punto di vista sulle cose. In base ad esso giudichiamo quanto ci accade e in base ad esso prendiamo le nostre decisioni. Così, se una volta ci domandano semplicemente “che cosa faresti se...?”, sorge dentro di noi nel novantanove per cento dei casi una risposta immediata, dettata appunto dal nostro consueto modo di essere e di interpretare le situazioni.<sup>36</sup>

Non è detto però che la risposta immediata sia anche la migliore. E può darsi che, guidati dai nostri automatismi, andiamo contro i nostri stessi interessi: un punto di vista troppo rigido può infatti bloccarci, può impedirci di vedere le soluzioni anche quando non sono così lontane. È allora che bisogna dire *stop*. La filosofia, in effetti, non è che l'esercizio a fermarsi un momento prima di rispondere: essa abitua a resistere al proprio punto di vista, ad accoglierne nuovi e diversi, e a valutare infine l'ipotesi che un'altra possa essere la risposta più adeguata. Si tratta d'interiorizzare più punti di vista, di prendere in esame diversi ragionamenti e di arricchire così la prospettiva.

«Non si tratta – quindi – di raccontare della filosofia alla gente o di somministrarle delle teorie»,<sup>37</sup> ma di discutere in modo competente sui suoi problemi, promuovendo la riflessione critica ed autonoma su di essi e favorendo così la loro *chiarificazione* (*Aufklärung*). Né si tratta di utilizzare teorie specifiche per classificare e trattare dei sintomi patologici – ruolo, questo, che spetta alla psicoterapia – ma semplicemente di dialogare insieme in modo libero, critico né direttamente finalizzato alla guarigione dalla malattia.

Quando ho proposto per la prima volta ad una comunità per tossicodipendenti di svolgere alcune attività di carattere filosofico con gli utenti, inizialmente ho riscontrato sorpresa, che denotava una certa curiosità ma forse anche un pizzico di diffidenza; ciononostante, nessuno ha messo in dubbio che un intervento filosofico – identificato immediatamente come un aiuto a riflettere in maniera più competente sui propri problemi – potesse in effetti rivelarsi una buona cosa.

---

<sup>35</sup> P.A. Rovatti, *La filosofia può curare?*, Milano, Raffaello Cortina, 2006, pp. 13-14.

<sup>36</sup> Metafora tratta da E. Bencivenga., *Filosofia: istruzioni per l'uso*, Milano, Mondadori, 1995, p.11 e segg.

<sup>37</sup> Intervista di R. Soldani a G. Achenbach, “Phronesis”, n. II, pp. 132-133.

E in effetti, attraverso il rapporto con gli utenti, e naturalmente con il sostegno ed il consiglio di educatori e terapeuti, ho potuto sperimentare quanto un aiuto di carattere filosofico possa rivelarsi utile e proficuo in comunità. Nel dialogo costante con l'equipe terapeutico-educativa – per me assolutamente imprescindibile – mi sono proposta di aiutare gli utenti a chiarire i propri pensieri, ad analizzare desideri ed emozioni, ad ampliare il proprio punto di vista sul mondo e sulle relazioni *da filosofo* e dunque con i miei propri “mezzi di bordo”. Ho inteso quindi le mie attività piuttosto come uno spazio di sospensione di ogni “terapia”, uno spazio libero per esprimere i pensieri e metterli in questione, favorendo una rinnovata e più profonda consapevolezza.

Definirei le mie attività all'interno della comunità terapeutica come un *accompagnamento filosofico* degli ospiti in questo momento così delicato della propria vita, da loro accolto favorevolmente e attivamente, e senza subire significative interruzioni per tutto l'arco del loro percorso comunitario. Stando alle parole dei miei consultanti e dei partecipanti al “cineforum filosofico”<sup>38</sup>, la pratica filosofica rispetto al metodo psicoterapico e clinico avrebbe questi vantaggi:

- ❖ Non segue regole preordinate, né obiettivi precostituiti: il discorso infatti si autoregola nel suo stesso prodursi; la consulenza filosofica non si definisce quale trattamento psicoterapico condotto per obiettivi e indirizzato alla guarigione, la qual cosa non carica la relazione di aspettative o la “appesantisce” con la formulazione di una diagnosi;
- ❖ Nei colloqui individuali di consulenza filosofica si è realmente *in due*: se spesso lo psicoterapeuta ascolta il racconto del paziente, limitandosi a rare considerazioni, il consulente ascolta il suo ospite, ma anche l'invita all'approfondimento dei concetti e partecipa costantemente al dialogo, così che questo si allontani quanto più possibile dal mono-logo, per divenire la co-costruzione di un discorso;
- ❖ Al fatto che la prova cui sono sottoposti i ragionamenti (di entrambi gli interlocutori) è la prova del *lògos* e non l'autorità personale del consulente, il che lascia ampio margine al consultante per la critica e l'autonomia del ragionamento. Cito in tal proposito le parole di un mio ospite, al tempo in fase di

---

<sup>38</sup> Il *cine-philo* o “cineforum filosofico” è un cineforum comprensivo di un laboratorio di pratica filosofica che conducevo in qualità di filosofo-mediatore e in cui i partecipanti discutevano in cerchio determinati temi suscitati dal film in proiezione (vedi: Bisollo M., “La filosofia? Adesso anche in comunità” in *Progettouomo – Rivista online per educatori e operatori nel sociale*, 23 Aprile 2008). Alla fine di un rapporto di consulenza filosofica individuale o di un ciclo di cineforum talvolta raccoglievo le opinioni dei miei ospiti, oralmente o attraverso l'uso di questionari.

Pronta Accoglienza ora di Reinserimento lavorativo; parole che per quanto semplici esprimono un punto di vista degno di essere tenuto in considerazione: “Nella CF (consulenza filosofica) c’è uno “scambio” che non trovo nella CP (consulenza psicologica), perché io dico al consulente filosofico quello che penso ma anche lui mi dice la sua opinione e poi ne discutiamo insieme. Lo psicologo ripete sempre le stesse cose senza motivarle”. O meglio, la motivazione dello psicologo è nella tecnica e nella teoria cui fa riferimento e nella diagnosi che ha formulato, alle quali non è dato, nella gran maggioranza dei casi, al paziente di partecipare né tantomeno di poter mettere in questione ed eventualmente contraddire.<sup>39</sup>

Ora, senza voler affatto dare l’impressione di aver scovato nella filosofia il rimedio ad un fenomeno complesso come quello della tossicodipendenza, ma solo con la proposta di vedervi un’alternativa che validamente possa affiancare le altre forme d’aiuto, dirò qualcosa anche a proposito del rapporto tra filosofia ed *insight* – questa “magia del risveglio”, il momento tipico in cui il tossicodipendente finalmente smette di negare il problema della dipendenza e lo “vede” in tutta lucidità.

Folgheraiter si chiede che cosa ostacoli e che cosa invece favorisca l’*insight*, o meglio lo chiede direttamente ai protagonisti, ai tossicodipendenti. Quel che emerge da questa indagine è che ciò che maggiormente ostacola la presa di coscienza è l’atteggiamento *oppositivo* di chi insiste che la persona la smetta *per forza* con l’uso della droga. Un atteggiamento che a detta dei tossicodipendenti stimola ancora di più a fare di testa propria (!). Al contrario, evidentemente, sembra favorire l’*insight* un atteggiamento di accoglimento incondizionato, l’atteggiamento di chi resta in attesa “che le cose facciano il loro corso, cioè che la persona cambi da sé”<sup>40</sup>, naturalmente senza negare il problema e senza banalizzarlo (il che significherebbe proprio non accogliere pienamente la persona, di cui il problema-dipendenza è una parte e importantissima).

---

<sup>39</sup> Le parole del mio consultante (documentate da questionario) non sono state citate – qualora fosse necessario sottolinearlo ulteriormente – allo scopo di banalizzare il lavoro dello psicoterapeuta o di dichiararne l’inefficacia e/o l’imperizia nel trattamento della tossicodipendenza; né il mio consultante intendeva con le sue parole disprezzare il lavoro psicoterapeutico e psichiatrico fino a quel momento svolti: essi anzi per lui, come sempre mi ha confermato, sono stati di grande supporto negli anni. Solamente, l’intenzione è quella di mostrare l’opportunità di una **integrazione** del metodo clinico con un atteggiamento di carattere filosofico, e le parole del mio ospite rappresentano credo uno spunto interessante per una riflessione in questo senso.

<sup>40</sup> F. Folgheraiter, *op.cit.*, p.97.

Ma allora concretamente, si chiede Folgheraiter, come dovrebbe essere la relazione d'aiuto "ideale" nei confronti del tossicodipendente, quella davvero capace di favorire l'*insight*? Bisognerebbe, secondo lui, lasciare al tossicodipendente di avere una parte fondamentale e attiva nel cambiamento: "Un conto è dire che trattiamo umanamente l'utente, teniamo conto delle sue espressioni e sensibilità, impostiamo la cura sull'attenta osservazione dei suoi stati psicologici, coltiviamo con lui un rapporto caldo ed intenso. Altro invece è dire che l'utente è un *coterapeuta*. Un conto è dire che l'utente lo dobbiamo gestire bene, e attirarlo dalla nostra parte se lo vogliamo modificare, altro è dire che è lui il principale modificatore della sua vita"<sup>41</sup>.

Se questo è vero sembra possibile avanzare cautamente l'ipotesi che la consulenza filosofica possa favorire l'*insight*, e che inoltre sappia sostenere adeguatamente il cambiamento. Il che non significa ammettere che *lo scopo* della consulenza filosofica sia di produrre l'*insight* o addirittura di guarire producendo "l'astinenza stabile dalle sostanze" (primo: ciò sarebbe davvero irrealistico e pretenzioso, considerando le diverse implicazioni psicologiche e medico-sanitarie della dipendenza; secondo: come ho già detto la pratica filosofica *non ha fini terapeutici*); significa solo che l'approccio filosofico appare in linea con i bisogni stessi espressi dal tossicodipendente, i quali Folgheraiter giustamente tiene in debito conto; significa inoltre che la filosofia è l'atteggiamento giusto se si vuole riacquistare la capacità (e la gioia) di "stare svegli" e di esaminare se stessi e il mondo che ci circonda.

Infatti, sotto l'effetto o meno di sostanze, durante un periodo di astinenza o in seguito ad una ricaduta, la consulenza filosofica scommette sempre sull'uomo, sulla sua capacità autonoma di riflessione e di critica, sulla sua possibilità di trasformazione. La filosofia accompagna l'utente favorendone l'autonomia di cambiamento. E tutto ciò non si chiama guarigione, ma *fioritura*.

## CONCLUSIONE. FILOSOFIA COME PRATICA DI LIBERTA' (PER UN DOMANI)

"Si può un uomo *fare* di un altro uomo? Si può, quell'uomo che si è fatto di un altro uomo, tornando, *farsi* di se stesso? *Farsi*, di ritorno, dell'effetto che egli stesso ha fatto ad un altro? Se stessi, quel se stessi che non si conosce, che non si ricorda più, come l'ultima delle sostanze di cui uno ha voglia di farsi."<sup>42</sup>

---

<sup>41</sup> Ivi, p.143.

<sup>42</sup> G. Di Petta, *Gruppoanalisi dell'esserci*, cit., p.58.

Sì, come Gilberto di Petta – psicopatologo di impostazione fenomenologica –, credo sia possibile: è possibile che l’incontro autentico e senza schermi tra gli uomini conduca ad una significativa trasformazione. Di droga ti fai, ma è un buco che non ti riempie. Di un uomo ti fai, e di colpo ti trovi tra le mani un significato, che è tuo, è mio, che è *nostro*.

Di Petta segue le orme di Binswanger, colui che integrò alla pratica psichiatrica gli insegnamenti di filosofi quali Husserl ed Heidegger, colui che sosteneva che la psicologia non debba “giudicare” secondo schemi concettuali anticipati, ma comprendere l’esistenza individuale nella sua stessa espressione: il criterio per la comprensione non dev’essere ricercato al di là dell’esistenza ma nell’esistenza stessa, nel suo modo di dire le cose e di attribuire loro un significato: nel suo particolare modo, dunque, di *essere-nel-mondo*. Lo psichiatra fenomenologo lascia al paziente libera espressione e ha con lui un rapporto che non è rigidamente legato né a teorie volte a spiegare “scientificamente” il sintomo, né ai ruoli medico-paziente: l’incontro avviene semplicemente tra due uomini reciprocamente esposti l’uno all’altro ed è da questa esposizione, solo da essa, che può nascere qualsiasi movimento di trasformazione.

Di Petta sostiene che in un colloquio o in un gruppo con i tossicodipendenti una relazione realmente libera e trasformativa avvenga solo quando “il terapeuta qui, su questo scacchiere, è *dentro*, ovvero è tutto *engagée*, in gioco quanto il suo stesso paziente. Perché entrambi, ad un certo punto, si sospendono dai propri ruoli e ci sono umanamente, come persone che provano, che soffrono, che amano, che piangono, che si illudono e che si deludono”<sup>43</sup>.

La pratica fenomenologica di Di Petta è così vicina alla mia pratica della filosofia, la sento così vicina alla mia esperienza. Io stessa ero “dentro”, tanto da riuscirne io per prima di volta in volta trasformata.

Il libro, così vivo e partecipato, di Di Petta esprime ad ogni riga l’amore per l’altro, un amore che va al di là delle dicotomie tossicomania/lucidità, salute/malattia, follia/normalità.

“Ce la giochiamo ora la nostra partita. Da uomo a uomo. Spesso senza regole. Questa è l’unica regola: senza regole. Tutto è ammesso: tutto quello che riusciamo ad esprimere, con i nostri volti, le nostre lacrime, i nostri abbracci, i nostri silenzi, le nostre strette di mano. Il nostro dolore. Le traiettorie delle nostre vite che ci hanno portato fin qui. Niente ci fa più da schermo”<sup>44</sup>.

Anche la pratica filosofica prevede di ritrovarsi insieme al di là dei ruoli, senza regole: per pensare insieme, confrontarsi, condividere le idee, i vissuti, le emozioni, per mettersi in gioco.

---

<sup>43</sup> Ivi, p.26.

<sup>44</sup> Ivi, p.27.

La mia attività di consulente filosofico è naturalmente anche distante da quella psicopatologica di Di Petta, che non rinuncia mai del tutto al suo carattere clinico e nella quale ha un ruolo centrale e predominante la condivisione del vissuto *emotivo* dei partecipanti. Ma è una distanza che credo renda possibile un ponte, e che indica che la collaborazione tra diversi tipi di approccio al disagio è possibile. Difficile forse, ma possibile.

Di Petta stesso racconta come sia stato faticoso inizialmente creare nel contesto del SerT un “gruppoanalisi dell’esserci”, in cui operatori, psicologi, terapeuti e tossicodipendenti si incontravano per parlare insieme e per condividere il proprio vissuto. Questo gruppo, infatti, creava una spaccatura in seno a quel contesto fatto di regole e di ruoli in cui aveva luogo e veniva così giudicato spesso come un gruppo “sporco” (proprio perché, evidentemente, si trattava di un gruppo di *contaminazione* reciproca).

“Il nostro gruppo è stato etichettato, di volta in volta, dagli operatori che ne avevano sentito parlare o che avevano avuto la ventura di prendervi parte, come gruppo *selvaggio* o *sporco* o assolutamente non terapeutico o addirittura iatrogeno di scompensi”.<sup>45</sup>

Era un gruppo che metteva in crisi il concetto di stesso di “terapia”. Che in fondo indicava nell’incontro e nel dialogo la vera possibilità di *cura*. Un’intenzione che per chi sia troppo preso nella rete delle teorie e della tecnica, non può essere compresa. Può però, chissà, essere sperimentata. Che il gruppo “funziona”, “agisce”, “trasforma”, lo si può provare partecipando. E così alla fine, attraverso una lunga sequenza di successi ed insuccessi, di entusiasmo e di abbandoni, i partecipanti si sono fatti numerosi e il gruppo è diventato stabile.

Nella comunità in cui ho operato non tutti nell’equipe terapeutico-educativa hanno compreso l’importanza di un approccio filosofico alla tossicodipendenza: l’invito a svolgere le mie attività avveniva più che altro sulla base dell’apprezzamento dimostrato dagli utenti, in realtà senza un concreto interesse per il *perché* di questo successo (fatti salvi forse coloro, tra gli operatori, che talvolta avevano preso parte ai laboratori). La mia collaborazione con la comunità terapeutica resta inoltre occasionale, non stabile.

Nonostante questo però, so che io e quei ragazzi, quegli uomini e quelle donne, ci siamo reciprocamente trasformati. Chiedetelo a loro e vi diranno lo stesso. *Lo sappiamo* e questo basta. È sufficiente per ipotizzare che in futuro, quando i tempi saranno maturi, gli interventi di consulenza filosofica con i “tossici” saranno più numerosi e s’integreranno meglio all’interno delle strutture sanitarie.

---

<sup>45</sup> Ivi, p.30.

Quel che credo in effetti la mia analisi, corroborata dall'esperienza, possa infine indicare è che la consulenza individuale e le pratiche filosofiche di gruppo sono risorse cui il mondo del sociale può attingere nella lotta contro la dipendenza e il disagio, avvalendosi di strumenti innovativi che possono affiancare validamente le altre forme d'aiuto. Se non oggi domani. Perché la filosofia è senza regole, espone gli uomini l'uno all'altro, trasforma; e ancora fa riflettere, approfondisce, condivide: la filosofia *libera*.

Sono certa che ciò che ho fatto non sia stato invano. Spero che servirà da sprone a tanti consulenti filosofici perché si mettano alla prova anche in un campo così poco agevole come quello della tossicodipendenza. E spero che fornisca uno spunto di riflessione ad altrettanti terapeuti ed educatori sociali, perché non si chiudano alla possibilità di una collaborazione filosofica nella loro delicata attività.

Se non oggi magari domani...

## **Bibliografia**

- Achenbach G.B., *Philosophische Praxis*, Junger Dinter, 1987, tr.it. *La consulenza filosofica*, Milano, Apogeo, 2004.
- Anders G., *Die Antiquiertheit des Menschen Band II. Über die Zertörung des Lebens im Zeitalter der dritten industriellen Revolution*, München Nachdruck der 4, Verlag C.H. Beck, 1980; tr.it., *L'uomo è antiquato II. Sulla distruzione della vita nell'epoca della terza rivoluzione industriale*, Torino, Bollati Boringhieri, 1992.
- Benasayag M. e Schmit G., *Les passions tristes. Souffrance psychique et crise sociale*, Paris, La Découverte, 2003, tr.it. *L'epoca delle passioni tristi*, Milano, Feltrinelli – ed. Universale Economica 2005.
- Bencivenga E., *Filosofia: istruzioni per l'uso*, Milano, Mondatori, 1995.
- Bisollo M., “La filosofia? Adesso anche in comunità” in *Progettouomo – Rivista online per educatori e operatori nel sociale*, 23 Aprile 2008.
- G. Di Petta, *Gruppoanalisi dell'esserci. Tossicomania e terapia delle emozioni condivise*, Milano, Franco Angeli, 2006.
- F. Folgheraiter, *Tossicodipendenti riflessivi. La teoria relazionale del recovery narrata dai protagonisti*, Trento, Erickson, 2004.
- Freud S., *Il disagio della civiltà*, Torino, Bollati Boringhieri, 1971.

- Galimberti U., *Psiche e techne. L'uomo nell'età della tecnica*, Milano, Feltrinelli, 1999, pp.289-290.
- , *La casa di psiche. Dalla psicanalisi alla pratica filosofica*, Milano, Feltrinelli, 2005.
- , *L'ospite inquietante. Il nichilismo e i giovani*, Milano, Feltrinelli, 2007.
- Ghelli F., *Viaggi nel regno dell'illogico. Letteratura e droga da De Quincey ai nostri giorni*, Napoli, Liguori.
- Giglio F., *Liberi dall'altro. Alcolisti e tossicomani tra cura e catene*, Milano, Franco Angeli, 2004.
- Hadot P., *Exercices spirituels et philosophie antique*, Paris, Editions Albin Michel, 2002; tr.it. *Esercizi spirituali e filosofia antica*, Torino, Einaudi, 2005, p.32.
- Jung C.J., *Die Beziehungen der Psychotherapie zur Seelsorge*, Zurigo, Rascher, 1932; tr.it. *I rapporti della psicoterapia con la cura d'anime*, in *Opere*, vol. 11, Torino, Bollati Boringhieri, 1979, ristampa 2004.
- , *Psicoanalisi e direzione spirituale* in *Opere*, vol.11, cit.
- Lahav R., *Comprendere la vita*, Milano, Apogeo, 2004.
- Nave L., "Un filosofo in oncologia" in *Rivista Italiana di Counseling Filosofico*, anno 2, n.2, Torino, ottobre 2006.
- Olivenstein C., *La Drogue, 30 ans après*, tr.it. *Droga*, Raffaello Cortina Editore, Milano, 2001.
- Ravenna M., *Psicologia delle tossicodipendenze*, Bologna, Il Mulino, 1997.
- Rogers C.R., *On becoming a person*, Boston; tr.it *La terapia centrata-sul-cliente*, Firenze, Psycho, 1994.
- Rovatti P.A., *La filosofia può curare?*, Milano, Raffaello Cortina, 2006, pp. 13-14.
- Sartre J.P., *Esquisse d'une théorie des émotions*, Paris, Hermann, 1939 ; trad.it. di A.Bonomi, *L'immaginazione. Idee per una teoria delle emozioni*, Milano, Bompiani, 1962.
- Severino E., *La tendenza fondamentale del nostro tempo*, Milano, Adelphi, 1988, p.41.
- , *Il declino del capitalismo*, Milano, Rizzoli, 1993.
- Testoni I., *Psicologia del nichilismo. La tossicodipendenza come rimedio*, Milano, Franco Angeli, 2002.

## “Sessualità come percorso di conoscenza e consapevolezza.”

Floriana Zerbini

“Lascia che il sesso sia il primo passo  
ma non l'ultimo”

*The tantra vision*, vol. I. pag.5

### **Riassunto.**

Presento una riflessione a posteriori, in merito al convegno dal titolo “Platone è meglio del viagra?” tenutosi a Torino nel luglio 2007 presso la Scuola Superiore di counseling filosofico. La riflessione si interroga su quale sia la “parola filosofica” adeguata, a rispondere oggi al mutato regno dei rapporti interpersonali di natura sessuale e di natura affettiva. Indaga in particolare, quale panorama comunicativo possa dischiudersi ad una relazione di “counseling filosofico”, intenzionata a piegarsi sulla realtà del cliente, piuttosto che a smuovere i “massimi sistemi” teorici in materia di sessualità.

**Parole chiave:** Orgasmo, Prestazione, Bisogno, Counseling filosofico, Consapevolezza, Mahamudra (Tantra).

La sessualità è uno “strano” modo di “conoscere” per un “teorico” della filosofia, lo dimostri lo scarso numero di scritti prodotti in materia, ed una “naturale diffidenza” dei filosofi di tutti i tempi ad avventurarsi e cimentarsi in questo “campo minato” dell'esperienza. Minato soprattutto dal fatto che per poterne parlare è necessario aver compiuto un percorso, non solo teorico, schematico, categoriale ma anche pratico, emotivo esperienziale: insomma è materia per la filosofia pratica, applicata al vissuto quotidiano di chi vi si trovi coinvolto.

Non vi è nulla di “pre”- stabilito, nulla di certo, nulla di ripetibile, o riconducibile a qualche rapporto di causa ed effetto, non vi sono “soggetti” e/o “oggetti” di conoscenza e anche temporalmente non vi è un prima e un dopo. La dimensione della meraviglia è garantita, da un “continuum” “spazio temporale al quale il corpo partecipa integralmente, senza astrarre dalla sua

materialità, anzi portandola a liberare ciò che rac(coglieva)-chiudeva, in uno scrigno di emozioni inenarrabili, come un baluardo difensivo inespugnabile ....ma non inenarrabile..

Il racconto della propria “biografia sessuale” comporta la capacità di porsi su di un piano di consapevolezza profonda, anche quando ci si rivolge ad un counselor per problemi relativi alla prestazione , all'incapacità di sentirsi sicuri e/o gratificati nel rapporto con l'altro e si portano in seduta, ansie, preoccupazioni. Allora si è già in qualche modo realizzata la comprensione che ci si debba smuovere dall'idea di una sessualità, puramente intesa come soddisfacimento di un impulso.

Ciò che avviene in un contatto sessuale ( fors'anche senza averlo ricercato),è il coinvolgimento di tutta la persona , siamo lontani infatti dall'idea di “prestazione”, tutta maschile, esteriore ostentata per legittimare un qualsivoglia “potere su”...per colmare un vuoto comunicativo, per placare gli impulsi,per tornare alla gioia pura del contatto .

Il “viagra platonico” marcia in quella direzione, il grande filosofo indica “semplicemente” la via dell'amore come privilegiato mezzo per conoscere di sé stessi (attraverso l'altro) “il nettare più dolce”, ma allo stesso tempo per mettere alla prova la propria insondabile follia, la propria capacità di piegarla e indirizzarla verso un equilibrio supremo, che sappia includere anziché scartare, che sappia “andare oltre verso l'unità” dei poli complementari.

L'amore platonico , nella sua assimilazione “consumistica”, è divenuto sinonimo “dell'andare in bianco” ,del fermarsi al romanticismo, alla contemplazione della bellezza, mentre nel nostro mondo frettoloso ,lo stereotipo del “possedere” il corpo dell'altro, è piuttosto riferibile ad un gesto “dell'entrare e uscire da un luogo” anziché dell' “abitare un mondo”.

Platone è meglio del viagra, nel senso che porta alla luce la dimensione sensuale dell'erotismo ,inseparabile dalla dimensione della conoscenza (di sé e dell'altro) che culmina nell'annientamento dei reciproci limiti corporei e quindi anche nello sconfinamento del pensiero, che diviene “folle”, proprio perché ha osato avventurarsi nella dimensione poetica dello spaesamento. Mi si permetta di indugiare ancora un po' sulla metafora “dell'entrare e uscire da un luogo” così “praticata” nel modo di “fare sesso” nella quotidianità, perché

è un modo di rapportarsi all'altro che può evocare il furto di qualcosa , avviene quasi “all'insaputa dell'altro”, è furtivo più che misterioso, è rapace più che capace, è ripetitivo nel ruolo e nella funzione assunta. Al contrario chi “abita” l'altro lo conosce, lo percorre ad occhi chiusi, come se fosse una “sua” casa, anche nello stimolo di attendere e ricercare sempre nuovi nascondimenti. Chi “abita” entra dalla porta non dalla finestra, possiede le chiavi per varcare uno spazio intimo, è accolto come amico , come colui/ei che si ferma a godere del tempo. La dimensione temporale che caratterizza “strumenti” quali il viagra riduce evidentemente la sessualità: a prestazione, a performance, a “malattia necessaria” che di per sé non è connotabile negativamente, ma che non

può essere fatta oggetto di “narrazione erotica”. Platone rappresenta dunque una via “antica”, senza fretta, al piacere..capace di donarsi il tempo, di aspettare, di assaporare e assecondare con tutti i sensi l'onda del desiderio, fino a trasformarla in “piacere conoscitivo” totale, globale. Si tratta di accedere, attraverso la sessualità ad una spirale che “include”, non che esclude, che porta il pensiero ed il desiderio verso il superamento e soddisfacimento dei loro versanti più eclettici. Sfumano i confini delle due “entità” fino a con-fondersi in una lega più tenace, protesa allo stesso oblio dell'essere individuale, a favore di un universale stato di grazia, non puramente “corporeo”, anzi quasi energeticamente “extra -corporeo”.

Per comprendere ciò è sufficiente soffermarsi a riflettere sulle polarità: femminile e maschile coinvolte nell'orgasmo sessuale, quando i due amanti si fondono l'uno con l'altra: è evidente che la donna, nel momento in cui è essenzialmente donna: non è più donna. Nello stesso istante l'uomo nel momento in cui è essenzialmente uomo: non è più uomo. L'incontro sessuale fisico ha liberato, realizzandola nell'istante, l'universalità dell'essere nel senso che unendosi tra loro, incontrandosi, entrambi hanno dimenticato la loro identità, fondendosi nell'amore, in un luogo “fuori dal tempo”...della prestazione, fuori dal giudizio e dalla misura. (Per l'appunto verso la platonica follia contemplativa della bellezza)

L'orgasmo è uno stato in cui il corpo è indispensabile nelle sue polarità differenti, ma non è più sentito come materia: è sperimentato come energia, vibrazione profonda che parte e scuote le fondamenta dell'essere, che fa esperienza della sua natura extra materiale..ma la fa a partire dal corpo..

Il maschile ed il femminile si arrendono l'uno all'altra (non si possiedono), lasciandosi trascendere da una pulsazione che li fonde in un fenomeno elettrico(un battito cosmico?) nel quale loro diventano pura energia..in un ritmo molto sottile, molto simile all'armonia che vi è nell'essenza della musica. Allora i corpi perdono i loro confini, le forme che li avevano attratti e sedotti sfumano, evaporano dal punto di vista della sostanza; non vengono più percepite dall'uno e dall'altra, come fonte di una specifica attrattiva, sono qualcosa di aereo che consente di esistere come se non si esistesse. ( siamo oltre al “timer” della prestazione, oltre alla passerella delle esibizioni virtuali).

Diviene possibile allora “Essere nella consapevolezza”, in un modo assolutamente inconsapevole. Sfuggono alla comprensione sia il percorso, sia il punto di arrivo e non si ha memoria del punto di partenza, ma si è appagati, non si ha bisogno di aggiungere e/o togliere nulla.

Cosa c'è di “filosofico” in questo? In che modo e da quale angolo prospettico tutto ciò può interessare il counseling filosofico?

Di quale amore “sono malati” (mi si perdoni la parola-tabù: “malattia”) i clienti che chiedono aiuto cercando in un counselor, lo specchio che riveli loro, dove risieda la fonte di sofferenza che li ha condotti lì?

Molti relatori del convegno “Platone è meglio del Viagra” , ci hanno assicurato che essere soddisfatti nel nostro bisogno di amore umano, è importante per poter prendere le distanze dalla tirannia di un IO smisurato che spesso non vede oltre il proprio egoismo, vale a dire non vede oltre il proprio sesso. “Prendere le distanze”, significa infatti compiere quel passo (o salto) nel vuoto che separa ad esempio: l'identità sessuale femminile, dall'identità sessuale maschile e quando si è “sull'altra sponda”, provare a cercare se stessi, nel bisogno che l'altro ha di noi.

A Prescindere dall'espressione umana del proprio desiderio di contatto, con ciò che è altro da noi, può significare persino sublimare il nostro bisogno di vivere, adottando “fedi” che altro non sono che proiezioni dei nostri desideri repressi o respinti o mai dichiarati.

Ma in cosa consiste il bisogno di amore umano? Forse proprio quello stadio esistenziale in cui l'individuo scorge di non poter bastare a se stesso, riconosce i propri limiti, li scorge nell'altro e sperimenta ogni tipo d'amore possibile. Vi sono infatti realtà affettive importanti che non sono segnate da rapporti di tipo sessuale, ma da rapporti d'amore. La stessa filo-sofia è una forma di amore e pertanto degna di cimentarsi nel dialogo affettivo odierno, tra sessualità e ricerca di una dimensione di rispetto ,e libertà in cui poterla esperire senza tabù, ma anche senza forzature e/o prevaricazioni.

Il counseling può cominciare a diventare una risposta, già nel momento in cui inaugura prospettive ad un dialogo capace di ascolto. L'arte dell'ascolto è l'arte dell'amore! Lo stesso erotismo è un atto di ascolto sottile e profondo.

Nel sesso oltre a se stessi si impara ad ascoltare- agendo, i bisogni dell'altro che parlano il linguaggio di un corpo “altro”come materia , “altro” come energia...ma unico nell'intento che lo muove ad unire anziché separare.

Il counselor stesso, rappresenta il gesto dell'indicare orizzonti ancora possibili ora, invita a contestualizzare ,a immergersi in ciò che è , a esaurire il patrimonio del nostro spettro immaginifico del reale, e a lasciare che l'essere ne esca soddisfatto, appagato, in una direzione in cui anche l'impossibile possa accadere. Per il cliente il passare per le gioie dell'amore umano, attraversarne le inevitabili sofferenze può significare lasciarsi maturare da ogni forma d'amore possibile ...qualora se ne abbia occasione e disponibilità.

La filosofia pratica si è assegnata il difficile ma stimolante compito, di ascoltare l'umano anche nei bassifondi di quella che potrebbe parere, la più ripetitiva delle quotidianità. Mi riferisco per esempio alla diffusissima realtà delle coppie separate, alla solitudine metropolitana, alla ricerca del partner

che oggi sembra voler essere affidata, non più alla “casualità” dell'incontro, ma a preposte organizzazioni, ai marketing del soddisfacimento di un bisogno immediato, a chat-line notturne che lasciano libero il giorno dagli impegni relazionali. Insomma la sessualità vissuta come soddisfacimento di un impulso, piuttosto che di un bisogno relazionale globale chiama in causa la filosofia, nella misura in cui quest'ultima riesce a far parlare la motivazione profonda ed essenziale della ricerca dell'altro, non tanto dal punto di vista etico, o addirittura epistemologico, quanto come forza e presenza reale nella nostra vita di un “altro” verso il quale ci sentiamo chiamati. L'ascolto si rende necessario per percepire il cammino, l'essenza, la forza trasformatrice, il linguaggio, ma anche per distinguere “l'oggetto” sessuale, dal “soggetto” sessuale, per tornare ad essere soggetti nella trama del racconto della propria vita sessuale, e qui Foucault insegna Nell'Ermeneutica del soggetto, quando Foucault prende in considerazione L'Alcibiade platonico, lo fa anche per mettere in luce la differenza tra “amore di un uomo bello” (Alcibiade appunto) e “amore del bello che ha cura di sé”. Socrate giacerà accanto a lui, desiderandolo, ma non approfitterà della situazione proprio perché consapevole della differenza tra amare un oggetto (una cosa desiderata perché oggettivamente bella) e amare un soggetto, cioè una persona consapevole di sé.

Anche la sfera sessuale rientra dunque nell'ambito delle “prove” che la vita ci offre affinché noi si possa perfezionare la natura alla quale aneliamo. (Foucault, 1982, pp.22/36)

Credo che lo stretto rapporto tra la filosofia pratica e la sessualità, venga ancora una volta filtrato da un processo di consapevolezza, che nei testi tantrici viene chiamato “mahamudra”, il grande orgasmo e si riferisce al momento in cui, la profonda sintonia tra due persone, si trasforma nella profonda sintonia con la stessa esistenza.

Consapevolezza che nell'orgasmo si realizzi il grande sogno dell'amore, la fine di ogni sentimento di separatezza, lo scioglimento dei confini tra materia energia e spiritualità, e non si realizzi solo per mezzo del corpo inteso come materia, ma come manifestazione fisica di un'anima vivente.

(Dalla Genesi... “...e l'uomo divenne anima vivente”)

Consapevolezza che su quelle “cime” non è possibile sostare, ma che ogni giorno che trascorre può condurre a tali mete, se il modo di vivere della persona include la dimensione sessuale, tra quelle volte alla creatività, comunicazione, benessere della coppia come unità; ma anche dei singoli come peculiarità irripetibili, in riferimento al loro incontro per sempre: unico.

Un incontro di counseling potrebbe contribuire a focalizzare ed ampliare questo modo di “portare” le problematiche fisiche o relazionali, e svolgere un lavoro sul pensiero del corpo, sulle aspettative legate alla sfera sessuale, sul coinvolgimento emotivo relazionale del singolo e/o della coppia.

Questo “lavoro” sul pensiero è peculiarmente filosofico, in quanto non considera alcuna dinamica psicologica inconscia, inconsapevole, ereditata per via familiare dal passato del soggetto, al contrario cerca nel vissuto presente di contattare ciò che il “problema” presentato include, nasconde, evoca, impedisce...

Per esempio, dal momento che abbiamo precedentemente sfiorato la visione tantrica della sessualità, potrebbe risultare efficace, parlando dell'orgasmo ma anche dell'impotenza maschile, o delle difficoltà erettili (che portano poi verso il viagra e altro, come rimedio estraneo al reale problema di relazione-prestazione) riflettere sull'intrinseca somiglianza tra l'amore e la morte . Il percorso filosofico potrebbe partire dalla considerazione che si muore solo per ciò che riguarda il nostro pensare di essere “un corpo”, rispetto alla nostra immagine materiale e a ciò che da lei ci aspettiamo che faccia. Si muore in quanto corpi , ci si evolve in quanto energie vitali, ci si disvela all'altro e con l'altro in quanto “anime viventi”. La prospettiva potrebbe sembrare significativa e mirata a “curare”, coloro che già possiedono una fede “non materialistica”, ma non è così perché, come è emerso chiaramente dal suddetto convegno, non sono ancora certi i meccanismi che conducono al soddisfacimento sessuale, neppure le dinamiche ormonali (che “da filosofi” si pensavano già interamente decifrate, in virtù anche della “boria” di una certa scienza) sono così facilmente “piegabili” ai fini di un risultato unicamente fisico-materiale. Per fortuna l'essere umano è una eterna stella pulsante, non una macchina o un agglomerato di ormoni, selezionabili a fini transitori. , Una stella che fa parte di un cammino siderale molteplice, creativamente imprevedibile ma non solitario ,coglierne l'unicità e la singolarità è un movimento che spetta soltanto alla filosofia, al counselor articolarne il linguaggio.

Consapevolezza allora è continuare a indagare, ricercare esplorare l'amore non separato dalla sua radice corporea , ma non concluso in essa, non realizzato solo in un'esperienza, che per essere appagante ne richiama indiscutibilmente altre.

Cosa c'entra la consapevolezza con la sessualità? Ecco un'altra prospettiva peculiarmente filosofica del counseling, anche in materia di sessualità, c'entra perché il punto, non è cambiare il numero delle proprie prestazioni erotiche,ma cambiare lo stato interiore, che pareva richiederle, anelarvi. Consapevolezza è imparare a cambiare lo stato interiore o accettarlo così com'è, senza giudicarlo. Cambiare la situazione non è un gran cambiamento, è un evento contingente il cui “nocciolo” tornerà a proporsi come seme per circostanze simili. Mentre non ha senso essere uniti nello scopo ma separati e divisi sul mezzo atto a raggiungerlo.

La consapevolezza cerca un livello superiore di comprensione e la sessualità non è che una delle tante strade che le si offrono, come "laboratori esistenziali" nei quali fare esperienza delle possibilità più elevate dell'energia. Nel momento in cui muta lo stato della consapevolezza necessariamente cambia il modo di rapportarsi all'altro anche dal punto di vista sessuale. E' certamente più arduo fare i conti con il proprio modo di intendere la relazione sessuale, è più sbrigativo affidarsi al viagra , tuttavia il lavoro interiore traccia un solco più profondo, dal quale non si torna indietro. Nel momento in cui il soggetto è consapevole e riconosce , per esempio, che ciò che vede negli altri, non è che un riflesso di ciò che lui reprime o rifiuta dentro di sé, il viagra è inutile, mentre può essere essenziale stabilire un rapporto più franco e vitale con sé stessi: includendone tutte le possibili dimensioni, come positive-formative, inclusa la dimensione del "fallimento" così spesso associata a momenti di calo del desiderio e/o dello stimolo sessuale.

## **Bibliografia**

Foucault M., *La cura di sé, Storia della sessualità* vol. III. Feltrinelli Milano 1985

Foucault M., *L'ermeneutica del soggetto*, Feltrinelli Milano 2003

Platone, *Tutte le opere*, vol.II ,Simposio Roma 1997

Khajuraho, *Temples of Ecstasy*, L.A. Narain, Aditya Arya New Delhi 1996

Tantra, *The supreme understanding*, pp. 20 /135 New Service corporation Novara, traduzione libri e discorsi, audio e video.

# **“Attualità del pensiero di Erich Fromm, fra psicoanalisi e filosofia: contributi al counseling e alla pratica filosofica”**

**Giorgio Risari**

## **Riassunto.**

Questo articolo presenta una seppur breve panoramica della psicanalisi di Erich Fromm al fine di rilevarne la vicinanza con il counseling filosofico e le pratiche affini, da cui segue l'importanza dell'approfondimento del suo pensiero per la formazione stessa di ogni counselor filosofico.

**Parole Chiave:** Counseling filosofico, Psicanalisi, Esistenza, Buddismo.

Biografia di Erich Fromm (Francoforte 1900-Locarno 1980).

Laurea in Filosofia: dissertazione "La legge degli Ebrei" all'Università di Heidelberg, relatore Alfred Weber. Formazione in psicoanalisi a Monaco e a Berlino: analisi didattica con Wittenberg (assistente di Kraepelin) e Landauer, poi con H.Sachs (dal 1909 stretto collaboratore di Freud nel Comitato dei Sette). Matrimonio con Frieda Reichmann, psichiatra e psicoanalista allieva e amica di Groddeck. Nel 1930 è tra i fondatori del Suddeutsche Institut fur Psychoanalyse e nello stesso tempo M.Horkheimer lo invita a partecipare ai lavori dell'Istituto per la ricerca sociale (Scuola di Francoforte). Nel 1934 emigra negli Stati Uniti, dove esercita la professione di psicoanalista e insegna in varie università (Columbia University, Bennigton College, Yale University). Nel 1951 è nominato professore di psicoanalisi alla Universidad Nacional de Mexico a Città del Messico, nel 1962 è di nuovo a New York University, come professore alla New York University. All'inizio degli anni '70 si trasferisce in Svizzera, a Locarno dove muore nel 1980. Espulso dalla IPA nel, non fonderà mai una scuola psicoanalitica con la sua impostazione teorica. Attualmente esiste una "International E. Fromm Society" ad Heidelberg che si occupa della salvaguardia dei suoi scritti e della sua biblioteca, promovendo lavori, tesi, conferenze che sviluppino il suo pensiero.

## *INTRODUZIONE: LO SPIRITO DELL'UOMO, DELLO STUDIOSO E DELLO PSICOANALISTA.*

Nell'intervista a J.Schultz alla Radio di Stoccarda (1970), Fromm viene definito come un uomo «la cui personalità irraggia simpatia e freschezza, non certo intellettuale distacco. Fromm svecchia, induce a porsi nuove domande, disprezza i dogmi e ogni altra forma di intellettualizzazione. In ebraico, spirito e vento sono designati dalla stessa parola ("ruah")». Questa mi sembra essere la migliore presentazione dell'uomo, nonché il suo modo specifico di fare lo psicoanalista, come egli stesso dice di sé : «io mi sento come un allievo di Freud che ha tentato di liberare le sue scoperte dalla limitata teoria della libido... le mie idee, pur presentando sotto questo aspetto una sostanziale differenza rispetto a quelle di Freud, sono nondimeno basate sulle parti più preziose dell'insegnamento di Freud... e sulle sue scoperte fondamentali: il suo metodo scientifico, il suo concetto evolutivo, il suo concetto dell'inconscio come una forza autenticamente irrazionale, piuttosto che la somma totale di idee erronee» (Psicoanalisi della società contemporanea).

D'altro lato, nel pensiero di Fromm si vuole evitare che si percepisca la figura dello psicoanalista come un "protettore magico" dotato del dono dell'onnipotenza, prodotta della paura dell'individuo ad affrontare da solo i propri problemi personali e a reggersi da solo essendo se stessi con le proprie possibilità esistenziali. Infatti afferma Fromm: «non è parlando che si ottiene la felicità e neppure quando si parla con lo scopo di ricevere l'interpretazione di ciò che si è detto. Perché dei cambiamenti si producano, il paziente deve avere la forza di volontà e la spinta interiore necessari a produrli» ("personalità, libertà, amore")». Infatti «gran parte di ciò che avviene oggi in psicoanalisi si basa su un'ipotesi falsa... quella che la psicoanalisi sia un metodo per diventare felici parlando, e senza correre rischi, senza sofferenze, senza bisogno di prendere né iniziative né decisioni» (ibidem). Fromm aveva già più volte sostenuto che il fine della psicoanalisi non è solo la guarigione del sintomo, ma il miglior sviluppo possibile della personalità umana e parlerà di "psicoanalisi transterapeutica": «Tuttavia a questo punto (dopo oltre quarant'anni di pratica) il nostro principale interesse non si volge alla psicoanalisi intesa come terapia della patologie nevrotiche, ma piuttosto al nuovo compito che io chiamo psicoanalisi transterapeutica.... qualora non sia necessario risolvere gravi problemi psicopatologici, la cura può anche iniziare con l'individuazione degli obiettivi transterapeutici, i quali... possono essere così sintetizzati: liberazione dell'uomo tramite una presa di coscienza di sé il più possibile approfondita, conseguimento del ben-essere: indipendenza e capacità di amare; potenziamento del pensiero critico... e del suo essere» ("Da avere ad essere"). Tali obiettivi sono simili agli insegnamenti e «alle somiglianze di fondo tra il pensiero di Lao-tze, del Buddha, dei Profeti, di Socrate, di Gesù, di

Spinoza e dell'Illuminismo» ("Psicoanalisi e religione pag.67). Così filosofia, religioni umanistiche e psicoanalisi transterapeutica si compenetrano e hanno obiettivi comuni.

Tenuti fermi questi caposaldi su cui si muove l'intera opera e il pensiero di Fromm, egli precisa il suo modo di essere psicoanalista: «in un rapporto proficuo fra analista e paziente, è nell'atto di essere pienamente impegnato con il paziente, di essere completamente aperto e disponibile verso di lui, di essere immerso con lui... in questa relazione centro-a-centro che risiede una delle condizioni essenziali della cura psicoanalitica. L'analista deve tendere una mano. Egli può fungere da guida, e da levatrice, può indicare la via da seguire, rimuovere gli ostacoli e talvolta prestare un aiuto diretto ma non può fare per il paziente quello che soltanto questi può fare per se stesso» ("Psicoanalisi e buddhismo Zen"). Così «se da un lato è l'analista a analizzare il paziente, dall'altro è il paziente ad analizzare l'analista, perchè quest'ultimo, condividendo l'inconscio del paziente, non può fare a meno di chiarire il proprio. Pertanto, l'analista non solo cura il paziente, ma da questi viene curato; non soltanto comprende il paziente, ma alla fine il paziente comprende lui. Quando queste condizioni sono soddisfatte, si raggiunge uno stato di solidarietà e di comunione» (ibidem).

Se dunque tale dev'essere il rapporto analista-paziente di comunione umana ma non di dipendenza-Fromm così approfondisce: «Né l'analista, né alcun altro uomo può salvare un altro essere, al contrario (l'analista) deve annullare nel paziente le razionalizzazioni, gli appigli d'ogni genere, finché questo non abbia via di scampo e, aprendosi un varco attraverso, le finzioni che gli intasano lamenrite, sperimenti la realtà, cioè diventi conscio di qualcosa che prima gli era ignoto» (ibidem).

A questa concezione attiva e "maieutica" del ruolo dell'analista, Fromm spiega di essere arrivato dopo qualche anno di insegnamento e pratica analitica ricevuti ed effettuati presso l'istituto psicoanalitico di Berlino: «All'istituto berlinese ho ricevuto un'istruzione rigidamente freudiana e in un primo momento ho preso sul serio anche le teorie di Freud sulla sessualità e tutto il resto... ma dopo alcuni anni, ho cominciato ad avere dei dubbi, soprattutto a rendermi conto più chiaramente che quanto dovevo trovare, non lo trovavo nel materiale del paziente, ma che ve lo immettevo con la mia interpretazione. E mi sono avveduto allora che con le teorie di Freud non toccavo davvero il paziente, i suoi veri problemi... mi sono reso conto che molto spesso non prestavo attenzione all'individuo che avevo di fronte... . A lungo andare ho capito che dipendeva semplicemente dal fatto che non pervenivo alla vita vera, che in sostanza mi occupavo di astrazioni, sia pure in forma di esperienze relativamente primitive in quanto presumibilmente accadute durante l'infanzia.

E a mano a mano che giungevo a quello che mi sembra l'aspetto fondamentale, vale a dire i rapporti fondamentali con l'altro, le specifiche passioni con l'altro... ho cominciato ad avvedermi che... sì ero davvero in grado di comprendere e che colui o colei che analizzavo era in grado di comprendere a sua volta ciò che dicevo... . Più e più volte mi sono detto, anche se con l'analisi il paziente non

ottiene nessun miglioramento dei sintomi, e a volte purtroppo accade questo, le sedute di analisi rientrano tra i momenti più stimolanti, tra i più esaltanti che ha mai avuto in vita, perchè attraverso l'analisi acquista vita... . E' così per me è assurdo a criterio di una buona analisi che... l'intera seduta risulti interessante, tale non già grazie a un'abile formulazione, ma perchè i due, analista e paziente parlano di qualcosa che ha un peso, che è autentica, che li tocca entrambi» (Intervista a H.J.Schultz in "L'amore per la vita").

In questa dichiarazione c'è tutto il modo d'essere di Fromm sia come psicoanalista sia come filosofo, sia come uomo: l'analisi non è solo lavoro teorico astratto messo in atto dall'analista, ma è incontro dialogico fra due persone che sono in una relazione di "inter-esse" (stare fra le cose che sono) reciproco e di attivazione del proprio "essere uomini" riflettendo in modo autentico sulla propria vita.

Così in precedenza (in "Da avere ad essere") aveva rivelato la sua filosofia umanistica di riferimento: «La mia personale visione del fine della vita non si discosta molto dal pensiero di Spinoza e anche da quello di Tommaso d'Aquino. Seguendo il filosofo olandese, si potrebbe definirlo un costante processo evolutivo all'interno del quale ci si avvicina sempre più al modello di natura umana. La meta perciò sarebbe l'esito di un continuo perfezionamento in armonia con le condizioni dell'esistenza umana, insomma significherebbe divenire ciò che potenzialmente si è, lasciandosi guidare dalla ragione o dall'esperienza onde comprendere quelle norme che contribuiscono al ben-essere, la ragione va intesa -con Tommaso d'Aquino- come parte integrante l'umana natura e assunta come idonea a trasmetterci... codesta comprensione». Tale processo di avvicinamento al modello ideale di natura umana, sarebbe dunque la causa efficiente e finale insita nel dinamismo della "natura umana" nelle condizioni della sua esistenza: essere empirico, essere possibile e d'essere ideale dell'uomo si intrecciano e tendenzialmente coincidono nell'armonia dell'esistenza. Allora per Fromm, essenza dell'uomo ed esistenza procedono parallelamente e non si dà realizzazione dell'una senza attuazione dell'altra. Questa prospettiva "esistenziale" (anche se in termini razionali empirici) era stata proposta da Fromm in "Anatomia della distruttività": «nel nostro tentativo di definire l'essenza umana, non ci riferiamo a un'astrazione formata attraverso speculazioni metafisiche come quelle di Heidegger e di Sartre. Ci riferiamo alle condizioni reali dell'esistenza comuni all'uomo in quanto tale, così che l'essenza di ciascun individuo si identifica con l'esistenza della specie... . Poiché la specie homo sapiens può essere definita in termini anatomici, neurologici e fisiologici, dovremmo essere in grado di definirla in termini psichici. La prospettiva in cui verranno studiati questi problemi potrebbe essere definita esistenzialista, anche se non nel senso della filosofia esistenzialista ».

D'altro lato, Fromm aveva già riconosciuto a proposito dei "simboli" umani (linguaggio, sogno, psiche): «...i simboli stessi sono universali, perché una sola è la struttura ontologica della natura umana» (Personalità, libertà, amore), nonché la scissione esistenziale dell'uomo e la sua "gettatezza" nel mondo: «la condizione fondamentale dell'esistenza umana è sempre divisa, in quanto l'uomo non è soltanto determinato dalla sua natura animale, ma ha anche una coscienza di sé» (ibidem). D'altro «l'uomo è soggetto alla legge di ogni vita fisica e psichica: vivere significa crescere ed essere "attivi", se la crescita si interrompe, subentrano il decadimento e la morte. Non è difficile riconoscere la morte fisiologica, mentre la morte psicologica può essere percepita solo da chi è sensibile alla vitalità psichica». Inoltre «sotto il profilo psichico all'uomo occorre tutta la vita per portare a pieno compimento la propria nascita. Nel corso di questo processo può anche accadergli di perdersi, in ogni momento del suo sviluppo può cessare di crescere per finire con l'approdare, come un menomato psichico, "nella distruttività", nella depressione, nell'incapacità di amare e nell'isolamento» ("Manoscritto inedito" in "L'arte di vivere" p.17-1996).

Fromm prosegue il ragionamento affermando come e dove apprendere "l'arte" di vivere dicendo: «In effetti addestrare all'arte di vivere è stato da sempre un compito dei maestri di vita, come Lao-tsu, i profeti, Gesù, Tommaso d'Aquino, Meister Eckhart, Paracelso, Spinoza, Goethe, Marx e Schweitzer, la maggior parte dei quali sono anche maestri del pensiero... i principi essenziali dei maestri di vita sono semplici:

1° Scopo supremo della vita di un uomo, da cui derivano tutti gli altri, è quello di sviluppare appieno la propria umanità.

2° Questo processo, nel corso del quale l'uomo partorisce se stesso, porta al benessere ed è accompagnato da gioia di vivere.

3° L'uomo può raggiungere questo obiettivo solo nella misura in cui supera l'ignoranza, l'avidità e l'egoismo e cresce nella propria capacità di amore, solidarietà, razionalità e coraggio.

4° Non è sufficiente conoscere queste mete; l'uomo deve cercare di raggiungerle praticamente in ogni stadio della vita» (ibidem pag.18).

Tutto questo sapere è ancora buono e valido, anzi necessario per lo sviluppo dell'umanità e di ogni singolo individuo: «Io non sostengo che sia necessario sottoporsi alle autorità religiose e filosofiche del passato, ma che da loro bisogna trarre insegnamento. Io esorto a pensare criticamente, a ridestarsi, a riconoscere che siamo condizionati da cattivi maestri, camuffati da maestri di vita e divenuti famosi e importanti perché non sono riusciti a realizzare pienamente le proprie potenzialità umane» (ibidem p.19).

L'interesse costante per la filosofia lo porterà dopo aver fondato la Società Psicoanalitica messicana, a impostare una scuola di formazione psicoanalitica nella quale: «la parte teorica iniziava con

Freud. Dopo due trimestri seguivano due corsi teorici paralleli "la psicoanalisi umanistica" di Fromm e le teorie di altri autori psicoanalisti cioè Jung, Adler, Rank, Ferenczi, Horney, Sullivan nonché Alexander, Klein, Erickson, Hartmann, Manninger... infine c'era anche un corso filosofico in cui venivano affrontati prima Aristotele e Spinoza, poi Hegel, Marx, Kierkegaard, Heidegger e Sartre...» (R.Funk, "Erich Fromm").

Ancora in "Avere ed Essere", Fromm aveva riaffermato il valore della filosofia soprattutto di quella di Spinoza in quanto dotata di valore etico (il giudizio vero), pratico (l'azione giusta), valore esistenziale-psicologico (il ben-essere, la felicità, la virtù): così «Che io sappia, Spinoza è stato il primo pensatore moderno a formulare il postulato che la salute e la malattia mentale sono il risultato rispettivamente di una maniera giusta o errata di vivere» e ancora «nella sua "Etica", Spinoza distingue tra attività e passività (tra agire e soffrire) intese come i due aspetti fondamentali dell'attività mentale umana.

Quando realizziamo una crescita ottimale, siamo non solo liberi, forti, ragionevoli, lieti, ma anche mentalmente sani, quando non riusciamo... siamo non liberi, deboli, irragionevoli e in preda alla depressione». E ancora «Nella sua "Etica", Spinoza distingue tra attività e passività (agire e soffrire) intese come i due aspetti fondamentali dell'attività mentale» (Etica, 3, def.2).

Dunque complessivamente azione-pensiero-virtù-felicità sono un insieme integrato e interdipendente: il pensiero (le idee adeguate) determinano l'azione e la pienezza della "natura umana", il "cattivo pensare" l'opposto «la nostra mente ora agisce ora soffre: quando ha idee adeguate, essa agisce; quando ha idee inadeguate, essa soffre». Inoltre bisogna tener sempre conto l'unità dell'individuo: «l'uomo è innanzitutto un essere vivente e con certe caratteristiche di esistenza biologica... ;in secondo luogo è un essere sociale, in larga misura plasmato dalla struttura della società in cui vive... in terzo luogo è un essere che ha la peculiarità di cercare una risposta alle domande sul perché siamo nati e sul perché viviamo che tradizionalmente sono domande di natura etica, religiosa, filosofica: l'uomo ha cioè bisogno di una norma di vita e di condotta» ("Personalità, libertà, amore"). Allora senso, scopo, significato dell'esistenza sarà per l'uomo quello di dare alla luce se stesso, diventando ciò che è così: «personalmente credo che si "nasca" ad ogni momento. Ad ogni momento ci troviamo ad affrontare il dilemma se tornare indietro andare avanti... . Abbiamo paura di proseguire perché ci sono dei rischi. Possiamo progredire solo nella misura in cui siamo riusciti a sviluppare le nostre capacità umane: la forza della ragione, la capacità di amare, la capacità di metterci come individui in relazione col resto del mondo...»(ibidem).

Allora all'analisi «spetta un ruolo di primo piano in quanto prassi intesa alla conoscenza di se stessi, alla comprensione della propria realtà, all'affrancamento da illusioni oltre che dall'essere mossi da paura, da brama, per mettersi in grado di vivere in modo diverso il mondo, vale a dire come oggetto

del proprio interesse, della propria disponibilità, della propria capacità creativa, dimenticando se stessi come oggetto e autosperimentandosi quali esseri agenti, senzienti, non alienati» ("L'amore per la vita").

Bisogna sempre tener conto che per Fromm «la comprensione della discrepanza tra comportamento e carattere, tra la mia maschera e la realtà che essa nasconde, costituisce il principale contributo della psicoanalisi di Freud». ("Avere e essere") Dato che «la mia struttura caratteriale, il vero movente del mio comportamento, costituisce il mio essere reale; il mio comportamento può parzialmente riflettere il mio essere, ma di solito è una maschera che ho e che porto per raggiungere i miei scopi» (ibidem). E ancora «Freud ha fatto qualcosa di veramente nuovo, che ha comprensibilmente attirato la simpatia degli artisti, soprattutto surrealisti: ha colto l'uomo nella sua soggettività globale. In un'epoca in cui si vuole rendere tutto oggettivo per inserire nel computer, è ancora più importante che questa novità venga sottolineata. Per Freud una parola non è soltanto una parola, una parola è ciò che significa per gli uomini: perciò egli interpreta, ma questo interpretare significa ricercare il significato... . Il compito dello psicoanalista è cogliere la soggettività» (conferenza "il significato della psicoanalisi per il futuro").

Con queste parole Fromm identifica bene due problemi della scienza moderna: il mito "assoluto" di una oggettività irraggiungibile (quasi un'ideologia) che tenta di ridurre a "cose" le persone e la psicoanalisi che si muove alla ricerca del significato dell'unicità di ogni individuo ed è quindi inevitabilmente ermeneutica, cogliendo inoltre la fondamentale distinzione di Jaspers fra "spiegare" e "comprendere".

Infatti «il metodo di Freud è ancora quello dell'artigiano: la fretta non esiste, si produce una cosa che ha valore in sé, perché è il processo stesso che ha valore... . E' chiara... la grande differenza tra l'osservazione delle persone e l'osservazione delle cose e degli oggetti» (ibidem). A conforto di questa tesi, Fromm ribadisce che «per il pensiero ebraico "conoscere" (yada) per l'appunto non significava un processo di astrazione, ma era... l'esperienza vissuta attivamente dall'uomo, un modo concreto e personale di entrare in relazione... ». Freud ha dunque limitato la portata del suo metodo scientifico forzando talora i fatti per accordarli alla teoria; limiti e sbagli presenti anche nei suoi allievi i quali, secondo Fromm: «...prendono l'eredità di Freud come se fosse qualcosa di intoccabile e ripetono ciò che la teoria dice, senza fare veramente proprie le idee e rinnovarle» (ibidem).

Inoltre Fromm individua e interpreta filosoficamente la scoperta di Freud come rottura dell'identità idealistica fra pensiero ed essere: «Per secoli la tesi idealistica è stata il pilastro della filosofia: essere e pensiero dovevano essere identici. Freud ha relativizzato il pensiero e revocato in dubbio la sua identità con l'essere. Il pensiero è un prodotto umano che può essere o non essere d'accordo con i fatti che sono presenti nell'uomo. Da questo punto di vista la teoria di Freud è una teoria critica per

eccellenza:teoria della critica della coscienza, critica dell'ideologia, critica del pensiero individuale e sociale» (ibidem). Un altro limite del fondatore della psicoanalisi è quello di aver toccato solo una parte dei contenuti "rimossi" cioè quelli sessuali e infantili, quando oggi ben altro è il contenuto dell'inconscio e i conflitti (esistenziali) dell'uomo moderno: l'inconscio per Fromm è la totalità dell'esperienza umana, su cui incide la realtà sociale rendendola inconscia. L'aspetto nuovo che qualifica la ricerca e la pratica psicoanalitica è il modo nuovo di osservare ed interpretare l'uomo: «ad un mio collega, Theodor Reik si deve l'affermazione "l'analista ascolta con un terzo orecchio". E' verissimo... se si preferisce l'analista legge fra le righe. Vede non solo ciò che gli viene direttamente presentato, ma scorge in ciò che è offerto allo sguardo e osservabile, ben di più, qualcosa dell'essenza della personalità che agisce qui ed ora, ogni azione della quale è solo un'espressione, una manifestazione dell'intera personalità, non c'è atto del comportamento che non sia un gesto di quell'intero specifico individuo e quindi non ci sono mai due individui identici» ("L'amore per la vita").

Dunque la psicoanalisi per Fromm deve recuperare e mettere in atto la sua funzione critica, facendo pervenire il paziente e l'analista ad una nuova e più essenziale conoscenza di ciò che è "la realtà", reintegrando ciò che è stato rimosso o meglio "dissociato": la stessa tecnica psicoanalitica deve trarne le conseguenze, modificando la stessa figura e pratica analitica: «l'esperienza mi ha insegnato a non stare più dietro il divano, ma di fronte al paziente. Se si sta dietro ...manca il rapporto con la persona vivente. Se non si vede la persona si perde molto di lei, naturalmente, ma soprattutto non si vede l'espressione del volto che è un elemento di estrema importanza per riuscire a capire dall'interno un'altra persona»: insomma lo psicoanalista non può essere più un osservatore distaccato e "asettico": «come psicoanalista io posso essere un osservatore partecipe solo se parto dalla premessa squisitamente umanistica della possibilità di vivere dentro di me ciò di cui parla il paziente... se non può non può capire il paziente» e «di questa premessa umanistica... era già a conoscenza Meister Eckhart il quale diceva che tu sei in tutti gli altri e tutti gli altri sono in te».

Il risultato è che «lo psicoanalista viene analizzato dal paziente, se lo vuole, sicché il medico viene curato dal paziente.... in termini generali si può affermare che lo strumento più importante della psicoanalisi è lui stesso... nessun computer e nessuna macchina può osservare l'uomo vivo ed intero, c'è solo uno strumento valido per questo compito:l'uomo che ha esperienza di sè. La tecnica psicoanalitica dipende in modo completo... dalla capacità dello psicoanalista di fare di sè stesso lo strumento principale della propria conoscenza... . Questo è il suo microscopio» (Ibidem).

Inoltre la relazione paziente-analista assume una specifica funzione "maieutica" e di "rieducazione", non tanto per il sapere comunicato ma per il nuovo modo di essere dell'analista simile al metodo di insegnamento e di attivazione messi in atto dal Buddismo Zen: «l'analista fa qualcosa di simile;

dovrebbe evitare l'errore di imbottire il paziente di spiegazioni e interpretazioni, le quali possono solo impedire a quest'ultimo di compiere il salto dal pensiero all'esperienza. Egli deve al contrario sottrargli una razionalizzazione dopo l'altra, un appoggio dopo l'altro, fintanto che il paziente non abbia vie di scampo e aprendosi un passaggio attraverso le finzioni che gli opprimono lo spirito, finalmente sperimenti la realtà - vale a dire diventi conscio di qualcosa di cui non era conscio in precedenza» ("Psicoanalisi e Buddismo Zen"). La verità praticata e ottenuta dalla psicoanalisi ha un significato e un campo di estensione più ampi della verità scientifica e della verità "comune": inoltre la psicoanalisi possiede un tipo di conoscere e di sapere che (platonicamente) è un ri-conoscere l'essere della realtà dell'uomo: se esiste la "rimozione" (o meglio per Fromm, la "dissociazione") di ciò che è "inconscio" da parte dell'uomo "socializzato", allora ne segue: «l'affermazione che la verità è repressa si basa... sulla premessa che noi conosciamo la verità e che reprimiamo questa conoscenza, in altre parole, che esiste una "conoscenza inconscia"» ("Avere e essere"). Ancora più precisamente, per sostenere la tesi che il "conoscere" psicoanalitico è un riconoscere, Fromm afferma: «il concetto della rimozione con cui ci si riferisce a ciò che è effettivamente presente in noi ma di cui non si è mai stati coscienti, ci fa capire che in realtà tutto è presente in noi», perciò: «sappiamo tutto, eppure non sappiamo niente di ciò che sappiamo... io sono profondamente convinto che tutto sia presente in noi. Non solamente che noi siamo esseri umani e che non c'è nulla di umano che ci possa esser estraneo, perchè non c'è nulla di umano che non sia in noi: dal bambino al criminale, dal malato di mente al santo, all'uomo medio. Ma io credo anche che noi siamo consapevoli di tutto ciò e che lo percepiamo anche quando non ne siamo coscienti» ("Il significato della psicoanalisi per il futuro").

Allora la conseguenza e la scoperta è che «questa è una delle ragioni fondamentali che spiega perché la verità e la ricerca della verità hanno un effetto così particolare sulle persone. La verità parla soltanto di ciò che gli uomini già sanno; una volta che la corda sia stata toccata, gli uomini non possono far altro che rispondere» (ibidem).

A tale proposito Fromm ripensa alla sua cultura ebraica per rintracciarvi un racconto simbolico «un mito talmudico molto interessante in cui si narra che il bambino, prima di nascere sa già tutto, ma per lui nascere con questa conoscenza a disposizione sarebbe talmente doloroso che un angelo toccando il bambino lo libera dal peso della conoscenza. Questo mito raffigura in modo simbolico (che)... noi sappiamo tutto, e però noi non sappiamo tutto, perché questo sapere sarebbe molto doloroso. Allo stesso tempo però, niente ci dà più animo, anche se fa male, che sapere di stare dalla parte della verità» ("L'inconscio e la prassi psicoanalitica").

D'altro lato «l'inconscio rappresenta sempre l'uomo per intero, con tutte le sue luci e le sue ombre in potenza, esso contiene sempre il fondamento delle diverse risposte che l'uomo è in grado di dare

all'interrogativo posto dall'esistenza» ("Psicoanalisi e Buddismo Zen"). E ancora «... in qualsiasi cultura, l'uomo ha tutte le potenzialità: egli è nel contempo l'uomo dei primordi, l'animale del sacrificio, il cannibale, l'idolatra, e un essere dotato di disponibilità per la ragione, l'amore e la giustizia... l'inconscio è l'uomo per intero, meno quella parte dell'uomo che corrisponde alla società di cui fa parte» (ibidem).

Allora bisogna affermare sulla scorta di ciò che Fromm ha scritto e pensato che lo inconscio è un "a priori" esistenziale inteso come la molteplicità delle possibilità esistenziali dell'esperienza di essere umano. E in questa prospettiva l'inconscio esistenziale di Fromm non è né cattivo (vedi Freud) né buono ( Jung), bensì l'insieme "a priori" di tutte le manifestazioni esistenziali dell'essere umano contemporaneamente nella sua individualità (Io sono io) e nella sua universalità (Io sono uomo).

In questo riconoscimento della "verità esistenziale" incarnata da ogni vita umana e nel riconoscimento della essenza dell'essere umano, fattori che al limite contano più del sapere strettamente tecnico, sta il messaggio finale lasciato da Fromm a tutti coloro che si vogliono interessare alle "relazioni di aiuto", ad aver "cura" degli altri, nonché il suo appello che serve da monito e richiamo per l'uomo d'oggi: «Credo che la cosa più importante sia il coraggio di essere se stessi, il coraggio di dire che per l'uomo non c'è più nulla di importante dell'uomo stesso e che lo scopo più grande della sua azione è la sua sopravvivenza non solo biologica ma spirituale, perchè ciò non può essere diviso. Se l'uomo non ha più speranza, allora non ha più possibilità di vivere». Dunque, l'unica possibilità concessa all'uomo sta nel "coraggio di essere" che Fromm così definisce nell'ultima intervista concessa prima di morire (marzo 1980): alla domanda dell'intervistatore «cosa vuol dire essere?», così egli risponde, «essere vivo, interessato, vedere le cose, ascoltare l'uomo, immedesimarsi nel prossimo, sentire se stessi, rendere la vita interessante, fare della vita qualcosa di bello e di non noioso» ("Il coraggio di essere").

## **Bibliografia di Erich Fromm.**

### 1.DALLA PARTE DELL'UOMO

Indagine sulla psicologia della morale  
(Man For Himself. An inquiry into the psychology of ethics, 1947  
ed. Astrolabio-Ubaldini, Roma 1971)

### 2.PSICOANALISI DELL'AMORE

Necrofilia e biofilia nell'uomo  
(The Heart of Man. Its genius for good ad evil, 1964/ed. Newton Compton, Roma 1971)

### 3.FUGA DALLA LIBERTA'

(Escape from Freedom, 1941/ed. Comunita'-CDE)

4. PSICANALISI DELLA SOCIETA' CONTEMPORANEA

(The Sane Society, 1955/ed. Comunita'-CDE, Milano 1981)

5. AVERE O ESSERE ?

(To Have or To Be, 1976/ed. Mondadori-CDE, Milano 1977)

6. LA RIVOLUZIONE DELLA SPERANZA

(The Revolution of Hope Toward a Humanized Technology, 1968 ed. Bompiani, Milano 1982)

7. L'ARTE D'AMARE

(The Art of Loving, 1956/ed. Mondadori, Milano 1982)

8. LA DISOBBEDIENZA E ALTRI SAGGI

(On Disobedience and Other Essays, 1981/ed. Mondadori-CDE, Milano 1982)

9. DOGMI, GREGARI E RIVOLUZIONARI

(The Dogma of Christ, 1955/ed. Comunita', Milano 1982)

10. VOI SARETE COME DEI

Un'interpretazione radicale del Vecchio Testamento e della sua tradizione

(1966/ed. Astrolabio-Ubaldini, Roma 1970)

11. PSICANALISI E RELIGIONE

(1950/ed. Comunita', Milano 1982)

12. L'UMANESIMO SOCIALISTA

L'applicazione della psicoanalisi umanista alla teoria di Marx

(Socialist Humanism An International Simposium, 1965/ed. Rizzoli-BUR, Milano 1981)

13. L'UOMO SECONDO MARX

(Marx's concept of man, in "Alienazione e sociologia", ed. Franco Angeli, Milano 1973)

14. PSICOANALISI E BUDDHISMO ZEN

(1960/ed. Astrolabio-Ubaldini, Milano 1968)

<http://www.traccefresche.info/monografie/psicozen.html>

15. GRANDEZZA E LIMITI DEL PENSIERO DI FREUD

(1979/ed. Mondadori-CDE, Milano 1979)

16. ANATOMIA DELLA DISTRUTTIVITA' UMANA

(1973/ed. Mondadori, Milano 1983)

17. AMORE, SESSUALITA' E Matriarcato

(1994/ed. Mondadori, Milano 1997)

18. L'AMORE PER LA VITA. Letture radiofoniche

(1983/ed. Mondadori, Milano 1984)

19. PERSONALITA', LIBERTA', AMORE. Intervista  
(Dialogue with Erich Fromm, 1966/ed. Newton Compton, Milano 1980)

20. LA CRISI DELLA PSICOANALISI  
(1970/ed. Mondadori, Milano 1979)

## **“Emmanuel Lévinas: riflessione sul rapporto con l’Altro” (applicabile alla seduta di counseling filosofico)**

**Anna Actis Dato**

Lévinas è un importante filosofo francese morto alcuni anni fa, la cui fama non è forse giunta ai livelli che meritava. Il suo pensiero s’inserisce sul filone kantiano-heideggeriano-decostruzionista, ma per superarlo ed aprirci prospettive nuove sul concetto stesso di *filosofia* e di linguaggio filosofico.

La sua scrittura è dirompente e poetica, non volutamente oscura, ma necessariamente adeguata a ciò di cui si deve parlare, l’Assolutamente Altro, il non inglobabile nelle maglie del discorso comune o del logos razionale, Dio, l’Impronunciabile. Sullo sfondo affiora la cultura ebraica cui Lévinas appartiene.

Al centro della sua riflessione è il rapporto con Altri, con il prossimo: l’Altro s’impone alla mia coscienza provocando scompiglio, turbamento, smarrimento. Si manifesta attraverso il Volto della vedova, dell’orfano, del sofferente e ci chiama ad una presa di posizione, alla responsabilità fino alla *sostituzione* per l’Altro, ossia al morire per il prossimo, come fece Gesù Cristo. La modalità del rapporto con Altri è la *tenerezza com-mossa*, il desiderio infinito di raggiungerlo che si risolve nella carezza e nel pianto, appunto nella tenerezza, perché Altri è sempre irraggiungibile, incomprensibile; l’esistenzialismo ci ha illustrato l’incomunicabilità degli uomini e la loro solitudine: quest’autore va al di là di esso, mostrandoci una possibilità di rapporto nel non-rapporto, un faccia-a-faccia che mantiene la distanza ma esiste come ideale etico cui tendere. “Tenerezza com-mossa” perché l’Altro ci scuote dal nostro apparente torpore, ci tocca nel vivo e non ci lascia indifferenti: ecco perché si è detto a proposito di Lévinas che l’etica precede la filosofia, ma io direi piuttosto che coincide con essa, non solo metafisica ma metafora, *enigma*, *smarcatatura*, per usare il linguaggio di Derrida; il linguaggio infatti deve sfondare il limite del discorso coerente in una fusione tra *mythos* e *logos* che recuperi alle parole di una scrittura *intransitiva*, il “fuori-taglia” di kantiana memoria, così ben analizzato nella *Critica del giudizio*, dove c’è già un possibile sbocco della filosofia nell’etica attraverso l’arte. Diventa infatti l’arte, la letteratura, la poesia assurta a dignità filosofica l’unico modo per esprimere l’Incondizionato.

Il *faccia-a-faccia* ci rimanda al rapporto con l’Assoluto, che si as-solve nel momento in cui sembra volersi manifestare; l’uomo contemporaneo vive nella separazione da Dio, l’as-solutezza è l’Assenza, che tuttavia possiamo percepire in quelle parole non dette o appena sussurrate che

salgono dal silenzio e dal passato immemorabile, quegli echi che i poeti riescono a fissare sulla pagina bianca denunciando tuttavia il loro carattere di *tracce*.

L'atteggiamento da tenere non è l'arroganza del voler dire, ma la passività dell'ascolto della voce interiore, possibile solo quando tace la chiacchiera del mondo ( come ben spiegava Heidegger in *Essere e tempo* a proposito della parola autentica ), ed è forse in qualche modo Dio o l'Assoluto che si esprime attraverso di noi, come pensava Madre Teresa di Calcutta, o attraverso il Volto del prossimo, il povero, l'orfano, la vedova. Dunque un altro elemento importante del rapporto con Autrui è la passività: non pura *depense* alla maniera batailliana, ma fermento di una notte dell'esistente che precede l'Essere, Assenza in cui è avvertita quasi fisicamente la presenza di qualcosa di primordiale e archetipico ritornante nella nostra memoria collettiva ( cfr. Jung ), quello che Lévinas chiama *l'il y a*. L'*il y a* è in fondo il nucleo centrale del suo pensiero, l'anello di congiunzione delle varie sfaccettature della sua teoria, il punto di collegamento con la letteratura ( si pensi al Neutro blanchotiano ) e la filosofia contemporanea. Il brusio del *c'è* che tutto promette e dove tutto è ancora in potenza, la notte foriera del giorno, la passività, l'altra frontiera, l'il-limitato contrapposto al limite di cui parlava Pitagora, perché l'Uno con potere limitante è il fallogocentrismo della filosofia occidentale in cui Heidegger ancora si trattiene: compito del nuovo filosofo sarà allora quello di uscire dagli schemi precostituiti recuperando la parola "corporea" che non può tradursi in concetto, la metafora, la parola poetica, forse quel modo "femminile" di rapportarsi al mondo. Può sembrare strano qui avvicinare Lévinas, filosofo ebreo vissuto in una cultura patriarcale, dove il potere è detenuto esclusivamente dal maschio, al recente pensiero femminista, ma gli esiti estremi di una teoria sfuggono spesso al suo ideatore, e ciò rappresenta la misura della fertilità della teoria stessa. Il commento di Derrida a Lévinas, contenuto ne *La dissemination*, non può che portare a questo, la corporeità del pensiero femminile evidenziata da Adriana Cavarero, Rosi Braidotti e altre porterebbe oltre su questa strada, l'esigenza formulata da Luce Irigaray già molti anni fa in "Speculum: l'altra donna" manifesta un desiderio di superamento della cultura ufficiale che non è solo delle donne, in un'epoca in cui si parla tanto di destituzione del soggetto, di smarrimento dell'uomo moderno rimasto senza padri. Qualcuno forse vorrebbe recuperare le madri, o meglio la "madre" Terra, la *chora* descritta da Platone nel "Timeo", opera notevole in cui vengono mirabilmente fusi la razionalità della geometria e il mito della creazione, quella *doxa* a cui Parmenide accenna in un frammento come controparte della Verità, quella zona oscura che si proponeva di indagare, l'irrazionale poi analizzato da Freud venticinque secoli più tardi, quella parte femminile di ciascuno di noi che spesso si vuole negare o nascondere. Allora non parliamo più di "pensiero debole" o di "minimalismo", ma di recupero di valori autentici, positivi, forti, radicati nei recessi profondi della nostra anima: parlare di *anima* è fuori moda oggi, ma

il discorso di Lévinas non può prescindere da essa. Eticità, corporeità, perché il Volto è concreto, nel suo carattere di *traccia* rimanda all'Assoluto e all'anima, che etimologicamente significa "soffio di vento" dal greco *anemos*: ciò che agli occhi del mondo secolare può apparire inutile è proprio ciò che è più importante, ciò che non si può toccare né vedere, ma che ci ferisce nel profondo attraverso quegli occhi che ci guardano e ci chiedono giustizia: "...non abbiamo riconosciuto Cristo quando....si è rivolto a noi come un essere solo, come un bambino perduto alla ricerca di un luogo in cui ripararsi"; "I poveri, in qualsiasi parte del mondo siano, sono Cristo che soffre. In loro vive e muore il Figlio di Dio. Attraverso di loro Dio lascia intravedere il Suo volto" (Madre Teresa, "Parole Sante").

L'anima non è qualcosa di astratto, ma è inscindibile dal corpo: la dicotomia che soprattutto da Cartesio in poi ha accompagnato tutto il pensiero occidentale dev'essere superata per la costruzione di una nuova filosofia che tenga conto di tutti gli aspetti del vivere.

Dire è dare il mondo ad Altri, renderlo comprensibile per Altri, e così dare inizio alla tematizzazione; le cose acquistano senso solo a partire dalla prossimità, relazione che viene prima dell'essere e del mondo: "La novità della rivoluzione copernicana: il senso non si misura con l'essere o il non-essere perché l'essere, al contrario, si determina a partire dal senso"(Lévinas, *Altrimenti che essere*). "Il contatto, nel corso del quale mi avvicino al prossimo, non è manifestazione né sapere, ma l'evento etico della comunicazione – presupposto di ogni trasmissione di messaggi – che instaura l'universalità in cui si enunceranno parole e proposizioni" (*En découvrant l'existence avec Husserl et Heidegger*). Profetismo, discorso ispirato che si imprime come traccia in ogni logos, in ogni Detto, aprendone la falla per cui passa la trascendenza; significazione fuori contesto, scardinamento del discorso coerente e sua condizione di possibilità, apertura di una quarta faccia nel triangolo ossidionale della metafisica (di hegeliana memoria: tesi-antitesi-sintesi), come ipotizza Derrida ne "*La dissemination*", *ale-theia* in cui la *lethe* (= nascondimento) come non-verità precede la verità stessa, termine derivato; inoltre *teth* in francese arcaico significa *serpente*, simbolo di morte e di rinascita in un ciclo ritornante mai concluso; in greco *theta* richiama il termine *tetra*, quattro: "La quarta faccia .....è superficie di morte" (Derrida, *La dissemination*), dove la morte simboleggia apertura di un quarto termine nel ritmo ternario della dialettica. I poli oppositivi si fronteggiano senza più riconciliarsi, si sviluppano possibilità concomitanti di lettura o di scrittura fra cui non si decide, essendo ogni termine, ogni frase reversibile, la proposizione indecidibile di cui Godel ha dimostrato la possibilità nel 1931, né conseguenza degli assiomi né in contraddizione con essi, né vera né falsa.

Scrittura intransitiva appunto, non agente su un oggetto come quella transitiva, non mirante all'atto, alla realizzazione, alla presa di possesso dell'oggetto, ma che tenta di cogliere tracce e pensieri nel

momento del loro porsi, del passaggio stesso dalla potenza all'atto che non si traduce ancora in atto e rimane aurorale. Scrittura dunque passiva, che richiama all'ascolto dell'Altro e non al dominio dell'Altro, alla passività del sentire poetico che percepisce le voci del silenzio, passività dell'incontro con Altri, passività che per secoli è stata prerogativa delle donne: il discorso non dominato e non dominante è quello dell'etica *in primis*, del non globalizzante, della pace e non della guerra, della conservazione e non dello sfruttamento delle risorse. Una cosa implica l'altra in una catena infinita: è ora di far parlare, sia pure in toni sommessi, ciò che è rimasto finora occulto, dar voce al povero, all'orfano, alla vedova che nel Volto ci vengono incontro.

Questo linguaggio è quello dell'Amore in tutte le sue forme, è il canto degli amanti uniti da un desiderio infinito di comunicazione che si traduce nella prossimità, nella carezza: non un fatto, ma un ideale a cui tendere, un'esigenza morale ( qui possiamo richiamarci a Kant e a Ernst Bloch ). Linguaggio che tenta di esprimere valori perduti e da riscoprire in un mondo secolarizzato che ha spesso dimenticato il senso della trascendenza, il richiamo dell'Assoluto.

### **Bibliografia di E. Levinas**

*La traccia dell'altro*, Pironti, Napoli, 1979.

*Totalità e infinito. Saggio sull'esteriorità*, Jaca Book, Milano, 1980.

*Quattro letture talmudiche*, Il Melangolo, Genova, 1982.

*Altrimenti che essere o al di là dell'essenza*, Jaca Book, Milano, 1983.

*Dell'evasione*, Elitropia, Reggio Emilia, 1983.

*Nomi propri*, Marietti, Genova, 1984.

*Etica e infinito. Il volto dell'altro come alterità etica e traccia dell'infinito*, Città Nuova, Roma, 1984.

*Umanesimo dell'altro uomo*, Il Melangolo, Genova, 1985.

*Dal sacro al santo. La tradizione talmudica nella rilettura dell'ebraismo post-cristiano*, Città Nuova, Roma, 1985.

*L'al di là del versetto*, Guida, Napoli, 1986.

*Di Dio che viene all'idea*, Jaca Book, Milano, 1986.

*Dall'esistenza all'esistente*, Marietti, Genova, 1986.

*Difficile libertà*, La scuola, Brescia, 1986.

*Il tempo e l'altro*, Il Melangolo, Genova, 1987.

E. Levinas - A. Paperzak, *Etica come filosofia prima*, Guerini e Associati, Milano, 1989.

*Trascendenza e intelligibilità*, Marietti, Genova, 1990.

*Fuori dal soggetto*, Marietti, Genova, 1992.

*Su Blanchot*, Palomar, Bari, 1994.

*Alcune riflessioni sulla filosofia dell'hitlerismo*, introduzione di G. Agamben, Quodlibet, Macerata 1997

# **Il paradigma scientifico e la biografia di una paura. Analisi di una discussione medico-paziente in un contesto transculturale.**

**Sara Ceraolo**

## **Riassunto.**

Una breve riflessione, tra filosofia e medicina in un contesto transculturale, generata da una situazione esistenziale a cui l'autrice ha avuto modo di assistere durante un viaggio in Perù.

**Parole Chiave:** Paradigma scientifico, Medicina, Filosofia, Paura.

Lo scenario della discussione, a cui ho avuto modo di assistere, è culturalmente complesso: essa si è svolta a Chachapoyas, in Perù, tra un medico canadese e una ragazza peruviana.

La ragazza si è rivolta al medico per poter avere qualche chiarimento intorno alla possibilità di aver contratto una infezione di origine sessuale, un medico che, in questo caso, non stava lavorando ufficialmente, ma che rivestiva, per preparazione e luogo di origine, un significativo punto di riferimento.

Il medico, per poter reperire dati empirici attendibili incalzò con una serie di domande specifiche circa gli usi sessuali della ragazza. Successivamente, iniziò ad elencarle la possibilità di una serie di malattie; seguì una descrizione degli esami di laboratorio necessari ad escludere le eventuali possibilità e una investigazione sugli accertamenti eseguiti da parte della ragazza, vista l'età, la nazionalità e lo stile di vita.

La ragazza, in principio preoccupata, divenne palesemente agitata: l'espressione del suo viso si incupì e il suo sguardo si diresse verso il basso. Non parlava più, semplicemente annuiva con aria colpevole.

Se prima possedeva un dubbio ora ne aveva molti e non lasciò la stanza con la volontà di eseguire gli accertamenti suggeriti, piuttosto con una sensazione di paura per il proprio sé.

Successivamente seguì una discussione tra me ed il dottore circa la sua modalità di approccio al problema.

La probabilità è un concetto chiave nel pensiero medico ed è correlato a quello di frequenza.

La concezione frequentistica di probabilità è accettata così largamente che i medici alle volte l'assumono come garante del loro codice deontologico.

Al mio domandare, perché egli avesse proposto, ad una ragazza palesemente agitata, la possibilità di tutte quelle malattie, egli rispose: “ sono un medico, questa è la mia etica. Non posso permettermi il dubbio, devo indagare tutte le possibilità”.

A mio avviso, in questo nucleo tematico, si apre la questione sull’efficacia della notizia: che cosa si cela dietro ad una richiesta di aiuto da parte di una giovane con uno stile di vita poco controllato?

Non c’è, forse, una domanda circa “la paura”?

La malattia e l’esperienza della possibilità della malattia appartengono a due ordini ontologicamente differenti. La prima, si riferisce ad un ordine razionale dei contenuti oggettivi del pensiero, la seconda, ha a che vedere con gli stati di coscienza e l’esperienza del proprio sé.

La distinzione ingenua tra mondo della realtà oggettiva e mondo dell’esperienza soggettiva ha effetti nefasti sulla gestione del controllo e benessere del proprio io.

La discussione tra me ed il medico, verteva su questi temi: a mio avviso, un buon medico deve possedere alcuni elementi in grado di chiarificare la domanda del proprio consultante, per essere in grado di riconoscere e parlare alla paura che questi porta con se nella sua richiesta di aiuto.

Se un medico non è in grado di accogliere il vissuto soggettivo del proprio paziente, perde l’opportunità di comunicare in maniera efficace il proprio sapere.

Di primo acchito il dottore reagì in maniera forte al mio punto di vista, successivamente si predispose ad ascoltarmi. Alcuni giorni dopo, egli mi disse: “ In effetti, avrei dovuto iniziare con il dire alla ragazza che, ad un calcolo realistico delle possibilità, ella non correva molti rischi di contagio e che tuttavia sarebbe stato auspicabile, per il proprio benessere, eseguire alcuni accertamenti”.

Insieme concordammo che, al di là dell’incontro medico-paziente, esiste, empaticamente, l’incontro umano, dimensione in cui gli “ego” e le paure si alleggeriscono per lasciare spazio all’accoglienza.

# **Il counseling filosofico nella consapevolezza della morte**

## **“In ricordo dell’amico malato”**

**Silvana G. Ceresa**

Ciao....., amico caro e generoso.

La tua sofferenza degli ultimi tempi è dominante nel ricordo e nel riviverne la memoria ho degli intensi incontri, specchio del tuo modo di vedere il mondo..

Eravamo nel tuo salotto noi due, in una tarda mattinata invernale e mi parli dei tuoi amori, di come per te sia importante in un rapporto l’intensità al punto che se viene meno si spegne tutto e non resta che guardare altrove, a volte accontentandosi pur di rivivere quella antica sensazione e per un solo momento risentirsi vivi.

Racconti come (non cosa) sia per te la fedeltà, che è legame ad un ideale non ad una realtà e di quanto ciò abbia fatto soffrire le persone perché non riuscivano a comprendere la differenza tra i tuoi diversi momenti, sempre autentici pur nella apparente disparità: l’essere autentico ti è importato, è la coerenza con te stesso, le scelte si rinnovano non si reitano, come per la stima.

L’autenticità ti è più cara di una coerenza apparente dei gesti, in quanto quella è verso te stesso, l’altra nella percezione altrui e ciò non ti è mai bastato, nella vita privata come nella pubblica, ed anche a costi alti che comunque sono stati valutati da chi ti guardava e non da te, per cui erano insignificanti e senza vero valore.

Questo “vero valore” rimane sospeso nel nostro dire, sei stanco, lo riprendiamo quasi casualmente (ma conosci la sincronicità ) qualche giorno appresso quando, scusandoti di ricevermi in camera, mi chiedi direttamente e ridendone cosa è il counselling filosofico, se serve e come, quasi interrogandomi.

Così attraverso un percorso fatto soprattutto di tue citazioni filosofiche si apre un dialogo alla Critone e parliamo della morte. Non vuoi vederla ma la senti, sai che è l’unica certezza che abbiamo essendo nati ma ne sposti la barra a secondo del momento, la vorresti poter scegliere ma non spezzi la speranza, poi con gli occhi divenuti d’improvviso ridenti dici che così stai prendendoti in giro, che fai un gioco per gli altri, che non credi alle balle che ti contano, che vuoi affrontare il problema per eccellenza, quello del distacco dagli affetti e dalle cose e che vuoi prepararti perché solo in questo modo non ti frega beccandoti alle spalle.

Sono le tue espressioni ed il tuo sguardo che mi squarciano l’anima per la forza e la lucidità: e continuiamo a parlare con la voce che, nell’attraversare i giorni, diventa

progressivamente sommersa come se solo il bisbiglio fosse adatto a questi temi gravi o come se non dovessimo essere sentiti neppure dalla Grande Presenza incombente le nostre anime.

Non c'è lagrima né rimpianto, con me non destini proprietà future, non parliamo di azioni ma di emozioni ed il tuo sguardo che accarezza d'intorno non ha espressione di sofferenza o di saluto ma di grande dignità, quella stessa che hai manifestato in questi ultimi faticosi mesi

Per lunghi momenti tacciamo poi riprende il dialogare sul senso delle cose, sulla religione terrificante nelle sue visioni apocalittiche di un dopo imperscrutabile, sulla laicità come responsabilità totale di se stessi, sull'etica e l'estetica, sulla poesia amore di una vita che ti ha dato l'autenticità raccontabile e forse anche comprendibile, sui premi in mortem e la tua ironia è stemperata dall'affetto per chi ha desiderato ricordarti ancor "prima" di essere una memoria.

Ma sei stanco, facilmente stanco, e nonostante il desiderio della parola ti assopisci.

Esco per l'ultima volta dalla tua camera, in punta di piedi con un sorriso affettuoso e triste, simile ad ora che ti racconto.

## Recensioni

### Filosofia e handicap

#### Recensione di

**Alexandre JOLLIEN, *Elogio della debolezza* (2001), edizioni Qiqajon, Magnano (Biella), 2006.**

**Carlo Molteni**

Da che cosa nasce la filosofia? Dalla meraviglia, dallo stupore, ci insegna Aristotele.

Dal guardare la realtà con occhio diverso, che sa scorgere qualcosa oltre ciò che pare ovvio, scontato, normale.

Che sa scrutare oltre la superficie, nel tentativo di svelare una verità che ama nascondersi.

Che non accetta semplicemente, ma si pone domande.

Spinto spesso da un problema, aggiungerebbe John Dewey, che mette in moto un processo di ricerca volto ad analizzare la situazione problematica e a ipotizzare possibili soluzioni.

O almeno, aggiungerebbe un consulente filosofico, alla ricerca di un senso possibile che permetta di vivere il disagio.

In questa prospettiva appare semplicistico l'adagio scolastico: *primum vivere, deinde philosophare*.

La filosofia infatti non appare un lusso, che può permettersi di coltivare chi conduce un'esistenza soddisfacente, o comunque normale.

Proviamo a trasformare, sulla scorta di Achenbach, gli interrogativi kantiani (che cosa posso sapere? Che cosa devo fare? Che cosa posso sperare? Cos'è l'uomo?) nelle domande della consulenza filosofica: Che cosa so? Che cosa faccio? Che cosa spero? Chi sono?

In questa prospettiva la filosofia entra nella vita, come una fiamma di una candela che dà luce alle parti che illumina.

Anche in una vita che stupisce, perché ci presenta un "diverso". Una persona che porta dalla nascita il segno non di una semplice negazione di ciò che potrebbe essere o anche non essere, ma della privazione di ciò che la dovrebbe caratterizzare: la normalità.

Il disabile, o come più pietosamente si preferisce dire, il diversamente abile, che cosa può ricevere dalla filosofia?

Un piccolo libro, pubblicato dalle edizioni legate alla Comunità di Bose (il cui priore Enzo Bianchi è intervenuto con una relazione lungamente applaudita al Festival di Filosofia di Modena del 2006) ce lo mostra.

L'autore è Alexandre JOLLIEN, di cui è stato tradotto dal francese uno scritto del 2001 *Elogio della debolezza* (edizioni Qiqajon, Magnano (Biella) 2006), un agile libretto di poco superiore alle cento pagine nel quale Socrate dialoga con un diversamente abile.

Lo stupefacente è che l'autore è un cerebroleso dalla nascita, che dopo diciassette anni di permanenza in un centro specializzato per disabili è riuscito a frequentare un istituto commerciale e addirittura ad intraprendere lo studio della filosofia all'Università di Friburgo.

Come nota nella prefazione Reudi Imbach, docente di filosofia all'università svizzera frequentata da Jollien, "Siccome ci obbliga a guardare 'altrimenti', questo libro è autenticamente filosofico. [...] Il dialogo è socratico non solo perché la discussione svela e manifesta il problema che l'uomo è a se stesso, ma soprattutto perché il dialogo sfocia, come alcuni scritti platonici, in un ribaltamento radicale dei valori: Socrate che interroga è a sua volta interrogato, costretto a porre il problema imbarazzante della propria normalità." (p.8).

Rivela l'autore che, non potendo scrivere con le mani, ha dettato il testo al computer: "... la discussione socratica riflette fedelmente il modo in cui ho conosciuto la filosofia. Infatti per far fronte alle difficoltà quotidiane leggevo i filosofi, che diventavano per me interlocutori privilegiati. Tra essi, Socrate ha avuto un ruolo decisivo." (p. 14)

Il libro ricorda i momenti difficili per le carenze dell'istituto, l'incomprensione con la maggior parte degli educatori, la derisione dei compagni, i problemi con i genitori stessi.

Con il crescere dell'età cresce la domanda di Alexandre su di sé, su gli altri, sul concetto di normale.

E cresce la voglia di capire, non solo nel senso greco di comprendere con l'intelletto, ma anche nel senso ebraico di gustare, di fare l'esperienza di un significato vitale.

Non tutto si risolve: a volte Socrate rimane muto di fronte alle domande di Jullien.

La filosofia infatti non cambia un corpo disabile; però può farlo vedere in una prospettiva diversa.

Insieme all'amicizia "...la filosofia – in quanto lotta contro gli schematismi, i luoghi comuni – mi ha aiutato molto – scrive Jollien - a contrapporre la ragione a tutto questo fardello di pregiudizi e di sentimenti negativi, a lottare contro l'irrazionale, la paura, la crudeltà. Il nemico da combattere ... è stata la mancanza di fiducia in me stesso e l'incomprensione." (p. 101).

Nelle pagine finali non si danno soluzioni, ma si pone una domanda.

Ad Alexandre che cerca la differenza tra normalità e anormalità Socrate offre una diversa prospettiva: "Alexandre, ho un'idea. Dopo di che, sapremo cosa pensare della normalità. Ovunque

vada, in qualunque situazione mi trovi, tutti mi considerano come un marginale, un anormale e come tale mi trattano. Eppure, io cammino diritto, rispetto le leggi. Provami, dimostrami che sono, sotto tutti punti di vista, assolutamente normale!”

Il libro si chiude con il silenzio di Alexandre, che non sa rispondere al filosofo.

Un silenzio maieutico, gravido di riflessioni anche per il lettore.

## Recensione di

**Peter B. Raabe, *Teoria e pratica della consulenza filosofica. Idee fondamentali, metodi e casi di studio*, Apogeo, Milano, 2006**

**Anna Garofalo**

Il testo si propone una sistematizzazione organica del discorso intorno al counseling<sup>1</sup> filosofico, facendo il punto dell'attuale stato dell'arte e delle problematiche che attengono alla metodologia e alla codificazione in genere della disciplina.

Pur presentando il limite di fondarsi prevalentemente sulla letteratura anglosassone, Raabe riesce a fornire un quadro che abbraccia in senso generale tutti i punti principali di questa relazione di aiuto.

La trattazione, inoltre, viene accompagnata e rafforzata, di volta in volta, da serrati riferimenti testuali. In questo modo, però, l'autore limita il suo ruolo all'organizzazione degli argomenti, mentre la sua idea viene riservata in poche pagine, in special modo in quelle che riportano i suoi dettagliati casi studio, cui dedica una sezione apposita, e nella quale illustra gli stadi del suo processo di counseling filosofico.

Si tratta di passi non vincolanti, di linee guida per lo svolgimento del lavoro del consulente, ognuno dei quali può giovare di un approccio diverso non reciprocamente escludentesi con gli altri. Infatti, per Raabe, la maggioranza delle teorie, e molti degli approcci e dei metodi del counseling filosofico, possono essere conciliati<sup>2</sup>. In altre parole, viene rigettata l'idea dell'applicazione di una regola uniforme, con un modello lineare o sequenziale, poiché non si può indicare un tragitto regolare nello svolgimento del ciclo di sedute, o di una singola seduta stessa, dal momento che lo stato d'animo del consultante subisce dei cambiamenti sostanziali.

Da qui, possiamo dire che il processo di counseling filosofico consiste di una serie fluida di transizioni che si possono accavallare, sovrapporre e disporre variamente, e che solo per comodità di esposizione possono essere schematizzati ordinatamente.

---

<sup>1</sup> Ci atteniamo all'uso del termine in lingua originale, precisando che nell'edizione italiana il traduttore e revisore, Neri Pollastri, utilizza, in accordo con l'autore, esclusivamente il termine "consulenza" (p. XIX), sostanzialmente per non ingenerare confusione con la disciplina affatto distinta del counseling psicologico. L'adozione del nome per esteso di "counseling filosofico" può ovviare all'inconveniente.

<sup>2</sup> Per Achenbach, invece, la filosofia non usa metodi, sviluppa metodi.

Dunque, possiamo identificare una prima fase, probabilmente la principale, di *free-floating*, fluttuazione, perché durante questo lavoro vengono determinati, flessibilmente, gli spazi del consulente e del cliente: il primo familiarizza con i bisogni e i desideri del cliente per indirizzare gli stadi successivi, il secondo, lasciato quasi completamente libero di esporre la sua problematica, acquisisce fiducia, senso di accoglimento da parte del consulente e ottiene un primo contatto con l'approccio. È un momento in cui il filosofo offre tempo, conforto e pone poche domande, rispondendo all'esigenza del cliente di parlare a lungo e liberamente (ottenendo simultaneamente un risultato, per ciò stesso, catarchico).

Si tratta di un tipo di ascolto molto particolare, «pieno di cura»<sup>3</sup> che mira a rafforzare la relazione e la comprensione, attraverso un approccio empatico nel quale le vicende del cliente vengono messe in risonanza emotiva con le proprie, pur non perdendo mai il *focus* sul cliente.

Nel secondo dei momenti del processo di Raabe, il consulente aiuta il cliente a risolvere i più immediati problemi, mentre nel terzo viene esplicitata la portata di intenzionalità didattica dell'approccio di counseling filosofico che, insieme alla «trascendenza del discorso filosofico al di là della soluzione del problema immediato», all' «incremento dell'autonomia del cliente»<sup>4</sup> e alla preventività e proattività (che vengono sviluppati nel quarto momento della relazione di consulenza), differenzia più nettamente il counseling filosofico rispetto ai numerosi metodi psicoterapici non psicoanalitici (le numerose terapie esistenziali, cognitive e comportamentali) i quali, secondo lo studioso tedesco rimangono, in un certo qual modo, sostanzialmente filosofici.

Nell'ultimo stadio, infine, il cliente viene aiutato nel conseguimento di una vita più consapevole e di una più ampia prospettiva (o, come dice Lahav, di un allargamento del “perimetro” e della cornice della sua storia), attraverso l'autocomprensione e il miglioramento delle capacità di ragionamento, raggiunte utilizzando strumenti concettuali, come il pensiero critico e creativo, tipici del lavoro filosofico. Lo specifico del counseling filosofico consiste, appunto, nel fatto di far partecipare il cliente a un'indagine filosofica (la sua) e aiutandolo, in un certo qual modo, a farsi filosofo, a divenire un piccolo consulente filosofico di se stesso. Infatti Lahav parla di “autoindagine” e la Schuster di “autodiagnosi”. Nondimeno, Gadamer stesso ritiene che la filosofia sia una sorta di propensione naturale dell'uomo<sup>5</sup> che può essere migliorata con lo studio e la pratica, e non un costrutto teoretico o un esercizio accademico. Allo stesso modo, Raabe afferma che il

---

<sup>3</sup> P. 116

<sup>4</sup> P. 224.

<sup>5</sup> Gadamer H.G., *Dove si nasconde la salute*, Raffaello Cortina Editore, Milano, 1994, p. 104.

counseling filosofico «è unione di persone e filosofia, vita e meraviglia»<sup>6</sup> e, conseguentemente, non fa problema considerarla come terapia, nel senso ampio di *therapeia*, ossia come «servizio»<sup>7</sup> che, anche se non a rigore terapeutico, *deve essere* terapeutico<sup>8</sup>, non nel mero soddisfacimento dei desideri dei consultanti (non è questo l'obiettivo principale del counseling filosofico), quanto nell'accrescerne l'autonomia e agevolarli nel percorso di acquisizione della capacità di abbracciare la filosofia come stile e modo di vivere.

---

<sup>6</sup> P. 244.

<sup>7</sup> P. 229.

<sup>8</sup> P. 137.