



Fabio Palma

Effimera riflessione sull'esistenzialismo sartriano

L'essere e il nulla. Da anni non prendevo in mano questo genere di libri, sebbene la mia formazione filosofica; letture dalle quali ho scelto di allontanarmi perché credo, sono anzi convinto, non aiutino a stare meglio con se stessi e con gli altri. E' successo per caso, perché un'amica mi ha inviato la recensione di un saggio che trattava dell'argomento.

Ho solo leggiucchiato qua e là alcune pagine e poi ho chiuso il libro. E di certo non lo riaprì. No, non perché mi provochi particolari angoscia o disagio: solo perché - sarò schietto - non mi sento di farmi coinvolgere più di tanto in ragionamenti a mio avviso autoreferenziali di cui non so comprenderne l'utilità, tutto qui.

Un brano che ho letto è il seguente:

Tra "me" e "gli altri" non è possibile altro rapporto che quello conflittuale. Per esistere essi "mi negano" come "in-sé"; per attuare la loro libertà essi negano lo stesso mio mondo; "sottraggono", insomma, a me il mio mondo e me stesso; gli oggetti non sono più miei, perché entrati nel progetto e nella valutazione dell'altro; io non sono più io, perché l'altro mi giudica trattandomi come un in-sé, e mi utilizza per i suoi scopi, per i suoi valori e per le sue scelte.

L'altro, anche solo guardandomi, spossessa me di me stesso, si appropria di me, mi rende "oggetto" per sé. Io non sono più un "per-sé" ma una "cosa" tra le altre, "parte" del mondo dell'altro. L'esistenza dell'altro dunque "mi colpisce in pieno cuore", mi crea il "malessere", mi getta nella "vergogna" di esser "caduto" al ruolo di "cosa utilizzabile", mi produce quel senso di instabilità che dipende sia dal fatto che so che io esisto per l'altro perché l'altro mi fa esistere (sia pure come cosa), sia perché so che l'altro "mi mette in pericolo", col suo "dominio" su di me.

Un altro brano è quello in cui Sartre parla della malafede. Un uomo, dice, è in malafede quando *mostra di essere ciò che non è e non mostra di essere ciò che è*; quindi quando è insincero non solo con gli altri ma anche con se stesso. Tale conclusione muove dal fatto che ogni uomo è un essere libero in quanto il mondo non ha alcun senso e significato se non quello che noi stessi gli diamo, perciò, quando mentiamo a noi stessi non è per fattori a noi esterni ma perché stiamo *scegliendo* di farlo. La coscienza, per Sartre, è primaria rispetto alla



realtà; gli oggetti e il mondo sono il frutto di un atto della coscienza, soggettivo e intenzionale.

Da questo punto di vista l'introduzione nell'ambito della psicoanalisi dei concetti di rimozione e censura per spiegare il respingimento delle rappresentazioni spiacevoli o dolorose è per Sartre un atto di malafede in quanto assolve alla funzione autoassolutoria di esimere la coscienza dal dovere morale di rendere conto agli altri del proprio operato. Il concetto di inconscio sarebbe perciò un espediente per non assumersi le proprie responsabilità.

"Non esistono - dice Sartre - delle passioni invincibili che obbligano un uomo ad agire in un modo anziché in un altro, e affermare il contrario significa essere in malafede. Non ci sono casi accidentali; se io sono mobilitato in una guerra, questa guerra è la mia guerra, è a mia propria immagine e io la merito... Io la merito in primo luogo perché potevo sottrarmi ad essa col suicidio e la diserzione: queste possibilità ultime devono sempre esserci presenti quando si tratta di affrontare una situazione. Se non mi ci sono sottratto, io l'ho scelta: forse solo per mollezza, per debolezza davanti all'opinione pubblica, perché preferisco certi valori a quelli del rifiuto stesso di fare la guerra. Ma in ogni caso si tratta di una scelta".

Watzlawick, uno dei maggiori esponenti della scuola di Palo Alto, inizialmente junghiano e poi fervente sostenitore della teoria sistemico-relazionale, prima di morire (2007) ha scritto un breve saggio dal titolo "Guardarsi dentro rende ciechi", che può considerarsi una summa del suo pensiero. Il concetto fondamentale è che le persone che stanno bene guardano fuori ed avanti mentre quelle che stanno male si guardano dentro e indietro.

La convinzione che l'analisi introspettiva è il mezzo più idoneo per riconoscere e risolvere le nostre piccole o grandi patologie si rivela molto spesso sbagliata, in quanto il guardarsi dietro e dentro porta a ripercorrere, e quindi rafforzare, quelle vie neuronali e quegli schemi di linguaggio e comportamento che sono il correlato biologico della patologia stessa.

Bisogna allora smettere di ricercare le cause dei nostri problemi nel passato e lavorare, (poi anche in gruppo), sui disturbi nel presente utilizzando il linguaggio come mezzo di suggestione e persuasione al cambiamento.

In questa prospettiva (sistemico-costruttivista) Watzlawick, come tutti i teorici dell'*ascolto attivo*, pone l'accento sull'efficacia terapeutica del *non-giudizio* e sull'inaffidabilità e pericolosità di ogni forma di etichettamento e classificazione che, richiamandosi ad un qualsivoglia criterio di 'normalità', pretenda di distinguere fra sano ed insano e di misurare eventuali 'eccedenze'.

D'altra parte, stabilire se una persona ha o non ha senso della misura, o se è o non è in buona fede, serve forse a qualcosa o a qualcuno?

Non possiamo lo stesso modulare il nostro comportamento attimo dopo attimo in base al suo senza esternare giudizi, per cui rischiare di relazionarci con uno stereotipo? oppure, nel caso percepiamo malafede, decidere di chiudere la comunicazione ed andarcene?

Stabilire (ammesso che sia possibile) se il mio interlocutore possiede o non possiede la misura di sé mi serve forse a comprenderlo meglio? o ad essere a



mia volta compreso meglio da lui?.. oppure questo non fa altro che irrigidire il confronto e precludere la possibilità di una conoscenza più profonda?..

E, anche nel caso in cui il mio interlocutore sia io stesso, cioè io sia impegnato in un dialogo interno, mi serve giudicarmi e angosciarmi con sensi di colpa? o è meglio lasciar perdere il giudizio che mi toglie energia e concentrarmi invece su che fare in futuro?..

E' evidente che la qualità della comunicazione è tanto migliore quanto più è scevra da pregiudizi e sensi di colpa, quanto più quindi avviene nel *qui-ora* ed è fluida perché, confidando nella buona fede dell'altro, non c'è il timore che ci stia mentendo o che stia mentendo a se stesso.

Quando ciò non accade e si rende necessario stare attenti a misurare le parole, la dimensione formale (che attiene al ruolo sociale) prevale su quella informale (che attiene alla persona) e allora interrogarsi e interrogare se le parole si stanno usando nel modo giusto, con avvedutezza e prudenza o in modo irrispettoso ed incauto, è segno che ci si sta premunendo per difendersi dal potere di qualcuno oppure che ci si sta premunendo per esercitare un potere su qualcuno, *delle due una*.

Ciò detto, il concetto classico secondo cui la virtù si manifesta nella misura di sé non è affatto sbagliato; ma a patto che non corrisponda ad alcun preordinato criterio inter-soggettivo, valutativo o anche regolativo. Non è nemmeno sbagliato affermare che la virtù può essere insegnata: ma non mediante le parole e i concetti ma solo mediante la *testimonianza* e l'*esempio*, cioè *mostrando* che è possibile ascoltare senza giudicare e come il giudizio impedisce l'ascolto. In questo senso l'unico criterio regolativo non può che essere questo: *non giudicare se non vuoi essere giudicato*. Ma è valido non per la sua valenza cognitiva ma in quanto espressione della volontà di accettazione incondizionata dell'altro; quindi non in quanto proclamato ma solo in quanto *incarnato*.

La comunicazione intesa come relazione con l'altro non comporta - come invece sostiene Sartre - la reciproca rinuncia alle proprie peculiarità personali, alla propria identità, ma un processo di auto-trascendimento reciproco mediante il quale le rispettive identità, lungi dall'annullarsi, si rafforzano continuamente modulandosi l'una sull'altra: o convergendo (interazione complementare) oppure divergendo fra loro (interazione simmetrica); in entrambi i casi coordinandosi progressivamente e generando in questo modo un unico processo autoreferenziale che agisce sull'ambiente circostante nel senso di generare ordine oppure disordine, gioia oppure sofferenza.

Nella comunicazione mentiamo a noi stessi non perché, reificando la nostra esperienza, non accettiamo la coscienza come Nulla, cioè come spazio vuoto entro cui appaiono, si trasformano e muoiono tutti i fenomeni (questo è l'effetto...), ma perché temiamo di essere giudicati o di auto-giudicarci e trarre le conseguenze. Non è infatti *ragionando* che la coscienza diventa effettivamente trasparente alle altre coscienze e a se stessa, o perché obbedisce ad un apriori regolativo che le prescrive di reinterpretare continuamente la sua esperienza passata in base a quella presente e in questo modo evitare di ingabbiare la 'realtà' in una definizione statica e astratta, ma perché *amando* essa si abbandona alle altre coscienze e si lascia attraversare da loro. La ragione non sostenuta dall'amore per la vita e per gli altri è solo egoismo; e l'egoismo impedisce di vedere le cose nella loro concretezza e



interezza e quindi di relazionarsi con gli altri nella giusta misura, con equità e giustizia e quindi in maniera equilibrata ed armonica.

Difatti la comunicazione inter-personale funziona al massimo grado nella fase di innamoramento, durante la quale una persona si rispecchia nell'altra e vede se stessa allo stesso modo con cui viene vista dall'altra. L'innamoramento non è, come scrive Sartre, *un conflitto aperto e strisciante volto a realizzare l'assimilazione dell'io all'altro*.

Lo scrivere: *"Tra "me" e "gli altri" non è possibile altro rapporto che quello conflittuale. Per esistere essi "mi negano" come "in-sé"; per attuare la loro libertà essi negano lo stesso mio mondo (...)"*, è la prova tangibile di una grande sfiducia nei confronti della vita e dell'uomo; la testimonianza di una crisi esistenziale e di un nichilismo che hanno portato un uomo a disinnamorarsi della vita e del mondo ed a pronunciare parole che irradiano un grande malessere e tolgono energia.

Che poi questa visione angosciante della vita possa portare un uomo a chiudersi in se stesso o, al contrario (come è avvenuto), a reagire sostenendo che il senso della vita deriva dalle nostre scelte e che siamo quindi noi stessi attraverso le nostre azioni a crearlo, ha un valore relativo...: resta una visione angosciante che non fa bene, né arricchisce, chi ne viene a contatto. Sì, perché, come una macchina ha bisogno del carburante per muoversi, così l'uomo ha bisogno dell'emozione e dell'affetto per vivere.

Allora, anziché commiserarsi all'idea, o pensare con dissimulato distacco, che *l'uomo è condannato ad essere libero*, io suggerisco di cambiare prospettiva e guardare fuori e avanti anziché dentro e indietro. E' vero che questi due atteggiamenti (introspettivo ed estroverso) coesistono, e l'uno per alimentarsi ha bisogno dell'altro, (perché per conoscere dobbiamo anche riflettere sull'esperienza del conoscere e apprendere da questa, cioè dai nostri errori), ma noi possiamo sempre scegliere con quale dei due atteggiamenti guardare l'altro.

Io trovo molto più salutare, interessante, utile, e anche ecologico, assumere un atteggiamento estroverso piuttosto che introspettivo, aprirsi praticamente agli altri ed al mondo piuttosto che chiudersi a riflettere sul proprio modo di rappresentarsi e di vivere il rapporto con gli altri e col mondo. La vita è apertura, tutto ciò che nasce, cresce e muore (sistemi biologici, sociali, psichici, culturali) sono sistemi auto-organizzatori in continua interazione con l'ambiente esterno e con i propri simili e perciò in continua trasformazione. Statici e chiusi sono solo i sistemi non viventi, cioè quelli che, non interagendo con l'ambiente esterno non possono assorbire l'energia necessaria per evolversi per cui si disgregano.

Propongo perciò ai colleghi filosofi di varcare i confini della propria disciplina (e mi rendo ben conto della paradossalità e forse anche supponenza di questa affermazione) e guardare oltre questa. Per esempio esplorare quanto di straordinario e incredibile è stato fatto e scoperto negli ultimi anni nel campo delle neuroscienze, dell'epigenetica, della teoria della mente, dell'epistemologia cibernetica e della meccanica quantistica piuttosto che avvilupparsi nel ginepraio dell'esistenzialismo, dove col tempo il senso di smarrimento e impotenza non rende sereni e gioiosi ma, come difatti è accaduto, nauseati, anaffettivi e acidiosi.