

## L'ULTIMO OSTACOLO ALL'ESSERCI

*Il valore di un uomo si rivela nell'istante in cui la vita si confronta con la morte. [...] La vita umana è strutturata in modo tale che soltanto guardando in faccia la morte possiamo comprendere la nostra autentica forza e il grado del nostro attaccamento alla vita. [...] Una vita a cui basti trovarsi faccia a faccia con la morte per esserne sfregiata e spezzata, forse non è altro che un fragile vetro.*

Yukio Mishima

«Quanto più ci penso, tanto più credo che la vita esista semplicemente per essere vissuta», scrisse una volta J. W. von Goethe. L'intento di questo contributo è approfondire uno dei temi accennati nella mia relazione *La maestria e l'arte di vivere* all'ultimo congresso di psicosintesi di Ancona “Roberto Assagioli e il Potenziale Umano”.<sup>(1)</sup> Si tratta di una delle domande più complesse, decisive ed elusive dell'esperienza del vivere: che cos'è che più ci *trattiene* dall'essere noi stessi?

### «Nessuno è se stesso!»

Come esseri umani, siamo tutti figli dell'Essere Totale. E come partecipazione dell'Essere, ogni uomo è dotato di una innata *volontà di essere*.<sup>(2)</sup> La cosa che più vogliamo, in fondo al nostro cuore, coincide con un *desiderio d'identità*: l'esperienza di esserci pienamente. I nostri diversi desideri e ambizioni trovano la loro ragion d'essere o radice ultima in una volontà di auto-identità. Tuttavia, nella fatticità dell'esistenza – cioè nell'esistenza nuda e cruda di ogni giorno – noi sperimentiamo costantemente di essere *meno* di quanto sappiamo di poter essere. Ogni giorno tutti noi viviamo un certo calo o diminuzione nella nostra *auto-espressione* (la possibilità di disporre dell'esperienza di 'se stessi' in una gradazione che va da accettabile a piena). In *Essere e Tempo* Martin Heidegger espresse questa condizione di alienazione umana in modo lapidario: «Ognuno è gli altri, nessuno è se stesso!».<sup>(3)</sup>

Da un punto di vista psicosintetico, come possiamo interpretare questa affermazione? Nel corso di una conversazione con Alberto Alberti, alla mia domanda su cosa ci trattiene dall'essere noi stessi, egli rispose che noi *siamo già noi stessi* e che se non ci ritroviamo a viverne l'esperienza è perché stiamo in realtà compiendo uno *sforzo*

per essere diversi da ciò che siamo.<sup>(4)</sup> In quei momenti, dunque, noi 'abdichiamo' alla nostra autentica presenza. Nella psicologia religiosa con il termine *abdicazione* si intende quel meccanismo con cui l'essere umano pone davanti a se stesso qualcun altro o qualcos'altro, che diviene un 'filtro' alla propria diretta espressione nel mondo.

### Un beneficio rimosso

Però l'essere umano non compie sforzi *senza motivo*. La psicologia del profondo e l'analisi del carattere ci hanno insegnato che molto spesso tutto ciò che *non si desidera avere nella propria vita, ma che continua a persistere*, è messo in piedi dal soggetto stesso al fine di ottenere un «beneficio» – il più delle volte rimosso (non distinto) dalla coscienza.<sup>(5)</sup> Perciò anche dietro la diminuzione dell'esperienza di essere se stessi vi sono dei benefici rimossi. Alcuni esempi sono: evitare di sentirsi o scoprirsi *inadeguati*, diminuire un eventuale giudizio sulla *nostra* identità, evitare di sentirsi *cattivi* o *colpevoli* nel fare qualcosa, evitare le *responsabilità* e i *costi* sempre inclusi nella piena espressione di sé, ecc.

Questi diversi benefici sono già stati esaminati a fondo nella letteratura psicologica. Ma senza escludere ciò che è stato già detto, introdurre – come in un esperimento – *una nuova interpretazione* sull' 'origine prima' di essi, potrebbe forse rivelare nuove possibilità di *accesso* all'essere se stessi. Dal momento che mettere in piedi una situazione anche sfavorevole al fine di ottenere un beneficio secondario è infatti una 'modalità di funzionamento' universale dell'essere umano, potremmo piuttosto interpretare questi benefici come diverse 'forme', 'modalità' o 'declinazioni' di *un'unica sostanza di fondo*. Per di più, se l'uomo desidera così tanto essere se stesso, il beneficio finale che lo porta a non esserlo pienamente dev'essere necessariamente qualcosa di tanto grande quanto indistinto – da risultare quasi inammissibile.

La domanda diventa: quale meta-beneficio può diventare dunque *più grande* dell'essere noi stessi, *così grande* da farci preferire di mettere davanti a noi qualcosa che *non siamo*? E dove andare a guardare per scoprirlo?

### Guardare alla morte per cogliere la vita

«Non esistono superfici meravigliose senza una terribile profondità», scrisse F. W. Nietzsche. Quest'intuizione ci apre la strada, suggerendoci di cominciare a esaminare il rapporto o la polarità *essere-nulla*. La stessa tecnica degli opposti di Assagioli si basa sul principio implicito che una verità può essere distinta, vista o intuita attraverso una riflessione e una presa di coscienza sulla polarità opposta di un fenomeno indagato. In questo caso specifico, dall'altro lato del polo dell'essere vi è il polo del nulla. Come ho già affermato altrove, l'indizio radicale su ciò che ci impedisce di *essere* non può che trovarsi nel *non-essere*.<sup>(6)</sup>

Se così stanno le cose, il beneficio indistinto dietro l'*essere meno di ciò che siamo* avrebbe a che fare con l'evitare una responsabilità relativa al *non essere*. Che cosa significa? In cuor nostro, da qualche parte sappiamo che ciò che più desideriamo – *esserci*, o meglio: essere *pienamente autocoscienti* – include anche la piena coscienza della morte e della sua inevitabilità. L'autocoscienza umana infatti non è solo libertà e possibilità di relazionarsi a se stessi e alla vita, ma è anche sempre *coscienza della propria morte*. L'antropologo Ernest Becker scrisse a questo proposito: «*Vivere pienamente è vivere con la consapevolezza del rombo del terrore che sta alla base di tutto*». E il grande filosofo Hegel ci ha insegnato che l'autocoscienza dell'uomo è sempre e in ogni istante autocoscienza implicita della morte: così tanto che neanche per un momento l'uomo può davvero esserne privo. Eppure nella fatticità dell'esistenza tutti noi sperimentiamo quotidianamente la 'rimozione' di questa realtà dalla nostra coscienza, senza vedere che proprio questa rimozione *sostanzia* la gran parte dei nostri vissuti (desideri, fobie, immaginazioni, futuri previsti, progetti, inautenticità, ecc.).<sup>(7)</sup>

### «Sarà forse un baratro orrendo?»

Ma *cos'è e che aspetto assume* questa morte di cui l'essere umano è autocosciente? Nell'uomo questa morte si configura in un modo particolare: include e trascende la semplice paura fisica del decesso che è innata nelle forme di vita dotate di coscienza semplice. Nell'essere umano, il 'driver' innato della paura della morte biologica è invece *potenziato esponenzialmente*

dalla dimensione del linguaggio (memoria, immaginazione, contesto sociale, educazione ecc.). Il linguaggio è infatti il *tessuto* di cui è fatto il 'contesto' o l' 'orizzonte' nel quale il mondo e le cose appaiono (emergono) per l'uomo. Ed è soltanto ed unicamente nell'orizzonte del linguaggio che esiste la presenza del *nulla*. Victor Hugo, ne *L'ultimo giorno di un condannato a morte*, dà voce al terrore del nulla per come l'uomo al fondo di se stesso lo immagina; è questa la morte di cui si sta parlando:

«Ho come l'impressione che, non appena i miei occhi si saranno chiusi [...] sarà forse un baratro orrendo, profondo, le cui pareti saranno tappezzate di tenebre, o dove precipiterò senza sosta, scorgendo forme agitarsi nell'ombra. [...] Ci saranno a tratti pozze e ruscelli di un liquido sconosciuto e tiepido; tutto sarà nero. Quando i miei occhi [...] saranno volti verso l'alto, vedranno solo un cielo d'ombre [...] e in lontananza, nello sfondo, grandi archi di fumo più neri delle tenebre. [...] E sarà così per tutta l'eternità». <sup>(8)</sup>

L'uomo non è allora terrorizzato dalla morte in quanto tale, ma dalla morte come *archetipo del nulla*: la non esistenza, il finire nel nulla e – soprattutto – l'essere dimenticati. Ancora Ernest Becker ha osservato: «Ciò che l'uomo teme davvero non è tanto l'estinzione, ma l'estinzione con insignificanza». <sup>(9)</sup> Stiamo parlando quindi di un *fenomeno sociale*, piuttosto che meramente individuale. È attraverso lo *sguardo dell'altro* che noi esistiamo – cioè traiamo il 'diritto di esistere' – e nella coscienza dell'altro noi costruiamo le nostre 'strategie di immortalità': il tentativo di essere ricordati attraverso la famiglia, il lavoro, un'opera, ecc.

L'uomo comune gestisce l'angoscia del nulla arginando-la temporaneamente con difese immaginarie. Egli cerca costantemente una *sicurezza nel sociale*, vendendo la propria libertà di essere al prezzo dell'ammirazione dello sguardo (esistere nella coscienza) dell'altro. *Concludendo: il beneficio ultimo dell'essere meno 'noi stessi', è che così facendo riduciamo al tempo stesso la presenza incombente della finitezza, della morte e del nulla dalla nostra coscienza corrente*. In altre parole l'ultima delle inautenticità, presente nei momenti in cui non ci sentiamo noi stessi, è che in quei momenti non siamo realmente impegnati ad 'essere', quanto piuttosto a cercare un modo per 'sopravvivere'.

### Strategie di immortalità

Questa nuova interpretazione ci consente di comprendere più a fondo la natura dell'abdicazione. Perché mettiamo di fronte a noi stessi e alla nostra espressione *qualcun altro*? Io divento un altro quando *non includo la mortalità* nella mia coscienza; divento pertanto un altro come *strategia di immortalità*. Essere quell'altro in un certo senso significa *non morire*: «Come lui è entrato in me, io entro dentro di te – e continuo così ad esistere». È questo il luogo da esaminare per scorgere la *sorgente* che nutre quegli «sforzi» del non essere noi stessi di cui parlava Alberti: per ottenere questo beneficio finale, noi

siamo costretti a barattare la presenza, l'esserci, l'autenticità. In altre parole, *nell'esistenza ordinaria l'immortalità (non essere pienamente se stessi, ma esistere nella coscienza/ricordo di qualcun altro) è una 'moneta più alta' della presenza reale (essere se stessi, ma sapere di morire).*

L'atto inconscio di diminuire l'esperienza di esserci è allora il tentativo di edificare una strategia di immortalità: l'illusione di salvarsi dalla scomparsa con insignificanza, dalla morte in quanto finestra sul nulla e dalla non-esistenza in senso assoluto. Rimane dunque vero che vogliamo essere noi stessi, ma è ugualmente vero che anche la forma di vita più semplice *vuole* esistere e che farebbe di tutto, anche *non essere, per esistere.*

### Una concezione alternativa di nevrosi

Finora abbiamo esaminato il *beneficio* dietro il non essere noi stessi, ma questo 'modo di funzionare' dell'uomo ha un *costo* altrettanto grande: meno è l'essere noi stessi, più cresce la *nevrosi*. Questo ci conduce a riprendere e contestualizzare un'intuizione essenziale: una distinzione ontologica (diversa da psicologica) della «nevrosi». Mentre nella psicanalisi classica la nevrosi è concepita come un risultato del rapporto tra un Super-Io castrante e le pressioni dell'Es, da cui deriva una certa incapacità ad affrontare la realtà, Paul Tillich, insegnante di teologia ad Harvard, concepì invece la nevrosi – intesa da Maslow in poi come il processo di 'diminuzione umana' – in questo modo:

*«La nevrosi è lo sforzo di evitare il Non-Essere [Nulla] evitando l'Essere».* <sup>(10)</sup>

La via d'uscita dalla nevrosi in senso ontologico è allora affermare l'Essere *incorporando* il Non-Essere. Realizzare questo corrisponde al passaggio dall'Essere all'Esser-ci, dove quel 'ci' indica la coscienza della dimensione dei limiti, della finitezza e della morte proprie della piena presenza dell'essere umano.

### Essere responsabili per la propria morte

*«Tutte le opere grandi e bellissime nascono dall'aver prima guardato, senza indietreggiare, nell'oscurità»*, scrisse un famoso poeta inglese. Non ci è richiesto eliminare l'oscurità – la morte – ma di guardarla senza indietreggiare. Non è la sua esistenza in sé, ma il nostro tentativo incessante di rimuoverla, di resisterle, che fa sì che essa divenga determinante e sostanziale tutti gli atti umani. «Ciò a cui resisti, persiste», diceva Carl G. Jung. Nella misura in cui resistiamo e rifiutiamo quel 'ci', quel limite mortale, paradossalmente *non siamo liberi di esserci.*

Nell'interrelazione dei fenomeni della coscienza umana, ogni fenomeno è 'funzione' di un altro di ordine superiore: la piena *gioia di vivere* è funzione del *coinvolgimento* e della *partecipazione* alla vita; la *soddisfazione* è funzione dell'*impegno totale* in qualcosa; la *felicità* è funzione dell'*accettazione* di ciò che è; la *fede* è funzio-

ne della *volontà assoluta* di essere nonostante il nulla. L'*auto-espressione* è infine funzione della *responsabilità*: qualsiasi calo o diminuzione dell'espressione è infatti una chiamata alla responsabilità di portare su *noi stessi* ciò che vogliamo esprimere.

Dal momento che l'auto-espressione ne rappresenta l'aspetto *dinamico* (espressione significa infatti investire la propria *identità* nella storia), anche l'essere se stessi è funzione della responsabilità. Così, se all'essere se stessi dovessimo associare una sola, ultima responsabilità, questa non potrebbe essere altro che *la responsabilità per il proprio non-essere*. Questo significa che in tutti quei momenti e circostanze in cui sperimentiamo un calo di presenza, noi stiamo abdicando alla responsabilità della nostra propria *mortalità*: l'abbiamo 'spostata' e resa una questione che riguarda qualcun altro, di cui si deve occupare l'altro o che riguarda un imprecisato 'domani'. La 'diminuzione umana' che sperimentiamo è dunque un segnale o una chiamata all'essere responsabili per la *propria* morte – non come preoccupazione del futuro, ma come elemento dell'orizzonte in cui mi accade (emerge) il mio presente.

### L'anticipazione della morte come tecnologia per scegliere la vita

Tuttavia la morte non è soltanto ciò che più ci limita dall'essere noi stessi; è anche la polarità rimossa che, se recuperata in una presa di coscienza, ha il potere di intensificare massimamente la vita e l'esserci.

L'inclusione del 'polo negativo' dell'autocoscienza è occasione di potenziamento del 'polo positivo' dell'esserci. Non riusciremo mai a esserci pienamente senza impegnarci contemporaneamente in questo: *è solo assumendoci la responsabilità per la nostra morte che potremo assumerci la responsabilità totale per la nostra vita.* L'anticipazione della propria mortalità è dunque la 'tecnologia di trasformazione' più potente per avere accesso all'essere noi stessi: per mezzo di essa si taglia alla radice la gran parte delle nostre inautenticità.

Si ha sempre paura di accettare il nulla fino in fondo, ma nel momento in cui lo si accetta esso diventa la *penultima* parola. L'ultima è l'esserci: essere nonostante il nulla. Ciò non significa vincere la morte o elaborare una

più raffinata strategia d'immortalità; significa l'impegno che *fino al momento in cui non sono, io ci sono*. Ma è richiesta una condizione: occorre trovare il modo per trasferire la morte (o meglio: il modo in cui essa ci 'accade') dal contesto dell'ingiustizia al contesto del 'come se' l'avessimo scelta noi. Per di più, nel momento in cui la coscienza umana diviene auto-consapevole della propria fine esistenziale, dal nucleo della sua più intima dimensione sorprendentemente si manifesta un'enorme 'volontà di compensazione' di natura *transpersonale*.<sup>(11)</sup>

Quando la coscienza si trova ad anticipare una fine senza via d'uscita, l'energia intelligente della vita (Sé) reagisce attraverso l'unica risposta possibile: l'*intensificazione della volontà di esserci*, come mostra André Gide in questo passaggio del suo racconto:

«[...] Feci qualche passo, barcollando. Ero terribilmente emozionato. Tremavo. Avevo paura; ero furioso. Perché fino a quel momento avevo pensato che, a poco a poco, la guarigione sarebbe venuta e che non ci fosse che da aspettarla. Questo brutale incidente mi riportava indietro. Cosa strana: i primi sbocchi di sangue non mi avevano turbato; mi ricordavo in quel momento che mi avevano lasciato quasi calmo. Di dove venivano, ora, la mia paura, il mio orrore? Cominciavo, ahimè, ad amare la vita. Ritornai indietro, mi chinai, ritrovai il mio sputo, presi una pagliuzza e, alzato il grumo, lo posai sul fazzoletto. Lo guardai. Era sangue brutto, quasi nero, una cosa viscida e orribile. Pensai al bel sangue splendente di Bachir. E, improvvisamente, mi venne un desiderio, una voglia, qualcosa di più furioso, di più imperioso di tutto quanto avevo provato fino ad allora: vivere! Voglio vivere. Voglio vivere. Strinsi i denti, i pugni, mi concentrarai tutto quanto, perduto, con desolazione in questo sforzo verso la vita».<sup>(12)</sup>

---

Mauro Ventola

## Bibliografia e Note

- 1) Ventola, Mauro, "La maestria del vivere. La vita come opera d'arte", Congresso Nazionale "Roberto Assagioli e il Potenziale Umano", Portonovo – Ancona, Hotel Seebay, 27-28 aprile 2019.
- 2) Onfray, Michel, *Nietzsche e la costruzione del Superuomo*, Adriano Salani Editore, Milano 2010.
- 3) Heidegger, Martin, *Essere e Tempo*, Longanesi, Milano 2010.
- 4) Alla domanda su come essere se stessi, Alberti rispose: «Riconoscendo che lo sei già: smetti di pensare di non esserlo. Evita o smetti di fare lo sforzo di cercare di essere diverso da quello che sei, e ti ritroverai – d'incanto – dentro, accanto a te stesso».  
(Ventola, Mauro, *Conversazioni per il Futuro – Vol. 1, L'UOMO* Edizioni, Firenze 2018)
- 5) Reich, Wilhelm, *Analisi del carattere*, SugarCo, Milano 1994.
- 6) Ventola, Mauro, *Il coraggio di volere*, Istituto di Psicosintesi, Firenze 2019.
- 7) Becker, Ernest, *The Denial of Death*, Simon & Schuster, New York 1973.
- 8) Hugo, Victor, *L'ultimo giorno di un condannato a morte*, Newton Compton, Roma 1993.
- 9) Becker, Ernest, *Escape from Evil*, Free Press, New York 1975.
- 10) Tillich, Paul, *Il coraggio di esistere*, Astrolabio, Roma 1968.
- 11) Il principio di compensazione è stato solitamente interpretato alla luce de (orientato a) l'inconscio inferiore (Adler, Horney, ecc.), ma vi è a mio avviso una diversa via di interpretazione: rivolgendolo verso l'inconscio superiore si rivela essere il modo dell'intelligenza della vita di rispondere all'auto-percezione della propria finitezza esistenziale, attraverso l'intensificazione della volontà di vivere.
- 12) Gide, André, *L'immoralista – La porta stretta*, Garzanti, Milano 2008.