

# LA LIBERTÀ



34

L'essere umano ha attuato nei secoli un processo crescente di dominio della natura e di sviluppo della ragione umana. Ha acquisito la capacità di soffrire sempre meno la fame, un senso di individualità ed indipendenza dagli altri determinata dal maggiore benessere economico, ma sono aumentate la sofferenza ed il dubbio riguardo il proprio posto nell'universo ed il significato della propria vita. Può godere di una più ampia libertà, di una scelta illimitata tra molti possibili modi di vita, ma sembra non utilizzarle.

*«L'uomo d'oggi ha raggiunto la libertà, ma non riesce a usarla per realizzare completamente se stesso, anzi, la libertà sembra averlo reso fragile e impotente.*

*Pur avendogli portato indipendenza e razionalità, la libertà ha reso l'essere umano isolato e, pertanto, ansioso e impotente. Questo isolamento è intollerabile e l'alternativa che gli si presenta è la seguente: o sfuggire dal peso di questa libertà verso nuove dipendenze e sottomissioni, o progredire verso la piena realizzazione della libertà positiva che si fonda sull'unicità e l'individualità dell'uomo»<sup>(1)</sup>.*

L'autorità, un tempo riconoscibile in una persona o in un'istituzione esterna che imponeva le sue regole, oggi è stata sostituita da un'autorità interiore, rappresentata dall'insieme delle richieste sociali e da quello che definiamo "senso comune", interiorizzati da ognuno di noi attraverso sottili persuasioni e il condizionamento di pubblicità. Tali richieste sociali hanno assunto la caratteristica di vere e proprie norme etiche che consideriamo nostre anche se provengono dall'esterno.

L'atmosfera psicologica che respiriamo ci induce ad interiorizzare i comportamenti utili per operare nel ruolo che dobbiamo svolgere nella società. Le regole della nostra cultura le impariamo fin da piccoli. In alcuni casi non è nemmeno necessario che ci vengano esplicitamente insegnate, le percepiamo dai comportamenti degli adulti, dalla televisione, aleggiano nell'aria ovunque.

Non si tratta delle normali regole di convivenza, l'educazione, la responsabilità, il rispetto per gli altri, ma di veri e propri condizionamenti che ci controllano, non permettendoci di esprimerci quali realmente siamo anche se crediamo di essere noi stessi e che tali desideri e comportamenti siano veramente nostri.

Carl Gustav Jung ha affermato che «*la società è organizzata non tanto dalla legge quanto dalla tendenza all'imitazione*». Responsabilità e libertà sono faticose: è rara la capacità di porsi la domanda: «Cosa sento e cosa voglio veramente e come posso raggiungerlo?».

La libertà di pensiero osa mettere in discussione le opinioni stabilite e priva l'essere umano del sentimento di appartenenza agli altri e della conseguente sicurezza. Ci sentiamo soli ed ansiosi senza conformarci al “comune buon senso” della nostra epoca. Temiamo la diversità. Nei casi più estremi, l'individuo cessa di essere se stesso adottando in tutto e per tutto la personalità suggerita dai modelli culturali e religiosi della società in cui vive. È difficile per l'uomo medio sopportare il sentimento di non potersi identificare in un vasto gruppo senza avvertire un profondo senso di solitudine. Nessuno desidera essere escluso, o addirittura emarginato e, per evitare tale rischio, ciascuno si adatta alla maggioranza.

### **Essere liberi consiste nel capire chi siamo, cosa vogliamo fare e poi cominciare a farlo.**

Utilizzare le nostre risorse per comprendere di più noi stessi, gli altri esseri umani e la vita, implica uno sforzo intellettuale ed una ricerca interiore. Per diventare ciò che siamo veramente, dobbiamo affrontare a viso aperto le nostre responsabilità individuali. Non possiamo cercare le risposte a tutte le nostre domande se non dentro di noi. Non possiamo affidare ad altri la fatica di comprendere chi siamo veramente.

Non esistono formule magiche o risposte che facilmente ci conducano all'agognata “felicità”. È un percorso interiore, spesso faticoso, e qualsiasi imbonitore televisivo che ci offre soluzioni facili ci inganna. La vita ci chiede responsabilità. Nessuno può darci una risposta definitiva, una parola di verità assoluta, abbiamo il diritto-dovere di esercitare al massimo la nostra libertà. Riconoscere tutto ciò cambia radicalmente la nostra visione della vita, dandole maggior senso se evitiamo ogni scappatoia per evitare la fatica di questa ricerca. Dalla vita si può fuggire, inebriarsi dei beni terreni, nell'oblio o si può decidere di affrontarla ed amarla per

quella che è, un percorso evolutivo dove, passo dopo passo, raggiungiamo gradatamente livelli più alti di consapevolezza ed anche la conseguente gioia per averli raggiunti. È il viaggio dell'evoluzione dell'uomo che ci ha portato dalle caverne ai grandi personaggi di tutti i tempi.

Vivere con la responsabilità di voler evolvere significa cercare sempre di migliorare noi stessi in ogni fase della nostra esistenza, secondo come noi sentiamo nel nostro profondo di dover agire. Non dobbiamo seguire le idee ed i pensieri degli altri per il desiderio di farci accettare. Non esiste una regola imposta dall'esterno che dobbiamo seguire senza darne un giudizio personale.

Quando riusciamo a raggiungere le nostre parti più profonde emergono valori indipendenti dal contesto culturale in cui viviamo o dall'educazione che abbiamo ricevuto. Ed è a queste risorse che dobbiamo attingere anche nella nostra vita quotidiana e nel nostro percorso interiore di accrescimento e consapevolezza.

Se ci liberiamo dai metodi abituali di pensare, dalle consuetudini, dalle influenze dei nostri genitori e conoscenti e dal modo in cui siamo abituati a vederci, ci accorgiamo che siamo liberi. Si tratta di decidere che persona vogliamo diventare. E la libertà è anche responsabilità. Siamo responsabili delle nostre scelte per le conseguenze che avranno su di noi, ma anche per quello che produrranno alle persone a noi vicine e all'intera umanità.

Spetta a noi accettare la sfida o continuare a rimanere succubi delle nostre paure e dei condizionamenti, continuando a vivere con la speranza di un futuro migliore che prima o poi arriverà senza che noi si abbia fatto nulla per determinare un cambiamento.

---

Roberto Boca

*Professional counselor,  
Responsabile Risorse Umane presso il CCR di Ispra*

### **Note**

1. Erich Fromm, Fuga dalla libertà