

PSICHE, VOLONTÀ E SIGNIFICATO: DALL'IDEA AL VISSUTO. INDICAZIONI PER L'USO CLINICO

STEFANO MARCHESE, ALESSANDRO RUSTICELLI

Il desiderio che guida questo scritto è quello di mettere in discussione la matrice culturale attraverso cui oggi vengono letti i fenomeni psichici e psicopatologici. Seguendo la necessità indicata dalla fenomenologia di tornare alle “cose stesse”, è nostro obbiettivo riflettere sulla non scontata correttezza ed effettività di alcuni concetti come psiche, volontà e mente, usati in maniera acritica perché apparentemente auto-evidenti. La strada da noi intrapresa è la pratica heideggeriana della distruzione fenomenologica, da cui partiamo per rivalutare lo stato ontologico dell’“oggetto” di studio della psicologia e le implicazioni cliniche relative.

I. LA NASCITA DI PSICHE: STORIA DI UN TRADIMENTO

Su concetti quali “io”, “psiche” e “volontà”, si è costituita una peculiare scienza, perché in essi è stato intravisto un portato trasformativo della realtà; del resto tutte le scienze positive sono sorte principalmente come risposta a problemi che la realtà proponeva e la psicologia non fa eccezione. In questo caso, qual era il problema che ha dato origine alla scienza psicologica? Si trattava di comprendere gli uomini con le loro differenze di pensiero, di sentimento e di comportamento. Ma com'era possibile rendere generale qualcosa di così vario e individuale? Per questo, e per semplificare la riflessione, nacque la prima categoria psicologica: la psiche. Benché il concetto di psiche già esistesse nel pen-

siero greco precedente a Platone, si deve soprattutto allo Stagirita il suo sviluppo sistematico e la sua messa in relazione con la “fisica”, cioè con lo studio della natura.

A partire da Aristotele, quindi, prende avvio una linea di pensiero che accompagna l'uomo occidentale fino alla modernità, ovvero un modo di vedere il mondo entro cui sorgeranno molte teorie psicologiche e i rispettivi approcci clinici. Secondo Aristotele anima e corpo formano un insieme unitario in cui ognuno dei due elementi non può esistere indipendentemente dall'altro. Come si può ben vedere, siamo molto distanti da quanto affermerà secoli dopo Cartesio: ci troviamo nel regno di una concezione naturale dell'anima che ancora non è divenuta naturalistica. È questa l'*entelekeia* aristotelica. Tuttavia, ciò che più ha avuto conseguenze nella moderna riflessione sulla psiche non è stata questa concezione naturale dell'animo umano, bensì la decisione di Aristotele di modificare nell'*Etica Nicomachea* la definizione di anima, specificandola in termini di *ousia*, cioè sostanza, o meglio ancora una sostanza che fa dell'uomo ciò che egli è: un animale razionale. Questa definizione ha posto in ombra la precedente concezione della psiche come forma e fondamento del corpo vivo, spostando l'attenzione sul problema della natura di questa sostanza psichica e di dove essa possa essere localizzata. Inizia così il lungo *iter* dell'ipostasi dell'anima, vivo ancora oggi nella filosofia della mente. L'anima tradita da Aristotele si trasforma dunque nell'Io e assume le caratteristiche di pensiero razionale e volontà di scegliere ciò che è giusto, configurandosi allo stesso tempo come *ousia*, cosa tra le cose.

Le scuole di pensiero successive ad Aristotele si sono cimentate con il concetto di psiche/Io quale sostanza identificativa dell'uomo di cui gli altri esseri viventi risultano essere privi. Questa sostanza discriminante, attraverso le varie trasformazioni del pensiero, ha dato origine all'oggetto di studio della moderna psicologia: la mente e il suo nocciolo più profondo: la coscienza. Dal puro mondo delle idee al kantiano mondo degli apriori, la psiche/Io è diventata quell'elemento soprannaturale che codifica l'umano in direzione della costruzione del mondo. Persino la fenomenologia husserliana indentifica la condizione egologica come ciò che precede l'intenzionalità. Qui psiche ed ego sono considerati insieme in uno stesso senso e in un'unica direzione, chiudendo dunque il cerchio fin qui tracciato.

Fortunatamente però non sono mancate le voci fuori dal coro. Con Heidegger infatti qualcosa cambia: in un certo senso vi è una riapertura del cerchio, una ripresa del pensiero antico e un ritorno al naturale non naturalistico del primo Aristotele. Per il filosofo tedesco, infatti, il concetto di coscienza non equivale all'identificazione con la persona viva,

che è nelle cose del mondo. “L'uomo di mondo” non è la sua coscienza, senza per questo dare avvio ad un discorso etico, morale o giuridico. In questo senso, dunque, non si identifica l'uomo con nessuno dei termini con cui la scienza lo ha voluto da sempre identificare, e cioè con la psiche o con l'Io, ma neanche con il corpo.

Semplificando il discorso, possiamo dire che la riflessione contemporanea sulla mente e sulla coscienza è una riflessione per gran parte basata su concetti astratti, su entità ipostatizzate che però sono ben lontane dalla vita, dal vissuto dell'uomo e di ogni singolo uomo. La riflessione di Heidegger sull'esserci, la non separabilità di ipseità e alterità e la cornice vitale del tempo aiutano a recuperare l'anima viva allontanandosi dal concetto di psiche/lo o mente.

II. *PASCO ERGO SUM*

Se l'insegnamento di Heidegger ci mette in guardia sul fatto che i concetti di psiche e mente non bastano all'umanizzazione dell'animale umano, allora a cosa dobbiamo volgere lo sguardo? La risposta a tale domanda è il *vissuto*, una dimensione eminentemente patica, come suggerisce il filosofo Aldo Masullo. In questa direzione non vanno solo le indicazioni della fenomenologia ermeneutica, ma anche inaspettatamente gli sviluppi più recenti delle *hard science*. Gran parte dei ricercatori in ambito neuroscientifico e psicologico sono oggi impegnati nello studio della *coscienza*. La coscienza è la traduzione moderna dell'Io, e secondo molti il nucleo della mente umana; tuttavia ormai moltissimi studi hanno messo in evidenza come molti dei nostri processi mentali non abbiano questa caratteristica, avvenendo invece in maniera inconsapevole e senza possibilità di controllo. L'attività, oltre la coscienza, oltre l'io, sembra essere prevalente. Questo fatto vale anche per la dimensione emotiva. Sembra che la ricerca mostri sempre più chiaramente come il centro dell'attività psichica non sia l'intelletto, ma quelle tonalità emotive, quell'essere e sentirsi emotivamente situati che è la prima modalità di comprensione del mondo e su cui Heidegger ha tanto insistito.

Tutto ciò è di fondamentale importanza per la psicologia e in misura maggiore per quella psicologia che cerca di lavorare con la sofferenza dell'uomo. James sosteneva che l'emozione è la percezione di un cambiamento fisico e automatico in risposta all'ambiente ma, in realtà, essa è la percezione o il modo in cui si manifesta alla nostra coscienza un cambiamento delle possibilità di azione dell'organismo in relazione al mutare dei contesti. Questo rapporto tra possibilità e cambiamento dei

contesti rappresenta il vero significato dell'emozione, un significato che spesso rimane celato alla coscienza, in quanto ad essa giunge solo la forma con cui il cambiamento viene avvertito e a cui viene aggiunta riflessivamente una spiegazione costruita. Ciò è evidente nel caso dei sintomi. Il significato può essere disvelato solo attraverso il metodo fenomenologico-ermeneutico che, partendo dai *cold facts* dell'esperienza vissuta, mira a recuperare questo rapporto tra possibilità di azione e cambiamenti delle situazioni di vita. Questo materiale viene reso poi disponibile alla nostra capacità di ragionamento e adattamento e alla possibilità di modificare nei limiti del possibile il nostro comportamento, trasformandolo da reattivo in proattivo. Alla fine dei conti, non si tratta dell'Io che ragiona su se stesso e sul mondo partendo da categorie razionali: si tratta invece di partire dal basso dell'esperienza, in cui mondo e corpo vivo s'incontrano, dando vita ad una relazione che si svolge e si articola nel tempo e le cui deviazioni e svolte sono segnalate dall'emozione.

III. PER UNA PSICOTERAPIA NON “SOSTANZIALE”

Sebbene in Italia da un punto di vista normativo la psicoterapia si fondi su due discipline scientifiche, la medicina e la psicologia, è possibile fare un'ipotesi che contempra i presupposti esposti fino ad ora, dando quindi spazio alla fenomenologia ermeneutica nella definizione degli oggetti e dei compiti di questa pratica. La psicoterapia si connota o come prassi standardizzata, basata sull'evidenza di efficacia statisticamente rilevata, o come concetto di narrazione (sebbene ci siano tentativi di integrare l'*evidence based* e il *narrative based*). Naturalmente esistono correnti di pensiero che si fondano sull'esperienza, ma, sebbene siano modalità terapeutiche dotate di una certa importanza e anche di un fondamento filosofico forte, non hanno animato un dibattito culturale sufficientemente vasto.

Le psicoterapie basate sull'evidenza enfatizzano le caratteristiche di scientificità, anche se questo principio non tiene conto delle riflessioni di Heidegger sul concetto di verità, aspetto meno enfatizzato dalle terapie narrative. Ciò nonostante l'approccio narrativista ha il vantaggio di offrire un fertile terreno di confronto poiché guarda alla terapia da una prospettiva che raccoglie dal quotidiano il suo strumento elettivo, ovvero la narrazione. L'approccio narrativista affonda il suo pensiero nelle tesi di Bruner, che ha dato vita ad un movimento che spazia dalla sociologia alla psicologia, dalla pedagogia alla medicina, per giungere naturalmente alla psicoterapia. Questo movimento di pensiero a sua volta si

fonda sulla tesi ricoeuriana di identità narrativa, che consta di due elementi resi intellegibili attraverso il racconto: l'identità *idem* e l'identità *ipse*, ovvero medesimezza e ipseità, che hanno rapporti differenti nei riguardi del tempo. La prima intrattiene con il tempo un rapporto di stabilità, la seconda di mutevolezza, secondo le parole dell'autore:

L'identità stessa, intesa come idem dispiega una gerarchia di significazioni, che esplicheremo al momento opportuno, tra le quali la permanenza nel tempo costituisce il grado più elevato, cui si oppone il differente, inteso come mutevole, variabile. La nostra tesi costante sarà che l'identità nel senso ipse, non implica alcuna asserzione circa un preteso nucleo immutabile della personalità. (Ricoeur, 1977, p. 77)

Il fatto che l'ipseità non implichi alcuna relazione con un nucleo stabile della personalità riveste un importante ruolo, laddove è la personalità l'elemento che, in alcune correnti della psicologia e della psicoterapia, organizza la teoria. È anche un fatto, per così dire, controintuitivo, se considerato nell'ottica della scientificità della psicologia. Le teorie che si rifanno all'approccio narrativista non tengono in considerazione l'aspetto dell'ipseità, e dunque non problematizzano la natura ontologica del soggetto, inscrivendosi, o tendendo ad iscriversi, nell'ambito del criterio scientifico dell'adeguatezza, oggettività e ripetibilità. Considerare l'ipseità apre ad una serie di possibili riflessioni indicanti un percorso intellettuale che si snoda a partire da una diversa ontologia.

Ricoeur si pone in una condizione di continuità discontinua con l'opera di Heidegger e del suo successore Gadamer (sebbene ulteriori elementi differenzino il secondo dal terzo), affermando la necessità di una *via longa* per l'interpretazione, laddove Heidegger aveva prediletto una via più "immediata". Per Heidegger, infatti, l'uomo era già da subito gettato nel mondo, e proprio questa condizione di gettatezza conteneva tutte le strutture dell'esserci, che vengono quindi disvelate nell'ottica della verità e dell'ermeneutica propria dello stesso Heidegger. Ricoeur, invece, ci prospetta un percorso che deve passare attraverso i segni e attraverso la possibile comunicazione e integrazione interdisciplinare, sebbene il suo intento sia quello di tornare alla fine alla questione ontologica, raccogliendo e ampliando soprattutto i temi di *Tempo e racconto* e rileggendoli alla luce della relazione tra l'identità narrativa. Il sé, inteso come problema non solo di ordine pratico, ma anche etico e morale, passa attraverso la comprensione della modalità dell'ipseità che, secondo l'autore, svela la possibilità dell'incontro con l'altro, poiché in questa modalità è altro già il sé, e cioè altro da quella sostanza

continua e immutabile nel tempo che la modalità della medesimezza gli aveva assegnato. L'autore francese si apre quindi alla questione ontologica attraverso l'ipseità e, accostando il pensiero aristotelico della praxis alla cura, rinnova la questione dell'essere del chi. Si apre qui una considerazione che non può non interrogare la psicoterapia: qual è la statura ontologica del sé? Se seguiamo quanto detto finora, ci troviamo di fronte un nuovo dualismo che Ricoeur ha inteso integrare, anche se in altre pubblicazioni recenti il confronto con la scienza appare sempre un confronto tra una riduzione e un'apertura.

Per la psicoterapia allora diventa opportuno seguire, come è stato fatto finora nella storia della disciplina, la versione della medesimezza, o seguire la versione dell'ipseità aperta al tempo, ad un possibile auto-progettamento autentico a partire da un essere nel mondo di sapore più heideggeriano? Se scegliamo la versione della sostanza, il racconto del paziente in psicoterapia diventa ricerca di invarianti, di strutture stabili a cui riferire il vissuto della persona, ovvero di una spiegazione che risalga dagli episodi della vita fino al sistema nervoso come ultima istanza e come luogo dove collocare il significato. In questo modo il significato risiede nell'organizzazione *intra* a seconda di quale unità si stabilisce essere l'unità di analisi. Gli si attribuisce quindi un'identità, che può essere di volta in volta la scatola cranica con il suo contenuto, la mente con le sue rappresentazioni, la coppia con le sue dinamiche, la famiglia con i propri sistemi e sottosistemi. Se invece si sceglie la strada dell'ipseità e dell'apertura al tempo come matrice nello studio dell'identità, allora si inizia a guardare il paziente con occhi diversi: la storia della vita di una persona diviene strumento di cambiamento, apre una possibilità di contatto. Infatti il soggetto, rapportandosi al tempo, riscrive una storia sciogliendo i nodi del suo intreccio esistenziale. Da questa prospettiva il soggetto è "colui che è soggetto a", ovvero ciò che ha una fondamentale passività-paticità, perché originariamente è istituito dall'altro che a sua volta lo immette in una prospettiva neppure stabilita da quest'ultimo. In altre parole l'altro istitutore non origina il suo istituirsi, ma ne è soggetto a sua volta, e così via, in un dinamismo che Ricoeur, Heidegger e i loro epigoni hanno individuato e fatto oggetto del loro studio.

Se si sposa la versione della psiche come sostanza, la terapia non può essere altro che la modificazione di questa sostanza; se invece si sposa l'idea che la psiche sia un movimento, che il sé non sia l'identità del soggetto ma la sua possibilità di essere soggetto, e che la cura non abbia solo significato strumentale ma sia quell'apparato in grado di accogliere il progetto del sé, allora la psicoterapia e la psiche – termine a cui siamo affezionati più per un discorso politico-giuridico che fattuale-

filologico – assumono il senso di un incontro non con una sostanza da cambiare attraverso la cura, ma con un sé che ha sempre un mondo, che è storico. Allora la psicoterapia diventa un dispositivo che si rapporta alle situazioni di vita di una persona soggetta a certe inclinazioni emotive e cognitive, corrispondenti a certi *pattern* di attivazione neuronale che si possono descrivere oggi in modo sempre più accurato, visibile. Tuttavia questi *pattern* stanno insieme a quelle situazioni che li hanno generati e che generano, all'interno di un contesto storico, un racconto di come una certa situazione venga accoppiata con una certa situatività, ovvero rendono conto di un modo di essere situato del soggetto. È questo che si fa avanti all'attenzione del terapeuta che abbia scelto questa strada: il suo compito è quello di capire dove il racconto non accoppia più situazione e soggetto, da che punto in poi e con quale intensità.

Naturalmente una prospettiva che basa la propria possibilità d'azione sull'ipseità deve comprendere, oltre che la situazione di vita, anche una visione del *corpo proprio* che renda ragione dell'ancoraggio dell'uomo al suo contesto. Sebbene sia riduttivo svolgere un discorso sul corpo proprio come parte non centrale di un discorso, la cura e l'ipseità accendono il corpo di una luce diversa, così come viene descritto in modo vivido nelle pagine di un altro filosofo francese, Merleau-Ponty (2009). Il “chi” della psicoterapia è quindi un soggetto nel suo mondo: al centro della sua significatività è posto ciò di cui questo “chi” si prende mediamente cura, ovvero la quotidianità. Sebbene la vita quotidiana sia nell'impianto heideggeriano il luogo del nascondimento deiettivo, essa acquista rilevanza rispetto ad un altro tipo di ricerca. Per il lavoro di terapia, questo è il momento in cui l'uomo ha a che fare principalmente con le cose di cui si prende cura e le persone di cui ha cura, mentre è impegnato in qualcosa ed è preso da ciò che gli accade. In questo commercio col mondo delle situazioni gli succede di sentirsi in un modo specifico, il suo. Mentre è correlato indissolubilmente con un contesto, egli in genere non riflette sul tipo di contesto, bensì si saggia, assaporandone, attraverso un modo del corpo, le e-mozioni.

Il racconto di questa quotidianità situazionale che emerge in terapia è sempre una ripresa di ciò attraverso la riflessione, che non è quindi un apparato dell'uomo all'opera mentre egli vive, ma è un riprendere quelle tracce che, pur sembrando più evidenti, non sempre restituiscono il vissuto di una situazione. Il terapeuta ha cura quindi di queste tracce, consapevole che esse sollecitano una tonalità emotiva e aprono un progetto all'interno di un'epoca nella vita della persona. Infatti il progetto reclamato da una traccia si pone sempre in riferimento a un momento della vita ed è proprio ogni epoca ad aprire nuovi orizzonti in cui scivolano inascoltate tracce. Il progetto di queste tracce è sì irrealizzato, ma

ormai esse si trovano ancora a suscitare intensità emotiva quando il contesto cambia e richiede per noi nuovi progetti, nuovi impegni. La sofferenza, tranne probabilmente quella psicotica, per la quale vanno approfondite altre direzioni di ricerca, nell'ottica proposta coincide appunto con l'essere spaesato da un'intensità emotiva che è rimasta senza possibilità di azione e d'interpretazione, ovvero un modo attraverso cui la persona si sente e si vede, senza però tradurre se stesso in un progetto. L'intensità emotiva e la capacità di regolare tale intensità riguardano da un lato ciò che abbiamo definito inclinazioni, che hanno la loro origine nel modo in cui un corpo è stato ed è sollecitato nel tempo, dall'altro la storia del soggetto. La paura nel disturbo da attacco di panico, se è considerata come dato di fatto, non offre altra strada al soggetto che l'impaurirsi, amplificandosi a sua volta attraverso il pensiero. Al contrario, se si considera la paura un'emozione e la si situa all'interno di un'inclinazione sedimentata nella storia del soggetto, allora si apre un modo di incontrare le situazioni della vita, che ha quindi una propria storicità e quindi un proprio orizzonte progettuale. Non risultano così trascurate le condizioni per il manifestarsi della situazione che è rimasta senza possibilità di azione e procura lo scarto cui si è fatto riferimento in precedenza, tra una situazione e una situatività, ovvero tra una situazione e un modo d'esservi situato.

Il racconto che ne riemerge è un racconto che tiene conto della storicità progettuale del sintomo dentro il mondo della vita del soggetto. L'indicazione che è possibile trarre da queste riflessioni è che l'incontro terapeutico è un incontro in cui, attraverso un racconto e all'interno di un campo metodico che si lascia dare le categorie dalla vita del richiedente (cliente, utente, paziente), si offre la possibilità di mettere in evidenza le condizioni in cui quella situazione è diventata centrale. Si evidenzia inoltre il progetto a cui essa si apre, mai definibile *a priori*, in quanto mutevoli e non calcolabili sono le occasioni di manifestatività di un progetto nella vita concreta di ognuno, sebbene non tutti i progetti siano aperti nelle condizioni di vita delle persone che chiedono cura, ovvero non tutte le condizioni di vita reggono i progetti che le persone credono di dover portare avanti.

Un aspetto importante dell'idea che stiamo suggerendo è che il progetto di vita debba essere sostenuto dalla volontà o dalle caratteristiche che ogni individuo possiede. In questo caso la volontà che appare, così come l'anima e la psiche *a posteriori*, è uno strumento di correlazione al mondo. Se essi falliscono, per un motivo o per un altro, tale correlazione non avviene, la volontà rischia di volere nel vuoto e si verifica il crollo del motto "volere è potere!". Il potere dell'azione, la possibilità d'essere sono nel mondo, e ciò è tale solo perché a farci diventare uma-

ni sono state certe aperture, dovute sicuramente ad una configurazione biologica, ma condotte anche in un orizzonte di possibilità. È dunque il coglimento del mondo, l'essenza dell'uomo, e da quel coglimento si rende possibile interrogare le storie delle persone e delle comunità. Presa per il suo "chi" e non per il "suo cosa", l'essenza umana si trasforma. Non si tratta tanto del correlato stanziale e stabile degli oggetti usati per prevenire il futuro, ma è l'espressione usante, è il mentre durante il quale quell'azione e quell'oggetto sono usati: il soggetto è un sé non tanto quando le strutture classiche ad esso correlate sono pienamente sviluppate, ma quando esse sono pienamente usate, ovvero quando il loro uso è appropriato ad un contesto di attuazione. Il compito che l'essere umano ha, ovvero – seguendo Heidegger – trarre l'avere da essere, è anticiparsi nel futuro una condizione possibile di sussistenza non solo biologica, ma anche esistenziale.

CONCLUSIONI

Le discipline che studiano l'uomo hanno come necessità il rinvenimento della caratteristica discriminante del loro oggetto di studio, senza confondersi con le sue occasionali manifestazioni. L'uomo è quell'essere che ha da essere – per dirla con Heidegger –, per cui la sua "essenza" è essere aperto alle circostanze, ma per nessuna di queste circostanze si può definire una continuità tale per cui una parte diventa il tutto. Per questo non è pensabile che alcune fasi della vita siano più rilevanti di altre nella costruzione dell'identità, e che alcuni momenti problematici nella regolazione emotiva della vita di un soggetto diventino strutture psicopatologiche, come ad esempio si fa oggi con il costrutto di Alessitimia, o altri costrutti psicopatologici con una lunga storia come la depressione, e come si è fatto dalla nascita delle teorie psicologiche, sull'importanza delle fasi infantili per determinare, a volte come se fosse un oroscopo, le strutture costanti della personalità. La stessa idea di personalità dovrebbe subire un profondo cambiamento, con l'introduzione del concetto di ipseità, che con Heidegger e Ricoeur diventa un accesso a quell'apertura che l'uomo è, e con Arciero viene tradotta in termini clinici (cfr. 2006 e 2009). In questa dimensione la psicologia non può essere una scienza che ha come oggetti delle entità astratte, lontane dalla realtà effettiva dell'essere nel mondo, tantomeno la psicopatologia può essere scienza biologica delle strutture disfunzionali in essere durante una fase di malattia. Lo sforzo è nella direzione di una scienza che si occupi di descrivere lo storico co-determinarsi degli accessi e del sé, e di conseguenza la psicoterapia deve necessariamente

essere non sostanziale nella modalità ontologica descritta in precedenza, e intervenire, a vari livelli, sul modo attraverso cui il sé si appropria di queste co-determinazioni.

BIBLIOGRAFIA

- Arciero G.: *Sulle tracce di sé*. Bollati Boringhieri, Torino, 2006
Arciero G., Bondolfi G.: *Identità e Stili di Personalità*. Bollati Boringhieri, Torino, 2009
Aristotele: *Etica Nicomachea*. Bari, Laterza, 2005
Merleau-Ponty M.: *Fenomenologia della percezione*. Studi Bompiani, Milano, 2009
Ricoeur P.: *Sé come un altro*, trad. it. Jaka Book, Milano, 1977

Dott. Stefano Marchese
Via Tripergola 6
I-80078 Arco felice Pozzuoli (NA)

Dott. Alessandro Rusticelli
(alessandro.rusticelli@gmail.com)