LA PERSONA, I BISOGNI, IL VIVERE (1)

Questa serie di articoli è tratta da due conversazioni con padre Vittorio Soana – psicoterapeuta – a cui diciamo il nostro grazie per la disponibilità e la pazienza con cui ha risposto alle nostre domande.

I BISOGNI: NATURA E SENSO

Per evitare eventuali fraintendimenti, preciso súbito che il mio quadro di riferimento è la psicologia in generale e, in particolare, quella umanistica al cui interno prendo in considerazione un piccolo aspetto: i bisogni secondo Maslow.
Mi ispiro inoltre alla fenomenologia e alla ricerca filosofica di Ricoeur. Dal suo libro" L'homme faible" (1960) ricavo il concetto del *limite come apertura*. Ossia, riassumendo, quando per esempio dò significato al mio dire e lo riconosco parziale, questo limite è una sollecitazione a conoscere ancóra, quindi una possibilità ulteriore. Cosí facendo conosco l'apertura dell'essere.

I bisogni secondo Maslow

Parto dalla scala dei sette bisogni di Maslow. Non so se esistano sette bisogni, so che esistono azioni che chiamiamo risposte alle necessità; queste azioni le ripetiamo, se non le ripetiamo stiamo male, se le ripetiamo stiamo bene.
L'azione del ripetere è un fatto concreto e reale, espressivo del contenuto della necessità e forse questo è l'elemento di verità, è l'elemento del vero. Ripetiamo l'azione del mangiare, del bere, del respirare, del parlare, del pensare, dell'udire, del vedere, del mingere e del defecare, del muoversi.
I bisogni, secondo Maslow, sono: 1° il bisogno fisico; 2° il bisogno di sicurezza, 3° di amore, 4° di stima, 5° intellettuale: sapere, capire, comprendere; 6° il bisogno estetico:

bellezza, verità, ordine; 7° il bisogno di autorealizzazione. Sette bisogni e sono graduati: sono proprio la scala di bisogni.
Secondo Maslow se i *bisogni fisiologici* non sono soddisfatti non si può salire al successivo livello.
Se un bisogno è insoddisfatto, l'uomo reagisce con comportamenti diversi per soddisfarlo, e questo bisogno costituisce la sua principale motivazione ad agire.
Se una persona non ha di che mangiare, prima pensa a sfamarsi, una volta saziato penserà a darsi *sicurezza;* poi *costruirà una comunità*, dove poter produrre e trovare cibo; realizzato questo, avrà sviluppato *competenza e rispetto di sé e degli altri*, e salirà allo sviluppo delle sue riflessioni e *comincerà a pensare*, comincerà a esprimere questi bisogni dal punto di vista *estetico*.
Quindi saliamo all'elemento della bellezza, poi a quello dell'*autorealizzazione.* Partendo cioè da un bisogno primario si può *salire la scala dei bisogni*, sviluppando e soddisfacendo i successivi, fino alla *piena realizzazione di sé.*

Questa è una tendenza che ogni cultura e ogni etnia ha sviluppato, ognuna secondo le proprie capacità e abilità.
Riguardo ai bisogni, è necessario rileggere, oltre alla *interazione* anche la *circolarità*; per esempio, se ho bisogno di mangiare, tenderò a cercare cibo; quindi se il mio obbiettivo è quello, lo sguardo, la tensione, i pensieri, gli atteggiamenti, saranno alla ricerca di tutto questo; ma se ho bisogno di libertà – e la storia è piena di questi elementi – posso anche non mangiare, posso anche morire per la libertà e quindi questo bisogno, che è assolutamente necessario, diventa secondario e può addirittura essere dimenticato.
Quindi, se da una parte è vero che i bisogni primari sono assolutamente necessari per poter passare a un livello successivo e da questo a un altro ancóra per tendere all'autorealizzazione, la circolarità mi dice che posso anche dimenticarmi del primo se cerco la mia realizzazione. Per cui, sempre per questo fine, se sono in prigione e ho bisogno di libertà, posso anche lasciarmi morire di fame, perché la mia libertà é piú importante.
Lo si vede molto bene in terapia: se perdo la vitalità e il mio senso del vivere, nei momenti di fallimento, cado in depressione e conseguentemente non ho piú voglia di mangiare.
Cose semplicissime che sperimentiamo spesso. C'è anche chi mangia di piú, ed è la forma esattamente inversa!

Bisogno e desiderio

Avendo sempre parlato di bisogno, faccio una precisazione tra bisogno e desiderio, in modo che non ci sia confusione.
Bisogno e desiderio non sono sinonimi.
Desiderio è *l'aspetto soggettivo del bisogno*, è *la sua rappresentazione psichica*, è la consapevolezza di un oggetto da conquistare, di un fine da raggiungere; è l'aspetto appetitivo di un bisogno, è l'aspetto emotivo, è l'orizzonte della spinta motivazionale, è l'attenzione; è l'elemento di intenzionalità della condotta. È quello che mi dà la dimensione pulsionale e quella motivazionale. Il bisogno si esprime come *sofferenza per una mancanza*; esprime un limite, il riconoscimento di qualcosa che mi manca e da questo nasce il desiderio.
La patologia si manifesta quando ci troviamo a desiderare ciò di cui non abbiamo bisogno; è qui che nasce la nevrosi.
Quindi se bisogni e desideri si armonizzassero, in questo equilibrio troverei la perfetta realizzazione di me; nel momento in cui tendo ad avere il bisogno di quanto non desidero, sto veramente male; e viceversa, nel momento in cui cerco di desiderare ciò di cui non ho bisogno - e nella realtà odierna siamo spesso dentro a queste situazioni - il risultato è disastroso.
Desiderio di oggetti senza utilità, desiderio di morte, contro il bisogno di amore sono tipici di un depresso e di un aspirante suicida.

I falsi bisogni

L'uomo rispetto all'animale sa andare *al di là dell'appagamento dei bisogni*. Questa è la variazione profonda per cui i bisogni sociali non corrispondono piú al sistema di tipo strettamente fisiologico; il suo modo di andare al di là dei bisogni – in cui siamo diventati bravissimi, soprattutto in occidente – *dipende dalla rappresentazione sociale*.
Per quale motivo abbiamo bisogno di lusso? Per quale motivo abbiamo bisogno di imitazione? Di esigenze di particolarità? È il nostro bisogno di moltiplicazione e di differenziazione, ma questo non corrispondeva alla partenza iniziale del nostro bisogno, è proprio dell'uomo.
Infatti quando si passa dalla motivazione fisiologica alle motivazioni sociali, alle motivazioni superiori, si apre il capitolo dell'autorealizzazione.
In questa ottica fare terapia è interpretare un desiderio.
Bisogna aiutare una persona a chiarirsi se quello di cui ci sta parlando è un desiderio fondato, oppure illusorio, fantastico, falso o incongruente. La psicologia e la sociologia hanno il cómpito di *smascherare i falsi bisogni* e hanno da *chiarire la manipolazione dei desideri da parte di chi detiene il potere.*

È palese che chi detiene il "potere su", manipola i nostri desideri e li fa rendere bisogni assolutamente importanti per la nostra esistenza.
Chi detiene il potere manipola la produzione e indirizza i consumi producendo, manipolando i bisogni per i suoi fini: il profitto. E, non essendo questi né oggetti di desiderio né tanto meno bisogni da realizzare, bisogna rileggere la carenza attraverso *la contraddittorietà dei bisogni veri e dei bisogni falsi.*

Per esempio l'automobile

La difficoltà sta proprio qui. Ci sono bisogni radicali, nati dalla società stessa che ha voluto o dovuto creare un mutamento strutturale al suo interno, per esempio l'automobile, che rivelano la loro contraddizione rispetto ad altri bisogni piú veri e costitutivi tipo *il silenzio* o *l'aria pulita.*
Tra poco venderemo anche l'acqua e l'aria, sempre per un profitto.
La mia perplessità rispetto all'automobile, non consiste nel

non riconoscerle una validità, ma è legata alla qualità della vita in cui ci hanno messo.
La scelta dell'automobile, cosí come la scelta industriale, ha ampliato il problema della *distruttività della natura,* e noi l'abbiamo presentata come una scelta rispondente a un bisogno. Qui ci dobbiamo interrogare: il problema non è di aver scoperto l'automobile e di farne uso, ma quale ne è l'uso valido rispetto a tutta una serie di altri fattori reali perché non esiste solo il bisogno di muoverci.
Come mai non abbiamo scelto di stare fermi? Come mai non abbiamo scelto di stare in silenzio? Come mai non abbiamo scelto di rendere la vita della città piú serena e piú tranquilla attraverso momenti di stasi, assolutamente necessari per i bisogni dell'uomo?
La domanda fondamentale che si pone è sulla qualità della vita: ho bisogno di fermarmi, di stare in silenzio, di riflettere, di osservare; esiste anche questo tempo.
L'uomo ha dimenticato la pausa, nel suo respirare. Il moto va benissimo, la macchina va benissimo e mi auguro che ne trovino una senza i gas, che sia anche piú veloce - perché no? – ma mi auguro anche che ci diano la possibilità della pausa e che noi impariamo a darcela.
Quindi, pur partendo dai bisogni, è proprio la *circolarità* a dirmi che c'è qualcosa d'altro a cui rispondere e che essi stessi in quanto tali, pur nella definizione della loro qualità, della loro quantità, non sono rigidamente in scala.
Il termine di *limite*, è il termine che mi fa capire – pur nella stessa esperienza dell'automobile – che se noi cogliessimo quest'ultima come un limite e non come una necessità, riusciremmo a prendere decisioni diverse.

Conoscere e comunicare

Conoscere è bisogno fondamentale della persona e oggi si pensa di soddisfarlo comunicando informazioni. In realtà, come osserva Ricoeur, esso implica il "récul" (l'indietreggiare); *se non prendo distanza non entro nella conoscenza* e se non faccio questo non ho il senso del mio limite. Si direbbe che è proprio lo staccarsi dalla realtà a consentire di *cogliere il senso delle cose.*

Quello che viene a mancare, nell'esperienza odierna, è questa capacità.

Il problema delle trasmissioni "Pinocchio" o "Moby Dick", non è nel fare comunicazione e quindi mandare il piú possibile informazioni; il problema è che non sono dentro un atto di conoscenza. Il problema della comunicazione, dei giornali di oggi, è che non c'è la possibilità di distanziarsi e di vedere *il confronto delle idee, delle informazioni*, semplicemente. La continua invasione di informazioni, rapidissima, non significa, di per sé, conoscenza.

Faccio un esempio: non è vedendo piú telegiornali durante la giornata, che acquisisco una maggiore informazione sulla realtà, né piú approfondita, o piú aggiornata: se non ho il confronto delle opinioni, non ho la conoscenza. *L'uomo ha perso la conoscenza*, che è uno dei suoi bisogni, assolutamente fondamentale, *uno dei suoi atti originari.*

Vittorio Soana

(*continua;* testo tratto da registrazione, non rivisto dall'autore)