Capitolo Primo

I TRE LIVELLI DELLA VITA PSICHICA

La prima constatazione che un'osservazione attenta dei fatti ci induce a fare è che l'uomo può vivere a tre diversi livelli: psico-fisiologico, psico-sociale, razionale-spirituale. Questi livelli ordinariamente sono interconnessi strettamente fra loro e riconoscibili nell'atto umano concreto, nel quale normalmente uno prevale sugli altri.[1] Il livello specifica l'ambito delle nostre conoscenze e dei nostri interessi, il grado di altezza da dove osserviamo noi stessi e il mondo. Cambiando il livello cambia la visuale, come quando si salgono i diversi piani di una casa: al terzo piano il panorama intravisto al primo si allarga in un contesto più ampio, si aggiungono nuovi elementi e altri diminuiscono di dimensione perché inquadrati in un orizzonte più grande. Ad esempio, al solo livello psicofisiologico l'uomo si scopre con un bisogno sessuale, al livello psicosociale si vede anche desideroso di condivisione con gli altri e al livello razionale finalizza tutto questo per perseguire obiettivi e mete. Man mano che si sale, la dimensione precedente non viene scartata ma integrata in un orizzonte più ampio e significativo. A ogni livello l'elemento psichico è sempre presente anche se in misura e qualità diversa.

Faremo una descrizione di questi tre livelli per poi tentare di individuare delle linee di integrazione tra gli stessi.

[1] Nuttin G., *Psicanalisi e personalità*, Paoline, Alba 1967, pp. 290-295.

1. Descrizione dei livelli

a. Livello psico-fisiologico

Comprende le attività psichiche strettamente legate agli stati fisici di benessere o malessere, determinati dalla soddisfazione o meno di alcuni fondamentali bisogni fisiologici dell'organismo come la fame, la sete, il sonno, la sopravvivenza, lo stare in salute...

L'origine e il termine di queste attività vanno ricercati nella sensazione di deficit e di soddisfazione a livello viscerale (avvertibile anche a quello sensoriale). La motivazione che regola questo livello è la soddisfazione di questi bisogni. L'oggetto che soddisfa la tensione e sazia il desiderio è specifico, concreto ed esterno all'individuo, ma lo soddisfa quando egli in qualche modo se ne «appropria» e lo rende suo. Si ha così un movimento che parte dal soggetto, va all'oggetto per poi tornare al soggetto stesso.

Il movimento è appreso per quanto riguarda la ricerca dell'oggetto soddisfatorio, ma è innescato da un processo biologico deterministico, che spinge a ricercare la soddisfazione immediata e totale. La modalità di funzionamento dunque, sarà sempre automatica.

La percezione del reale a questo punto sarà frammentaria e parziale: il reale infatti verrà visto in funzione (immediata o mediata) del proprio bisogno fisiologico. Dunque una lettura limitata al visibile, al fisico, all'utile. E del tutto soggettiva.

Dietro ai vari bisogni fisiologici allora, appare come reale fine operativo un bisogno più radicale di sopravvivenza e autopreservazione, che rimanda ad un'interpretazione generale della vita in chiave piuttosto utilitaristico-individualista.

b. Livello psico-sociale

Comprende le attività psichiche connesse al bisogno di sviluppare relazioni sociali, di «essere con». L'uomo — animale sociale — avverte l'esigenza di stringere amicizie, dare e ricevere aiuto, sentirsi parte attiva di una comunità di persone, ecc.

L'origine di queste attività psichiche non va ricercata in una situazione di deficit fisiologico a livello viscerale: non esiste un equivalente fisiologico di questi eventi, che pure sono avvertibili o lasciano una traccia a livello neurologico.

La motivazione più immediata che spinge questo agire è nella presa di coscienza della propria limitatezza e insufficienza come persone, che rende consapevoli del bisogno degli altri. L'oggetto che soddisfa non è così specifico come nel primo livello, poiché si tratta di situazioni nelle quali sono coinvolte delle persone; è sempre qualcosa di esterno che però non potrà divenire interno e fatto proprio dal soggetto, come invece nel caso precedente, per il motivo che l'altro non è una cosa.

Lo schema soddisfatorio è appreso attraverso la ripetizione di atti omogenei che si dimostrano efficaci nel raggiungimento dell'obiettivo. Per quanto riguarda la modalità di funzionamento, anche a questo livello c'è un certo determinismo; non assoluto come il precedente, ma relativo. È un determinismo sociale, per cui la persona si sentirà spinta a ricercare un certo tipo di rapporto gratificante, o di fronte a determinati stimoli scatterà più o meno automatica una certa risposta.

Circa la percezione del reale va detto innanzitutto che il reale che attrae l'attenzione del soggetto è soprattutto quello costituito da persone, viste però non necessariamente in se stesse, nel loro intrinseco valore, ma in funzione della relazione positiva. La visione del reale, in parte ancora frammentaria e a senso unico, suppone qui una certa capacità interpretativa e determina un allargamento del campo esperienziale dell'individuo; sono qui implicate infatti, nuove e ulteriori funzioni e potenzialità umane: quel certo senso comune (il «buon senso») che consente appunto la relazione interpersonale, come base del vivere insieme e predisposizione almeno tendenziale a percepire il bene comune.

Anche qui, dietro al bisogno dell'altro e della relazione, è possibile riconoscere qualcosa di più radicale: il bisogno dell'espansione di sé o dell'autorealizzazione attraverso l'altro, che è l'espressione dinamica — secondo Nuttin — di ciò che l'uomo è sul piano psichico, un essere se stesso a partire e in dipendenza intrinseca dall'altro.[2]

[2] Cf. G. Nuttin, o.c.

c. Livello razionale-spirituale

Comprende le attività psichiche connesse con il bisogno di conoscere la verità, e con la corrispondente capacità umana di afferrare la natura delle cose, astraendola dai dati dei sensi. Grazie a questo livello siamo esseri che a differenza di tutti gli altri animali hanno la capacità di afferrare l'essenza delle cose astraendola dai dati dei sensi. Dall'osservazione dei dati l'uomo può astrarre i principi generali cioè i concetti astratti e le leggi che governano e spiegano i dati sensibili. Questo potere costituisce il suo «spirito», qualcosa che al contrario della materia non ha dimensioni misurabili, non ha parti, è fuori del tempo e dello spazio. Con questo potere l'uomo può formulare concetti, conoscere cose astratte, giudicare, trascendere il «qui ed ora» per affermare e perseguire dei valori spirituali.

Il motivo che è all'origine di questo lavoro della mente non va dunque ricercato in un deficit di tessuti e neppure nella coscienza della propria incompletezza, quanto in un desiderio-bisogno di sapere, di risolvere problemi fondamentali come la conoscenza di sé, del proprio posto nel mondo, del senso della vita, della morte... Al tempo stesso tale desiderio-bisogno è sorretto dalla capacità strumentale-funzionale propria dell'uomo di raggiungere, almeno in parte, la verità delle cose, e dalla coscienza di un'attrazione verso di essa che va ben oltre il semplice desiderio soggettivo e indica nella ricerca della verità la vera vocazione di ogni uomo.

L'oggetto che soddisfa questa sete di conoscenza si pone in tutt'altri termini rispetto agli altri due livelli (che pure non esclude), sia dal punto di vista della specificità e concretezza (non più così materiale), che soprattutto, del rapporto tra l'io e l'oggetto soddisfatorio: non è più fatto proprio come nel primo livello (es. il cibo), non è più interpretato e gestito secondo i propri bisogni, come potrebbe succedere al secondo livello (es. l'amico per non sentirmi solo), e pure diventa parte della persona e della sua identità poiché risponde all'esigenza più radicale e costitutiva dell'essere umano. Inoltre non può esistere uno schema di apprendimento, fatto di gesti ripetitivi, buono per ogni occasione, che basterebbe mettere e rimettere in atto per ottenere infallibilmente la soddisfazione. Da un lato la soddisfazione piena, nella ricerca della verità, è impossibile, come ci ricorda Frankl: «Rispondere alla domanda circa il significato assoluto è del tutto impossibile per

l'uomo».[3] D'altro lato ogni ricerca è a suo modo originale e diversa da individuo a individuo, e in certa misura all'interno dell'individuo stesso.

La soddisfazione o gratificazione, a questo livello è più complessa e meno automatica: è data dalla ricerca in se stessa e dalla sintonia tra l'individuo e la verità, che evidentemente non potrà mai essere totale.

Anche la modalità di funzionamento è profondamente diversa e tipicamente «umana»: infatti a questo livello l'uomo è in grado di distaccare se stesso dall'immediatezza istintuale e sociale, e da quel determinismo che ne è una possibile conseguenza. Grazie all'uso delle facoltà superiori egli può percepire la natura delle cose e i nessi causali, può afferrare il senso di quegli oggetti o situazioni che gratificavano i primi due livelli andando al di là della loro semplice funzione gratificatoria, per inserirli in un contesto più generale e obiettivo.

In tal modo si crea un nuovo rapporto tra individuo e ambiente: un rapporto di *rispetto* verso le cose e di *libertà* per l'uomo. Il rispetto nasce dalla già citata capacità di «intelligere», cioè cogliere principi e formulare leggi generali insite nella natura delle cose stesse. Tale capacità di lettura del reale genera nell'uomo un atteggiamento rispettoso verso gli oggetti e le persone. Il percepirli infatti per quel che sono in sé impone all'uomo di non «usarli» per i propri scopi (I e II livello) e lo pone al tempo stesso in una situazione di libertà rispetto ad essi. È perfettamente logico che sia così: se le cose non sono più viste in funzione di me, cessa la mia dipendenza da esse o per lo meno quel determinismo che me ne potrebbe rendere schiavo. Potremmo dire che il saper dare un nome alle cose è segno e fonte di libertà. Una libertà fondamentale che ne determina altre.

Accenniamo ad alcune. Ad esempio, l'uomo che sa «decifrare» correttamente il reale può ampliare notevolmente l'ambito della sua conoscenza, e non tanto da un punto di vista quantitativo ma soprattutto qualitativo: grazie al potere di astrazione, diverrà capace non solo di formare concetti immateriali di cose materiali, ma anche potrà conoscere cose astratte come il concetto di virtù, bontà, giustizia... tutti concetti senza una dimensione misurabile

[3] V.E. Frankl, *Homo Patiens. Interpretazione umanistica della sofferenza*, OARI, Varese 1972, p. 91.

nello spazio e nel tempo (I livello), dando ad essi un'interpretazione contenutistica che va oltre i criteri dell'utile personale, della relazione sociale gratificante, della giustizia simmetrica (II livello).[4]

Altra conseguenza: la capacità di cogliere e usare i simboli e un linguaggio simbolico, che è ancora espressione di una comprensione in profondità e in libertà della realtà stessa, e strumento logico non solo per comunicare in modo più efficace le proprie cognizioni, ma anche per stabilire rapporti e paragoni logici, e giungere a nuove conoscenze e approfondimenti.[5] Il tutto estremamente al di là della frammentarietà percettiva dei primi due livelli.

O infine, la creatività, tanto più possibile all'uomo quanto più egli sa staccarsi dall'immediatezza assolutamente deterministica del riflesso sensoriale (I livello) o relativamente deterministica del bisogno sociale (II livello).

Da questi esempi emerge con sufficiente chiarezza la reale tendenza che è all'origine delle operazioni a questo III livello. Non può essere solo un istinto di autopreservazione attraverso una realtà da «consumare», neppure solo un impulso di autorealizzazione tramite l'altro, ma una *tendenza di autotrascendenza*.[6] Tutte le attività che si danno a questo livello, come abbiamo visto, trascendono i limiti dei fatti immediati e dei processi materiali: sono attività «spirituali». Come tali sono messe in atto da un «io spirituale», capace di trascendere la propria umanità e quei condizionamenti che ne segnano il limite, sia per andare verso l'altro in modo realmente altruista tanto da dimenticare se stesso, sia per attingere significati e scoprire valori che danno verità alla vita. Frankl trova in questa autotrascendenza l'essenza della natura umana: «Essere-uomo vuol dire fondamentalmente essere orientato verso qualcosa che ci trascende, verso qualcosa che sta al di là e al di sopra di noi stessi, qualcosa o qualcuno, un significato da realizzare, o un altro essere umano da incontrare e da amare. Di conseguenza, l'uomo è se stesso nella misura in cui si supera e si dimentica».[7]

E ancora una volta siamo ricondotti allo stesso problema, quello della libertà: è proprio considerando la capacità di autotrascendenza dell'uomo che possiamo capire dove nasca la sua libertà e come sia possibile essere liberi (e non esserlo). È solo riaffermando ed esprimendo concretamente il superamento di sé che l'uomo sperimenta la propria libertà, al di là di ogni più o meno velato determinismo. E, come conseguenza, è unicamente all'interno di questa libertà di autotrascendersi che diventa possibile avvertire una chiamata o scoprire nuove dimensioni di vita e decidere di rispondervi.[8] Nel momento in cui l'uomo dà una risposta, diviene agente morale e si scopre responsabile di ciò che fa. Ma non è nostra intenzione affrontare ora le implicanze di questo problema e del nesso che collega autotrascendenza-libertà-responsabilità; vogliamo solo constatare la realtà di questo III livello, come componente fondamentale della vita psichica e condizione imprescindibile del nostro essere uomini.

È importante, nel nostro contesto, fare un'*osservazione storica*. È possibile, crediamo, leggere la storia della psicologia moderna come scoperta progressiva di queste possibilità diverse di vita psichica, e dunque come un movimento che parte dalla segnalazione del livello psicofisiologico alla sottolineatura sempre più generalizzata del livello razionale-spirituale.[9] Prendendo infatti questa chiave di lettura e scorrendo ovviamente per grandi linee l'evoluzione storica di questa scienza, pare evidente come si sia passati da posizioni meccaniciste a posizioni di apertura allo spirituale. Basti pensare al biologismo più o meno pansessualista di Freud

[4] Intendiamo per giustizia simmetrica un sistema di rapporti basati sul principio della reciprocità, dunque su una norma elementare derivata dal senso comune. Per i problemi ad essa connessi cf. B. Kiely, *Psicologia e Teologia morale. Linee di convergenza*, Marietti, Casale Monferrato, 1982, p. 259.

[5] Vedi infatti la definizione data dalla filosofia logica al termine simbolo: *quodcumque notum in quo aliquid cognoscatur* (s. Tommaso, *De Veritate*, q. 9, a. 4 ad 4; *Summa Theologiae*, III, q. 60, a. 4).

[6] L.M Rulla, *Psicologia del profondo e vocazione. Le persone*, Marietti, Torino 1975, p. 37; V.E. Frankl, *Fondamenti e applicazioni della logoterapia*, SEI, Torino 1977, pp. 41-57; J. Mohana, *Psicanalisi per il clero*, Gribaudi, Torino 1970; O. Kernberg, *Teoria della relazione oggettuale e clinica psicoanalitica*, Boringhieri, Torino 1980, pp. 179-237. Per la distinzione fra tendenza e impulso cf. il c. 4, la parte sui valori.

[7] V. Frankl, *Alla ricerca di un significato della vita; i fondamenti spiritualistici della logoterapia*, Mursia, Milano 1974, p. 121.

[8] L.M. Rulla, *Psicologia del profondo e vocazione: le persone*, Marietti, Torino 1975, p. 38.

[9] Per un profilo storico della psicologia si possono vedere i seguenti libri. S.R. Maddi, *Personality Theories. A comparative analysis*, The Dorsey Press, Homewood Illinois 1980. C.S. Hall e G. Lindzey, *Teorie della personalità*, Boringhieri, Torino 1970; M. Wertheimer, *Breve storia della psicologia*, Zanichelli, Bologna 1983; P. Legrenzi, *Storia della psicologia*, Il Mulino, Bologna 1980; G. Mucciarelli, *La psicologia nel pensiero contemporaneo; antologia di autori*, G. D'Anna, Firenze 1981.

che provocò reazioni così immediate e significative come quelle di Jung e di Adler che si contrapposero apertamente al riduzionismo materialistico del fondatore della psicologia moderna.[10]

Rimane a tutt'oggi una linea deterministica sebbene abbastanza diversificata: il behaviorismo di Watson e Skinner, il neobehaviorismo di Hull, la scuola reflessiologica di Pavlov, il neobiologismo di Lowen, ecc. Tuttavia anche le reazioni di Jung e Adler hanno dato il via a interpretazioni meno deterministiche della psiche. La posizione adleriana viene ripresa, con o senza collegamenti espliciti, dalla psicologia umanista facente capo a Allport, Fromm, Maslow, Goldstein, e dalla psicologia fenomenologica-umanista di Rogers, tutti autori che sottolineano la libertà dell'uomo entro una concezione più globale dell'essere umano, e si distaccano decisamente dal biologismo e dal pessimismo freudiano.

Ma è soprattutto il filone spiritualista junghiano a determinare un netto superamento delle iniziali posizioni freudiane e dei vari determinismi ad esso collegati, con gli sviluppi e le esplicitazioni sostanzialmente nuovi (rispetto a Jung) di autori come Frankl con la sua logoterapia, di Nuttin con la teoria relazionale, di Thomae con gli studi sulla decisione umana, di Godin e Vergote con la loro psicologia religiosa, di Caruso con la psicologia personalistica del profondo, come di tanti altri.[11] Tutti questi autori, pur con sfumature e sottolineature diverse, presentano il III livello come il modo d'essere tipico dell'uomo, con le sue componenti di capacità di autotrascendenza, di percezione globale del reale, di libertà creativa, di responsabilità morale.

È quanto mai significativa, a tal riguardo, l'affermazione che L. Rangel, noto psicoanalista di scuola freudiana, fece al congresso internazionale di psicoanalisi a Londra nel luglio 1975: «I problemi dell'integrità, decisione e azione inevitabilmente conducono al cuore del problema riguardante la responsabilità umana, e così un aspetto ulteriore del comportamento umano che era stato perso e oscurato fa il suo rientro nella psicologia psicoanalitica».[12] E continua, sempre in quel contesto, affermando che se la psicoanalisi vuol fare un servizio di promozione umana deve tener presenti i problemi della decisione, dell'interiorità, dei valori.

Forse, usando proprio una immagine freudiana, potremmo dire che la psicologia è passata sempre più nella sua storia dal principio del piacere a quello della realtà.[13]

[10] Non tutti i commentatori sono d'accordo nel classificare come pansessualista la teoria istintuale freudiana: tra questi L. Ancona, *La Psicoanalisi*, La Scuola, Brescia 1970, p. 95. A parte la non chiarezza eccessiva di Freud, resta comunque il fatto che la sessualità ha un rilievo del tutto particolare nella sua psicoanalisi.

[11] Cf. A. Ronco, *Introduzione alla psicologia. I, psicologia dinamica*, LAS, Roma 1980, pp. 159-196.

Non intendiamo dire che Jung sia un capo-corrente a cui si richiamerebbero direttamente gli autori più sopra elencati, ma semplicemente riconoscere l'importanza storica della sua intuizione che riporta lo spirituale al centro dell'attenzione della psicologia nascente, e che consentirà poi ulteriori sviluppi in tal senso.

[12] L. Rangel, *Psychoanalysis and the process of change; an essay on the past, present and future*, in «Int. J. Psycho-Analysis», 56 (1975), p. 95.

2. Integrazione gerarchica dei livelli

Ogni atto psichico ordinariamente contiene e rivela tutti e tre i livelli anche se in misura diversa, essendo essi «intrinsecamente saldati nell'atto umano concreto».[14] Abbiamo anche osservato che è il livello razionale-spirituale quello tipicamente ed esclusivamente umano, essendo il I ed in parte anche il II livello propri anche dell'animale. Esiste dunque una naturale gerarchia tra i tre livelli, che va rispettata tenendo presenti al tempo stesso le loro irriducibili proprietà, funzioni e leggi, come sottolinea ancora Nuttin.[15] Tuttavia apparterrà alla libertà dell'uomo decidere a quale livello dare il compito di trainare l'intero apparato psichico o da quale altezza interpretare se stesso e il mondo: il livello razionale-spirituale che naturalmente dovrebbe avere il primato può essere di fatto posto dall'uomo al servizio degli altri due in posizione ad essi subordinata e distorta. L'identità personale dipenderà anche da questo ordine gerarchico strettamente personale: data la posizione privilegiata di un certo livello ne seguirà un corrispondente tipo di identità.

Più precisamente, quando questo ordinamento gerarchico dei tre livelli non è frutto di libera decisione, l'uomo si ritrova costretto a seguire una logica di vita dettata da un ordinamento casuale dei tre livelli imposto dalla pressione dei bisogni più che voluto per scelta. In ogni caso, tuttavia, nessuno potrà realmente ignorare le esigenze e gli elementi propri di ciascun livello; anzi, il vero problema maturativo è proprio questo: come può il singolo uomo dotato di un corpo, aperto alla relazione, capace di pensare, integrare in sé queste diverse dimensioni? Possiamo già dire fin d'ora che un corretto cammino cerca di porre armonicamente

[13] Per un approfondimento di questo sviluppo storico si può vedere G.W. Allport, *Psicologia della personalità*, Pas-Verlag, Zurich-Roma 1969, pp. 168-186 (lo sviluppo dei motivi), pp. 469-489 (la persona in psicologia).

[14] G. Nuttin, *Psicanalisi*, o.c., p. 294.

[15] G. Nuttin, *Psicanalisi*, o.c., pp. 290-295.

insieme queste dimensioni, senza unilateralismi ed esclusioni, ma pure con un preciso punto di riferimento che dia ordine e senso all'insieme.

Maturazione e integrazione infatti, non sono fenomeni spontanei, ma piuttosto un processo che si compie attraverso la ricerca di un equilibrio tra le componenti e la scoperta della propria identità, tenendo sempre presente la complessità dell'uomo.

a. Equilibrio esterno e interno: il principio di totalità

Questo equilibrio è un'esigenza fondamentale derivante dalla simultanea presenza dei tre livelli in ogni nostro agire. Di per sé è qualcosa che già avviene di fatto, essendo l'uomo una unità somatico-relazionale-razionale che in ogni azione esprime il proprio essere composito.

C'è innanzitutto un'armonia *esterna*, cioè una relazione fra i tre livelli. Qualsiasi espressione psichica non solo manifesta questa «composizione», ma — a ben riflettere — è resa possibile dalla presenza simultanea e complementare di potenzialità a ognuno dei tre livelli. Un semplice pensiero o un atto di volontà, ad esempio, non sarebbero possibili se il fisico non fosse in condizioni almeno minimali di riposo, se non avesse soddisfatto determinati bisogni fondamentali; e ancora questo stesso pensiero o atto di volontà sarà strettamente dipendente da quel benessere (o malessere) interno che si crea in noi grazie a una positiva (o negativa) relazione sociale. A loro volta, poi, anche se in maniera diversa e più sottile, stato fisiologico e apertura sociale dipenderanno anche dal modo di vivere il livello razionale-spirituale: ad esempio, da quella pace interiore che deriva dall'aver risolto problemi fondamentali, dall'aver dato un senso al vivere. È una constatazione che tutti facciamo quotidianamente: ogni livello è condizionato dall'altro.

Alla stessa conclusione arriviamo se consideriamo l'interdipendenza *funzionale* esistente tra un livello e l'altro. Il solito pensiero, attività spirituale, per essere effettivamente pensato necessita non solo degli altri due livelli ma di specifici e ben funzionanti centri nervosi e strutture fisiologiche al loro interno che consentono alla mente di riflettere, alla memoria di ricordare, alla parola di manifestare il pensiero dandogli una funzione anche sociale. Sono leggi naturali.

Ma c'è pure un equilibrio *interno*, cioè un'armonia da raggiungere tra gli elementi entro il singolo livello. Ogni livello ha esigenze

e proprietà irriducibili che dunque è necessario rispettare. È un principio di totalità che assicura l'equilibrio interno.

Osserviamo cosa avviene al livello *fisiologico*. Già la percezione dello stimolo (fame, sonno...) avviene attraverso una coordinazione tra cellule, tessuti, reazioni chimiche, organi percettivi interni, che culminano nella sensazione dello stimolo e nella reazione corrispondente del soggetto. Esiste una precisa organizzazione somatica, come ci ricorda la biologia, che obbedisce a criteri di *totalità statica e dinamica del corpo umano* e stabilisce un equilibrio costante tra il benessere di un singolo membro e quello generale del corpo. Ciò appare evidente in casi « di emergenza»: quando ad esempio, una parte del corpo soffre per una ferita o un'infezione, scatta una sorta di pronto soccorso da parte delle altre membra che aumentano il loro lavoro per produrre un numero maggiore di cellule e di globuli necessari alla suturazione della ferita o alla guarigione dell'infezione. Insomma c'è un sistema di leggi innate, che funziona per il benessere ottimale dell'organismo, per il bene del tutto, e coordina e «obbliga» le singole parti perché ognuna lavori in vista di questo fine «rinunciando» — se così si può dire — a obiettivi parziali.

Questo principio di totalità radicato nella fisiologia è molto importante perché ci indica un modo di essere, relativo al nostro corpo, che la natura stessa ha creato in noi e che dunque è probabilmente rilevabile anche se in modo diverso negli altri livelli, costituendo, in ogni caso, la condizione per realizzare l'equilibrio esterno.

Così, a livello *psico-sociale*, deve esistere lo stesso equilibrio interno, risultante dal dosaggio tra il senso della propria individuazione personale e l'appartenenza al gruppo.[16] Anche qui ritroviamo una tendenza naturale ad equilibrare gli elementi alla luce del principio della totalità, anche se non più funzionante con l'automatismo visto al I livello (anzi è possibile anche una certa tensione). È una tendenza specifica che attraverso la coscienza della propria incompletezza e l'attrazione esercitata dall'altro, spinge l'essere umano ad andare al di là di sé per dare, ricevere, vivere insieme, ritrovarsi attraverso l'altro, sentirsi parte di un tutto. Ogni uomo reca dentro di sé questa spinta, senza la quale non esisterebbe

[16] J.P. Gustafson, *The pseudomutual small group or institution*, in «Human Relations», 29 (1976), pp. 989-997.

società, e forse neppure l'uomo. E, ancora una volta, tale energia «sociale», che provoca ognuno a rompere i confini della propria individualità senza tuttavia alienarsi nell'altro, obbedisce a criteri di totalità, *totalità statica e dinamica dell'organismo sociale*. L'uomo maturo infatti, è colui che vive in modo armonico e non conflittuale i due elementi: senso della propria individualità e coscienza di appartenere ad un insieme di persone. Riesce a sentirsi parte di un tutto senza sentirsi menomato o offeso nella sua singolarità e d'altra parte si percepisce unico e irrepetibile senza sentirsi isolato. Sa essere se stesso e in relazione; si sente parte attiva e responsabile di una totalità che contribuisce con il suo apporto a rendere positiva, fonte di beni per tutti. È una legge naturale, spesso constatabile concretamente, che provoca l'uomo a lavorare per il bene comune, al punto da mettere da parte — se necessario — il proprio tornaconto per costruire o favorire l'interesse di tutti, specie in circostanze particolari. Esattamente, con le dovute proporzioni, come per l'organismo fisiologico: è sempre lo stesso principio di totalità, condizione d'equilibrio all'interno del livello singolo e con gli altri livelli.

Se spingiamo la nostra analisi al livello *razionale-spirituale*, ritroviamo lo stesso problema di rapporti, forse con anche maggior tensione e senz'altro con meno automatismi: il rapporto tra il mio io e la verità. Da una parte il mio bisogno-desiderio di conoscere me stesso e il mio posto nella vita, e dall'altra una verità che è al di sopra di me e abbraccia tutta la realtà. È un bisogno insopprimibile che spinge l'uomo (ogni uomo, non solo il filosofo) a cercare il vero, ed è un rapporto inevitabilmente problematico quello che nasce tra la *mia* verità e la verità *in sé*. Ma è, ancora una volta, lo stesso principio di totalità ad indicare una strada «naturale» perché la tensione sia fruttuosa e l'equilibrio raggiungibile: *la totalità della verità* — come realtà che mi supera assolutamente — mi sollecita ad esprimere al massimo le mie potenzialità di organismo pensante e mi provoca a trascendere me stesso. È un modo di cercare la verità che in concreto significa: la coscienza di essere una persona in ricerca, che non pretende di aver raggiunto la meta e di sapere tutto; la consapevolezza del proprio naturale limite che induce a non assolutizzare le proprie intuizioni, mentre rende disponibili ad accogliere l'apporto altrui, o almeno il confronto dialettico; uno stile di ricerca improntato ad apertura mentale e sensibilità percettivo-intuitiva, con attenzione a non fare di verità parziali delle leggi generali. Sono in fondo quelle caratteristiche basilari che

la filosofia della conoscenza richiede come condizioni previe perché il desiderio di sapere sia efficace. [17]

In sintesi, potremmo dire che nel concetto di totalità è riconoscibile il senso di una *trascendenza* che si pone a diversi livelli della nostra vita psichica, ognuno dei quali ci spinge ad andare «oltre»:

I livello: oltre il benessere fisico del singolo membro
II livello: oltre il benessere sociale della mia persona
III livello: oltre la mia verità.

È da notare, inoltre, che questo criterio di totalità, o impulso di trascendenza, è un principio naturale, che però a partire dal I livello funziona sempre meno in modo automatico e chiede sempre più l'intervento libero e responsabile dell'uomo.

b. Livelli di definizione di sé

A seconda di quale dei tre livelli della vita psichica prevale, l'uomo avrà una certa immagine di sé: psicofisiologica, psicosociale, razionale-spirituale. Chi vive prevalentemente a un determinato livello, si identificherà in modo corrispondente, privilegiando i contenuti di quel livello. Così, se il primato appartiene al livello psico-fisiologico, l'uomo si definirà in base al proprio corpo, a un dato di fatto cioè immediatamente percepibile, caratterizzato da una determinata espressione somatica, precise abilità fisiche e qualità estetiche: preoccupazione esagerata perché il proprio corpo sia sano-bello-forte-giovanile e accentuata insofferenza per l'eventuale difetto estetico o per la possibile infermità o per l'inevitabile progressivo decadimento organico. Se il primato appartiene al livello psico-sociale, la fonte di identità è il bagaglio di doti e talenti che la persona possiede: intelligenza, socievolezza, affermazione nel lavoro, qualità personali. Se infine il primato appartiene al livello razionale-spirituale, la persona va al di là dell'immediato e al di là delle proprie qualità psichiche per definirsi in base ad un progetto di vita liberamente scelto la cui elaborazione e perseguimento è fonte di stima personale.[18]

[17] Cf. ad esempio, B.J.F. Lonergan, *La intelligenza; studio sulla comprensione dell'esperienza*, Paoline, Alba 1961.

[18] Per l'approfondimento di questo tema cf. A. Cencini, *Amerai il Signore Dio tuo; psicologia dell'incontro con Dio*, Dehoniane, Bologna 1982, pp. 12-62.

Se c'è una gerarchia fra i tre livelli sembra evidente che spetti al terzo la funzione di guida o di punto di riferimento. Tale funzione è necessaria perché ogni atto sia «umano», ed anche l'automatismo fisiologico e la tendenza sociale siano tra loro coordinati e regolati in vista di un benessere generale della persona, che non è né solo soma né solo relazione.

È la nostra esperienza quotidiana a ricordarci che l'uomo non può trovare la piena realizzazione di sé semplicemente rispondendo a stimoli fisiologici o immergendosi a corpo morto nel sociale: entrambe le cose, ammesso che siano di fatto praticabili, hanno bisogno di una progettualità, ossia di un quadro orientativo che tenga conto della natura umana e possa funzionare da elemento di raccordo tra i vari livelli. Lo stesso criterio di totalità che garantiva l'equilibrio interno di ogni singolo livello, subordina al III i livelli inferiori, cioè richiede che il bene parziale di ogni livello sia posto al servizio del bene *totale* della persona. Così, il principio di totalità non solo funziona orizzontalmente (per il buon funzionamento del singolo livello), ma anche verticalmente: per il coordinamento dei singoli livelli verso un'unica direzione che non è più il bene parziale del singolo livello ma il bene totale di tutto l'uomo. Infatti quando l'uomo si identifica al III livello, dispone di un «punto di osservazione» più comprensivo della totalità e di un «punto di riferimento» più stabile e significativo. Cosa che non succede, invece, ai livelli inferiori, dove la percezione del bene non può che essere parziale e il senso di identità che ne deriva almeno incompleto. Anzi, quando il bene fisiologico o sociale diventano il bene assoluto o fine ultimo, nasce una situazione conflittuale, che renderà altrettanto conflittuale il corrispondente senso di identità. Fondamentalmente scatterà un processo di riduzione delle espressioni, desideri ed esigenze del livello superiore, su misura di quelli inferiori, con conseguente esasperazione e distorsione dello stesso bene relativo e diffusione di identità.[19]

Ogni dinamica riduzionista dice:

1) assolutizzazione del bene inferiore al quale sono asserviti tutti gli altri;

[19] Borel così definisce il fenomeno del riduzionismo: «Una disposizione, che nel campo scientifico, inclusa la filosofia, consiste nel giustificare un valore più alto attraverso uno più basso». M.J. Borel, *Riduzionismo*, in *Dizionario di Psicologia*, Paoline, Roma 1975, p. 1004.

2) conseguente interpretazione riduttiva del bene superiore su misura di quello inferiore assolutizzato;

3) esasperazione della ricerca del bene inferiore;

4) precarietà del possesso di quel bene o impossibilità di ottenerlo;

5) frustrazione finale con possibile rigetto di quel bene e ricerca del suo contrario.

Se, ad esempio, al I livello il benessere fisiologico diventa lo scopo fondamentale dell'esistenza, l'aspirazione somma è lo stare bene e sarà posta ogni cura per evitare quanto può danneggiare tale benessere fisico (assolutizzazione). Il rapporto con le cose scade a semplice relazione consumistica e il possederle dà la sensazione di essere padroni del proprio destino e la garanzia di una felicità definitiva (prima riduzione). Il rapporto con le persone subirà un parallelo scadimento, perché sarà cercato con il fine immediato o mediato del godimento fisico: la persona viene «depersonalizzata» e la sessualità declassata a livello consumistico. Allo stesso modo l'io pensante sarà anch'esso al servizio di questo stile riduzionistico: cercherà di giustificare tutto ciò razionalmente (seconda riduzione). Ma questo ordinamento gerarchico rivelerà la sua conflittualità quando la persona si accorgerà di essere incapace di accettare la legge fisica dell'inevitabile progressivo deperimento organico, di dare un senso alla malattia e alla morte. Quando lo star bene diventa fine a se stesso, la persona lo ricerca in modo spasmodico, disposta a tutto pur di ottenerlo (terza riduzione). Ma dovrà prima o poi constatare la precarietà di quel bene (quarta riduzione). Finirà dunque — ecco la contraddizione — per subire la frustrazione di non poter raggiungere un bene diventato impossibile. O, all'opposto, potrà ricorrere all'uso delle droghe, o a quanto gli consenta di evitare il problema o cercare un godimento alternativo; o — addirittura — desiderare di morire, lui, tanto amante della vita (quinta riduzione). La distorsione del bene relativo assunto ad assoluto si ritorce contro l'uomo.[20]

In modo analogo, al livello psicosociale è possibile lo stesso fenomeno. Quando l'aspirazione più grande della persona è il benessere sociale e

[20] Alla luce della dinamica riduzionistica si possono interpretare molte crisi soprattutto dell'età giovanile: tendenze masochistiche, mancanza del desiderio sessuale, malattie psicosomatiche, nichilismo etico, depressioni. Per l'elaborazione di questi temi si può consultare: E. Becker, *Escape from evil*, Collier Macmillan Publishers, London 1975, pp. 73-87; F. Giardini, *La rivoluzione sessuale*, Paoline, Roma 1974, pp. 229-241; H.S. Kaplan, *I disturbi del desiderio sessuale*, Mondadori, Milano 1982, pp. 225-259; P. Laurie, *Drugs: medical, psychological, and social facts*, Pelican Books, New York 1971, pp. 37-38; D. Vasse, *Le temps du désir*, Du Seuil, Paris 1969, pp. 31-32; 71-72.

l'affermazione delle proprie qualità, il rapporto con l'altro diventa troppo importante e verrà cercato con avidità insaziabile. La ricerca d'affetto, stima, consensi sarà sempre più centrale per questa persona che — condannata al successo — identifica se stessa con la sua immagine sociale e ha di sé un concetto positivo nella misura in cui ottiene benevolenza e considerazione. La relazione, per tutti indispensabile, rischierà di diventare rapporto di dipendenza, mai saziato. Intanto l'intelletto, oltre alla solita (in questi casi) attività «razionalizzante», sarà molto impegnato nel costruire aspettative irrealistiche legate al proprio ruolo e al rapporto sociale: è l'io che sogna o dà implicitamente per scontate determinate gratificazioni. Ma si sentirà frustrato quando questi sogni non si avverano o quando gli è chiesto di dare più che di ricevere, di dimenticarsi più che di mettersi al centro dell'attenzione.

A questo punto la persona può scegliere l'atteggiamento contrario di isolamento, di accusa, di violenza; proprio verso chi non ha soddisfatto le sue pretese e verso la società in generale. Come dice Nouwen: «Il confine tra intimità e violenza è fragile. Vediamo e sentiamo della crudeltà tra marito e moglie, genitori e figli, fratelli e sorelle, e cominciamo ad accorgerci che coloro che desiderano così disperatamente di essere amati, si trovano spesso coinvolti in rapporti di violenza. Le cronache sui giornali di aggressioni sessuali, violenze, omicidi evocano l'immagine di persone che si aggrappano disperatamente l'uno all'altro, chiedendo amore, ma che non ricevono nient'altro che violenza».[21]

Ancora una volta un bene parziale, sganciato da una visione più completa dell'essere umano, diventa impossibile e si ritorce contro l'uomo stesso.

Sembra evidente che solo un riferimento ad un progetto totale (III livello) può consentire di scoprire la vera natura dell'uomo, e di dedurre da questa quel bene che lo può «totalmente» appagare. Definirsi a livello razionale-spirituale non vuol dire rifiutare i livelli precedenti ma usarne le esigenze come strumenti per il perseguimento di fini e obiettivi che rispettano il bene totale. Questo produce — come abbiamo visto — un nuovo rapporto con sé e la realtà, basato sul rispetto, la libertà e la creatività. Rispetto ad esempio, per le proprie esigenze fisiche, qualità psichiche, richieste sociali ma libertà dal doverle perseguire a tutti i costi come il bene più grande e creatività nel saperle interpretare per il bene generale della persona.[22]

[21] H. Nouwen, *Clowning in Rome*, Image Book, New York 1979, p. 41.

[22] Per una lettura psicologica della povertà, castità e ubbidienza alla luce dei tre livelli della vita psichica cf. J. Ridick, *I voti, un tesoro in vasi di argilla; riflessioni psicologico spirituali*, Piemme, Casale Monferrato 1983.

c. *Primato della ragione?*

Ma è sempre sufficiente il richiamo al III livello per coordinare i livelli inferiori e tendere verso il vero bene? Molti pensano di poter rispondere affermativamente, ma in realtà le cose sembrano andare diversamente.

Innanzi tutto l'esistenza dei tre livelli nella vita psichica dice che l'uomo non è riducibile a pura capacità decisionale. Abbiamo visto come ai primi due livelli prevalga un meccanismo di automatismo, assoluto al I, relativo al II; e automatismo, evidentemente, significa passività, ripetitività, determinismo: il contrario insomma della decisione. Come conseguenza, il vivere normalmente e prevalentemente a questi livelli (specie il I) non aiuta ad apprendere a decidere; pone l'uomo in una quiete adecisionale. Le «scelte» che si fanno a questi livelli (specie se orientate esclusivamente verso il bene parziale) sono determinate da uno stimolo naturale a cui l'uomo risponde senza eccessivo coinvolgimento personale o addirittura senza rendersene conto. È un uomo che si lascia vivere, subisce lo stimolo e rischia di non prendere mai vere e proprie decisioni.[23] L'uomo non è costretto a decidersi razionalmente, *può* farlo. Il forzare solo sulla razionalità non è sufficiente per annullare la possibilità contraria.

In secondo luogo i tre livelli si organizzano in modo che uno emerga sugli altri, ma non è detto che il III debba prevalere: può essere usato in subordinazione agli altri due e questa eventualità non è annullata solo ricordando all'uomo la sua capacità raziocinante.

In terzo luogo l'uso stesso della razionalità può essere offuscato da distorsioni. Ammesso il primato della razionalità, rimane da vedere la funzione che essa assume all'interno dell'apparato psichico. Anche a questo terzo livello sono possibili distorsioni percettivo-interpretative e si può usare la razionalità per cercare — forse senza volerlo — un bene parziale facendone un idolo. Esiste infatti un genere di ricerca della verità che può risolversi in vano

[23] È il famoso principio omeostatico, collegato con l'istinto di morte (o principio di Nirvana) inteso come riduzione della energia a livello zero.

Freud riteneva che l'apparato psichico tende a eliminare tutte le eccitazioni e tutti gli stati di tensione causati da cause interne o esterne. Cf. S. Freud, *Introduzione alla psicoanalisi*, in *Opere*, Boringhieri, Torino 1980, VIII, pp. 420-435; cf. anche L. Ancona, *La Psicoanalisi*, o.c., p. 116.

narcisismo intellettuale, in pretesa gnostica di essere padroni del proprio destino;[24] perfino vi può essere un genere di ricerca dell'esperienza religiosa che è l'equivalente dell'idolatria: fare di Dio uno strumento per la realizzazione dei propri desideri.[25] Oppure quella ricerca della verità che non tiene conto degli altri due livelli e delle rispettive esigenze, scadendo a ricerca astratta non a misura d'uomo. Narcisismo, gnosticismo, spiritualismo: esempi di rischi che frustrano la ricerca della verità e dell'integrazione.

Infine, vi possono essere dei conflitti tra un livello e l'altro, tra la ricerca dei rispettivi beni parziali: non è impossibile che il benessere fisico sia a volte in contrasto con il benessere psicosociale o che il bisogno di relazione sia conflittuale con il perseguimento di obiettivi. E non è detto che nel conflitto prevalga la razionalità.

Ritenere quindi che l'appellarsi alle facoltà superiori basti per avviare un processo di decisione, è quanto mai discutibile. Una sorta di pregiudizio di onnipotenza della «dea ragione» vorrebbe che nell'esercizio delle sue facoltà l'uomo sia sempre coerente con se stesso secondo uno stile di ricerca della verità. Un pregiudizio di radice illuminista, ma affatto sparito oggi che rimane tutto da verificare e, a quanto pare, lontano dall'esperienza che tutti facciamo quotidianamente. La rivoluzione operata da Freud, come a lui piaceva chiamarla, ha voluto proprio dimostrare il contrario: *la ragione dell'uomo non è essa stessa immune da conflitti.*[26]

L'integrazione non si costruisce dunque automaticamente con il semplice riferimento al livello razionale-spirituale. L'agire libero e responsabile non dipende solo dall'attivazione della razionalità. Altri fattori entrano, primo fra tutti l'inconscio e l'emozione, che costituiranno l'oggetto dei due prossimi capitoli.

---

[24] R. Haardt, *Gnosi*, in K. Rahner (a cura), *Sacramentum Mundi*, vol. 4°, Morcelliana, Brescia 1975, pp. 337-348.

[25] H. Von Balthasar, *Biblical and Patristic experience of God*, in «Theology Digest», 25 (1977), pp. 206-209.

[26] Freud riteneva che dopo la rivoluzione «cosmologica» di Copernico e «biologica» di Darwin, vi fosse la sua rivoluzione «psicologica» ad offendere il narcisismo umano, dimostrando come la tanto decantata ragione sia subordinata ad altre forze che esercitano un notevole influsso sull'io, come ad esempio l'emotività o l'inconscio. Cf. S. Freud, *Una difficoltà della psicoanalisi*, in *Opere*, o.c., VIII, pp. 657-664.