***Antropologia del “mal-essere”***

**Roberto Carelli**

Bel titolo: suggerisce un alto livello del disagio, invita al passaggio dallo star bene al far bene… Schema: parte diagnostica, parte terapeutica…

## Condizione odierna

**1.** **Molta inadeguatezza, poca resilienza**…

*La* depressione *è oggi l’unità di misura delle molte variabili in cui si scompone il disagio interiore, una malattia di moda, una sorta di* male dei nostri tempi*. La depressione si assicura il “*successo” nel momento in cui il modello disciplinare *di gestione dei comportamenti, ossia le regole d’autorità e di conformità ai divieti devono far posto a norme che stimolano ciascuno all’iniziativa individuale, sollecitandolo a diventare se stesso… La depressione ci illumina sulla nostra attuale esperienza della persona, poiché essa* è la patologia di una società in cui la norma non è più fondata sulla colpa e la disciplina, bensì sulla responsabilità e l’iniziativa. *L’individuo è messo a confronto* più con una patologia dell’insufficienza che con una malattia della colpa*… Ma alla felicità a comando fa da contraltare la chimica della disperazione; alla medicalizzazione del malessere, la depressione come malattia vera e propria; alla pubblicità che tesse l’elogio di una nuova medicina miracolosa, la contro-pubblicità di una droga che garantisce assenza di tossicità e di dipendenza (A. Ehrenberg)*

**2.** **Società complessa, legami labili e identità fragili**…

*L’uomo di oggi è un* uomo dalla testa pesante*, ma un uomo* psichicamente affaticato*. Verso la metà del XX secolo, in un universo estremamente strutturato, si leva un soffio nuovo. All’inizio è solo un po’ di aria fresca. Nascono domande nuove: è possibile far arretrare i limiti, mettere in discussione i divieti, liberarsi dalle costrizioni? Tutto un sistema di valori tradizionali, costruito intorno a una trasmissione verticale, si incrina. L’idea di gerarchia comincia a suonare fastidioso. Perché l’autorità deve venire dall’alto? C'è davvero qualcuno in cielo? C’è ancora qualcosa da aspettarsi da parte dei maestri e dei padri? Con queste nuove domande, il dubbio si propaga. Ciò che fino ad allora era evidente, di colpo non lo è più. Si assiste a una cancellazione delle generazioni, dei sessi, delle culture… Ognuno deve essere il proprio progetto, decidere chi vuol essere, assumersi le proprie scelte a partire dalle regole che si è dato. Per realizzare la propria vita, basta volerlo. “Se vuoi, puoi. Puoi di nuovo. Puoi di più. Sempre di più”.* Competenza, eccellenza, prestazione diventano un’ossessione*. Si aprono qui gli abissi del dubbio, del tormento e dell’ansia. Viviamo in una società psichicamente estenuante. Quando i primi segni del disagio si fanno sentire, la decostruzione culturale è largamente avviata. Da svariati decenni* il mondo occidentale svuota la sua memoria, ma l’uomo-individuo scopre che il vuoto pesa. Senza il sostegno di una cultura, il vuoto è insostenibile per un solo essere umano. Si ha l’impressione di vivere al di sopra dei propri mezzi psichici *(Ch. Terninck)*

3. **Cultura della prestazione, cultura dello scarto**…

*La società tende a mettere da parte tutto quello che non risponde ai criteri di efficienza, produttività, reattività, di bellezza, giovinezza, forza e vivacità (papa Francesco)*

L’individualismo *è, sul piano dell’umano,* un sistema che conviene ai più forti, *ai favoriti, ai più intraprendenti, che sono cresciuti in spazi simbolizzati e strutturati.* Gli altri, storditi da un eccesso di libertà, intontiti da troppo godimento, simultaneamente liberi e asserviti, sazi e carenti, sono predisposti a tutti i pericoli, gli abusi, le derive *(Ch. Terninck)*

## Cause remote

**1. Il dramma dell’umanesimo ateo**: sparisce Dio e scompare l’uomo, tragico antico e tragico moderno, neo-gnosticismo e neo-pelagianesimo…

*Il* tragico antico *interroga gli dei e quindi in certo modo* ti protegge*, quello* moderno non ti protegge più*. Ti dice: se ti sei ammalato è colpa tua. Adesso la frustrazione è maggiore. Paradossalmente, mentre* l’uomo antico poteva gridare agli dei *la sua disperazione, il suo risentimento,* l’uomo moderno non lo può più fare, dovrebbe prendersela in teoria solo con se stesso*. Lo si è sottratto al senso di colpa nei confronti del divino, ma ha accumulato un bel più potente senso di colpa nei propri confronti. L’uomo contemporaneo sta soccombendo di fronte a questa responsabilità. Diceva Lacan: se teniamo vuoto il nome del Padre, noi rischiamo perlomeno padreterni di seconda scelta (P.A. Sequeri)*

**2. Le contraddizioni dell’età secolare**: moderno, post-moderno, ipermoderno; autoredenzione, autorealizzazione, autogenerazione…

*Il rischio moderno è di cadere in un pensiero modesto, di frequentare* un pensiero senza redenzione*. La fede cristiana crede che il* desiderio di vita eterna e felice è buono, giusto, benedetto. Da ogni male la fede cristiana chiede la liberazione*.* E sfida le potenze *celesti e terrene, continuando appunto a chiamare male ogni sofferenza ed ogni ingiustizia che abitano la terra. Ma la deriva gnostica è sempre dietro l’angolo: liberando l’uomo da ogni possibile resistenza del reale, lo si libera anche dai legami col mondo, verso una libertà che non ha più niente da liberare: la forza della luce pura non illumina niente, se non lavora con la Forma e non lotta con l’Ombra. Occorre riconoscere che non è nella natura dell’uomo quello di essere avvilito dalla malattia, dalla sofferenza, dalla disperazione, dalla prevaricazione altrui (P.A. Sequeri)*

**3. I dogmi regressivi postmoderni**: insindacabilità delle opinioni soggettive, ottimizzazione del godimento, evitamento della sofferenza…

*Secondo il filosofo Zizek,* la nostra epoca non riesce più ad accettare alcun assoluto positivo*, sia esso Dio o anche una forma ideologica.* L’unico che può risultarle ancora accessibile è rappresentato proprio dal male*. Ma ciò produce* un’angoscia *profonda, a cui l’uomo oggi risponde* affinando gli strumenti di efficienza tecnica e politica, *come se il male fosse dovuto ad una situazione di inefficienza e irresponsabilità… Succede quando si collega il male al limite naturale dell’uomo, ma è proprio questa la nostra punizione, di essere limitati, di soffrire e di morire? Oppure ancora si protesta contro un sopruso sociale, che misconosce la radicale esperienza di complicità che sola può portarci a riconoscere una forma etica dell’esperienza del male.*

Lo scandalo del male chiede una sensibilità morale*.* Non serve la pura protesta o la semplice rassegnazione*.* Seve piuttosto l’uomo che dice: anche se tutto dovesse andare male, io non cedo sulla convinzione che deve esserci una giustizia *che alla fine fa tornare i conti, onora gli sforzi che l’uomo per la giustizia dell’esistere. Resistere a questo scandalo per me è più importante che dire di essere ateo o credente. Il cristianesimo aggiunge una cosa strepitosa e decisiva, perché, facendone un precetto, invita a* portare il male dell’altro*.* Il cristianesimo mira alla complicità fra gli uomini *che si sostengono nella loro volontà di continuare a voler bene, credere nella giustizia, a credere nel legame umano (P.A Sequeri)*

## Pandemie d’epoca

**1. Il disagio di civiltà**: da Edipo a Narciso…

Al vecchio senso di colpa borghese e alla lotta per liberarsene (Edipo), il timore di non essere all’altezza*, col senso di vuoto e d’impotenza che ne risulta (Narciso). La figura del soggetto ne esce del tuto modificata: si tratta, ormai, di essere simili a se stessi. Muovendo dal tutto è possibile, le malattie dell’insufficienza penetrano nel tessuto della persona e vi aprono gravi fenditure. Il continente del permesso/proibito cede il passo al continente del possibile/impossibile. Si passa dalla grandezza d’animo al sentimento d’impotenza. Il problema dell’azione non è:* ho il diritto di compierla? ma: sono in grado di compierla? *L’inesorabile contropartita dell’uomo che si pretende sovrano è quello di un uomo che non ha agito male, ma quello che non può agire affatto. Le attuali patologie mentali, caratterizzate dall’assenza di conflitto intrapsichico e dal dominio, invece, di un allarmante sentimento di perdita del proprio valore:* disistima di sé, complesso d’inferiorità *(A. Ehrenberg)*

**2. L’individualismo e la rottura del legame sociale**: pubblico anonimo, privato anomico…

**3. Un regresso antropologico**: fusione affettiva, confusione sessuale…

## Orientamenti di “ben-essere”

**0. Memoria e profezia**: obbedienza e libertà…

*Ci dovrebbe essere armonia tra il tempo individuale e il tempo culturale.* Nella famiglia tradizionale, il passato costituisce un’autorità: legittima, giustifica*. La precarietà della vita è tale da attivare difese conservatrici e spinge, per prudenza, al rispetto del passato. Fondamentalmente, si teme quel che è nuovo. Il nuovo presenta un’attrattiva crescente, appare come emancipazione dall’antico.* Ma se il passato fa vergognare, il futuro fa paura*. La capacità di muoversi sulle tre dimensioni del tempo è un indizio di salute psichica. Per chi sta bene il tempo è un alleato. Invece il nevrotico inciampa su un tempo impedito, il depresso si esaurisce in un tempo senza futuro e il perverso ripete un canovaccio immutabile. A* priva vista, a essere in crisi è il contenuto di una tradizione. Ma, al di là del contenuto in sé, è lo stesso atto di trasmettere*, indissociabile dal tempo,* a essere messo in dubbio*. Sentiamo che l’autorità, intesa come un principio incarnato, è scomparsa e che sarebbe un controsenso volerla restaurare. Sappiamo che è necessaria, ma abbiamo difficoltà a riabilitarla. Ma è chiaro che per diventare autonomi bisogna aver percorso a lungo i campi della dipendenza (Ch. Terninck)*

**1. Il punto di partenza**: riconoscere la propria miseria, invocare misericordia…

**2. I due comandamenti**: primato di Dio, equilibrio col prossimo…

**3. Il comandamento nuovo**: dare la vita…

*Un essere umano è fatto in modo tale che* non si realizza*, non si sviluppa e non può trovare la propria pienezza «*se non attraverso un dono sincero di sé*» (GS 24). E ugualmente non giunge a riconoscere a fondo la propria verità se non nell’incontro con gli altri: non comunico effettivamente con me stesso se non nella misura in cui comunico con l’altro». Questo spiega perché* nessuno può sperimentare il valore della vita senza volti concreti da amare*. Qui sta un segreto dell’autentica esistenza umana, perché* la vita sussiste dove c’è legame, comunione, fratellanza*; ed è una vita più forte della morte quando è costruita su relazioni vere e legami di fedeltà. Al contrario, non c’è vita dove si ha la pretesa di appartenere solo a se stessi e di vivere come isole: in questi atteggiamenti prevale la morte (FT 87)*

**4. Pedagogia eucaristica**: incontrare il bisogno, aprire il desiderio, attaccamenti e distacchi…

**5. Logica pasquale**: passione e azione, ferite e feritoie…

**6. Postura della gioia**: rallegratevi sempre… e tutto ciò che è bello, buono…[[1]](#footnote-1)

1. A. Ehrenberg, *La fatica di essere se stessi, Depressione e società*, Einaudi, Torino 2010, P.A. Sequeri, *L’umano patire*, Berti, Piacenza 2014, Ch. Terninck, *L’uomo di sabbia. Individualismo e perdita di sé*, Vita & Pensiero, Milano 2012 [↑](#footnote-ref-1)