

finalmente ammettere che ad esempio un Goethe "in realtà era soltanto" - un nevrotico. Questa corrente di pensiero non vede niente di proprio, cioè non vede propriamente niente." (Frankl, 14)

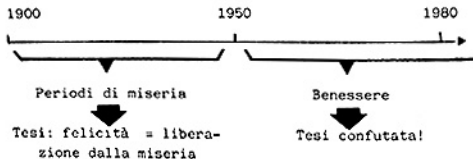
Se, come illustrato, tutto il pensare e agire umano viene analizzato unicamente in base al suo valore patologico, qui si insinua nuovamente quell'errore di pensiero che cerca con persistenza di proiettare i fenomeni dalla dimensione spirituale al livello psicologico. Con ciò, contemporaneamente, si nega tutto il margine dell'individualità umana, perché ogni particolarità individuale, in fin dei conti, è un allontanamento dalla norma, ma nonostante ciò è insita nella parte spirituale, dove viene sostenuta dalla creatività e intuizione, dall'autenticità e dal coraggio di scegliere, nonostante la malattia, una forma personale della vita. Una forma che, dal canto suo, esprime non il patologico, ma quel che è rimasto intatto nell'uomo. Per quanto riguarda lo psicofisico, invece, vale veramente la regola che qualsiasi deviazione dalla norma è "sintomatica", cioè "sintomatica" per la sua predisposizione alla malattia.

Quindi alla stessa maniera in cui il pan-determinismo priva l'uomo della sua libertà e responsabilità, lo psicologismo distrugge tutto il margine per quel che è autentico e per l'individualità veramente umana.

La dialettica tra orientamento al piacere e orientamento al significato

La logoterapia si distingue dalle altre correnti psicoterapeutiche soprattutto per il suo concetto di motivazione. Quest'ultimo mette in questione tutta la "filosofia della felicità" sinora valida. Sinora la "felicità" veniva espressa in termini psicologici: la realizzazione di bisogni. Considerando la dimensione noetica dell'uomo, la felicità invece significa: realizzazione interiore di un significato. L'uomo, per la sua natura esistenziale, è orientato a trovare un significato e per questa ragione è anche disposto ad accettare delle rinunce per trovare il suo significato. Il benessere fisico e psichico, nella ricerca di un significato, assume stranamente un ruolo secondario, mentre un fallimento nella ricerca del significato non può essere compensato da nessun tipo di benessere psicofisico, come spesso si osserva nella Prassi psicoterapeutica.

Come si spiega questo mutamento nella concezione del termine felicità? Per rispondere a questa domanda, dobbiamo mettere in rapporto lo sviluppo della psicologia quale scienza con lo sviluppo economico dei paesi industrializzati nel nostro secolo.



La prima metà del nostro secolo - che è anche il secolo in cui è nata la psicologia - era offuscata da gravi miserie. Crisi economiche, disoccupazione di massa e guerre mondiali si susseguivano. E' comprensibile che gli uomini di quel periodo desideravano soltanto una cosa: liberarsi dalla miseria quotidiana. Essi pensavano che sarebbero stati felici se finalmente si fosse superata la continua lotta per la sopravvivenza, con tutto quel che comportava di oppressione, sacrifici e rinunce.

Per quel che riguarda la psicologia, essa non era in grado di aiutare a superare la miseria esterna, quindi si è concentrata sulla liberazione dalla miseria interna. Seguendo la tendenza generale, accettava la tesi della "felicità mediante liberazione" e si poneva l'obiettivo di liberare l'uomo da inibizioni interiori degli istinti e impulsi, dal peso dell'autorità e possibilmente anche dalla "cattiva coscienza". "Devi finalmente pensare a te stesso!" era il suo primo comandamento, e insegnava, a coloro che cercavano consiglio, di imporre le proprie pretese, di rifiutare il troppo peso e di "vivere fino in fondo" il diritto alla soddisfazione dei bisogni.

Non vi sarebbe nulla da ridire, e ancor oggi si sarebbe certi di trovarsi sulla via giusta verso la "felicità", se nella seconda metà del nostro secolo la situazione economica nei paesi industrializzati non fosse cambiata radicalmente in senso positivo. Il benessere gradualmente si estese, e l'uomo moderno fu liberato da quasi tutte le miserie tradizionali: non pativa più la fame, c'erano possibilità di lavoro in gran quantità, le persone autoritarie praticamente non esistevano più, il tempo libero, con tutte le possibilità di divertimento accessibili a chiunque, era aumentato. Quel che la psicologia era riuscita ad eliminare di "miseria interiore", fu superato dal miracolo economico che eliminava la "miseria esterna".

Ma la "felicità" auspicata non si è verificata. Ci fu invece un indescrivibile aumento di suicidi, tossicodipendenti, criminali, di persone nevrotiche, di malumore, eccessivamente saziati.

Oggi, la vecchia tesi che la felicità si identifica con la liberazione dalla miseria, è largamente confutata, e si è resa necessaria una revisione dell'immagine psicologica dell'uomo. L'uomo deve sapere non soltanto di che cosa vive, ma anche per che cosa vive, come Viktor Frankl ha riconosciuto per primo: l'uomo quindi ha bisogno non soltanto di mezzi per vivere, ma anche di uno scopo per cui vivere. La domanda preoccupata dei tempi precedenti: "Cosa faccio per vivere?", che occupava la mente degli uomini nei periodi difficili, ora nel periodo del benessere si inverte, ma non è meno preoccupata: "Io vivo per fare che cosa?". La vita sicura, che offre molteplici lussi, è diventata una cosa ovvia, ma invece ci si chiede il perché della vita, e molte questioni non

sono chiarite. (5)

Quel che risulta evidente in questa problematica non è altro che l'antagonismo noo-psichico tra la 2a e la 3a dimensione dell'essere umano, che nella teoria scientifica si esprime nell'opposizione tra il principio dell'omeostasi e la noodinamica, che discuteremo in seguito.

Il principio dell'omeostasi, che senz'altro trova la sua giustificazione al livello bidimensionale dell'essere, dice che gli istinti devono esser placati ed i bisogni devono essere soddisfatti, in modo che un essere trovi il proprio equilibrio interiore. L'essere vivente rimane in equilibrio con se stesso, fintanto che non venga messo in moto da una nuova pressione di un istinto. Il mantenimento dell'equilibrio interiore è quindi la forza della motivazione originaria, dalla quale deriva la vita. Si tratta di un principio autoregolatore, valido senza dubbio nel mondo animale, che però non è facilmente applicabile all'uomo, come si è visto ripetutamente nei periodi in cui i bisogni vengono soddisfatti e c'è il benessere.

(5) Una volta avevo espresso questo pensiero in Finlandia, dove mi fu chiesto di tenere delle conferenze all'Università di Turku; mi si disse che, dopo l'introduzione del riscaldamento centrale nel paese, il consumo di si era incrementato di 6 volte. Prima si impiegavano le domeniche per raccogliere la legna, il che rappresentava allo stesso tempo una gita familiare, un training fisico e un'occupazione sensata. Oggi invece basta spingere un bottone e la casa è calda - ma che cosa si fa la domenica?

Perché per l'uomo, in quanto essere anche spirituale, un equilibrio ben tarato nella dinamica degli istinti significa tutt'altro che soddisfazione, ma piuttosto vuoto, noia, mancanza di una meta (a cosa si dovrebbe aspirare, quando tutti i bisogni sono soddisfatti?) e frustrazione. Tutto questo, dal punto di vista della psicoigiene, va considerato come molto critico, perché come è noto si può "morire anche nella gabbia d'oro", uno può spegnersi anche per la mancanza della gioia di vivere.

Citazione: "E' importante il fatto che l'igiene psichica sino ad oggi è stata dominata più o meno da un principio errato, in quanto si era partiti dalla convinzione che quello di cui l'uomo ha bisogno in primo luogo sia la tranquillità e l'equilibrio interiore, la distensione ad ogni costo; dalle riflessioni ed esperienze però risulta che l'uomo piuttosto che della distensione ha bisogno di tensione: una certa, sana e ben dosata tensione! Quella tensione, ad esempio, che l'uomo sperimenta mediante quel che viene preteso da lui da un significato della vita, da un compito che deve realizzare, e soprattutto quando si tratta delle pretese di un significato dell'esistenza la cui realizzazione è riservata, richiesta e affidata soltanto a quel determinato uomo. Una tale tensione non è dannosa alla salute psichica, anzi favorisce la salute psichica, perché essa - la "noo-dinamica", come vorrei chiamarla - costituisce tutto l'essere uomo; perché essere uomo significa