

Il nuovo saggio di Vittorio Lingiardi

Se vogliamo vivere insieme impariamo le parole giuste

Si può vivere con gli altri se non si riesce a convivere con se stessi? Come si fa a organizzare in maniera coerente la propria esistenza senza cedere alla tentazione della rigidità? Sono queste alcune delle domande che si pone Vittorio Lingiardi – psichiatra, psicanalista, professore ordinario di psicologia dinamica all'università di Roma La Sapienza – all'inizio del suo ultimo (e bellissimo) saggio: *Tu, noi. Vivere con se stessi, l'altro, gli altri*. Domande essenziali per capire la nostra società, e cui Lingiardi risponde a partire soprattutto (ma non unicamente) da una prospettiva psicoanalitica. Tra identità e molteplicità esiste d'altronde una tensione che non è solo "clinica", ma anche "sociale": l'esperienza umana è per definizione paradossale, e accade a chiunque di fare fatica a «tenere insieme, attraverso negoziazioni continue, l'esistenza spesso simultanea di realtà contraddittorie».

Il mondo delle convivenze è inevitabilmente circolare e concentrico: se non si riesce a dialogare con i molti "sé" che abitano all'interno di noi stessi è inutile anche solo sperare di poter un giorno vivere bene con un'altra persona, ancor meno di essere poi capaci di contribuire alla coesione sociale. «La prima convivenza è in noi», scrive lo psicanalista. «Ogni giorno ci imbattiamo in noi stessi. Non ci piacciono, ci disapproviamo. Vogliamo cose diverse, spesso incompatibili: l'avventura e la sicurezza, la solitudine e la compagnia, la fermezza e il patteggiamento, la parola e il silenzio. Ogni convivenza con il mondo nasce dentro di noi perché il timbro della nostra vita

dipende da come suona ogni elemento della nostra orchestra mentale». Ma come si fa a convivere con se stessi? È possibile riappacificarsi con le molteplici sfaccettature del nostro io?

Per Vittorio Lingiardi, il modo migliore per far la pace con se stessi è raccontarsi, riprendere in mano le fila del discorso, ripercorrere pezzi interi della propria esistenza, ancor meglio se accompagnati da qualcuno. La parola, d'altronde, esiste davvero solo in presenza dell'ascolto. E poco importa che la "verità clinica", ossia ciò che ricordiamo e interpretiamo, non coincida con la "verità storica", ossia con ciò che è realmente successo. La memoria è pure (e sempre) sede dell'invenzione. Anzi, talvolta è proprio immaginando che riusciamo poi anche a perdonare. E quindi ad accettare l'incontro con l'altro. E quindi a rimetterci in gioco dribblando abilmente tra i nostri meccanismi di difesa e le nostre strategie di adattamento. Nessun rapporto è d'altronde possibile se non si è in grado di negoziare uno spazio intermedio e comune dove le soggettività possano fondarsi e affrontarsi: «Per capire come amiamo è fondamentale osservare lo spazio che, tenendoci insieme, ci separa. Se è riempito proiettivamente, oppure svuotato difensivamente. Se viene negoziato. Se è elastico e mutevole. Se è cancellato, invece, a favore dell'adesione. Riconoscere il tu significa sposare un principio di organizzazione psichica che mi permette sia di conoscere la mente dell'altro come fonte di intenzione e di iniziativa».

Citando sapientemente S. Freud, D.W. Winnicott, M. Klein e

molti altri pilastri della psicologia e della psicanalisi, Vittorio Lingiardi mostra come l'esperienza amorosa metta alla prova ogni grande tema della vita umana, e come l'amore sia possibile solo quando si riesce pian piano a trovare un equilibrio tra fusione e separazione, dipendenza e autonomia, aggressività e tenerezza. Subito prima di affrontare il tema della durata delle relazioni affettive: l'amore può durare solo se il "tu" viene riconosciuto nel suo divenire, senza mai imporgli l'identità di cui si pensa aver bisogno – altrimenti l'amore finisce, anzi, viene progressivamente fagocitato dalla violenza, come lo psicanalista spiega e racconta, appoggiandosi anche sulla letteratura e sul cinema.

È solo quando l'io riesce a convivere con se stesso (e le sue molteplici alterità) e con il tu (e le sue altrettanto molteplici alterità), che si pone poi il problema del "noi" e della convivenza sociale. Nodo essenziale della contemporaneità, nota Vittorio Lingiardi, visto che viviamo in un'epoca in cui gli altri sembrano assumere «tratti terrificanti»: il numero degli "odiatori" aumenta; gli strumenti culturali e politici che dovrebbero permettere a ciascuno di affrontare le difficoltà dell'esistenza diminuiscono; il vivere-insieme si sbriciola. Ecco perché l'unica soluzione che resta per pacificare il mondo è «un'instantabile azione quotidiana per il noi». Operazione difficile, certo. E faticosa. E forse senza fine. «Ma ho fiducia nella forza delle parole», conclude Lingiardi. «Promuovere la parola, il racconto, la testimonianza, mai tradire il linguaggio».

di Michela Marzano



Il libro

Io, tu, noi. Vivere con se stessi, l'altro, gli altri
di Vittorio Lingiardi
è edito da Utet
(pagg. 160, euro 14)
Il volume sarà in libreria da domani

