

GUARDA COME DONDOLO

ADAM PHILLIPS

Meglio perdere l'equilibrio

CI PARE SEDUCENTE. E INVECE, DOVREMMO SMETTERE DI INSEGUIRLO. PERCHÉ È ASSAI PIÙ INTERESSANTE CADERE. UN GURU DELLA PSICOANALISI RACCONTA IL VALORE DELLE DELUSIONI. E DELLA FELICITÀ "NONOSTANTE"

di Paola Maraone



1974: Philip Petit cammina tra le Twin Towers a 417 metri d'altezza.

«MI CREDA: io, in questo momento, non la sto psicoanalizzando». L'inglese Adam Phillips, migliaia di pazienti incontrati e milioni di libri venduti, ha una voce che avvolge, calma e pacata, ma uno sguardo che trapassa e potenzialmente uccide, lucido e affilato nonostante la spossante cappa d'afa che avvolge il Festival della Mente di Sarzana. Intervistare un analista - anzi, una "psicostar", come nel suo caso - è un doppio cimento, significa tenere altissima la concentrazione ma

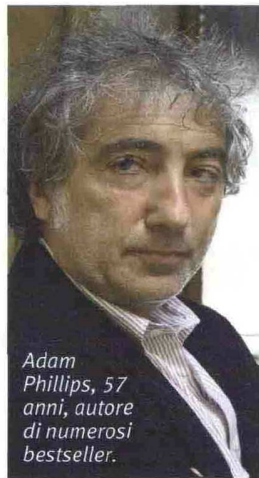
anche passare attraverso l'implacabile schiudersi di un numero cospicuo di scatole cinesi: per tutta la durata dell'incontro non riesco a liberarmi della scomoda sensazione che quel che dico, anche se non so bene come e quando, potrà essere usato contro di me.

Dopo il successo dell'Elogio della gentilezza, ha scritto un libro Sull'equilibrio: per l'essere umano medio, la più grande chimera.

C'è qualcosa di particolarmente seducent-

te nel termine "equilibrio", ma forse dovremmo smettere di inseguirlo. Ci ha mai fatto caso? I gesti di equilibrismo ci divertono anche perché sono rischiosi. Mi viene in mente quel signore che anni fa camminò su una corda tesa sopra le Torri Gemelle. In certe situazioni è meno interessante rimanere in equilibrio che cadere. Aiuto, detto da uno psicoanalista suona strano.

Pensi all'espressione "cadere innamorati": come dice la parola stessa, a chi si inna-



Adam Phillips, 57 anni, autore di numerosi bestseller.

mora l'equilibrio viene a mancare. È il desiderio smodato, eccessivo, a rendere possibile una delle esperienze più straordinarie e allo stesso tempo inquietanti che un uomo possa fare. L'eccesso: non sempre è auspicabile, ma a volte è vitale.

Temo di non seguirla.

Se il pianto di un bambino non fosse, in un certo senso, "troppo" per noi, il bambino non sopravviverebbe. Anche in amore è così: due persone sanno di essere in relazione profonda quando rappresentano un problema l'una per l'altra.

Sembra paradossale: far soffrire chi amiamo sarebbe dunque qualcosa di positivo, perché indica che tra noi c'è una relazione?

Non è positivo, ma è inevitabile.

Allora quello che chiamiamo "equilibrio di coppia" è solo un cliché?

Io credo che l'andamento sia ciclico. Ci sono fasi in cui si recupera l'equilibrio e altre in cui lo si perde, in una sorta di ritmo. Se in un dato momento lei è in grado di fare stare molto bene un'altra persona, sarà sicuramente in grado, usando gli stessi strumenti "al contrario", di farla stare molto male. E questo significa che tra voi c'è un rapporto profondo.

In effetti il mio compagno mi dice che nessuno lo fa arrabbiare come lo faccio arrabbiare io.

Lo prenda come un complimento. E ricordi: la maggior parte delle cose che facciamo quando non siamo in equilibrio, anche se a volte ci lasciano perplessi, ha un valore più alto di quelle che facciamo quando siamo in equilibrio.

Mi faccia un esempio.

Quando siamo molto piccoli e abbiamo appena imparato a camminare, adoriamo girare in cerchio finché non crolliamo a terra. Impariamo così che l'equilibrio, come tutto ciò che riteniamo fondamentale, è qualcosa che possiamo ricercare e mantenere: ma anche perdere.

Mi viene da dire: ci sarà pure qualche categoria a cui non è concesso perdere l'equilibrio.

Dal punto di vista psicoanalitico c'è un alto livello di compatibilità tra l'esser dipendenti da qualcosa e farne molto bene un'altra. Per esempio, un sex-addicted potrebbe essere un bravo genitore. E, perché no, anche un bravo politico. Quel che sotto il profilo morale è invece inaccetta-

bile è usare il proprio potere per umiliare gli altri. E poiché statisticamente le persone danneggiate da altre persone sono più numerose di quelle danneggiate da catastrofi naturali, faccia lei due più due, perché io da psicoanalista non posso.

Che rapporto c'è tra l'equilibrio individuale e quello della società?

Strettissimo: noi umani siamo animali gregari. Se, come accade ormai da tempo, comincia a "passare" l'idea che fare politica non è utile e genera solo frustrazioni, perdiamo interesse alla cosa, smettiamo di occuparci degli altri e ci mettiamo sempre di più a coltivare il nostro orticello e ad alzare muri. Ecco un caso in cui la mancanza di equilibrio è negativa.

Si può dire che le donne siano in genere più equilibrate degli uomini? O più squilibrate?

Affrontano le frustrazioni in maniera diversa. In una cultura dominata dai maschi è più facile che gli uomini appaiano equilibrati e le donne pazze, ma non c'è questa differenza, cambiano solo le modalità: quando esplodono, le donne sono violente nei confronti di sé stesse, gli uomini nei confronti degli altri.

Solita storia: le donne si mettono i bastoni tra le ruote da sole...

La cultura, tutta quanta, è da sempre pensata per il piacere degli uomini. Invece con il piacere delle donne si può, anzi si deve interferire. Il che non vuol dire che gli uomini non competano tra loro: ma alla fine è sempre un maschio, o una donna che ragiona secondo modelli maschili, a emergere.

Proprio non c'è scampo.

Non dal punto di vista della psicoanalisi. Vede, sin da piccola la lotta della bambina è per essere come sua madre, la lotta del bambino è per non essere come lei. Le differenze sono già segnate.

Per questo sono proprio le donne a odiare di più le altre donne?

Dico sempre che per le ragazze gli uomini sono l'ultimo dei problemi: il guaio sono le altre donne, che provano invidia

per loro e passano il tempo a tentare di intimidirle. Un errore madornale.

È sconsolante.

Si rassegni: sono giunto alla conclusione che ciò che impariamo dai nostri errori, nel migliore dei casi, è che continueremo a commetterli.

Da cosa impariamo, allora?

Dalle delusioni. Le delusioni diventano la chiave dei nostri gusti. Prendiamo il primo amore: se a 50 anni ripenso a quel che mi piaceva quando ne avevo 15, mi viene la nausea. La nostra storia personale ci insegna che non possiamo mai fidarci di noi stessi: neanche quando siamo sicurissimi di credere in qualcosa, o quando siamo pronti a dire "giuro" e "per sempre".

Almeno in certe fasi della vita e su certi argomenti e convinzioni, c'è un fondamentalista in ciascuno di noi. Che me ne faccio del mio, alla luce delle sue parole? Lo metto a tacere?

Se lo tenga caro, finché c'è. Ma a proposito del credere in qualcosa, si chiedi sempre: chi sarei pronto a uccidere per questa cosa? Per chi sarei pronto a morire? Anche se, uscendo dal ragionamento astratto, a me sembrerebbe pazzesco vivere in una cultura in cui bisogna arrivare alla morte per dimostrare di aver fede in un'idea.

Concordo. Dunque?

Primo: passiamo troppo tempo a lamentarci, mentre dovremmo usare questo tempo per fare qualcosa di diverso. Secondo: domandiamoci cosa speriamo di ottenere, mostrandoci così giustamente indignati. È vero, in generale i cattivi la fanno franca. Ma noi dobbiamo essere più svegli e più scaltri, e batterli sul loro terreno. Non dobbiamo lasciarci sedurre

dalla nostra, pur giusta, indignazione. **Un adulto consapevole dell'epoca in cui vive può essere felice, o in equilibrio?**

Non c'è motivo di essere felici per molto tempo, oggi. Vorrebbe dire non avere senso della realtà. Però molte persone sono felici *nonostante*, e questo è positivo.

Ma perché dovremmo rispettare le persone che non rispettano il rispetto che abbiamo per loro?

Questa è un'ottima domanda, a cui non so rispondere. ■

Cosa impariamo dagli errori? Solo che li ripeteremo. Invece le delusioni diventano la chiave dei nostri gusti