

Maristella Fantini
Paola De Andrea

LA SERIETÀ E IL TEMPO

Abstract

The authors consider the topic of seriousness in its connection with time and, in particular, with lived time. They outline the special times of boredom and adventure in order to get to the very delicate and precarious synthesis obtainable through seriousness. Then they relate these movements to the Ego states, namely, Parent, Adult, and Child, the constitutive psychic sides of our identity according to Transactional Analysis. It is time for the Adult to confront life in a serious way, driven by consciousness but maintaining the smile and desire of adventure, always striving towards knowledge.

La serietà si può inserire nello scenario del tempo, di cui è un risvolto come dice Vladimir Jankélévitch (1991), e in tal senso proveremo a esaminarla.

Il tempo ha due facce sovrapposte: lo scorrere delle cose fuori e il vissuto personale dentro. Interessa qui la seconda dimensione. Ognuno vive il *suo* tempo interiore, a seconda dello stato d'animo, del bisogno e della personalità. Esso si salda al senso spaziale per costruire il profondo substrato dell'Io conoscitore, "*tempo vissuto*" come lo definisce Eugène Minkovsky (1933), esimio esponente della psichiatria fenomenologica.

Ci può essere un modo statico, chiuso, privo di guizzi, mortifero, che non pulsa ma solamente langue: è il tempo della noia, dove la realtà si appanna, grigia come l'indistinta staticità che la pervade. L'individuo fermo nella noia non vede mutamenti, dunque neppure linee compiute, poiché ogni linea è traccia, magma che si fa visibile, e contiene sempre un movimento. La noia toglie le forme perché le diluisce senza specificità. In essa l'Io si va a rifugiare se stanco o demotivato, come l'animale nella tana, credendo di sopravvivere, ma non vede l'evolversi delle stagioni. Resta ignorante. Lo stesso avviene per gli uomini della caverna di Platone, che guardando la parete scura, ignari di ogni altra prospettiva, credono che lì risieda tutta la realtà e possono rassegnarsi, perché non conoscono. La noia è priva di interessi, non vuole rischiare e rifiuta di apprendere. Ogni novità è pericolosa, apre linee di luce, piccole torsioni che potrebbero dirigere il corpo verso l'apertura della caverna e mostrare una luce abbagliante eccessiva per l'occhio pieno di ombre.

Poi c'è un modo opposto, quando la primavera porta folate d'inquietudine o quando la staticità si stanca di se stessa. Si tratta del tempo dell'avventura, che è un fremito in avanti. Il confine raggrumato si dilata, si spezza. Lo sguardo spazia ben oltre il cerchio della propria luce e immagina stelle lontane, cieli immensi dove proiettare il desiderio. L'avventura è un balzo in avanti che non raggiunge mai l'oggetto, pena l'arresto del

passo. Il cammino deve continuare, gioioso nel tendere più che nel prendere, gonfio di un barlume di eternità, in quanto il desiderio non ha confini. L'attrazione gravitazionale rallenta e l'energia psichica, prima centripeta, ora può esplorare lo spazio. Nell'avventura c'è la diversità, la scoperta, l'impulsività, l'innamoramento. Di essa l'Io ha bisogno per evolvere, come di acqua fresca nella sete, accettando il rischio di perdersi dentro il fluire turbinoso. Ma il tempo dell'avventura distrugge se stesso, perché esce dal presente e non lo vive, catapultato in un futuro mai raggiunto, che presto sfuma.

Ecco allora che forse, dentro gli opposti, si può affacciare una sintesi. Essa ha il nome di serietà, un modo con cui l'animo umano organizza il tempo, lo racchiude sistemandolo dentro categorie e valori stabili. Non lo soffoca ma neanche lo gonfia fino a farlo scoppiare, lo accoglie benevolmente dentro confini faticosi e necessari. La serietà è come il buon agricoltore che semina e copre il terreno prefigurando i frutti. Ama il terreno in quanto suo. Non lo lascia incolto e secco, come fa la noia. Non lo rivolta continuamente con troppi semi contrapposti, forzandolo a produrre mai sazio, come l'avventura. Sa aspettare, scegliendo la coltivazione a sua misura, fedele alla consegna, attento alla protezione, in sintonia con le stagioni che stanno sopra, oltre, fuori dalla portata dell'uomo. Può arrivare la grandine, ma il dovere compiuto mitiga la trepidazione del risultato.

Nella serietà c'è un tempo dilatato e finito insieme, sintesi delicata e precaria, dove il presente viene amplificato ma dove anche passato e futuro si guadagnano un posto.

Anzi possiamo dire che la serietà, più che un modo di essere nel tempo, è la facoltà di sistemarlo con ordine. Come se nella serietà l'individuo prendesse una qualche distanza dal tempo immanente, per poterlo guardare da fuori. Un giocatore potrebbe sistemare un puzzle se ne facesse intrinsecamente parte? No. Egli deve restare fuori dalla frammentazione per intuire i nessi e posizionare i tasselli. L'uomo serio si solleva oltre gli istanti, per poterli legare con fili autobiografici e collanti valoriali: l'oggi ha senso in quanto derivato del ieri, e domani non prescinde da oggi e ieri, per gli obiettivi. Questo essere dentro e fuori dal tempo contemporaneamente ricorda il concetto di tempo razionale di Minkovsky. Il tempo razionale può essere visualizzato, scandito e misurato, comunicato nei suoi valori quantitativi e dunque condiviso, simile al tempo del calendario. Il tempo irrazionale invece turbinava nel magma incomunicabile e fenomenologico del sentire, dove solo il contatto si fa presenza, molto vicino appunto al tempo vissuto, meglio chiamarlo il tempo vivente.

Quindi il vuoto della noia e la trepidazione dell'avventura sono colori disponibili, la serietà è la mano che li sistema ad arte nel quadro della vita. Cosa succede se la mano prende il sopravvento? Con poche tinte il disegno si fa scialbo, come avviene in chi privilegia la serietà a discapito delle pulsioni. Cosa succede se la mano si ritira? Le tinte restano possibilità grezze incompiute, indebolendo la personalità che per coesione necessita di scelte consapevoli. «La personalità non è chiusa, è aperta [...] in ogni momento autodeterminata. Risponde non tanto al modo delle cause quanto al mondo delle possibilità: anzi entra a far parte dell'universo delle scelte. Io sono me stesso anche a seconda di quali sono i miei progetti» (Jervis 1997, p. 60). Questo ci fa pensare che solo la seria ponderatezza o consapevolezza permette di esprimere l'attimo di libertà, in cui le

mille possibilità si annullano nella sola-scelta, limite all'onnipotenza e al contempo passo necessario per il cammino.

Se la noia e l'avventura sono due modi estremi di vivere il tempo (un eterno presente puntiforme e un futuro famelico sfuggente), la serietà è il tentativo di mettere distanza tra l'individuo e il tempo, di costruire una cornice matura attraverso cui guardarlo, attribuendogli significati personali e universalmente riconosciuti, che plachino la fugacità del suo fluire e che permettano la scelta tra le possibilità operative.

Trasportando tali considerazioni nell'ambito psicodinamico possiamo chiederci: cosa determina i diversi vissuti del tempo? Perché in momenti diversi possiamo sentirci apatici o accesi, conservatori o innovatori, amanti della quiete o del rischio? Ogni uomo ha in sé più istanze, parti psichiche portatrici di necessità diverse. Eric Berne, il padre fondatore dell'Analisi Transazionale, parla di tre Stati dell'Io: Genitore, Adulto, Bambino, considerati «stati della mente e relativi modelli di comportamento», «espressione di organi psichici» (Berne 1971, pp. 20-21), «insiemi autonomi di sentimenti, atteggiamenti e modelli di comportamento adatti alla realtà presente» (*ibidem*, p. 65). Di primo acchito si potrebbe pensare che ognuno di tali sistemi sia maggiormente collegato a un vissuto temporale: il Genitore Interno al vissuto della noia, nel caso ci sia eccesso di censura; il Bambino Interno all'avventura, per il suo istinto espansivo di crescita, l'Adulto alla serietà, secondo un parametro riconosciuto che associa la maturità al controllo. Ma in realtà ogni istanza psichica, pur restando uguale nella struttura, ha la facoltà di “manifestarsi” diversamente (secondo il modello funzionale che studia le diverse manifestazioni degli Stati dell'Io) con una propria semiautonomia legata alla stabilità del suo confine: Genitore, Adulto e Bambino possono privilegiare ciascuno l'innovazione, la conservazione o l'equilibrio. Quindi l'unità dei vissuti interiori deriva da situazioni intrapsichiche ben più complesse.

Forse la verità sta nel rapporto tra loro, nel modo con cui si connettono. Ormai ogni processo mentale viene interpretato attraverso il modello delle reti interattive. Le neuroscienze parlano di mappa globale delle possibili connessioni fra i neuroni, il cosiddetto connettoma, per spiegare le espressioni fenomenologiche del sistema nervoso (Seung 2013). Per la psicologia è l'equivalente del dialogo interno, in cui le istanze si confrontano e si integrano, determinando i diversi vissuti psichici e il modo di stare al mondo. Vale anche per il tempo interiore, che è la manifestazione di un misterioso rapporto tra predisposizioni intenzionali dell'essere umano (immanenza, progettazione e rievocazione). Già Binswanger aveva magistralmente parlato della depressione o della psicosi come modi anomali di vivere il proprio tempo interiore, segni di *Weltanschauung* differenti e di diversi rapporti intrapsichici. Ogni disagio psichico ha un suo specifico modo di vivere il tempo e la guarigione passa anche attraverso un più sano sentimento della temporalità, con nuove integrazioni e rivisitazioni interiori. Berne fonda il suo approccio analitico proprio sulla «relazione intrapsichica dei tre tipi di stato dell'Io: il loro mutuo isolamento, conflitto, contaminazione, invasione, predominio o cooperazione all'interno della personalità» (Berne 1992, p.140). Richard Erskine (1988 e 1991) sottolinea l'importanza dell'Adulto in questo processo interattivo, capace di integrare le esperienze presenti al di fuori della ripetitività dei modelli arcaici transferali,

libero di sperimentare modalità nuove di relazioni, oltre gli *input* del primo attaccamento infantile.

Proviamo a questo punto arditamente a mettere in rapporto il dialogo interno con la noia, l'avventura e la serietà.

Abbiamo un giudice interno, o Genitore, guida automatica, introiettata, con funzioni normative di indirizzo-giudizio, e protettive di nutrimento-accoglienza. In certe situazioni può diventare severo, inflessibile rispetto alle necessità emozionali, mettendosi in relazione di potere. Non dialoga in questo caso con la parte affettiva, la comanda come fa un dittatore, frena la spontaneità e con essa il divenire. Forse di qui deriva la noia. Direbbe Berne che il Bambino subisce un iperadattamento, non si oppone all'oppressione normativa, si piega e chiude nella stanchezza e nel vuoto l'enorme energia in esubero. «Il nostro abbattimento dovrebbe essere la conseguenza oggettiva, il seguito e anzi la punizione del nostro eccesso» (Jankélévitch 1991, p. 62). Molte volte, nelle patologie dove predomina l'attivazione genitoriale negativa (vedi ad esempio le depressioni), e dunque un dialogo interno sgridatorio o eccessivamente critico, il senso di colpa e di rovina si alterna proprio al senso di noia, con cui la realtà sembra svuotarsi di colori, di movimento, dentro un letargo freddo e buio. Anche durante l'uscita dalle crisi psichiatriche regressive il malato denuncia un'apatia vacua, segno probabile della ripresa di potere del Genitore, che tira le redini psichiche lasciate andare durante il caos patologico.

Ma l'individuo reca dentro di sé per tutta la vita un fanciullino che non smette di chiedere. Il Bambino Interno fiuta l'aria e vuole giocare, sapendo che ogni gioco è energia, spensierato abbandono. La sua forza è Physis (Berne 1969), impulso vitale perpetuo, che può emergere oltre i freni discriminatori. Non gli importa di ascoltare la saggezza, vuole rischiare lasciandosi trasportare dal brivido che ogni novità comporta, ha fame di cose inusuali e forti, di pericoli che gli facciano toccare la sua fragilità e godere nel superarla. La novità è come assaporare l'infinito, è un contatto immediato con desideri profondi, un intuito mobile verso l'oggetto d'amore, sia esso rappresentato da una persona, una passione, un ideale, un'azione temeraria. Il Bambino mette allora a tacere una voce interna che potrebbe ridurre la portata dell'impulsività e nel dialogo tra le parti diventa poco attento alle istanze del Genitore. Ama rischiare. Forse è di qui che parte l'avventura, colore intenso del presente che spezza il cerchio dell'istante per aprirsi verso l'infinito. «L'avventura sbarazza il terreno al centro del reale per oasi di fervore e intensità, ridà vita all'istante picaresco, esalta la deliziosa mancanza di coesione dell'esistenza» (Jankélévitch 1991, p. 35). L'avventura oscilla sul filo del vuoto, muove i passi leggeri guardando al cielo e non alla terra, perché se piegasse lo sguardo in basso potrebbe tornare indietro, ritrovando il peso e il dolore. Molte volte l'uscita dal buio depressivo è una maniacalità dove solo il Bambino Interno dilaga. Questa condizione estrema è dannosa, ma può rappresentare una via di fuga dal pericolo di "morire dentro". È un altro esempio di dialogo interno piuttosto a senso unico. Anche in certe forme di malattia mentale il barlume dell'avventura si affaccia anarchico, seppure mascherato da espressioni bizzarre, per poter uscire senza essere riacciuffato. Pensiamo ai deliri e ai rituali ossessivi, o a certe strane fobie, che possono essere considerati

schegge arcaiche di inconscio con cui la libertà guadagna un fragile spazio, usando le vie del pensiero magico.

Ma l'avventura pura, trionfo del Bambino, può generare una controrisposta da parte del Genitore prima silente. Esso aspetta la prima delusione o il primo dolore per avanzare dei dubbi, paventare le conseguenze disastrose del gesto, riprendersi il posto di garante e maestro, che porta l'allievo a piccoli passi controllati. Ecco allora che l'uomo esploratore si ferma a meditare, non sa più cosa sia giusto e cosa sia sbagliato. Entra in conflitto. Solo in quel momento si apprezza la presenza della parte psichica più avanzata, espressione squisitamente umana delle facoltà astratte: l'Adulto. Esso cresce con le età e mai si ferma, è necessario per le connessioni, le ricuciture, le valutazioni della complessità. L'Adulto spazia nel terreno dell'astrazione, delle parole e delle idee, dell'emotività che si fa sentimento profondo e capacità di empatia, cerniera tra il dentro e il fuori, tra l'impulso e le norme, tra il caos e l'ordine, tra l'inconscio e il conscio, tra la frammentazione e la ricostruzione del Sé. La sua funzione è quella di ridurre i salti, con cui la vita sarebbe una fatica inefficace, per ricomporre le diverse necessità, i tasselli contrastanti dell'identità. Solo lui tiene alta la consapevolezza e sa rimettere in moto un complesso dialogo interno dove i poli opposti si misurano, si stemperano, trovano sintesi possibili. In tale processo il Bambino Interno è solo una delle voci, perché deve dare la mano ad altri protagonisti dell'Io e mettere a disposizione la sua energia per un progetto comune. Mitigato dalla autorevolezza dell'Adulto, anche il Genitore può accondiscendere a collaborare, in uno straordinario processo creativo chiamato "permesso", con cui la psiche consente a se stessa di vivere la libertà. Il dialogo intrecciato in questo caso è magnanimo e la realtà si fa co-costruzione. L'Adulto guida il carro della personalità allineando le diverse ruote in un moto armonico, perché ogni istanza partecipi al progetto unitario della salvaguardia del Sé (Mazzetti-Rotondo 2001).

Quante volte l'esito di una terapia è la sensazione di aver raggiunto una maggiore unità del proprio Io, non tanto nella conquista di una pienezza in divenire, quanto nella capacità di accogliere le sfaccettature emotive, di stare nel dubbio, di guardare i poli opposti dei conflitti inevitabili, di accettare i rischi e i limiti delle scelte consapevoli. L'energia di un Adulto decontaminato può tenere lontani contenuti archeopsichici ed esteropsichici attivi, facilitando il benessere. Il baricentro dell'individuo, appunto il cosiddetto Adulto, può legare i desideri e i valori, senza escludere nulla di se stesso, per crescere come individuo e collettività. In tal senso la serietà (intesa come fedeltà ai propri ideali e rispetto dei propri bisogni, non come pesantezza) comprende un po' di noia e un po' di avventura, non escludendo le istanze normative e neppure gli istinti. La serietà è conscia del brivido che la pervade, affacciata sul divenire, sua intima essenza. «Le radici del tempo affondano nel divenire che è caotico e sommerge con i suoi flutti ogni cosa» (Minkowski 1973, p. 19).

Questi concetti ci portano alla considerazione conclusiva. La serietà poggia su postulati personali e culturali necessari seppure fragili e vive costantemente un grande dilemma: se esagerare la rigidità o permettere la flessione. Nel primo caso può facilitare ogni espressione autoritaria e rigida, fino a teorie o forme organizzative repressive. Nel secondo caso resta conscia della complessità cangiante della vita umana, della fragilità di ogni presupposto, dell'incertezza crescente della modernità. Sa che l'origine della vitalità

risiede misteriosamente nelle profondità arcaiche dell'Io, fonte sotterranea di autentica creatività, da cui è dannoso scindersi. Arthur Schopenhauer sosteneva che ogni genio deve essere un po' fanciullo, per guardare il mondo con occhi disincantati; chi è troppo serio e sobrio, posato e ragionevole, può aspirare ad essere un bravo cittadino ma mai una mente geniale. Nel romanzo di Umberto Eco *Il nome della rosa*, il dilemma tra dogma e incertezza, di cui l'ironia è portavoce, è al centro della trama: «*Stat rosa pristina nomine, nomina nuda tenemus*» («La rosa archetipa esiste solo di nome; possediamo soltanto dei nudi nomi»). Pronunciato da Adso alla fine dell'avventura, il motto evoca la fragilità umana di fronte a un mondo complesso, dove è difficile reperire punti stabili di orientamento in tutti i campi e dove a volte solo l'inafferrabile sottigliezza della logica astratta può aprire spiragli di luce. Nella storia si scontrano due mentalità, quella di Guglielmo, aperto alla ricerca continua, e quella dell'abate Jorge, depositario della conservazione. Quest'ultimo, cieco nell'anima e nel corpo, vuole impedire che qualcuno si impossessi del secondo libro della *Poetica* di Aristotele in cui il grande filosofo valuta positivamente il riso, perché in tal caso la verità andrebbe perduta e gli uomini non avrebbero più paura né di Dio né dell'inferno. (Della verità e del bene non si ride. Ecco perché Cristo non rideva. Il riso è fonte di dubbio).

Ma Aristotele sa che il riso è prerogativa umana, perché tra tutti gli animali solo l'uomo ride, e Platone afferma che il gioco è talvolta il sollievo della serietà¹.

Quindi la sottomissione acritica e il riso stanno agli antipodi, e gli uomini di qualunque epoca sono alla continua ricerca di una "medianità" che mitighi gli opposti, di una lente discreta attraverso cui guardare il tempo, non troppo opaca da impedire il riflesso della gioiosa istintività del presente, né così fragile da rompersi sotto l'impeto delle emozioni fuggenti, neanche troppo rigata dai solchi del rimpianto passato. E allora forse proprio lì, dove le facoltà umane sono le più alte, uniche tra tutti i viventi, dove le intuizioni diventano scoperte, i colori arte, le note sinfonia, proprio nella zona immensa e individualizzante dell'adulità, potrà radicarsi la serietà. Pulserà degna del significato etimologico racchiuso nel suo nome: consapevolezza della propria dignità, compostezza di comportamenti, senso di responsabilità e di dovere, rispondenza ai principi di rettitudine. Si solleverà oltre il tempo immanente e i puntiformi istanti per coprire di significato il fluire. Potrà muoversi da mantice composto, raccogliere e selezionare, aprire e chiudere le forme, come un respiro.

Riferimenti bibliografici

- E. BERNE (1969), *Guida per il profano alla psichiatria e alla psicoanalisi*, trad. it. L.C. Ferri, Astrolabio, Roma 1969 (ed. orig. 1968).
- E. BERNE (1971), *Analisi Transazionale e psicoterapia*, trad. it. L. Menzio, Astrolabio, Roma 1971 (ed. orig. 1961).

¹ Cfr. PLATONE, *Filebo*, 30e 6.

- E. BERNE (1967), *A che gioco giochiamo*, trad. it. V. Di Giuro, Bompiani, Milano 1967 (ed. orig. 1964).
- E. BERNE (1979), *Ciao...e poi?*, trad. it. R. Spinola e L. Bruno, Bompiani, Milano 1979 (ed. orig. 1970).
- E. BERNE (1992), *Intuizione e Stati dell'Io*, trad. it. M. Di Francesco, a cura di M. Novellino, Astrolabio, Roma 1992.
- U. ECO, *Il nome della rosa*, Bompiani, Milano 1980.
- R. ERSKINE (1988), *Ego Structure, Intrapsychic Function, and Defense Mechanisms: A Commentary on Eric Berne's Original Theoretical Concept*, in "Transactional Analysis Journal", 18 (1/1988), pp. 15-19.
- R. ERSKINE (1991), *Transference and Transactions: Critique from an Intrapsychic and Integrative Perspective*, in "Transactional Analysis Journal", 21 (2/1991), pp. 3-76.
- V. JANKÉLÉVITCH (1991), *L'avventura, la noia, la serietà*, trad. it. C.A. Bonadies, Marietti, Milano 1991 (ed. orig. 1963).
- G. JERVIS (1997), *La conquista dell'identità*, Feltrinelli, Milano 1997.
- M. MAZZETTI-A. ROTONDO (2001), *Il carro dalle molte ruote*, Edizioni di Terrenuove, Milano 2001.
- E. MINKOWSKI (1973), *Trattato di psicopatologia*, trad. it. L. Schwarz, Feltrinelli, Milano 1973 (ed. orig. 1966).
- E. MINKOWSKI (2004), *Il tempo vissuto*, trad. it. G. Terzian rivista da A.M. Farcito, Einaudi, Torino 2004 (ed. orig. 1933).
- A. SCHOPENHAUER, *Sul genio*, trad. it. N. Di Scepsi, a cura di F. Chiossone, Il Nuovo Melangolo, Genova 2013.
- S. SEUNG, *Connettoma. La nuova geografia della mente*, trad. it. S. Ferraresi, Codice, Milano 2013 (ed. orig. 2012).
- S. VISSANI, *La concezione del tempo in Eugène Minkowski*, <http://www.assodemicis.it/La%20concezione%20del%20tempo%20in%20Eugene%20Minkowski.htm> (ultimo controllo: 12 ottobre 2016).