

## Giovani: *futuro, vergogna, cura di sé*

Stanisław Morgalla \*

“Allora ciò che resterà di noi  
sarà come pianto di amanti in un sudicio alberghetto  
quando albeggia la carta da parati”  
(Zbigniew Herbert, *Perché i classici?*)

Che cosa resterà di noi? Questa è una domanda importante e che, tra l'altro, esprime bene l'essenza del tema che affrontiamo in questo articolo. Peccato che non tolga il sonno a un comune Rossi o Bianchi... O forse è solo un passatempo preferito di intellettuali di ogni genere...

Un normale ventenne o trentenne è tormentato da preoccupazioni molto più banali, quali ad esempio: «come farò a pagare i miei studi?», oppure «Come posso procurarmi i soldi necessari per le vacanze di quest'anno?».

I due generi di domande hanno lo stesso oggetto: il proprio futuro. Però differiscono tra loro come *La guerra del Peloponneso* di Tucidide e *La guerra polacco-russa*<sup>i</sup> di Dorota Masłowska: nonostante la somiglianza semantica, sono distanti fra loro anni luce.

Certo, come ha fatto con grande eleganza e raffinatezza il poeta Zbigniew Herbert, si potrebbero denunciare la banalità e il consumismo che caratterizzano il personaggio contemporaneo, per mettere poi a nudo la sua piccolezza confrontandolo con l'atteggiamento nobile del personaggio classico, ma questo sarebbe un semplice moraleggiare. E poi, chi legge Tucidide oggi? Oggi si legge la Masłowska e, come ha ben predetto Herbert, l'oggetto dell'arte è diventata «una brocca infranta / una piccola anima infranta / colma di autocommiserazione»<sup>ii</sup>.

### La paura di diventare adulti

Per intercettare il rapporto dei giovani d'oggi con il loro futuro, non occorre leggere la stravagante *Guerra polacco-russa*; basta andare su qualche blog o sito internet. Ecco due esempi: «Ho paura di diventare adulta! Può sembrare insensato,

\* Docente all'Istituto di Psicologia della Pontificia Università Gregoriana, Roma.

se si considera la mia età, ma, a rifletterci bene, sono ancora lontana dall'essere adulta e responsabile. Abito ancora con i miei genitori, perché ho paura di vivere da sola. Non riesco a prendere decisioni; devo sempre chiedere a qualcuno. Ho paura che i miei genitori un giorno vengano a mancare, e non so se ce la farò senza di loro». Non mancano le voci maschili: «Ho appena finito gli studi e adesso non so da dove cominciare: un lavoro, un tirocinio, un appartamento in affitto... Mamma mia, quante cose per la testa! Piano piano sto cercando di rimettermi a posto». E così via... Ben lontano dal voler ironizzare o mettere in ridicolo questi drammi, voglio valorizzarli e capirli, per così dire, dall'interno. È proprio grazie a sincere dichiarazioni come queste che abbiamo accesso a qualcosa di più che in esse spontaneamente traspare senza che la psicologia o la sociologia le usino per sostenere loro tesi precostituite.

Per la psicologia contemporanea la paura della responsabilità non costituisce nessun mistero: l'ha descritta in modo dettagliato come un'entità diagnostica dal nome esotico «hypengyophobia». Non manca di dare raccomandazioni su come combatterla, con approcci terapeutici che vanno dall'ipnosi, a gruppi di sostegno, a tecniche di rilassamento, fino agli ansiolitici. Ma, in fin dei conti, non è una visione particolarmente profonda, dal momento che si limita a lenire gli spiacevoli sintomi, senza toccare la fonte profonda del disagio.

Anche le ricerche sociologiche restano ad un livello descrittivo. Non fanno fare una bella figura ai giovani di oggi, messi a confronto con le generazioni precedenti. Le statistiche parlano da sole: vivono alle dipendenze dai genitori, esitano a sposarsi, rimandano le decisioni a data da destinarsi. Un ritratto che si può anche giustificare se confrontato agli altri dati che parlano dell'alta percentuale di disoccupazione, della sfrenata crescita dei prezzi dell'affitto, dell'aumento dei divorzi, della sovrappopolazione globale e così via. Con questo confronto, l'atteggiamento dei giovani verso il loro futuro appare del tutto razionale e sensato.

Ma dove è il meccanismo profondo che lo regola?

## **Il senso di vergogna opprimente**

Ciò che traspare nelle affermazioni dei giovani non è la mancanza di ideali o di scopi nella vita; questi ci sono e sono molto simili alle aspirazioni delle generazioni precedenti: indipendenza economica, lavoro garantito, soddisfazione, matrimonio riuscito...

Ciò che colpisce è il clima emotivo con il quale i giovani di oggi vivono i loro ideali, il contesto interiore entro il quale si collocano le loro aspirazioni. Non potendo (evidentemente) essere sempre all'altezza degli ideali che si propongono, essi formulano giudizi severi e negativi sulla loro stessa persona, che vanno a produrre un senso di vergogna che innesca il circolo vizioso della paura della responsabilità.

Il mancato raggiungimento di uno scopo o il tradimento di un ideale dovrebbero generare sensi di colpa, non di vergogna<sup>iii</sup>. La colpa è una reazione motivante positiva e sana, dal momento che segnala l'errore compiuto, sprona ad uscirne e a rimediare. Ma quando la vergogna prende il suo posto, la persona - invece di cercare una soluzione - si blocca, sprofonda nella disperazione e in un auto-tormentarsi che non porta da nessuna parte e così si preclude la possibilità di superare la crisi in modo costruttivo e i suoi ideali rimangono come fonte di condanna. Un esempio: in seguito a un fallimento - un esame non superato, un

licenziamento, la rottura di una relazione – al posto di una valutazione quale «è andata male, la prossima volta cercherò di fare meglio» (= senso di colpa), subentra un giudizio spietato, del tipo «hai fallito. Sei un caso disperato. Sei un incapace» (= vergogna). Se uno esprime continuamente giudizi così radicali su di sé, è chiaro che ad un certo punto si bloccherà, e il suo contatto con la realtà circostante e con le sue aspirazioni diventerà sempre più difficile.

Vale la pena sottolineare che lo stesso schema si può applicare alle emozioni positive, all'autocompiacimento che è l'opposto della vergogna. In questo caso una persona, dopo un qualche successo anche piccolo, invece di sentirsi fiera in ragione di quel successo, sarà pervasa da uno sfrenato senso di autocompiacimento o persino di superbia o vanagloria. Di conseguenza, invece di sentirsi invogliata ad agire ancora meglio, si rinchiuderà in un bozzolo di autocelebrazione. Non è difficile scorgere qui alcuni tratti caratteristici del disturbo narcisistico della personalità. Anche se non è lecito applicare questa diagnosi a una generazione intera, alcune tracce di narcisismo si possono trovare sia nella cultura di massa, sia nelle molte esperienze individuali.

Il mito di un semplice lustrascarpe che diventa un milionario grazie a un lavoro onesto, alla sua forza d'animo e al suo merito, fa parte della storia passata. Oggi domina il mito dell'«idolo», che spunta in modo magico dal nulla, grazie alla sua bellezza, alla sua voce, alla sua prestantza. Se vieni notato ti compiaci con te stesso e ti senti qualcuno, se nessuno ti nota ti senti nessuno, cioè sei in balia della vergogna. Un buon esempio è una delle eroine del romanzo già menzionato della Masłowska: sogna di segnalarsi nell'arte e nella cultura, e per questo vorrebbe che un qualche giornale la venga ad intervistare e la scopra come nuovo talento. Il futuro sta nel farsi notare, più che nel merito. Un esibizionismo così esagerato, quando non trova alcuna conferma nella realtà – cosa che succede nella maggior parte dei casi - lascia il posto ad un profondo senso di vergogna e umiliazione e al desiderio di scomparire letteralmente dalla faccia della terra. Forme diverse di autodistruzione ne sono una conseguenza inevitabile.

Questo serpeggiare della vergogna al posto della colpa trova una conferma indiretta in un altro fenomeno sociale che è l'odierna diminuzione del senso del peccato e dei propri torti, o addirittura la fuga da essi. La colpa li ammette, la vergogna li nasconde. Ad una persona possiamo dire che non condividiamo, che non siamo d'accordo con lei, ma non è assolutamente permesso rinfacciarle che sta sbagliando, che è cattiva o che è tenuta a riparare il danno<sup>iv</sup>. Dire ciò è subito preso come un affronto, perché quel dire non riesce a far presa sul terreno della colpa (che ammette) ma incontra la vergogna che invece respinge. Non è una situazione sorta dal nulla ma in seguito a un sempre più diffuso relativismo morale e a un grande caos nel mondo dei valori, del quale sono responsabili le generazioni precedenti, e non i giovani di oggi.

## **L'uomo in mezzo agli zombi**

Un'ulteriore lettura che giustifica la tesi dell'articolo che nel mondo giovanile ciò che fa difetto non è la mancanza di ideali o scopi ma il clima emotivo entro il quale i giovani d'oggi li vivono, è quella della autorealizzazione che -con la vergogna- caratterizza quel clima emotivo.

L'espressione migliore del relativismo morale odierno è il concetto di autorealizzazione, diffuso già da molto nel mondo occidentale. Conformemente a

questo concetto, ciascuno si sente in diritto di vivere come vuole, purché resti fedele a se stesso, nessuno può mettere in questione i suoi valori e tanto meno è autorizzato ad imporne degli altri. È un'ideologia che mette al centro l'individuo, prescindendo da ogni contesto più ampio e da ogni forma di obbligo sociale, politico o religioso.

Ma non occorre aspettare a lungo per accorgersi che il re è nudo. L'ideologia dell'autorealizzazione si sta screditando da sola, dal momento che l'io umano, privo di punti di riferimento più ampi, si rivela un essere vuoto e privo di significato. Come nota bene uno psicologo americano, questo senso di vuoto della persona (*empty self*) che aveva messo al centro il culto di sé, lo ritroviamo come il denominatore comune di molte forme di patologia sociale, quali la bassa autostima, l'abuso di sostanze stupefacenti, i disturbi alimentari, il consumismo cronico e compulsivo, la perdita del senso della vita, il disordine nel mondo dei valori, la fame spirituale e così via<sup>v</sup>.

Il concetto di autorealizzazione, che mirava a fare di noi una stella del firmamento, ha risvegliato, senza volerlo, il mostro che dormiva in noi, riducendoci ad uno zombi. L'immagine degli amanti citata nell'introduzione può, paradossalmente, essere intesa come una visione apocalittica di un'umanità sopravvissuta, che si rifugia in un sudicio alberghetto per sfuggire a uno scatenato branco di zombi o cadaveri viventi. Non è forse lo zombi una buona metafora del narcisista descritto sopra, che si serve degli altri per trovare conferma del suo autocompiacimento e, non trovandola, li tratta come rifiuti inutili? Egli insegue qualche obiettivo assurdo, senza tener conto degli altri, senza coltivare autentiche relazioni, senza emozioni profonde, senza un sistema di valori o un senso di responsabilità. Cosa interessante, il narcisista ha bisogno di ricevere sempre di più, non da altri come lui, ma da persone ancora capaci di sentimenti e di relazioni autentiche.

La scenario, così comune nella cultura di massa contemporanea, di un gruppo di persone che cercano di sfuggire ad un branco di zombi post-apocalittici può rivelarsi un'espressione di una paura collettiva del futuro, un monito profetico del nostro subconscio collettivo. Naturalmente, questo scenario presentato in una versione *soft*, sotto forma di un videogioco (per esempio, il *Resident Evil*, sul quale si basa una serie di film dallo stesso titolo), o come una commedia divertente (come lo *Zombieland* di R. Fleischer), rende più sopportabile la paura subconscia e ci abitua a questa realtà terrificante.

Non è forse da questa «cultura della morte» che ci ha messo in guardia Giovanni Paolo II quando ha detto che «essa è attivamente promossa da forti correnti culturali, economiche e politiche, portatrici di una concezione efficientista della società» (*Evangelium vitae*, n. 12)? Non viviamo forse in una società del genere? Quanti scenari di questo tipo sono capitati e capitano continuamente ai nostri occhi, senza che noi ne riconosciamo il significato, dato che i mass media hanno confuso efficacemente realtà e finzione! Del resto, ciascuno di noi è completamente assalito dal suo piccolo mondo privato; senza eccezioni, può essere facilmente mortificato, messo a tacere, così da desiderare di sparire agli occhi di tutti. Non si tratta però di sparire, di chiudere gli occhi, ma di aprirli bene alla realtà circostante

## Il cielo stellato sopra di me e la legge morale dentro di me

La domanda è semplice: se il concetto dell'autorealizzazione –con il suo effetto zombi - è veramente così facile da screditare, perché così tante persone continuano a subirne il fascino e la pressione? Anche la risposta è relativamente facile; ma è travisata, soprattutto dai fervidi critici del concetto di autorealizzazione, i quali, la contestano alla radice perché la identificando *tout-court* con una forma di egoismo, edonismo o lassismo morale e così facendo ne trascurano la forza essenziale.

L'autorealizzazione può anche essere gestita in modo diverso. Lo dice in modo molto convincente il filosofo canadese Charles Taylor nel suo libro *Il disagio della modernità*<sup>vi</sup>. Secondo lui, il concetto di autorealizzazione nasconde in sé un ideale morale e quindi è un concetto che rimane valido, una buona forza vitale, al di là dei suoi modi fallimentari di attuarlo. Secondo Taylor, l'ideale morale consiste proprio nell'aspirare a una vita migliore e più eccellente, dove il bello e il sublime non corrispondono - e questo è un punto fondamentale - alle cose che desideriamo o di cui abbiamo bisogno, ma a quelle che dovremmo desiderare.

L'autorealizzazione come aspirazione a una vita più sublime è il motore dell'agire umano, mentre i desideri che la possono concretizzare ne sono il contenuto. Non però i desideri banali, che concentrano l'uomo su se stesso, ma quelli trascendentali, che spingono l'uomo a superare se stesso, a cercare sempre l'altro.

A questo punto è facile tirare le somme di quanto abbiamo detto. Se una persona capace di toccare le stelle vuole diventare essa stessa una stella, tutto questo sottile meccanismo della realizzazione di sé viene distorto e l'uomo si rinchiude nella trappola di una continua e inefficace ricerca di se stesso. È questo il narcisismo allo stato puro, con tutte le sue perverse incarnazioni. Per rompere questo circolo vizioso, è necessario che l'uomo ritorni alla sua vocazione originale, cioè alla realizzazione di se stesso, attraverso il superamento di se stesso.

Un elemento fondamentale di questo processo è la rinuncia al relativismo morale. Qui non è possibile approfondire questo tema, ma cerchiamo per lo meno di trattarlo brevemente, servendoci della cosiddetta «piccola etica» di Paul Ricoeur, tratta dal suo libro *Sé come un altro*<sup>vii</sup>. Secondo lui, lo sviluppo morale di ciascuno di noi (e quindi la progettazione di un nostro futuro promettente) avviene in un dialogo continuo con la realtà che ci circonda, dialogo che può essere suddiviso in tre passi: *descrivere*, *raccontare*, *prescrivere*. Messi a confronto con un problema, cerchiamo innanzitutto di descriverlo; in un secondo momento cerchiamo le soluzioni già proposte in narrazioni che altri o la tradizione prima di noi hanno elaborato e che esprimono il senso della vita e il nostro ruolo in essa; infine a questo problema diamo una risposta di carattere morale.

Questo schema molto semplificato potrebbe fornire indicazioni preziose ai giovani che abbiamo menzionato all'inizio dell'articolo. Nel progettare il loro futuro si fermano alla prima delle tre fasi. Come i due esempi da internet indicano, riescono sì a descrivere in modo preciso i propri dilemmi morali, ma non vanno oltre. Non cercano di confrontare la propria percezione con le narrazioni già esistenti e che appartengono al patrimonio della tradizione (per esempio, quelle dei classici, tanto apprezzati da Herbert). Le cause di questo fenomeno sono complesse; certamente non è senza colpa la *pop-culture* contemporanea, che

incoraggia i giovani al rigetto in blocco della tradizione e al rifiuto di ogni tipo di autorità. Ne consegue che le scelte morali operate dai giovani – scelte che, nonostante tutto, si ritrovano a dover compiere in molte situazioni concrete – di solito sono un tentativo di emulare i comportamenti dei loro coetanei, invece che il risultato di un proprio sforzo personale.

Certamente seguivano il metodo dell'emulazione anche i giovani di ogni generazione precedente, con la differenza però che per loro poteva essere più semplice riscoprire, di solito con il passare del tempo, il patrimonio ricevuto, imparare ad apprezzarlo e a portarlo avanti. Non c'è nessuna garanzia che questo possa accadere anche oggi, soprattutto se si considera l'atteggiamento attuale di presa di distanze dalle nostre origini giudaico-cristiane.

### **L'empatia al posto del narcisismo**

Non riusciamo a convincere nessuno della necessità del ritorno al patrimonio della tradizione. Ci sia però permesso di dare un solo consiglio semplice e pratico, che potrà essere veramente di aiuto nelle scelte quotidiane, più o meno importanti, che si fanno.

Se il lettore intende applicare in un dato ambito un principio morale – non ha importanza quale sia il principio: egoistico, edonistico o altruistico –, cerchi prima di sottoporlo alla cosiddetta «prova di universalizzazione», si domandi cioè se desidererebbe che tutte le persone nel mondo agissero secondo questo principio morale.

Questo consiglio non risolverà di certo tutti i nostri problemi, ma stimolerà la nostra capacità di pensare e, cosa più importante, contribuirà a sviluppare in noi l'empatia. L'empatia è un presupposto fondamentale per una convivenza sociale armonica e di solito è anche una delle condizioni più importanti per risolvere in modo costruttivo conflitti interpersonali, per essere capaci di perdonare i torti subiti e riconciliarsi.

Pertanto queste due capacità - il pensare razionalmente e l'empatia - possono contribuire senz'altro a rallentare, e anche a fermare la pandemia attuale di narcisismo. Il narcisista infatti è caratterizzato da una mancanza patologica di empatia nei riguardi degli altri.

Potranno i ripetuti tentativi di universalizzare i propri principi individuali spingere qualcuno ad attingere dalla tradizione, così da scoprirne la profondità e la ricchezza? Non si tratta di andare a scoprire l'America: la scoperta è già stata fatta, anche se continua a sorprendere e a far riflettere fino ad oggi. Come continua a far riflettere questo principio: «Amate i vostri nemici». Ma chi l'avrà formulato?

---

<sup>i</sup> D. Masłowska, *Wojna polsko-ruska pod flagą biało-czerwoną*, Wydawnictwo Lampa i Iskra Boża, Warszawa 2002. Trad. it. *Prendi tutto*, Milano, Frassinelli, 2004.

<sup>ii</sup> Z. Herbert, *Rapporto dalla città assediata* (trad. di P. Marchesani), Adelphi, Milano 1993, p. 115.

- 
- <sup>iii</sup> Cf M. Lewis, *Self-conscious emotions: embarrassment, pride, shame, and guilt*. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, L. Feldman Barrett (Eds.), *Handbook of Emotions*, Guilford Press, New York 2008, pp. 742–756.

<sup>iv</sup> Cf D. L. Carveth – J.H. Carveth, *Fugitives from guilt. Postmodern de-moralization and the new hysterias*, in «American Imago», 60 (2003), p. 475.

<sup>v</sup> Ph. Cushman, *Why the Self is empty. Toward a historically situated psychology*, in «American Psychologist», 45 (1990), pp. 599-611. Per uno studio critico sul modello dell'autorealizzazione cf anche P. C. Vitz, *Psicologia e culto di sé*, EDB, Bologna 1992.

<sup>vi</sup> Ch. Taylor *Il disagio della modernità*, Laterza, Bari 2011.

<sup>vii</sup> P.Ricoeur, *Sé come un altro*, Jaca Book, Milano 1993.