

Libertà di scegliere - Scegliere nella libertà

Vincenzo Percassi*

Un episodio della serie televisiva dei *Simpsons* descrive la vita di una cittadina dove, improvvisamente, gli altoparlanti annunciano l'avvicinarsi della fine del mondo. All'annuncio, la folla di coloro che riempivano bar e discoteche si riversa in chiesa, mentre la folla di coloro che riempivano le chiese si riversa nei luoghi di divertimento, dimostrando così che, al momento della resa dei conti, nessuno si trova nel posto giusto, quello dei suoi desideri più autentici.

L'episodio potrebbe anche farci pensare alla parabola del figliol prodigo: il figlio maggiore rimane nella casa del Padre ma si lamenta di non aver mai avuto occasione di divertirsi, l'altro se ne va nel paese dei divertimenti per poi rendersi conto che nella casa del padre si stava meglio.

Perché siamo qui e poi ad un certo punto ci viene la voglia di essere là? Perché certa gente sceglie di vivere in un certo modo e poi, ad un certo punto, si rende conto che avrebbe potuto fare qualcosa d'altro... di più serio o di più divertente? Eppure lì dove siamo lo abbiamo scelto noi, nessuno ci ha costretto, ci siamo liberamente. Ma con che tipo di libertà? Ecco il tema dell'articolo: libertà di scegliere, oppure scegliere nella libertà?

Una libertà a metà

La situazione paradossale nella scenetta dei *Simpsons* evidenzia che, alla luce delle «cose ultime», le scelte, per quanto buone in se stesse e compiute in libertà, non diventano automaticamente significative per coloro che le hanno fatte. Scelte buone e piacevoli non garantiscono per se stesse la risposta al bisogno di senso. Uno può vivere tutta la vita rispettando regole e doveri, anche religiosi, o fare scelte piacevoli e divertenti eppure sentire che gli manca qualcosa, sentire che il luogo in cui è è buono e giusto ma non è il luogo dove finalmente può essere se stesso. Un pezzo di sé resta fuori, non perché improvvisamente ci si accorge di essere in un carcere ma perché si è scelto quel «luogo» sfruttando al minimo il piacere della libertà.

* Psicologo-formatore, missionario comboniano in Ghana, docente presso il seminario maggiore inter-diocesano di Cape-Coast – Ghana.

«Scelgo io!», nel senso pieno del termine – come auto-determinazione e quindi come saper scegliere ciò che può renderci liberi e felici – è una possibilità che sfruttiamo solo a metà, ferdandoci ad evitare il fare «per dovere» con il fare «per piacere» che poi alla fine, come i *Simpsons* avvertono, scoprire che è un piacere a metà.

Decisioni impegnative e oggettivamente buone non diventano automaticamente significative per la persona, *finché sono determinate da fattori puramente esterni* (premi, regole, circostanze...). Ma anche decisioni spontanee ed emozionalmente gratificanti non lo diventano, *finché sono determinate da fattori puramente interni e soggettivi* (gusti personali, emozioni del momento, punti di vista...).

Tali scelte, per quanto difficili o facili, anche se sentite come scelte libere, non possono assicurare, nel lungo termine, quel senso stabile di soddisfazione e sicurezza che viene dalla percezione di aver veramente realizzato qualcosa di valido e in ultima analisi di aver realizzato se stessi.

La libertà di scelta non può essere tutto, ci vuole qualcosa di più per arrivare a dire: «ho scelto davvero quello che liberamente volevo e so di non arrivare, un giorno, a dire con rammarico: avrei dovuto scegliere qualcosa di diverso».

Scegliere nella libertà esonera dal fuggi-fuggi generale dinanzi alla «fine del mondo» o qualora le circostanze cambiassero oppure io non fossi più libero di cambiare.

La libertà di scelta non coincide con lo scegliere nella libertà.

Esistono, allora, dei criteri per una scelta che rimanga valida per il soggetto non solo nell'attimo presente, bensì anche in relazione allo scopo fondamentale della vita e quindi anche nell'attimo della sua «fine»?

Fare la scelta giusta

La libertà di scelta è normalmente intesa come indeterminazione esterna, come quando mi trovo nella condizioni di poter scegliere quello che voglio. Questa libertà non arriva a dare una garanzia di aver scelto bene, anche se è molto apprezzata e desiderata, sulla scia del falso assioma secondo cui «se arrivo a fare quello che voglio sarò felice».

La connessione tra libertà di scelta e conseguimento della felicità è semplicemente illusoria. Sembra che la felicità sia la cosa essenziale: un matrimonio felice, una casa felice, un lavoro felice, una vita felice ...; il criterio base di valutazione di una cosa sembra essere la sua capacità di assicurare la felicità. Ma la vita insegna che la felicità non è un obiettivo ma una conseguenza. Essa trova noi se noi cerchiamo il bene. Non è la conquista della felicità ciò a cui dovremmo aspirare, ma piuttosto – per usare un'efficace espressione del rabbino statunitense R. A. Rothman - la felicità della conquista. Ma per fare questo abbiamo bisogno di una libertà che non dipenda semplicemente da circostanze esterne.

Scegliere nella libertà si situa a un altro livello, caratterizzato non tanto dalla indeterminazione esteriore, quanto dalla indeterminazione interiore. Mentre tutti desiderano essere indeterminati esternamente, pochissimi si rendono conto dell'importanza e desiderano di essere indeterminati interiormente: trovarsi, cioè, nella situazione di poter scegliere senza essere mosso, frenato, spinto, stratonato a destra e sinistra... non da fattori esterni, bensì da quelli interni. Questi fattori interni sono le emozioni, gli abiti, gli attaccamenti, la preoccupazione più o meno conscia di rispondere ad attese altrui, una razionalità poco allenata al discernimento

del bene più grande.... Questi fattori interni sono di gran lunga più rilevanti di quelli esterni nel condizionare la libertà e quindi nel garantire la scoperta della felicità. Infatti, salvati questi, anche se fossimo totalmente vincolati da condizionamenti esterni, non saremmo impediti di agire con senso di responsabilità e quindi nella libertà. Etty Illesum, seppur prigioniera in un campo di concentramento poteva comunque scrivere nel suo diario: «Ormai si tratta semplicemente di essere buoni l'uno verso l'altro, con tutta la bontà di cui siamo capaci... ed essere il cuore pensante di queste baracche»ⁱ. Non aveva libertà di scelta eppure continuava a scegliere nella libertà. Al contrario, anche nella più completa libertà di scelta, la presenza di un condizionamento interiore potrebbe essere di freno o anche di impedimento per una buona scelta.

Scegliere liberamente non garantisce la capacità di scegliere un bene. L'unica garanzia può venire dall'interno della persona, dal fatto che la sua libertà si è formata e rafforzata nella direzione del bene. Questa libertà è capace di scegliere il bene anche senza un controllo esterno, è capace di evitare il male anche senza la paura di punizioni esterne. Una tale libertà, in un certo senso, è libera da se stessa, in quanto può scegliere anche contro ciò che uno vuole in maniera interessata. In quanto libera da se stessa questa libertà è pienamente se stessa. Solo in questo caso possiamo parlare non semplicemente di libertà di scelta ma piuttosto di un scegliere nella libertà, a partire, cioè, da un atteggiamento di distacco interiore – distacco dal proprio interesse, dall'amor proprio e dal proprio volere individualistico – che garantisce il perseguimento del bene più grande e come conseguenza la felicità di aver realizzato qualcosa che rimane.

La questione ha ovviamente implicazioni teologiche e filosofiche e meriterebbe pertanto di essere affrontata da un punto di vista multidisciplinare, anche se qui ci limitiamo all'orizzonte psico-spirituale. Quali possono essere, allora, alcuni fattori a livello appunto psico-spirituale che è importante tenere in conto in vista di un'educazione a scegliere nella libertà?

Tre modi di usare le risorse psichiche

Le energie decisionali della persona, da un punto di vista psicodinamico, possono esprimersi in regime di spontaneità, come quando «*faccio quello che voglio*». Possono anche esprimersi in regime di costrizione, come quando mi trovo a «*fare quello che non voglio*». Ma vi è anche una terza modalità che si esprime ogni qual volta io «*voglio quello che faccio*»: quando scelgo di volere quello che faccio - sia che mi faccia piacere come in regime di spontaneità, sia che mi costi, come in regime di obbligazioni e doveri - e mi trovo quindi ad esprimere qualcosa della mia libertà, a donare qualcosa a partire dalla verità del mio essere più profondo. Possiamo quindi fare scelte spontanee, scelte forzate, oppure scelte autonome e motivate. Per usare un paragone preso in prestito dalla chimica, le nostre energie decisionali possono presentarsi allo stato solido, gassoso ... oppure liquido. Non è difficile intuire che solo le scelte autonome, basate su energie «liquide» capaci cioè di essere intenzionalmente indirizzate ad uno scopo rilevante per il soggetto, sono in grado di produrre il senso di autodeterminazione e quindi la soddisfazione per il senso profondo dato alla propria vitaⁱⁱ.

L'uso delle energie psichiche in questa terza modalità presuppone che il soggetto sia capace di darsi un programma di vita. Questo tipo di scelte non

possono basarsi su circostanze esterne e momentanee, né essere isolate da altre, sconnesse rispetto al fine ultimo dell'esistenza e ad un progetto globale di vita. Come nel gioco degli scacchi, ogni decisione è una mossa che mi conduce liberamente dove voglio arrivare ma non mi lascia la libertà di ritornare a mio piacimento al punto di partenze. Le decisioni, proprio come le mosse degli scacchi, non sono reversibili a piacere. Inoltre, proprio come negli scacchi, producono sempre, oltre che un effetto immediato e particolare, anche «una situazione sulla scacchiera», una struttura di insieme nel quadro della mia vita, che condiziona necessariamente scelte future mie e degli altri nei miei confronti.

La libertà è buona e utile se ha un programma

Dunque, scegliere nella libertà è scegliere nella consapevolezza che ogni mia decisione non vive di una vita e di un significato isolato, ma fa parte di un «gioco di insieme», di una finalità e di un senso. È un gioco che è nella struttura stessa della vita perché nessuno può accontentarsi troppo a lungo di fare cose senza senso. «Non è l'uomo ad interrogare la vita ma è piuttosto la vita che interroga l'uomo sul senso della propria vita... La nostra umanità si riassume e si manifesta nell'essere liberi e responsabili della realizzazione del senso.»ⁱⁱⁱ.

Vivere con la consapevolezza che la libertà è buona ed utile se ha un senso può essere la prima indicazione per educarsi a scegliere nella libertà. Assicurarsi, dunque, che ogni scelta autonoma sia insieme libera ma anche responsabile, cioè capace di rispondere (è questa la radice della parola responsabilità) al senso globale che voglio dare alla mia esistenza. Se posso dire che una mia scelta mi conduce ad una crescita, alla realizzazione di un bene, a diventare ciò che risponde al mio ideale di persona buona e felice, allora quella scelta può considerarsi presa nella libertà, al servizio della mia libertà ed allo stesso tempo espressione della mia libertà.

Liberi ma davanti a chi?

Il semplice orientamento a qualcosa di globalmente e concretamente buono non garantisce tuttavia che l'oggetto della mia scelta sia buono e degno non solo per me soggettivamente, ma anche in senso più assoluto e condivisibile.

R. Cheaib, sulla scia di Frankl, afferma: «La libertà che presuppone i nostri determinismi ha un volto triplice. È una "libertà da", ossia una capacità di manovra di fronte ai nostri limiti, istinti e caratteri. È una "libertà per", la libertà per realizzare valori ed essere responsabili. Essa è, infine, una "libertà dinanzi", una libertà responsoriale che non ci pone tanto dinanzi a delle cose, ma dinanzi a un "tu". Questo volto si concretizza nella responsabilità dell'avere una coscienza e nell'essere responsabile per qualcuno e dinanzi a qualcuno.»^{iv}.

Da qui una seconda indicazione. La scelta nella libertà deve poter esprimere una triplice apertura e quindi un triplice orizzonte di amore: apertura a me stesso, agli altri e a Dio o per lo meno ad un valore assoluto. I tre orizzonti di apertura e di amore devono essere con-presenti nella stessa scelta, proprio come in ogni mossa sullo scacchiere che, per essere efficace, deve tener conto della propria pedina (lo sguardo su se stessi e quindi il desiderio di una «libertà da»), di quella dell'altro (lo sguardo sulla relazione e quindi il senso di una «libertà dinanzi») e della situazione

di insieme (lo sguardo sullo scopo ultimo del gioco e quindi il gusto di una «libertà per»).

Un aneddoto può chiarire. Ad un muratore che trasportava mattoni in un cantiere venne chiesto che cosa stesse facendo e, piuttosto annoiato, rispose: «mi guadagno il mio salario». Un secondo muratore rispose: «ho una famiglia da mantenere» (ovviamente, il suo orizzonte di apertura è già più vasto). Un terzo muratore disse: «sto costruendo una cattedrale». Indovinate chi dei tre lavora con più impegno, passione e chi dei tre sentirà più gioia e soddisfazione alla conclusione dei lavori. Ciò per dire che nelle scelte quotidiane, piccole o grandi, mi troverò a sperimentare a volte un costo maggiore, a volte un costo minore. Non di meno, la valutazione del solo costo non può essere sufficiente e determinante perchè io faccio o non faccio qualcosa. Dovrò saper valutare se il costo (o anche il guadagno) è proporzionato al valore di amore e di apertura in gioco. La consapevolezza che il costo di qualcosa è orientato alla crescita mia, al bene dell'altro e all'amore di Dio può essere di grande incoraggiamento e stimolo a perseverare nella decisione presa.

Scegliere in termini di un sano amore per se stessi non significa accontentare se stessi in ogni cosa. Quando amo me stesso io amo il mio destino, non la sola situazione presente. Quando amo me stesso io amo le mie potenzialità, non la mediocrità di una vita comoda. Amo le mie capacità espresse al loro meglio, non semplicemente quello che conosco già o che so già fare. Amo di crescere e di superarmi, non semplicemente di vivere indisturbato. Amo di essere vero e di sperimentarmi capace di costruire relazioni e progetti significativi, non di salvare apparenze e di evitare ogni sforzo e coinvolgimento. Scelte di apertura agli altri e a Dio o a dei valori assoluti possono spesso apparire costose – fare i compiti, aiutare in un servizio, offrire accoglienza ed ascolto anche contro voglia; non di meno, nella misura in cui esse mi aiutano a conseguire un ideale di vita che io stesso ho liberamente assunto, devono considerarsi scelte di vera apertura anche a me stesso.

Del resto, anche quando scelgo di rilassarmi e di curare me stesso, se non voglio finire per annoiarmi, dovrò chiedermi se l'attenzione ai miei bisogni sia tale che mi permetta di rimanere non di meno orientato al senso ultimo della mia esistenza ed al progetto globale della mia vita. Non è sempre facile trovare la misura saggia. Un pò di attenzione e flessibilità, unite alla capacità di apportare aggiustamenti al proprio ritmo di vita secondo le necessità, possono gradualmente educare a scegliere nella libertà anche le cose che sembrano più spontanee e scontate. Posso imparare a riposare senza trascurare i miei doveri, a divertirmi senza compromettere la mia capacità di auto-possesto, a soddisfare un desiderio senza diventare negligente e distratto verso le aspettative degli altri, a salvare almeno in una certa misura e per quanto possibile l'apertura all'altro anche qualora la situazione mi obbligasse a dare precedenza ad un mio impegno personale o ad un amore più grande connesso con Dio: ci sono dei modi di dire di «no» – scrive S. Teresa di Lisieux – che rendono il rifiuto più gradevole del consenso stesso. Insomma, è chiaro che per scegliere nella libertà non ci sono regole fisse e spicciolate. Vi è l'esigenza del discernimento attento e personale... ma è proprio per questo che parliamo di scegliere nella libertà.

Una conquista per gradi

Una terza ed ultima indicazione riguarda il garantire una certa gradualità e continuità al processo decisionale. Scelte compiute nella libertà sono frutto di un lento apprendimento e di piccole, significative decisioni di apertura «ripetute ripetutamente».

Normalmente, soprattutto nei primi anni dello sviluppo, il soggetto sceglie in termini di compiacenza, di sottomissione, di aggiustamento ad un controllo esterno. Crescendo, il riferimento ad altri significativi dovrebbe portarlo a fare delle scelte meglio motivate, anche se ancora basate sull'identificazione con modelli esterni. Il punto di arrivo dello sviluppo dell'autonomia decisionale è, però, quello della internalizzazione dei valori, per cui il soggetto sceglie qualcosa non solo per se stesso o per gli altri ma perchè il bene concreto in gioco ha una rilevanza intrinseca, oltre che per me e per gli altri o anche per una certa maggioranza. A questo punto il soggetto sceglie senza bisogno di essere controllato (senza cioè compiacenza), senza bisogno di essere approvato (al di là dell'identificazione con altri significativi) e senza bisogno di essere persuaso (senza cioè il bisogno di dover cercare in se stessi o in supporti esterni le energie necessarie per superare attaccamenti e preferenze soggettive)^v.

Questo poter scegliere il bene in maniera naturale, quasi ovvia, senza la necessità di lasciarsi persuadere, convincere o sollecitare, è la libertà interiore. Essa non appare magicamente o improvvisamente, ma si sviluppa nel tempo a partire da uno sforzo intelligente e costante di orientare ogni decisione piccola o grande al vero bene ed alla triplice apertura che caratterizza decisioni di amore. Tutto ciò, in pratica, significa che quello che scelgo una volta dovrò imparare a sceglierlo molte altre volte prima che la scelta diventi motivata interiormente e quindi veramente libera.

Al primo atto di libertà si può provare una gioia inebriante - come quando si impara a nuotare. Ma inevitabilmente segue l'abitudine. Perchè continuare a nuotare se non vi è più l'eccitante entusiasmo della prima volta? In ogni decisione, in ogni vicenda relazionale, in ogni cammino intellettuale o spirituale non ci si può aspettare di essere sensibilmente sostenuti o accompagnati dall'emozione della prima volta o dal gusto, peraltro unico, della scoperta del nuovo.

Le ragioni e i significati di una scelta devono passare attraverso il crogiuolo dell'abitudine ed ancorarsi ad una volontà stabile nel mezzo del variare quotidiano delle emozioni e delle circostanze. Per mezzo della ripetizione, queste ragioni e significati saranno internalizzati, passeranno cioè dalla testa al cuore, nella misura in cui il soggetto può sentirsi fiero di aver perseverato anche in assenza di facili e brevi spinte emotive, di aver affrontato ostacoli e resistenze rimanendo fedele al proprio obiettivo anche in assenza di un successo immediato e, in fin dei conti, di aver agito non semplicemente per abitudine bensì in vista di un senso ed un significato che nemmeno l'abitudine gli ha fatto perdere di vista.

L'abitudine non è solo routine

L'abitudine, tuttavia, non è il punto di arrivo del processo di internalizzazione dei valori: se così fosse diventeremmo degli abitudinari. Essa è piuttosto una sorta di processo di incubazione che prepara il frutto. Per quanto ripetitiva, automatica, o senza lo slancio degli inizi, essa di fatto prepara lo sbocco

in una libertà più grande e quindi preannuncia sensazioni inattese e possibilità impensate.

Attraverso la ripetizione il soggetto non acquista semplicemente un «abito» nuovo, ma anche una percezione più approfondita della realtà. È come se cominciasse a vedere le cose da un punto di osservazione gradualmente più alto, finché all'orizzonte non appare ciò che altrimenti sarebbe per sempre rimasto nascosto all'osservatore che si è fermato in basso. La ripetizione risveglia l'attenzione ai dettagli dell'esperienza che le forti emozioni o l'abitudine passiva rischiano di ignorare. L'esecuzione attenta e responsabile di comportamenti ripetitivi orientati al bene lascia emergere le motivazioni più vere e stabili della persona, le domande più urgenti di senso, le risorse più connaturali alla persona, quelle che non bisogna inventarsi né conquistarsi attraverso sforzi eccezionali.

Se continuo a nuotare anche quando l'ebbrezza della prima volta è venuta meno, comincio a percepire più chiaramente la fatica dello sforzo o anche la noia della ripetitività. Eppure, poco alla volta, proprio a causa del perseverare, cominciano ad emergere sensazioni nuove, più consapevolezza delle mie reazioni muscolari, un benessere fisico generale legato all'esperienza del possesso di sé^{vi}, il piacere di una crescente competenza, e il desiderio di poter trasmettere ad altri ciò che è diventato parte di se stessi, parte di un tesoro che ormai si possiede.

ⁱ E. Hillesum, *Diario (1941-1943)*, Adelphi, Milano 1966. Cf anche C. Dobner, *Alcuni processi affettivi nell'esperienza mistica: il caso di Etty Hillesum*, in «Tredimensioni», 6 (2009), pp. 252-259 (anche in www.isfo.it).

ⁱⁱ Cf anche V. Percassi, *Processi di appropriazione dei valori, (I): conoscere, apprezzare, scegliere; (II): preferenze soggettive e validità oggettive*, in «Tredimensioni», 4 (2007), pp. 135-143; 256-265. (anche in www.isfo.it)

ⁱⁱⁱ R. Cheaib: <http://www.zenit.org/it/articles/strappare-un-senso-alla-vita>.

^{iv} *L. cit.*

^v Cf B.J.F. Lonergan *Insight*, Longmans, Green, London 1958, p. 623.

^{vi} «Il possesso di sé ossia l'autopossesso, in quanto specifica proprietà strutturale della persona, si manifesta nell'azione per mezzo della volontà. [...] L'uomo decide di sé con la volontà, poiché possiede se stesso. Nello stesso tempo la volontà, ogni reale "voglio", rivela, conferma e realizza l'autopossesso proprio soltanto della persona, il fatto che essa è sui iuris»: K. Wojtyła, *Metafisica della persona*, Bompiani, Milano 2003, p. 966).