

Menzogna Simulazione ed Autoinganno

*(riflessioni sul convegno Menzogne e paradossi
in psicoterapia e nelle relazioni interpersonali,
Montegrotto Terme, 23 ottobre 2010)*

Matteo Rampin¹

Naturalmente, nulla di ciò che è stato detto durante i due giorni di convegno è vero: a cominciare dalla precedente affermazione, il che ci conduce subito direttamente al paradosso del cretese, che nella sua versione classica, risalente a Paolo di Tarso, si riferisce a un cretese che dice che tutti i cretesi sono sempre bugiardi. E così, dopo l'evocazione operata del prof. Salvini delle figure di Cristo e Pilato, torniamo con san Paolo alle Sacre Scritture... il che non deve sorprendere: il tema del convegno è l'inganno e quindi, necessariamente, la verità, argomento teologico più che altri mai. Parlerò dunque di Dio: intendendo con questo nome, secondo la tradizione del pensiero occidentale, l'Assoluto incondizionato, il fondamento primo che sostiene la realtà, il senso ultimo che giustifica ogni altro senso. Sosterrò che la nozione di "dio" è così intrinsecamente connaturata al nostro modo di pensare e di rappresentarci la realtà, che non sappiamo farne a meno: nemmeno quando sosteniamo (da costruttivisti) che Dio non esiste, cioè che non esistono un senso ultimo, un fondamento primo, una verità assoluta. Ecco infatti l'ineludibile paradosso: possiamo sostenere che nulla è illusione perché tutto è illusione (Watzlawick), che la verità è che la verità non esiste (Nietzsche), ma nell'enunciarlo entriamo in autocontraddizione perché tali enunciati sono emessi attribuendo loro uno statuto di verità - vecchia storia, lo aveva già notato, tra gli altri, Tommaso d'Acquino -. Ma ci ricordiamo che è una vecchia storia? Abbiamo fatto i conti con la questione della difficoltà pratica di un costruttivismo che sia davvero (!) radicale? Abbiamo compreso che anche nella nostra mente la nozione di assoluto è fortemente installata, difficilmente eradicabile, probabilmente ineludibile? E, ciò che più importa, ci rendiamo conto che questa automatica e illusiva deformazione mentale esercita cospicui effetti pragmatici sulla nostra esistenza e sul nostro fare psicoterapia? Siamo consci di quali conseguenze abbia la teoria secondo cui tutto è costruzione, su ciò che facciamo con la vita, sulla vita, della vita delle persone che ci chiedono di salvare loro la vita? Vediamo di arrivarci per gradi.

1. La mente mente

I comportamenti ingannevoli degli altri organismi complessi sono pochi, parziali, stereotipati; i primati, in particolare alcune scimmie antropomorfe,

¹ Psichiatra, Psicoterapeuta, docente presso la Scuola di Psicoterapia Interazionista di Padova e Mestre.

esibiscono comportamenti d'inganno più elaborati, ma è solo con *Homo sapiens sapiens* che l'inganno è divenuto altamente raffinato, tanto da permetterci di ipotizzare che sia proprio l'inganno ciò che ci differenzia dalle altre specie. L'inganno si è evoluto con l'evoluzione neuromotoria della mano e dell'apparato fonatore: le mani dell'uomo e dello scimpanzé sono capaci, in teoria, delle medesime prestazioni; si è evoluta una capacità di controllare finemente i comportamenti ballistici (sic!) o balistici, il che ha conferito un enorme vantaggio evolutivo in termini di mira nel lancio di oggetti e nella lavorazione dei manufatti. Il controllo fine della micromotricità seriata ottiene come effetto collaterale la possibilità di creare stringhe di piccoli movimenti esplosivi da parte dell'apparato fonatore, e la concatenazione rapida di questi suoni forma le parole. Anche le scimmie possono emettere i nostri fonemi, ma non lo sanno fare: la differenza non è anatomica, ma neurofisiologica. Con il linguaggio, l'uomo ha immediato accesso alla creazione di elaborati e complessi scenari mentali con cui anticipa gli eventi della realtà fisica: può simulare, costruire virtualmente uno scenario, e mettere alla prova la realtà senza cimentarsi direttamente con essa. Nasce la possibilità di separare il comportamento agito da quello pensato: nasce la menzogna, la possibilità di dire una cosa pensandone un'altra. Se l'abilità digitale diventa abilità prestidigitatoria (gli sciamani sono anche prestigiatori, ricorda Gatto Trocchi), l'abilità verbale diventa prestidigitazione linguistica: si costruiscono menzogne e livelli di realtà pluristratificati. Anche la mimica facciale risente di questo controllo motorio più fine: simulazione e dissimulazione degli stati interni, e quindi recitazione, a supporto dell'inganno verbale o menzogna. Assieme alla possibilità di avvantaggiarsi sui competitori, e quindi di lederne gli interessi vitali (l'inganno) sorge anche l'autoinganno: gli scenari che mi creo possono essere per me seducenti così tanto che li preferisco all'impatto con la realtà nella sua serietà terribile; preferisco illudermi che non morirò, che operando tale procedura scaramantica trionferò sul mio nemico, che l'amuleto mi preserverà dal malocchio. Nasce la magia, dalla quale nascerà poi, a fatica, la scienza; dalla magia sciamanico-ieratica nascerà la medicina, la cura dei sofferenti mediante la suggestione e i ritrovati naturali, *per carmen et herbas*, dove "carmen" (da cui il fr. *charme*) è il canto, che nell'antichità era sovrapponibile alla poesia, cioè all'arte della parola. Curare con la parola: ecco le radici dell'illusionismo terapeutico. Tutti sappiamo, dopo Milton Erickson, che è divenuto evidente come la comunicazione suggestivo-ipnotica mostri sostanziali analogie con la struttura del controllo dell'attenzione che sottende le procedure di inganno: l'illusionismo terapeutico non è solo una metafora suggestiva, ma un nome appropriato per quel corpus di tecniche, tattiche e strategie d'influenzamento che altri chiamerebbero manipolazione, e per le quali Erickson, Watzlawick, Nardone e altri hanno parlato esplicitamente di "benefici inganni", "stratagemmi terapeutici", "giochi di prestigio", tirando in ballo persino situazioni tratte dal mondo tenebroso dello spionaggio, mondo in cui per definizione la verità si complica in giochi doppi, tripli e quadrupli in un gioco di specchi intricatissimo. Riferendosi alla componente illusoria delle raffigurazioni, le parole dello studioso di arte visiva Ernst Gombrich

sono molto significative: “Sospetto che non esista categoria di persone più abili nel suscitare queste percezioni di fantasmi che i prestigiatori. essi creano una catena di attese, un’illusione di situazioni consuete, che fanno sì che la nostra immaginazione corra in avanti e cortesemente le completi senza che ci accorgiamo del momento in cui siamo stati giocati. Ci sono semplici giochi di salotto che presentano il problema nella sua forma più elementare. Chiunque sappia maneggiare un ago in modo convincente può indurci a vedere un filo che in realtà non esiste”. È con espressioni molto simili che il teorico costruttivista appena scomparso Ernst Von Glasersfeld afferma a proposito dell’attività mentale di costruzione di ciò che viene percepito: “Nessuno utilizza queste possibilità concettuali più abilmente del prestigiatore. Per esempio durante un’esibizione si fa dare un anello da uno spettatore, lo lancia in sala verso un suo assistente e fa poi ritrovare allo spettatore, stupito, l’anello nella sua tasca. Il trucco consiste nel fatto che le percezioni degli spettatori vengono dirette in modo che essi involontariamente costruiscano un’identità continua dalla prima apparizione dell’anello all’oggetto lanciato in sala. Se questo fosse vero, solo un miracolo potrebbe effettivamente trasferire quello stesso anello nella tasca dello spettatore. Lo stesso avviene con il nastro di seta rossa che il prestigiatore taglia in minutissimi pezzetti e poi – letteralmente in un batter d’occhio – ripresenta nella sua interezza originale. Un esempio simile, spesso citato, è il film, che noi vediamo (...) come un susseguirsi di singole immagini sempre diverse oppure come un movimento continuo”.

Ma in questo labirinto non si rischia di perdersi? Non occorre anche per noi un filo d’Arianna che ci impedisca di cadere vittime delle stesse trappole che la riflessione costruttivista ha permesso di svelare? Oggi sappiamo quanto sia necessaria la componente ficzionale, illusiva, illusionistica dei processi mentali nel nostro approccio la realtà: ma non si tratta forse, anche nel caso del costruttivismo, di una costruzione? E se è così, basta il criterio dell’efficacia per garantirci che quella nostra è sì una costruzione, ma è la migliore costruzione possibile? Se usiamo il linguaggio (un linguaggio che a sua volta ci usa, direbbe Wittgenstein) possiamo esimerci dall’essere metaforici? E se non è possibile, che cosa ne è, della specificità della metafora? Viviamo di livelli multipli di metafore, c’è solo un livello infinito di metafore, o alla fine si trova qualcosa che non è metafora? Vi è solo una *regressio ad infinitum*, o si giunge a un fondamento ultimo?

Sul piano pratico tali questioni hanno una rilevanza notevole: se non tocchiamo mai direttamente “la Realtà”, ma interagiamo solamente con ciò che crediamo essere la realtà, se possiamo solo manipolare metafore e metafore di metafore, se non esiste una certezza al di là della certezza che non vi sono certezze, quanto profonda è l’affinità tra Costruttivismo e nichilismo? E se questi due modi di considerare la realtà sono affini, abbiamo noi fatto i conti con la critica post-nietzscheana al nichilismo? Un certo relativismo etico discende quasi inevitabilmente dal sapere che tutto è costruzione (o finzione); ma questa posizione si fonda logicamente? O invece affermare che tutto è relativo non è già un’affermazione che pretende di avere un valore di verità assoluto? Ma reciprocamente, se un simile relativismo non si fonda logicamente, non è questa stessa mancanza

di fondamento un dimostrare che, invece, il relativismo è la sola modalità di rappresentazione del reale, e quindi è in esso che consiste quell'assoluto incondizionato al quale forse si perviene alla fine del nostro cercare un fondamento? E non ricadiamo allora così in una variante del paradosso del cretese? E per quanto riguarda il pluralismo (senza ulteriori aggettivazioni): se lo si considera un valore assoluto, non potrebbe essere questo un modo, più raffinato di altri, per interdire il discorso a chi la pensa diversamente e rigetta il pluralismo? Il pluralismo è una ricchezza? Un pluralista davvero coerente (ma può esserlo, un pluralista? O non sarebbe allora un integralista del pluralismo?) risponderebbe: sì, ma non sempre; e poi aggiungerebbe: tutte le generalizzazioni sono pericolose, anche questa. E venendo alla clinica: quando, da costruttivisti, usiamo concetti tratti da altre discipline, siamo consapevoli del fatto che stiamo usando *solo* delle metafore, o cadiamo anche noi dentro l'illusione di onnipotenza che imputiamo ad altri? La critica che noi costruttivisti applichiamo alle altre prospettive, di cui diciamo che sono reificanti ecc., riusciamo davvero ad applicarla anche alla nostra, rimanendo cioè consapevoli che usiamo solo metafore e che quindi, per esempio, non è vero che psiche e soma sono solo metafore, non lo è più di quanto non lo sia l'opposta visione riduzionistica, dicotomica e cartesiana della *res cogitans* contrapposta alla *res extensa*? Quando affermiamo che il pensiero disgiuntivo è o *non* è qualcosa, siamo consapevoli che stiamo inevitabilmente utilizzando la logica degli opposti per intaccare la pretesa superiorità operativa e il valore epistemologico della logica degli opposti? È Watzlawick a ricordarci i pericoli di una lettura superficialmente entusiasta delle teorie costruttiviste: "In totale contrasto con l'oggettivismo esiste un'altra idea della realtà (*e di nuovo, non di altro si tratta se non di un'idea*), secondo cui essa non viene scoperta ma inventata, costruita" (p. 270, corsivo nostro). Alla luce di questo, c'è davvero qualcuno che è persuaso che si possano curare *tutte* le situazioni di sofferenza che incontriamo nella pratica professionale senza ricorrere ai farmaci? C'è davvero qualcuno che pensa che *tutti* i farmaci agiscano *sempre* e *solo* in virtù della costruzione sociale, della suggestione, delle aspettative, della profezia che si autoavvera, dei ruoli, dell'effetto placebo? Riusciamo a ricordarci che l'illusione di onnipotenza è *sempre* alle porte? In poche parole: riusciamo a ricordarci di evitare sempre l'avverbio "sempre" e di non usare mai l'avverbio "mai"?

2. Prime ricadute

È tempo di chiederci: si può essere filosofi sulla pelle degli altri? Oggi viviamo in un nichilismo banale in cui tutti i valori sono ugualmente indifferenti; non sorprende dunque che in campo psicoterapico si sentano affermazioni come "se uno si suicida è affar suo, perché è libero di farlo", o generalizzazioni secondo cui "la psicosi non esiste, il disturbo bipolare non esiste, la biologia non esiste, gli psicofarmaci agiscono solo perché ci si aspetta che agiscano"; inoltre si osservano indebite applicazioni di teorie derivate da altri, difficilissimi campi del sapere ad ambiti di realtà ai quali gli ideatori di tali teorie non pensavano affatto né si sarebbero sognati di

applicarle. Siamo giunti a un punto sdruciolevole. Di fronte a talune prese di posizione di colleghi, sembra che, citando Nietzsche, sia stato “strusciato via ogni orizzonte”, sia “stata sciolta la catena del sole, (...) ingoiato l'intero mare fino all'ultima goccia” in modo che “non c'è più un avanti, un dietro, un sopra, un sotto”. Come non avvertire allora quello che lo stesso Nietzsche annunciava con il suo linguaggio poetico/profetico: “Non alita forse su di noi l'infinito nulla? Non seguita a venire sempre più notte?” Guardiamoci in faccia: un nichilismo banale e banalizzante ha facilitato la sostituzione dell'umiltà del terapeuta che *sa di non sapere* con l'ego compensatoriamente ipertrofico del terapeuta che *si bea di non sapere*, se ne fa un vanto anziché uno sprone per confrontarsi con altri professionisti senza pregiudizi e timori. Tolto il dogma, si insedia sul suo trono il dogma dell'adogmatismo, ma poiché la mente umana non può pensare il vuoto, poiché “tolto Dio, il cielo si popola di idoli” (Chesterton), ecco profilarsi l'egolatria di terapeuti che si trincerano dietro metafore di metafore e livelli di astrazione sempre maggiori, avvitandosi in speculazioni siderali che nulla hanno a che fare con l'esperienza concreta della relazione professionale tra una persona sofferente e un'altra cui spetta il compito di alleviare tale sofferenza. Non raramente, da questo malinteso deriva un atteggiamento per cui si fa anche del costruttivismo radicale un dogma, della mancanza di verità assoluta una verità assoluta. Ciò discende, lo ripetiamo, dall'aver eliminato la nozione di fondamento ultimo, o dal non avere compreso la dimensione paradossale che è propria di ogni affermazione che vuole essere fondante: poiché la nostra mente non può fare a meno della nozione di Assoluto, l'idea di un ente assoluto è stata sostituita da quella del ni-ente assoluto, o dalla conseguente, assoluta equivalenza di tutto. In tal modo, però, si è così costruita solo un'ennesima illusione, molto persuasiva.

Oggi sappiamo che non vi è una conoscenza capace di fondarsi da sé. Si ripropone qui il millenario problema del rapporto tra credere e sapere: il sapere non è forse, in ultima analisi, sempre basato su atti di fede, su verità indimostrabili? E quindi, non è forse il credere l'unico modo per sapere? Personalmente, sono scettico di professione, ma mi sto convincendo che per essere davvero scettici ci vuole fede (nello scetticismo). Atti di fede, a quanto pare, sono indispensabili, in una forma o in un'altra, né si elimina il problema chiamandoli diversamente.

3. Altre ricadute

Per verificare la serietà della questione, rileggiamo le riflessioni dei costruttivisti a proposito delle ricadute etiche, sociali e politiche del costruttivismo. È stato detto che il vero costruttivista diventa tollerante: non si può non concordare, ma fino a quando saremo tolleranti? Si può essere tolleranti anche con chi tollerante non è, o non dobbiamo invece essere intolleranti con chi è intollerante, secondo quanto osserva lo stesso Watzlawick? Ma in tal caso, chi stabilisce qual è il metro sulla cui base additare qualcuno come intollerante? Cossiga dichiarò a un'intervistatore che noi occidentali non abbiamo il diritto di imporre agli uomini di altre

culture il “rispetto” della donna; lo diceva in maniera provocatoria, ma il brivido di orrore che ci percorre pensando a pratiche “disumane” quali l’infibulazione dovrebbe farci riflettere: quale diritto abbiamo noi di imporre la violazione delle pratiche rituali di altre culture? Il diritto che ci deriva dalla nozione di rispetto? Di eguaglianza? Di preservazione del proprio corpo? Di indisponibilità della persona umana? Quando definiamo disumana una pratica, a quale nozione di “umano” ci riferiamo? Per uscire dall’*impasse* non possiamo evocare le leggi o la costituzione come un fondamento ultimo, se non sostituendo una divinità con un’altra. Ancora una volta, siamo pericolosamente vicini a concetti di stampo teologico: la vita umana è sacra? Esiste qualcosa che sia sacro? In virtù di quale superstizione assolutistica celebriamo le conquiste della civiltà occidentale (libertà, uguaglianza, fratellanza), che non sono ancora state conseguite da molte altre culture, per le quali anzi questi concetti suonano come bestemmie? Non abbiamo forse fatto rientrare dalla finestra quella deificazione della Verità che credevamo di avere espulso con la modernità? E se l’infibulazione ci ripugna, se non accettiamo la riduzione in schiavitù, se i sacrifici umani ci paiono crimini nefandi, chi e sulla base di quali verità stabilisce i limiti della tollerabilità? Il fatto è che non si può non avere un criterio di riferimento, e di questo criterio non possiamo dire che si tratta solo di una costruzione di volta in volta la più adeguata, perché ciò innescherebbe domande regredenti all’infinito, fino a che non si arriverebbe ad ammettere che deve esistere un fondamento, un nocciolo, un punto di non ritorno o di partenza, un’Alfa e Omega...

Noi stessi, inevitabilmente, insensibilmente, benché armati delle migliori intenzioni, corriamo il rischio di diventare dogmatici: anche nel nostro adogmatismo programmatico, nel nostro nobile antidogmatismo. Come se fosse possibile non essere dogmatici! Da tutto ciò discende un *caveat*: Attenzione, la strada che rischiamo di percorrere è quella di un relativismo assoluto (un bell’ossimoro!) difficilmente distinguibile dal nichilismo. Ma quale nichilismo? Non certo quello eroico, tragico di Nietzsche, del quale si può dire tutto, ma non che fosse stupido o banale, ma del quale si deve ammettere che le dottrine che a esso si sono richiamate non sono state certo incoraggianti. Si tratta invece di un nichilismo di bassa lega, qualunquistico, nel quale tutto è equivalente, nel quale si respira un’aria di individualismo senza ritegno, nel quale la *liberté* viene confusa con un “faccio quello che mi pare”, nel quale ogni discorso è intercambiabile e si formano scenari mentali che diventano un po’ inquietanti se fanno parte del repertorio di costruzioni mentali di un terapeuta, ossia di un professionista il cui lavoro consiste nell’adoperarsi per ridurre la sofferenza umana ed edificare così persone migliori e migliori gruppi umani. Sulla scia di tale visione indifferentemente nichilistica in cui tutto si equivale accade non raramente di sentire psicoterapeuti affermare che *ogni* atto umano è legittimo “perché le persone sono libere”: come se chi viene da noi fosse davvero libero, e non invece intrappolato dalla riduzione dei gradi di libertà indotta da stereotipie che ne irrigidiscono le risposte comportamentali; che in Africa il cancro non esiste “perché gli africani e i loro uomini-medicina non sanno che esiste”: come se non esistessero realtà indipendenti

dall'osservatore, non appena ci si allontana dall'ordine di grandezza subatomico; che le malattie neurodegenerative sono costruzioni sociali e il frutto di profezie che si autoavverano: come se la prospettiva costruttivista fosse in grado da sola di comprendere al suo interno ogni altra prospettiva di osservazione e comprensione dei fenomeni naturali, inclusa la biologia. Perché il punto non sta nella parola nichilismo, né nella parola relativismo: sta nel suffisso "ismo". Tutti gli "ismi" generano paradossi dell'autoreferenzialità (!), e la nostra mente, invece di accettare di vacillare nella confusione e nella sospensione del giudizio, reagisce a tali paradossi come è abituata a fare: *findendosi* certezze, costruendosi *eidola* come fecero gli ebrei nel deserto, incapaci di tollerare l'abissale distanza dell'Assoluto dalla loro quotidiana esperienza di sofferenza e mancanza di senso.

4. Conclusione

Se tutto è illusione, ricordiamoci che anche le speculazioni più seducenti lo sono, e alla fine dobbiamo, dopo tanto volare, ritornare con i piedi per terra. Siamo servitori. Siamo a disposizione di esseri umani che soffrono (*pathein*, da cui "pazienti", laddove "clienti" si rifà agli opportunisti *clientes* della Roma imperiale, e "utenti" denota gli usufruttori del servizio pubblico). Il nostro scopo come servitori di esseri umani sofferenti è detto da Watzlawick in un modo che non si può esprimere meglio: "Mi accontento di essere un meccanico che sblocca meccanismi umani inceppati". Se non ce ne ricordiamo, stiamo tradendo la fiducia di chi aspetta da noi risposte concrete, non certo domande sottili o disquisizioni gesuitiche. Nel corso di questa esposizione, invece, ho posto molte domande: sono quelle che pongo a me stesso ogni giorno. Non ho altrettante risposte da fornire. Mi sia permesso solo di confidare una mia certezza, un mio criterio guida su cui fondo ogni altra decisione in campo clinico, un mio Assoluto al quale credo con un atto di fede: secondo il Talmud, "chi salva un uomo, salva il mondo intero"... ebbene, questa è la nostra missione, salvare. Chi dubita che si tratti di una missione sacerdotale, sacrale? Certo, è vero, "lo scopo particolare della psicoterapia è esclusivamente l'attenuazione della sofferenza, non ci sono grandiosi e splendidi ideali che occorra raggiungere", lo dice Watzlawick, ma l'understatement che lo distingueva come persona rischia qui di mettere in ombra il fatto che ridurre la sofferenza è un grandioso ideale, è uno splendido ideale. Scopo della nostra professione è ridurre la sofferenza umana: di niente di più dovremmo essere soddisfatti, di niente di meno dovremmo accontentarci. Se lo avremo fatto al meglio delle nostre capacità, avremo contribuito a condurre la nostra rozza specie impastata di buio, verso la luce.