

## RELATIVITA' e GRADIENTE DI COMPATIBILITA'



### RELATIVITA' e GRADIENTE DI COMPATIBILITA'

Copyright © 2000

Dott. Sergio Angileri

L'immagine associata a questo documento sembra sintetizzare la relatività dell'individuo, che qui appare composto da parti eterogenee e contrapposte. Sembra sintetizzare, anche, il fatto che comunque egli riesce ad esistere poichè quelle parti, pur se eterogenee, coesistono potendosi reggere insieme grazie ai punti di compatibilità fra loro.

In questo senso l'individuo nella sua totalità è uno e indivisibile, tuttavia è composto da più parti coese fra loro e sostanzialmente anche molto diverse l'una dall'altra. Nell'immagine l'individuo è relativamente uomo, relativamente donna, relativamente sornione, relativamente deforme, relativamente antico e relativamente moderno. Non è nulla esattamente di tutto questo, eppure è, relativamente, ognuna di queste cose.

Egli è.

Se tutte le parti di cui è composto non fossero relativamente compatibili fra loro, tuttavia egli si scinderebbe, si dissolverebbe da uno a molti, perderebbe l'identità di individuo uno e indivisibile, le parti si evidenzerebbero individualmente ciascuna per sé e l'individuo così avrebbe la possibilità di divenire più esattamente ciascuna di esse, identificandosi in modo episodico e alternante ora con l'una e ora con l'altra: in pratica la non coesione interna dell'individuo, fa oscillare lo stesso alternativamente

ora identificandosi con una delle parti delle quali è composto, ora con l'altra, o l'altra ancora. Per mezzo di questa identificazione con una delle sue parti, preferibilmente a discapito delle altre, l'individuo si illude di non essere più relativo e multifattoriale, cioè si illude di essere solidamente coerente con una sola versione di sé. In questa condizione egli sarebbe paradossalmente meno relativo nella complessità e nella completezza, perchè potrebbe essere, episodicamente, più in assoluto l'una o l'altra delle parti. Questa identificazione più assoluta, anche se transitoria, con una delle parti e dunque, così, meno relativa, però avverrebbe a discapito delle altre, pur sempre presenti, anche se diniegate nel momento in cui l'individuo è assolutamente identificato con una sola di esse: l'apparente conquista dell'assoluto, per mezzo dell'autoinganno che avviene sforzandosi di identificarsi con una sola delle proprie parti, è una illusoria e momentanea vittoria sul relativo, ma è anche un'importante perdita delle altre parti che si devono diniegare, in virtù dell'assoluto. Sembra dunque che per poter essere completi nell'inclusione simultanea di tutte le parti di cui si è composti in natura, uno e indivisibile, cioè per mantenere una completa identità non scissa, con tutte le parti in armonia, occorre arrendersi alla propria relatività intrinseca, propria dell'individualità umana, che per sua natura è multiparcellizzata ed eterogenea.

Sembra invece che si rischia di pagare un prezzo di scissione, di spezzettamento, se ci si vuole assolutamente identificare, in modo omogeneo e illusoriamente statico, con una sola parte di sé, a discapito delle altre, o peggio, diniegando le altre. Cercando una fissità stabile in una sola delle parti di cui siamo composti, privilegiandola, e cercando di diniegare il valore delle altre nostre parti, tentiamo idealmente di annullare la nostra relatività, inseguendo il mito di una identità omogenea, stabile e immodificabile. Il risultato che otteniamo, invece, è una inautentica e irrigidita caratterialità scissa dalle altre parti in cui siamo pur sempre "IO".

Oltre questo, combattendo contro la relatività dell'identità naturale e completa, cioè cercando di negarci la nostra naturale costituzione, che è eterogenea e spesso ambivalente e conflittuale già in natura, contenendo l'Uomo all'unisono sia l'Angelo che il Demone, otteniamo il risultato della continuativa frustrazione del dover constatare che, nonostante i nostri sforzi, non riusciamo mai a stabilizzarci definitivamente con una sola parte di noi stessi, ma dopo un pò urge e sopravviene un'altra. Se non accettiamo questo fatto naturale della nostra imprevedibile

variabilità, sentendoci cronicamente in difetto tenteremmo di recuperare e mantenere la precedente, oppure, al limite, di identificarci, stavolta stabilmente ma ancora una volta illusoriamente, con la nuova parte sopravvenuta, negando la precedente, oltre tutte le altre che dinieghiamo. E così via, in un'inutile battaglia di uno contro se stesso, una battaglia presuntuosa che pretenderebbe il mutamento della natura umana. Questa è una battaglia che l'Uomo ha perso sin da sempre, sin da quando, sofisticando e idealizzando la Realtà ha elaborato leggi e principi assoluti e universali (illusoriamente), con il nobile scopo di cercare di arginare il rischio implicito nella potenza dell'orda e del caos, che minaccia la Relatività della Realtà. Questo tentativo è pateticamente comprensibile, in seno alla fragile e impermanente condizione umana su questo pianeta, ma finora ha soltanto provocato dolori, frustrazioni e spesso psicopatologia.

E' evidente che la maggiore armonia individuale la si può avere, invece, conoscendo e accettando la natura eterogenea individuale e convivendo serenamente con la fluttuazione delle varie parti di cui siamo composti e accettando l'oscillazione di identità variabile nel tempo: in questa oscillazione vi è una continuativa variazione di desideri, di necessità, di tendenze, di attitudini e così via. Ne consegue che dunque dovremo anche sapere accettare ed eseguire nuove scelte di vita, man mano che ci si presenta il nostro naturale cambiamento e quello di ogni altra cosa, vivente o inanimata: accettare di dovere eseguire, nel corso dei pochi decenni di vita individuale, più volte nuove scelte di vita, anziché combattere inutilmente contro se stessi per non cambiare nessuna situazione, consente il mantenimento della coesione intrapsichica e dunque la salute psicologica.

Il mantenimento della coesione fra le parti, che pur se diverse fra loro compongono l'identità dell'individuo, dipende, come detto, dalla relativa compatibilità di alcune loro porzioni condivisibili. Il mantenimento della coesione, come vedremo, è un fenomeno intrapsichico inconscio e tendenzialmente spontaneo, la cui dinamica non dipende dal controllo volontario della persona. Esso, però, dipende anche dall'accettazione della relatività che consegue l'assemblaggio delle parti e questa, invece, è un fenomeno mentale superiore, che deve avvenire, da parte dell'individuo, consciamente. Cerchiamo di comprendere insieme questi concetti: relatività e compatibilità.

Relatività si riferisce al fatto che ogni cosa è relativamente se stessa, poichè sfuma senza soluzione di continuità nelle parti contigue e un pò con esse si fonde e si confonde.

Compatibilità si riferisce al fatto che, giusto poichè ogni cosa è relativa, l'insieme delle cose riesce a mantenere una certa coesione grazie al fatto che, nonostante la generale relatività, ciascuna cosa può essere più o meno compatibile all'altra, per qualche punto o particolare. La compatibilità rappresenta, in generale, il collante fra le cose. Quando la compatibilità fra le "cose" viene infatti significativamente meno, le cose si scollano, la diversità fra loro si esalta evidenziandosi implacabile ed esse si separano. In pratica diminuendo la compatibilità, meno collante esiste e dunque più si evidenzia la diversità, che da sempre comunque vi era stata. Questo è il momento in cui si evidenzia la soggettività delle parti, cioè la loro individualità. In generale in tutte le situazioni in cui accade che, a causa del venir meno della compatibilità, si rinvigoriscono le individualità, accade anche che si esalti contemporaneamente la relatività della coesione, che comunque da sempre preesisteva al collasso della compatibilità, cioè si evidenzia la diversità fra le parti più di quanto non fosse stato possibile prima, cioè durante il mantenimento della coesione.

Questo tende a provocare l'irrimediabile separazione, favorisce, cioè, la tendenza delle parti ad allontanarsi l'una dall'altra, sia, adesso che è venuta meno la compatibilità, per evitare il mantenimento dell'evidenza della loro diversità che aumenta tanto più le parti stanno vicine e sia per tentare di rinvigorire ancora di più la neonata soggettività e unicità di ciascuna.

L'esistenza di un significativo gradiente di compatibilità fra le parti, è dunque una condizione irrinunciabile affinché le parti possano legarsi fra loro, ciascuna però sbiadendo, nella propria individualità, per tutto il tempo dell'aggregazione. Ma grazie a questo scotto da pagare, cioè lo sbiadirsi dell'individualità delle parti, si può formare un'identità più vasta composta da esse, unica, la quale però può mantenersi tale finchè mantiene la sua caratteristica di intrinseca eterogeneità e di intrinseca relatività, necessaria conseguenza del fatto che ogni identità è il risultato di un assemblaggio fra parti più piccole, relativamente diverse fra loro e relativamente contrapposte.

Si può dire che l'esistenza di ciascuna identità, è resa possibile dal relativo sacrificio dell'individualità di ciascuna delle identità più piccole che la compongono.

Dall'infinitamente grande all'infinitamente piccolo, ogni identità risulta essere complessivamente il risultato di un aggregato di identità (parti) più piccole, ciascuna delle quali è a sua volta un'identità formata dall'aggregato di parti (identità) ancora più piccole, per cui in ogni istante ciascuna identità è un soggetto unico e contemporaneamente una particella di un altro soggetto più grande. Ciascuna identità è tale grazie al fatto che ciascuna identità più piccola di cui è composta si sacrifica sbiadendo nell'aggregato con le altre, ma è a sua volta solo relativamente identità soggettivizzata, poichè essendo sicuramente una parte di un'altra identità più grande, deve mantenersi in aggregazione con altre parti alla pari, per mezzo della quale sbiadisce un pò, sacrificando qualcosa della propria identità individuale. Tutto l'insieme è vitale perchè è costantemente instabile. L'instabilità è data irrimediabilmente dal fatto che ciascuna identità, pur mentre rimane collegata alle altre per mezzo delle compatibilità reciproche, tende costantemente all'individuazione, cioè allo scollarsi dall'aggregato di cui è particella, attratta dal mito di una definitiva autonomia che non la faccia più appartenere ad un aggregato. Tuttavia lo scollarsi non è reso facilmente possibile, dall'esistenza della compatibilità, parziale e relativa, fra le parti, che funge da forza collante e calamitante. A causa della compatibilità, infatti, le parti si sentono attratte fra loro e tendono così ad aggregarsi e a mantenere l'aggregazione fino a quando la compatibilità significativamente persiste. Questa condizione generale determina e mantiene una tensione continua nel sistema, dovuta alla copresenza di due enormi forze contrapposte: da un lato la forza di aggregazione dovuta all'attrazione fra le parti, data la compatibilità e dall'altra la forza opposta di individuazione propria di ciascuna parte individuale, che ne possiede un naturale energetico istinto. Di volta in volta vince talora la forza di aggregazione e talora la forza di individuazione e la variabile che determina di volta in volta la tipologia della vittoria, è il continuo mutare del gradiente di compatibilità, cioè la consistenza della compatibilità, caso per caso. Ciascuna identità dunque non può essere altro che relativamente instabile ( o relativamente stabile ), a causa del fatto che le parti di cui è composta sono continuamente in movimento cangiante, a causa delle due forze suddette: da un lato tendono a mantenere l'aggregazione in virtù delle compatibilità esistenti e dall'altro tendono a scollarsi e a individuarsi in virtù di un naturale istinto e bisogno di individuazione. E ciò accade incessantemente per tutti gli aggregati, organici ed inorganici, conosciuti in questo universo. Se applichiamo le considerazioni suddette all'individuo umano, ci accorgiamo che le parti di cui è composto sono infatti nelle

condizioni descritte, a qualunque livello noi vogliamo osservarle. Se ad esempio vediamo l'uomo dal punto di vista fisico, chimico e biologico, ci accorgiamo che le parti di cui è composto sono le particelle subatomiche, poi gli atomi, poi le molecole, poi le cellule, poi gli organi, poi gli apparati. Ciascuna di queste parti obbedisce alle condizioni di relatività e compatibilità, quindi si trovano tutte nelle condizioni di tensione e instabilità già dette ed è questo che rende vitale ed energetico l'organismo. Se vediamo l'uomo dal punto di vista psicologico, ci accorgiamo delle parti psicologiche di cui è composto ed è di queste parti che ora andremo ad occuparci.

Consideriamo dunque la persona quale individuo, entità, cioè, composta da una moltitudine di entità più piccole di lui, le quali, aggregate per vari gradienti di compatibilità, così sacrificandosi nella loro specifica soggettività, consentono l'unità della persona. Di queste sub-parti di cui è composto l'uomo se ne occupa di volta in volta la fisica, la chimica, la biologia, la fisiologia, l'anatomia ecc. La psicologia si occupa delle sub-parti psichiche e del totale che dall'aggregazione di queste sub-parti ne deriva, cioè l'individuo umano inteso nel suo temperamento, nel suo carattere e nella sua personalità. Anche nella psicologia umana ci si accorge della copresenza delle due forze universalmente contrapposte di cui ho parlato. Ci accorgiamo, cioè, che nella mente della persona sono copresenti e contrapposti, sia la spinta a cercare di creare aggregati con altre persone e sia la spinta a realizzare il più possibile il compimento della propria autonoma ed indipendente individualità. Ripeto che queste due forze sono copresenti e contrapposte in tutto l'universo conosciuto, dall'atomo alle galassie. La persona nasce con questa naturale intrinseca ambivalenza e contrapposizione, la quale, in quanto naturale, non è nè sopprimibile, nè risolvibile. Ne consegue allora che essa può e deve essere gestita, durante la vita, da ogni individuo, in modo tale che la naturale contrapposizione e l'ambivalenza non finiscano per essere fonte di malesseri e patologie. Una gran parte delle forme psicopatologiche risentono della insufficienza individuale nella gestione di questa condizione che sto descrivendo. Osserviamo, per esempio, le situazioni in cui un individuo accusa sintomi di ansia e di depressione in presenza del fatto che egli mantiene relazioni dipendenti e nel contempo conflittuali. Mi riferisco a tutte quelle situazioni in cui una persona già adulta, da un lato accusa di star male con qualcuno, eppure non riesce a far molto per cambiare quella situazione, rimanendone prigioniero e dipendente. La situazione in quanto tale, cioè caratterizzata dalla povertà di compatibilità reciproche, è banale e frequente, quindi è statisticamente normale ed inoltre è anche normale

secondo una previsione di probabilità. Intendo dire che la variabilità e la relatività naturalmente intrinseca ad ogni cosa, rende normalmente prevedibile e probabile l'impovertirsi e l'affievolirsi delle compatibilità reciproche. Il problema invece, cioè il disagio e la sofferenza di alcuni, non può definirsi normale, nè naturalmente prevedibile, in quanto essi dipendono dagli strumenti mentali che ogni individuo possiede per gestirsi la relatività delle compatibilità variabili e questi strumenti a loro volta dipendono, in gran parte, dai processi evolutivi e formativi avvenuti durante gli anni dell'infanzia e dell'adolescenza. E' opportuno, dunque, distinguere tra situazione e problema, essendo la situazione, di volta in volta, l'evento o l'accadimento in sé e, invece, il problema, ciò che la persona sperimenta individualmente e soggettivamente, data la sua strutturazione mentale. Per cui il problema, il disagio, la sofferenza, non dipendono dalla situazione, bensì dalla strutturazione mentale individuale. Essendo le più disparate situazioni possibili nella nostra realtà, normalmente candidate alle più imprevedibili variazioni relative all'oscillare delle compatibilità variabili, consegue che è naturale e normale che ciò accada, per cui un individuo, per poter dire che abbia una buona condizione mentale, deve possedere giusti strumenti mentali di gestione della suddetta relatività. Ciò deve corrispondere al fatto che, verificandosi il cambiamento situazionale, l'individuo deve essere strutturato mentalmente in modo tale da tollerare la relatività senza scompensi e altresì essere in grado di sapersi organizzare con nuove strategie per cercare e trovare situazioni alternative, nuove, in grado di essere spontaneamente compatibili con esso. Questa condizione, che indica che l'individuo è ben in grado di adattamento al reale, è una condizione che clinicamente viene definita normale e sana. Invece la condizione nella quale l'individuo, al mutare delle situazioni, non riesca a produrre elementi di adattamento, viene clinicamente definita patologica. La psicoterapia si occupa abbondantemente di questa condizione individuale, a prescindere dalla sintomatologia presentata dal paziente, quando viene a consultare lo psicoterapeuta. Ciò significa che la componente di insufficienza nella tolleranza della relatività del reale, è ubiquitaria, a prescindere dalla forma clinica e sindromica che assume fenomenologicamente il problema dell'individuo. In pratica, nello svilupparsi del processo della psicoterapia, quasi sempre e ben presto, con chiunque ci si ritrova a dover trattare la componente di insufficienza nella tolleranza della relatività reale. Variano individualmente i contenuti di questa insufficienza, ma non il processo fondamentale. Il processo è infatti quasi sempre organizzato attorno all'idealizzazione della realtà, che a sua volta è una forma patologica di pensiero formatasi per

anomalie accadute durante gli anni dell'infanzia e dell'adolescenza. Va subito precisato che queste anomalie evolutive, di solito altro non sono che anomale informazioni o modalità educative che gli adulti hanno veicolato verso il cucciolo umano.

Per idealizzazione della realtà si intende quella condizione mentale per la quale la persona "pretende" col suo modo di pensare, che sia la realtà ad adattarsi alle sue idee e non viceversa. Per realtà si intende tutto ciò che, in quanto reale, si presenta spontaneamente nelle sue caratteristiche autentiche, che siano esse gradevoli o sgradevoli: poichè si presentano, esse sono reali, senza necessità di discussione, bisogna solo prenderne atto. Ovviamente un soggetto, quanto più non si è formato con un modo di pensare adatto a tollerare la variabilità e la relatività di se stesso, degli altri e del mondo, tanto più, quando gli si presenta questa relatività in una qualunque delle infinite forme possibili, andrà in crisi non essendo capace di gestirla e tollerarla e di conseguenza entrerà nella patologia dell'idealizzazione, cioè comincerà a pretendere da se stesso, dagli altri o dal mondo, l'adeguamento alle sue idee, non sapendo, invece, adattare le proprie idee al mondo reale. Questa ostinata pretesa di bloccare o diniegare la relatività, non coincide con la naturalezza delle cose dell'universo in cui viviamo, per cui è patologica. Infatti in questi casi la persona soffre di vari disturbi psichici, conseguenti la sua inadeguatezza all'adattamento al reale.

La psicoterapia è uno degli strumenti più importanti ed efficaci per la cura di questa condizione, in quanto rappresenta un valido processo di riformulazione delle idee, verso una maggiore tolleranza della relatività.

Autore: Dott. Sergio Angileri, Psicologo Psicoterapeuta, [www.psicoterapia-palermo.it](http://www.psicoterapia-palermo.it),

Palermo, 2000

Per la copia e riproduzione di questo documento, chiedere preventivamente autorizzazione

all'autore: [sangile@tin.it](mailto:sangile@tin.it)