

GIULIANO SARTORI

OSSERVAZIONI SUL PROBLEMA DELL'ANSIA

Dai tempi più remoti, negli ambienti e ai livelli più diversi, si è sempre parlato di ansia e di angoscia.

Da molto tempo, ormai, i due termini ed i concetti che esprimono, interessano una massa sempre più vasta di persone, tanto da essere oggi di uso frequentissimo e generale.

Ma con la loro diffusione è aumentata in proporzione la diversità del modo di interpretarli secondo le persone, le idee, gli ambienti, le situazioni; ed aumenta, mi sembra, soprattutto, una incertezza di fondo sul loro significato e ancor più sul loro contenuto; per arrivare a una incertezza somma o meglio, sinceramente, a una sostanziale ignoranza sulle loro cause.

Se l'ansia e l'angoscia sono sempre state connaturate con l'animo umano, in tempi relativamente recenti hanno assunto un'importanza sempre più vasta e dominante, tanto da diventare elementi fondamentali della nostra vita in questo nostro tempo che qualcuno ha voluto chiamare, forse non ingiustamente, era dell'ansia.

Non ho certo la pretesa di portare un mio contributo a questo problema tanto grande: quanto esporrò sono delle semplici, frammentarie osservazioni personali, frutto di una riflessione, di uno studio e di una esperienza ovviamente limitati e carenti, probabilmente già da altri formulate, meglio e più autorevolmente, senza che ne fossi a conoscenza: osservazioni che espongo per quel poco che possono valere, soprattutto come motivo di riflessione, nel caso che lo meritino.

* * *

Il primo problema che si presenta è, come sempre, quello di dare o accettare una definizione di ansia e di angoscia.

Le definizioni, a questo proposito, non mancano di certo: sono numerosissime secondo gli autori, le correnti di pensiero, le ideologie.

Però mi sembra di poter ritenere che, proprio per il loro numero e la loro diversità, non c'è ancora e forse non ci sarà mai, una definizione del tutto appagante che possa essere da tutti accettata.

Penso anzi che non possa mai esserci perché, come in tutti i concetti psicologici e filosofici, una definizione univoca di un concetto implicherebbe una uniformità di pensiero. Cosa, per fortuna, impossibile perché il pensiero umano sarà sempre diverso nelle persone, nel tempo, nelle situazioni e da questa diversità trae la sua vita.

Però mi sembra che alla base di molte se non di tutte le definizioni ci sia un fondamento comune: uno stato d'animo male definibile di penosa e dolorosa attesa di un pericolo imminente; però non definito, vago, irreali, senza vera motivazione. Questo stato d'animo difficilmente definibile, è spesso accompagnato da uno stato di penosa tensione interna e di una altrettanto penosa tensione muscolare generalizzata; da una inquietudine motoria; da un bisogno impellente di attività, congiunto, in contrasto, con un senso di impotenza e di mancanza di difesa; e, nel contempo, dalla sensazione penosa dell'inutilità di questo apparente attivismo; quasi che lo stesso servisse solo a dare uno sfogo alla tensione e all'inquietudine.

Questo stato d'animo è talora accompagnato da penose sensazioni corporee: un senso di ambascia, di oppressione al precordio, di stringimento, di mancanza d'aria; e, ancora, una dolorosa tensione al capo, specie alla nuca; e, soprattutto, un penosissimo senso di vuoto e di stringimento alla bocca dello stomaco. E, ancora, si accompagna spesso con un'irritabilità, un'insofferenza, un fastidio verso tutti e verso tutto, verso ogni stimolo, specie acustico, ogni suono, ogni rumore, anche i più consueti e familiari, verso ogni voce, anche la più amata e cara.

E, infine, negli stadi più accentuati un batticuore, tormentoso e insistente, un affanno sempre crescente, quasi un senso di fine imminente. Ho riferito le manifestazioni più comuni: ma, specie nel campo delle sensazioni corporee, possiamo averne di ogni genere: quelle manifestazioni che chiamiamo «somatizzazioni».

A questo proposito possiamo inserire, a questo punto, per inciso, una riflessione sul loro significato di fondo.

L'ansia e l'angoscia, allo stato puro e genuino, sono in genere poco o nulla accettate come tali: sia da chi le subisce, sia dall'ambiente che lo circonda.

Chi le subisce le sente come una manifestazione di debolezza, come una menomazione della propria personalità, come prova di incapacità e di inferiorità. L'ambiente, le persone che ci circondano, spesso anche le

più care e comprensive, male accettano e comprendono l'ansia e l'angoscia come tali. E, al pari di chi le subisce, le interpretano spesso nello stesso modo: come debolezza, come incapacità a reagire, come incapacità di autocontrollo: in sostanza, come una manifestazione negativa e riprovevole.

L'ansia e l'angoscia come tali, sono sostanzialmente respinte dal soggetto e dall'ambiente. Ma ognuno di noi, se respinge l'ansia e l'angoscia genuine, è invece sempre pronto ad accettare e comprendere la sofferenza fisica, corporea, quale essa sia. Fin dai tempi più remoti la sofferenza fisica ha sempre dato e tuttora dà a chi la subisce un «diritto», da tutti accettato, di particolare considerazione da parte di se stesso e da parte degli altri. E questo «diritto» è sempre stato, e lo è tuttora, sostenuto dalla certezza della sua legittimità, prima di tutto dal sofferente che ne è titolare, e in pari e forse in maggior misura, dall'ambiente.

La sofferenza fisica nel soggetto non solo, quindi, non provoca vergogna o senso di inferiorità: ma spesso suscita la coscienza di un «diritto» indiscutibile di avere comprensione, considerazione, sollievo ed aiuto.

Dall'altro lato, tutti noi, cioè l'ambiente, verso il sofferente fisico, abbiamo la certezza del suo «diritto» di avere da parte nostra comprensione, considerazione e sostanziale aiuto: ci sentiamo in debito verso di lui.

Ora, possiamo pensare che l'ansia e l'angoscia, non accettate come tali dal soggetto e da chi lo circonda, per essere accette e considerate, si «travestano» inconsciamente, da sofferenza corporea, caricandosi di una «mascheratura» fisica che consente loro di superare l'ostacolo della ripulsa e permette loro di varcare la porta della accettazione; che, anzi, in quanto travestite da sofferenza corporea, conferisce loro il «diritto» di essere accettate in piena regola.

Tra le varie interpretazioni delle somatizzazioni dell'ansia e dell'angoscia, mi sembra che questa possa offrire un particolare motivo di riflessione.

* * *

Riprendendo il nostro discorso, a questo punto mi sembra necessario fare una precisazione.

Il termine ansia è usato spesso alternativamente con il termine angoscia, a cui molti danno analogo significato: per chiarire penso convenga risalire all'etimologia che in questo caso è illuminante, anche dal lato concettuale. Ansia è un aggettivo sostantivato di recente formazione (più esattamente forse si dovrebbe dire «ansietà») derivato dall'aggettivo latino *anxius* (da cui deriva il sostantivo latino *anxietas*). Angoscia deriva

dal latino *angustia* (strettezza) e dal latino *angor* («stringimento»): in sostanza tutto deriva dal verbo *ango* (stringere), che deriva a sua volta da una radice *ANG*, analoga alla radice greca *ΑΓΧ* (verbo greco *ἀγγίζω* = stringere). Alla base di queste radici c'è, quindi, il significato fondamentale di stringere, opprimere, soffocare, che si adatta perfettamente al carattere essenziale dell'ansia e dell'angoscia. Certe lingue, l'italiano, l'inglese, il francese, lo spagnolo, hanno i due termini: *ansia* - *angoscia*; *anxiety*-*anguish*; *anxiété*-*angoisse*; *ansiedad*-*angustia*. Il tedesco ha solo: *die Angst*, che vale per *ansia* e *angoscia*. Si dà talvolta un significato diverso: l'*ansia* è l'espressione di uno stato d'animo puro: l'*angoscia*, quando questo stato d'animo si colora di tinte corporee, quelle che abbiamo chiamate somatizzazioni, specie l'oppressione precordiale o lo spasmo alla bocca dello stomaco. Nonostante la distinzione sopra accennata, mi sembra che, in pratica, considerando la letteratura, sia psicologica e psichiatrica, sia filosofica, sia artistica, i due termini siano indifferentemente usati come sinonimi, come sono in realtà, per etimologia e significato.

* * *

In psicologia e psichiatria da parte di molti si distingue un'ansia normale da un'ansia patologica. L'ansia normale sarebbe una reazione normale ai pericoli e alle difficoltà obbiettive della vita, la seconda una manifestazione sempre e decisamente morbosa. Con molti altri penso che questa distinzione sia troppo semplice, per non dire semplicistica, non corrispondente alla realtà, e giustifichi molte perplessità. Credo che questo punto meriti una riflessione particolare. Mi sembra anzitutto necessaria una considerazione preliminare. Quando in campo psichico si parla di morbosità o di anormalità bisogna procedere con estrema cautela perché il confine tra il cosiddetto normale e il cosiddetto morboso o patologico, è estremamente incerto, sfumato, soggettivo, spesso arbitrario e varia a seconda delle persone, dei tempi, dell'ambiente e di mille altri fattori.

Ciò vale soprattutto per stati d'animo normali, propri a ciascuno di noi, connaturati con la personalità psichica umana, in cui non la qualità ma la quantità, l'intensità possono valicare a un certo grado i limiti della morbosità. È chiaro che il giudizio su questo confine, così incerto e fluttuante, è difficilissimo, spesso impossibile. Tuttavia dobbiamo però riconoscere che quando l'ansia o l'angoscia superano certi livelli di intensità e presentano certe particolari manifestazioni di comportamento, non si può ragionevolmente loro negare un certo carattere di morbosità.

Mi sembra però che questo carattere sia particolarmente manifesto quando l'ansia e l'angoscia non sono legate a una situazione ambientale o

esistenziale, ma quando costituiscono un sintomo, e talvolta neppure il più importante, di una sindrome psicopatologica ben strutturata. Di questo tipo di ansia, chiaramente patologico, qui non parleremo. Parleremo solo dell'ansia cosiddetta normale.

Ciò premesso, si rimane però sempre perplessi di fronte alla troppa facilità con cui si considerano nevrotici, e quindi morbosi, tanti stati di ansia e di angoscia che, sinceramente, secondo il mio parere, nulla hanno di nevrotico e quindi di morboso. Mi sembra che non possiamo considerare nevrotica ogni manifestazione o reazione che si scosti da un modello puramente ideale e precostituito e, per di più, in modo diverso a seconda delle Scuole e delle teorie. Questo modello è in realtà inesistente, è frutto esclusivo di una costruzione teorica. Le reazioni che da esso si scostano sono da considerare, spesso, non reazioni «nevrotiche», ma personali, proprie e caratteristiche della individualità e della diversità insopprimibili di ogni singola personalità, che è tale e viva in quanto diversa nell'essenza e, quindi, anche nelle reazioni.

In questo concetto di ansia normale così allargato, secondo il mio parere, si trovano due forme fondamentali dell'ansia stessa che penso debbano essere considerate distinte, anche se possono tra loro compenetrarsi.

* * *

La prima forma di ansia è connaturata con la personalità psicosomatica dell'uomo fin dai primordi ed è propria, sotto certi aspetti, anche dell'animale. È sostanzialmente una fondamentale reazione di difesa necessaria e insostituibile per la sopravvivenza stessa dell'individuo e, di conseguenza, della stessa specie. Di fronte a un reale e concreto pericolo esterno, a una minaccia o, più semplicemente, a una situazione ambientale che può rappresentare un motivo di pericolo o di minaccia, fin dagli albori della sua storia, l'uomo è sempre entrato in uno stato d'ansia.

Questo particolare tipo di ansia può essere considerato strettamente legato con lo stato di allarme, o reazione di allerta, proprio anche di ogni animale di fronte a un pericolo o a una situazione di possibile pericolo. Non mi sento di dire, come altri, che addirittura si identifica con lo stato di reazione di allarme. Questi sono, infatti, tipici e fondamentali per ogni animale e si può ragionevolmente supporre, e in parte dimostrare, che siano di natura strettamente istintiva primaria su basi sostanzialmente se non esclusivamente biologiche.

Però l'uomo, anche nelle sue forme più primordiali, arretrate o degradate, ha un'anima e una attività psichica che lo separa con un abisso incommensurabile dalla più evoluta specie animale.

Non posso, quindi, pensare che lo stato biologico di allarme, proprio dell'animale, nell'uomo non si carichi subito e pesantemente di una struttura puramente psichica che, a un certo punto, sovrasta e domina la stessa primordiale struttura biologica. Di conseguenza penso che mai nell'uomo si possa parlare solo di reazione o stato di allarme puro, perché sempre questo si accompagna con uno stato d'ansia, seppure elementare e primordiale, che però è sempre attività psichica elevata, propria ed esclusiva solo dell'uomo.

Si potrebbe pensare che un'ansia sifatta si identifichi invece con la paura, con le sue varianti di timore e terrore. Alcuni hanno distinto l'ansia dalla paura sostenendo che in quest'ultima «la minaccia è periferica, l'integrità del senso dell'esistenza non è minacciata, il pericolo è obbiettivo, e l'individuo può valutarlo e può agire di fronte ad esso scegliendo la fuga o la battaglia» (Portnoy).

Non mi sento di condividere questa distinzione: la minaccia può essere non periferica, il pericolo non obbiettivo e non valutato nè valutabile; tanto più può mancare la possibilità di agire di fronte al pericolo stesso. Direi, anzi, che quando c'è possibilità e capacità di agire contro il pericolo, la paura sta per essere superata.

Secondo il mio parere la distinzione tra ansia e paura è diversa. La paura è bensì la reazione a un pericolo o a una minaccia vera o presunta. Ma, a differenza del concetto di ansia il concetto di paura mi sembra rivestire un carattere più preciso di obbiettività e di giudizio, cioè è, sostanzialmente, il giudizio che lo stesso soggetto o gli altri danno di un suo complesso di sentimenti, di pensieri, di atteggiamenti e di comportamento.

L'ansia è invece un «quid» spiccatamente legato al sentimento, più spontaneo e primitivo, di natura strettamente affettiva, che esclude qualsiasi coloritura di «giudizio», cioè di un processo strettamente razionale e critico. Mi sembra si possa dire che l'ansia non accompagna ma precede la paura. Quando parliamo di paura abbiamo già esaminate, in fondo, le cause dell'ansia ed abbiamo espresso un giudizio.

Quest'ansia primordiale, propria della specie umana, è strettamente connessa e inseparabile dall'istinto di conservazione, inteso per l'uomo, anche in questo caso, come qualcosa di ben diverso e più complesso della semplice conservazione fisica propria dell'animale.

Potremmo forse dire che l'istinto di conservazione di fronte al pericolo mobilita immediatamente l'ansia, stato psicobiologico necessario ed insostituibile per affrontare il pericolo stesso. La definizione di Levy-Valensi «l'ansia è il grido di allarme dell'istinto di conservazione» mi sembra accettabile e suggestiva.

Questo tipo di ansia ha rapporti molto stretti con un altro stato psicobiologico fondamentale: l'aggressività. Di fronte alla minaccia o al pericolo penso ci siano due fondamentali tipi di reazione: la fuga e l'aggressione. L'ansia prepara e promuove entrambe le reazioni. Ma, forse, mentre la fuga si esaurisce quando il pericolo è evitato, l'aggressività può spesso permanere oltre il pericolo stesso come carattere di fondo più duraturo legato all'istinto di difesa. Tutto ciò mi sembra avvenire in modo più manifesto nell'uomo in cui può interessare anche quel secondo tipo di ansia che considereremo in seguito.

Ho cercato di inquadrare questo primo tipo di ansia normale, il più istintivo, il più primordiale. Per distinguerlo dall'altro proporrei di chiamarlo: *ansia psicobiologica*.

* * *

Ma l'uomo non conobbe solo l'ambiente esterno. Come dice Konrad Lorenz, un progresso immenso, una svolta fondamentale si manifestarono nella storia dell'umanità quando l'uomo, dopo aver osservato e studiato il mondo esterno, sentì il bisogno di raccogliersi in se stesso, di guardare dentro di se, di cominciare a porsi i grandi interrogativi della sua esistenza: chi sono, donde vengo e perché sono venuto, cos'è la vita, dove sarò dopo di essa, c'è qualcosa al di là e al di sopra di me che mi influenza e che mi guida, ecc.

Era nato il pensiero, il prodotto più alto dell'animo umano.

Ma con lui era nata anche l'inquietudine insita in questi interrogativi; la pena struggente del dubbio; il bisogno di risolvere questi problemi vitali e, in contrasto, il senso della propria insufficienza; la tormentosa vertigine spirituale di fronte al baratro della nostra anima e dell'universo circostante. E con questi stati d'animo era nata un'ansia particolare, di fondo, permanente; col pensiero era nata la sua inevitabile e inscindibile compagna: una sofferenza di vita e con essa un'ansia legata alla stessa vita spirituale.

Considero questo, come il secondo tipo di ansia normale, cioè un'ansia legata sostanzialmente e inscindibilmente al pensiero e alla stessa anima dell'uomo, alla sua esistenza spirituale. Proporrei di chiamare questo tipo di ansia normale, proprio: *ansia spirituale*.

A tale ansia possiamo riconoscere alcuni caratteri fondamentali e distintivi: non è motivata né provocata da cause esterne concrete e reali; non è conseguente e adeguata ad esse; non è connaturata con la personalità psicofisica dell'uomo, ma solo con la sua personalità psichica; non ha nulla in comune, neppure in forma lontanissima, con stati simili dell'animale, ma è esclusiva, propria e distintiva solo dell'uomo: anzi, forse, non di tutti gli uomini: ma solo di quelli che hanno il dono, il peso e il tormento di una certa sensibilità, di un certo sviluppo di pensiero e di sentimento. È un'ansia che affonda le sue radici e le sue origini negli strati più profondi della nostra anima: un'ansia legata alla nostra stessa esistenza spirituale.

Si può osservare come talvolta quest'ansia spirituale si travesta da ansia psicobiologica. L'uomo è fondamentalmente logico e cerca sempre di trovare una spiegazione dei suoi stati d'animo: ma cerca spesso questa spiegazione fuori di sé, nell'ambiente esterno. Forse preferiamo questa ricerca esterna perché, in fondo, tutti abbiamo paura di guardare a fondo dentro di noi; abbiamo un inconscio timore di esplorare noi stessi, di scavare nella nostra anima, perché temiamo di poter scoprire delle verità sgradevoli, forse atroci, che ci spaventano, che non saremmo forse capaci di accettare. Tendiamo quindi a cercare una spiegazione di noi stessi fuori di noi.

Orbene, può accadere che una persona che soffre di un'ansia spirituale cerchi una causa esterna che la spieghi, quando, come spesso accade, la persona non si è ancora resa conto che di vera ansia spirituale si tratta. E la ricerca, almeno in un primo tempo, ha quasi sempre esito positivo. L'ansioso spirituale passa in rassegna i vari motivi di preoccupazione che in quel momento possono interessare la sua vita: ne prende uno a caso, quello che gli sembra più plausibile, e ad esso imputa la sua ansia. In realtà il motivo scelto, qualunque esso sia, anche se apparentemente logico e importante, non è il vero motivo, ma solo un pretesto che permette di giustificare superficialmente un'ansia diversa che in realtà ha ben altre cause. L'ansioso si aggrappa a una preoccupazione reale, affettiva, familiare, ambientale, personale, e si illude che questa sia la causa della sua ansia. Ma non è così: tanto è vero che, in un diverso momento, il soggetto sarà il primo a riconoscere che quel motivo esterno era assolutamente insufficiente e inadeguato a giustificare l'ansia stessa.

* * *

Quest'ansia spirituale è stata studiata sotto aspetti estremamente

diversi, spesso in contrasto e contrapposti. Cerchiamo di esaminare alcuni tra i più interessanti.

* * *

In primo luogo consideriamo gli organicisti puri, cioè coloro che cercano di interpretare in chiave esclusivamente organico biologica i fenomeni psichici. Partendo dagli studi e le esperienze sull'ansia psicobiologica, sulle reazioni di allerta, dalle grandi scoperte della neurofisiologia, della neurobiochimica e della neurobiofisica, costoro, in sintesi, dicono: qualsiasi ansia è una conseguenza pura e semplice del perturbamento della funzione di particolari sistemi o centri dell'encefalo, di una alterazione del metabolismo biochimico e delle funzioni biofisiche dell'encefalo stesso, o di altri apparati e sistemi del nostro corpo: in definitiva, di un perturbamento del funzionamento del nostro corpo. Per costoro l'ansia è sempre un sintomo psichico di un perturbamento, di una alterazione corporea.

Queste teorie presentano dati interessanti, talvolta affascinanti: ma, secondo il mio pensiero, non possono convincere. È naturale che i progressi sempre maggiori della neurofisiologia, della biochimica, della biofisica, possano indurre a dare un'importanza sempre più grande alla base organica dell'attività psichica. E si può anche comprendere come possano sedurre alcuni ad accettare una interpretazione puramente organica dell'attività psichica stessa. A questo punto, però, insorgono molte ragioni contrarie che portano a respingere questa teoria anche prima che essa debba essere respinta per ben altri motivi filosofici o di fede. È evidente che molti stati d'animo si accompagnano con manifestazioni corporee anche notevolissime. Ma la causa prima è la manifestazione organica o quella psichica? Anche a prescindere da ogni concetto filosofico, basandoci sulla pura osservazione, vediamo come a manifestazioni psichiche esclusivamente reattive, cioè causate esclusivamente da un evento esterno, e quindi sicuramente non causate da una modificazione organica individuale, si accompagnano manifestazioni corporee spesso ingenti.

Mi sembra che, in questo caso, non si possa negare che è stata l'attività psichica a provocare le modificazioni organiche. Ma, allora, nello stesso modo, non possiamo pensare che una attività psichica spontanea, che nasce dentro di noi, non provocata da cause esterne, non possa determinare analoghe o simili modificazioni organiche?

In tal caso, viste sotto questo aspetto, queste manifestazioni organiche sono da considerarsi non causa dell'attività psichica, come vogliono gli organicisti, ma effetto della stessa attività psichica sul soma, dello spirito sul corpo, come invece noi crediamo. D'altronde il concetto stesso

di medicina psicosomatica, oggi universalmente accettato, o meglio riacettato perché lo fu in passato per secoli, è una conferma di questa precedenza causale e cronologica dello psichico sul corporeo. Se poi guardiamo da un lato filosofico e sociale, penso che ancor meno possiamo accettare questo organicismo spinto ed esclusivo. A prescindere da tutte le altre considerazioni di ordine filosofico, morale e religioso, questa teoria, portata alle sue logiche conseguenze, ridurrebbe, in fondo, tutta l'attività psichica umana a una sfera istintiva attivata esclusivamente da modificazioni organiche, ed escluderebbe la creazione spirituale e l'acquisizione di questa creazione, processi che sono stati e sono fondamentali, necessari e insostituibili in tutta la lunga storia dell'umanità. In fondo, oserei dire, che proprio le meravigliose scoperte della neurofisiologia, della biochimica, della biofisica sono la palese contraddizione di questo organicismo spinto: o dobbiamo pensare che queste scoperte non sono il frutto del pensiero, del sentimento, della dedizione del ricercatore, ma solo un prodotto della sua biochimica o della sua biofisica?

Le stesse scoperte si rinnovano e si superano con un ritmo che sembra quasi vertiginoso. Quello che sembrava certo ieri non lo è più oggi, anzi, spesso, è annullato da una nuova scoperta che sarà a sua volta annullata da un'altra di domani. Ma questo continuo cambiamento, questa negazione di presunte certezze anche recentissime e apparentemente indiscusse, non giustifica e impone, direi, un doveroso dubbio sulla validità del concetto stesso dell'organicismo esclusivo e assoluto? Credo che questo dubbio debba imporsi a chiunque anche al di fuori e al di là di ogni principio e di ogni credenza filosofica o religiosa, per un semplice processo di logica elementare.

Se quanto si è detto può essere preso in considerazione da tutti, per molti di noi a tale teoria si oppongono ragioni strettamente filosofiche e di fede perché crediamo in un dualismo somato-psichico, in una possibilità e, quindi, in una responsabilità di decidere, in un libero arbitrio. Potrei aggiungere che, a un certo punto, è la nostra anima stessa che dal profondo si ribella all'idea che la sua intimità più genuina e misteriosa possa essere spiegata solo con un semplice gioco di reazioni chimiche e fisiche.

* * *

Vicina a quella degli organicisti puri è la teoria del condizionamento che parte dalla concezione fisiologica di Ivan Pavlov. Dico fisiologica e non psicologica in quanto Pavlov nega la possibilità di una psicologia indipendente e la sua psicologia è in realtà lo studio fisiologico dell'attività nervosa superiore. È stata, infatti, detta psicologia senz'anima.

Si è visto che l'ansia normale è una reazione di difesa normale a stimoli vari, adeguati, specifici, in ogni condizione, stimoli cosiddetti incondizionati, indipendenti, cioè, da ogni condizione interna ed esterna, di tempo o di luogo. Se lo stimolo specifico, incondizionato, si associa ripetutamente a una determinata situazione, neutra, non stimolante di per se stessa, a un certo punto, questa situazione neutra, associata a lungo allo stimolo specifico, anche in assenza dello stimolo specifico stesso, determinerà una reazione, un riflesso eguale a quello provocato dallo stimolo specifico: si parlerà in questo caso di riflesso o reazione condizionata.

È la nota teoria riflessologica di Pavlov.

Per tale teoria, o per quelle da essa derivate, l'ansia di qualsiasi tipo sarebbe dovuta a un complesso gioco di riflessi e reazioni condizionate a livello dell'attività nervosa superiore.

* * *

Su di un piano del tutto diverso la psicologia psicodinamica (o psicologia del profondo) spiega in modo del tutto differente l'ansia di vario tipo, anche quella che abbiamo chiamata ansia spirituale.

Sigmund Freud fu forse il primo a dare una sua spiegazione dell'angoscia (o ansia; Freud scrive in tedesco in cui abbiamo visto esserci un solo vocabolo: Angst) come conseguenza di tensioni sessuali represses (la cosiddetta libido). Freud pensa che la Libido, avvertita come pericolosa, sia repressa dalla censura della coscienza e che questa energia impulsiva della libido, impedita di esprimersi, generi un permanente stato di angoscia di fondo. Col tempo Freud muta parere: alla concezione suddetta ne sostituisce una più ampia per cui l'ansia è sostanzialmente un meccanismo di difesa mobilitato dall'Io quando questo avverte una minaccia, un pericolo: Freud distingue un'ansia obbiettiva quando il pericolo è esterno (avvicinabile all'ansia che ho chiamata psicobiologica), un'ansia nevrotica quando il pericolo o la minaccia sono interiori, dentro nel nostro animo (avvicinabile questa all'ansia che ho chiamata spirituale).

Sempre nel campo psicodinamico Alfred Adler considera l'ansia dipendente dal «sentimento di inferiorità» cioè l'avvilimento, la frustrazione della personalità umana nella sua interezza, chiave di volta di tutto il sistema adleriano. Cade, quindi, ogni legame con la libido, specie infantile, e con la sessualità in genere, che diviene al massimo una delle componenti della personalità.

Ancora nel campo psicodinamico Karl Gustav Jung formula la sua nota teoria secondo la quale la psiche umana sarebbe formata da tre sistemi interagenti tra di loro: 1) il conscio, o coscienza; 2) l'inconscio

personale formato da tutte le attività psichiche che un tempo sono state coscienti, che poi, nel corso della vita, sono state confinate nell'inconscio, ma da cui possono essere riportate alla coscienza; 3) l'inconscio collettivo, il più influente sistema della psiche, costituito anzitutto da un nucleo ereditario della personalità, poi, soprattutto, dal deposito nella nostra psiche di tutte le esperienze cumulative di tutte le generazioni che ci hanno preceduto, che si sono accumulate in ognuno di noi nel corso di tutta la storia dell'uomo. La cosiddetta «libido» per Jung, a differenza di Freud, non ha alcun carattere sessuale: è una forza vitale che anima l'universo e l'uomo visti in una loro unità. Questa forza vitale provoca nell'uomo ciò che Jung chiama «individuazione», cioè il processo per cui l'inconscio collettivo si trasforma gradatamente nella personalità individuale, differenziata, matura, autorealizzatasi in un Io formato, diverso da tutti gli altri. Quando questo processo è disturbato ed ostacolato nel suo svolgimento da cause varie, in genere da una paura di fondo che nasce dall'inconscio collettivo, si ha un blocco dello sviluppo della personalità che non avendo raggiunta la sua piena realizzazione ne soffre con un'angoscia di fondo, un'angoscia che forse si avvicina a quella che abbiamo chiamata angoscia spirituale.

Ho citato solo alcune tra le maggiori personalità del gruppo psicomodinamico: ne tralascio molti altri anche di altissimo livello. Le teorie psicomodinamiche hanno, in fondo, mi sembra, un carattere comune: l'ansia spirituale nasce sostanzialmente da un conflitto interiore a prevalente livello inconscio, che potrà essere di vario tipo a seconda degli studiosi. Resta il fatto che alla fine anche le teorie psicomodinamiche a quest'ansia, che non è reattiva né psicobiologica, ma è un'ansia spirituale, non riconoscono un carattere di normalità ma la considerano ansia nevrotica, cioè morbosa.

E qui ritorniamo al punto cruciale della difficoltà di stabilire il confine tra normale e morboso (se nevrotico è inteso come morboso) nel campo psichico. Se infatti esaminiamo i requisiti e le condizioni che da molti sono ritenuti necessari per quella cosiddetta «autorealizzazione» che sarebbe per molti alla base di una vita psichica normale, rimaniamo sinceramente perplessi di fronte al loro numero e alla loro qualità. Si chiedono condizioni genetiche e fisiche, ambiente di vita dell'età evolutiva, struttura del carattere, doti di spontaneità e genuinità, struttura della personalità, relazioni con la società e con se stessi, gerarchie di valori, atteggiamento verso la vita e tante altre doti e capacità così perfette ed eccezionali che c'è anzitutto da chiedersi se un simile modello

di pseudo-perfezione possa esistere nella realtà: e mi sembra di poterlo tranquillamente negare.

Ma, in secondo luogo, dato e non concesso che esistesse, non sarebbe un uomo reale, ma un mostro, privo di quelle originalità, in parte anche negative, che danno fisionomia e vita a una personalità. Se nevrotico è tutto ciò che si scosta da un modello del genere, allora tutta l'umanità è nevrotica; abbiamo in tal caso la franchezza di dire che questo termine «nevrotico» indica una situazione psichica normale dell'uomo. Diciamo che, forse, nel tentativo di conoscere e spiegare sempre più a fondo l'animo umano si cade invece nell'ingenuità di costruire un modello del tutto artificiale e inesistente; e nella presunzione di considerare morboso o anomalo tutto ciò che si scosta da questo modello precostituito. Perché, a un certo punto, anche questo concetto di «autorealizzazione» che per molti sembra condizione necessaria per ogni equilibrio psichico, come viene considerato e definito? Sinceramente in modi tanto diversi e talvolta così contrastanti da lasciarci veramente perplessi sulla sua stessa validità. Forse la rinuncia a voler comprendere troppo a fondo il nostro animo, l'ammissione della nostra incapacità di poter tutto spiegare in noi stessi e con noi stessi, non è solo espressione di umiltà di pensiero ma anche maggiore aderenza alla realtà, conoscenza sostanzialmente più vera dell'animo umano.

* * *

Sotto un aspetto del tutto diverso l'ansia è vista dalle teorie sociogenetiche della psicologia sociale. Il concetto di ritenere che la vita psichica dell'individuo sia sostanzialmente costruita e determinata dall'ambiente esterno è antichissimo, forse connaturato con l'animo umano.

Ma la nozione di ambiente è andata sostanzialmente cambiando nel tempo: questo ambiente, visto una volta solo come ambiente naturale, sotto l'influsso di determinati sistemi filosofici, è stato visto sempre più come ambiente e struttura sociale. È nata la sociopsicologia, per la quale è la società che fa l'uomo, in quanto l'uomo si forma una sua struttura psicologica attraverso e per mezzo della struttura sociale da cui dipende.

In sostanza, con le relative differenze, queste teorie sociogenetiche sostengono che la personalità psichica dell'individuo è costruita e formata dalla società in cui l'individuo vive. Ogni società sarebbe organizzata secondo uno schema rigido, schema necessario per la sopravvivenza stessa della società. Perciò ogni forma sociale sarebbe costretta, anche suo malgrado, solo per sopravvivere, ad esercitare una pressione sempre più forte sull'individuo e sul gruppo perché questi si inseriscano senza alcuna deviazione

in questo schema e non se ne allontanino minimamente. Ogni deviazione, ogni espressione di non allineamento, metterebbe in pericolo l'intero edificio della struttura sociale stessa. Questa pressione si eserciterebbe nei modi più svariati: sarebbe talora palese, ma più spesso occulta, in ogni caso sarebbe una pressione soprattutto «culturale».

Ma l'individuo in contrapposto, ha una sua personalità, una sua anima, un suo carattere, una sua individualità, personale in parte; in altra parte conseguenza di una lunghissima stratificazione di credenze, abitudini, costumi, norme di vita, che sono ormai diventate parte integrante di lui, che sono le sue «radici»; e che ora dovrebbe ignorare, rinnegare, annullare per inserirsi in uno schema sociale nuovo, che non è suo e che non sente suo. Dal quale, poi, se non riesce ad inserirsi è respinto e distrutto.

L'individuo sente queste due necessità contrastanti e antitetiche: da un lato di mantenere la sua individualità; dall'altro di doversi per forza inserire in un sistema sociale che è l'unico che gli permette di vivere, ma che non gli lascia la sua individualità e che lo strappa dalle sue radici. Questo contrasto di fondo, questa scelta impossibile genererebbe l'ansia, in particolare l'ansia spirituale. La concezione ha un suo fascino, a cui non possiamo sottrarci, e ci induce a un momento di riflessione.

Una visione globale della storia dell'uomo fin dai tempi più remoti ci mostra come la stessa sia stata caratterizzata da una successione di periodi di maggior crisi a periodi di maggior stabilità, anche relativa. Non è detto, anzi penso sia vero il contrario, che lo stato di stabilità sociale, politica ed economica corrisponda con lo stato di stabilità individuale e viceversa. Anzi, forse spesso, lo stato di stabilità ambientale promuove e suscita uno stato di crisi spirituale individuale che gradatamente prepara un periodo successivo di crisi ambientale. E, viceversa, lo stato di crisi ambientale, quanto più intenso, può spingere alla ricerca di un rifugio, di una protezione, in un terreno magari in precedenza trascurato e negletto: l'introspezione, la vita interiore, la ricerca ultima della pace dell'anima.

Non possiamo, ovviamente conoscere, in modo diretto lo stato d'animo dei nostri progenitori che vissero in periodi di crisi: possiamo però intuirlo dalla storia, dalla letteratura contemporanea, dalle tradizioni che ci sono pervenute. Si può, comunque, ragionevolmente supporre che l'ansia propria dell'animo umano abbia accompagnata questa successione con accentuazioni e attenuazioni corrispondenti ai periodi di crisi e ai periodi di stabilità.

Se cerchiamo di guardare più a fondo, vediamo che, forse, il nucleo fondamentale, possibile generatore di uno stato di ansia spirituale dal lato sociale, è dato dalla presenza o dalla mancanza di certezza. Ciò che

dico può essere errato come ogni impressione personale. Ma mi sembra di poter dire che quanto più un periodo è caratterizzato da certezze diffuse e accettate almeno dalla grande maggioranza, se non da tutti, in valori che, a torto o a ragione (la validità effettiva in questo caso non interessa) si ritengono sicuri, tanto più si sopisce lo stimolo sociale e ambientale all'ansia individuale. Mentre, quanto più le certezze oscillano o crollano, quanto più dilaga il dubbio sulla validità di certi valori ritenuti, a torto o ragione, fondamentali in un determinato periodo, quanto più questi perdono il loro significato, tanto più dall'ambiente sociale nasce e si sviluppa prepotente lo stimolo all'ansia individuale. Stimolo, in ogni caso, sempre fecondo e necessario non solo per ogni necessario rinnovamento ma per evitare semplicemente la morte per fossilizzazione di un qualsiasi sistema sociale. Stimolo, che con il soffio vitale del dubbio, mentre spegne valori inesistenti o transeunti, ravviva e fa divampare con tanto maggior vigore il fuoco di certi valori fondamentali ed eterni.

Scusandomi per l'inciso, forse chiarificatore di un certo mio pensiero, penso, in definitiva, che ogni certezza sopisce e spegne l'ansia; ogni incertezza la suscita e l'alimenta.

Se guardiamo al nostro periodo, mi sembra che possiamo riconoscergli un carattere di crisi intensa, sia sotto l'aspetto materiale ma più e soprattutto, sotto l'aspetto spirituale. Se cerchiamo di scoprire gli elementi fondamentali di questa crisi spirituale penso che dobbiamo arrenderci in partenza davanti al loro numero e alla loro complessità: al punto che l'elenco che di essi fa ogni studioso di questi problemi, anche il più preparato e autorevole, appare profondamente incompleto e manchevole, anche al lettore più sprovveduto.

È anche naturale pensare che noi, immersi in questo tempo, non possiamo avere la necessaria serenità di giudizio che può venire solo dal distacco di chi esamina una situazione essendone fuori nel tempo e nel luogo. Per cui motivi sociali che ci sembrano preminenti potranno, a un esame futuro, rivelarsi insignificanti; mentre determinanti potranno essere considerati motivi che a noi sembrano ora trascurabili o che, addirittura, ci sono sconosciuti.

Ciò premesso, scegliendo alcuni di questi elementi che sembrano attualmente predominare, si può condividere l'opinione di molti che considerano come caratteristiche fondamentali e tipiche del nostro periodo, la sempre maggiore complessità di vita, la disarmonia e l'instabilità culturale, la rapidità dei mutamenti, la commistione rapida e brutale di culture e costumi estremamente differenti, la rapidità innaturale dei mezzi di comunicazione, il dominio, o meglio la tirannide, sempre più martellante

ed inumana, dell'informazione. D'altro lato si nota un sempre maggiore indebolimento della solidarietà di gruppo che era stata per molto tempo sicuro rifugio, a cominciare dalla famiglia, che è in crisi, per arrivare a gruppi sociali più vasti che sono in crisi ancor più profonda. Negli ultimi secoli e specie, nell'ultimo e nell'attuale, sono cresciuti spaventosamente la capacità materiale dell'uomo, il suo dominio sulla natura, le sue possibilità di sviluppo tecnologico. In un primo tempo tutto ciò ha dato all'uomo fiducia, speranza e infine certezza, in questa nuova divinità, il cosiddetto «progresso», inteso come progresso scientifico, tecnologico, materiale che avrebbe risolto tanti se non tutti i problemi. Indubbiamente questa nuova certezza poteva in parte sopire le ansie.

Alla fine del secolo scorso, almeno nel mondo occidentale, in misura sempre più vasta, si credeva a tutto ciò: c'era quasi una religione del «progresso». Ma col tempo, proprio con il crescere dello sviluppo materiale e tecnologico, se ne son visti sempre più gli inconvenienti prima, e, infine, con sgomento sempre maggiore, i pericoli ignoti e per questo più terrificanti. E, nel contempo, rinasceva nell'uomo una nuova consapevolezza dei suoi limiti, della sua insufficienza, della sua incapacità a gestire l'ambiente che si era creato, della sua sostanziale nullità; e con ciò la coscienza sgomenta di possedere mezzi di terrificante potenza senza sapere minimamente a che scopo usarli: costretti, quindi, a mascherare senza peraltro riuscirci, questa spaventosa mancanza di veri scopi, con il rendere, falsamente, i mezzi fine a se stessi.

La situazione suddetta, che tutti sentono anche se la rifiutano, non può non generare un'angoscia spirituale, esistenziale, di fondo. Come da molti è stato osservato il nostro attuale periodo di vita sociale, tra l'altro, è caratterizzato da due aspirazioni fondamentali, sostanzialmente tra loro in contrasto: da un lato un'aspirazione generale, più o meno sentita, in modi del tutto diversi ma sostanzialmente universale, all'amore reciproco, all'eguaglianza, alla fraternità tra tutti gli uomini; d'altro lato un'aspirazione al successo, alla prevalenza, alla vittoria sui propri simili, che genera una competitività esasperata, spesso spietata. Sono due aspirazioni universali, penso sinceramente sentite, ma manifestamente inconciliabili, anzi in aperta antitesi, tra di loro.

Horney considera particolare carattere della nostra attuale cultura «la ricerca della gloria» con la conseguente ricerca, talvolta spasmodica, di prestigio, con l'attribuzione di una importanza determinante alla posizione sociale, al successo, alla superiorità, al perfezionismo più esasperato. Ciò mi sembra vero. Ma altrettanto vera mi sembra la prima aspirazione, verso l'amore, l'eguaglianza, la solidarietà, la fraternità che raramente

ebbe, non sembri un paradosso, come ora ha, un aspetto così generale.

Di fronte a quanto si vede, quanto ho detto può sembrare una irruzione: e lo è se guardiamo il lato puramente materiale della situazione. Ma se cerchiamo di penetrare un po' più a fondo nell'animo di tutti noi, mi sembra di poter riconoscere la presenza di questo diffuso stato d'animo di amore verso il prossimo.

Fino a tempi abbastanza recenti molti, in buona fede e sincerità, credevano in una loro superiorità e soprattutto nel loro diritto di essere superiori ad altri; consideravano naturale e giusta l'esistenza di uomini superiori ed inferiori: i primi nati per comandare ed essere serviti, i secondi per obbedire e servire.

A seconda dei tempi e dei luoghi il concetto di superiorità poteva fondarsi sull'appartenenza a un determinato stato sociale, a una determinata razza, a certe circostanze. In ogni caso non si aveva alcun timore ad esprimere tali concetti e tali teorie: anzi se ne considerava l'espressione un diritto e un dovere. Addirittura questi concetti erano stati eretti a fondamento, e in parte lo sono tuttora ma vacillano sempre più, di certi sistemi politico-sociali di vario tipo e origine.

Oggi, invece, anche se in pratica si continua ad agire come prima, nessuno o pochi oserebbero apertamente proclamare questa coscienza di superiorità sui loro simili per loro giusto diritto. Orbene, il fatto che non si osi dichiararlo apertamente e francamente, ha un suo fondamentale significato: significa che nel profondo dell'animo è venuta a mancare la certezza di questo diritto, la coscienza stessa della propria superiorità. In questo settore il dubbio e l'incertezza hanno ormai rosato le credenze più granitiche.

Alla competitività, alla ricerca della superiorità e della gloria, per dirla con Horney, si accompagna un'aspirazione opposta, alla fratellanza, alla tolleranza, all'amore vicendevole, alla comprensione, alla convivenza non competitiva, alla pace, nel senso pieno della parola.

Penso che questo conflitto sia molto diffuso, se non universale nell'uomo d'oggi e contribuisca, come importantissimo elemento sociogenetico, a generare quello stato di dubbio, di incertezza di sé e del nostro modo di agire, che ci rende tanto insicuri e quindi profondamente ansiosi.

D'altronde, sul versante della competitività, la nostra attuale situazione sociale ha ormai raggiunto una tale esasperazione che mi sembra recare in sé i germi di una sua radicale trasformazione.

Il tentativo, sempre più spasmodico, di raggiungere ed ottenere simboli di stato, in fondo vuoti, ma difficilmente rifiutabili perché il loro rifiuto porterebbe a un'auto-emarginazione, ha generato una insoddisfa-

zione sostanziale perenne del proprio stato, la corsa assurda, ma conseguente, a un continuo presunto miglioramento, specie materiale o di prestigio, che in realtà è solo apparente. Perché, se si guarda in fondo, è una salita affannosa senza meta, in quanto ogni gradino costituisce solo la base per un balzo successivo, come scopo a se stesso, senza alcun vero scopo finale. Tutto è visto, troppo spesso, sotto questa luce: il lavoro non come mezzo per un fine essenziale di vita, ma come mezzo per questa scalata autodistruggente; o, addirittura, come fine a se stesso o come mezzo per stordirsi; l'aspirazione a un livello apparentemente sempre più elevato, però solo per l'esterno, non come realizzazione intima di se stessi, della propria personalità, di un vero scopo ideale.

Ovviamente le varie teorie spiegano questo stato secondo la loro ottica.

C'è però da chiedersi se questa situazione invece che una causa, non sia forse piuttosto un effetto, una conseguenza di uno stato di ansia spirituale che cerca in una situazione del genere uno dei suoi tanti sfoghi, come sempre illusori. E non mi sento di escludere anche, che alla base di quest'ansia, non ci sia in fondo quel conflitto che nasce tra questa nostra impostazione di vita e quella aspirazione opposta, antitetica, all'amore, alla fratellanza, alla comprensione, a un senso ecumenico dell'umanità, che, nonostante tante apparenze contrarie, è presente, palese o latente, in ognuno di noi e contrasta drammaticamente con una competitività altrettanto radicata.

Penso che questo conflitto profondo sia uno dei più drammatici e fondamentali della nostra attuale situazione di vita e sia un alimento determinante della nostra ansia spirituale

Nella Costituzione «*Gaudium et Spes*» del Concilio Vaticano II al titolo «La condizione dell'uomo nel mondo contemporaneo» al punto 4. «Speranze e angosce», si trova un brano che mi sembra sintetizzare con particolare vivezza questa nostra situazione dell'uomo d'oggi, brano che mi sembra il caso di riportare:

«L'umanità vive oggi un periodo nuovo della sua storia, caratterizzato da profondi e rapidi mutamenti che progressivamente si estendono all'insieme del globo. Provocati dall'intelligenza e dall'attività creativa dell'uomo, si ripercuotono sull'uomo stesso, sui suoi giudizi e sui desideri individuali e collettivi, sul suo modo di pensare e d'agire, sia nei confronti delle cose che degli uomini. Possiamo così parlare di una vera trasformazione sociale e culturale, i cui riflessi si ripercuotono anche sulla vita religiosa. Come accade in ogni crisi di crescita, questa trasformazione reca in se non lievi difficoltà. Così, mentre l'uomo tanto largamente

estende la sua potenza, non sempre riesce però a porla al suo servizio. Si sforza di penetrare nel più intimo del suo essere, ma spesso appare più incerto di sé stesso. Scopre man mano più chiaramente le leggi della vita sociale, ma resta poi esitante sulla direzione da imprimervi. Mai il genere umano ebbe a disposizione tante ricchezze, possibilità e potenza economica; e tuttavia una gran parte degli abitanti del globo è ancora tormentata dalla fame e dalla miseria, e intere moltitudini non sanno né leggere né scrivere. Mai come oggi gli uomini hanno avuto un senso così acuto della libertà, e intanto sorgono nuove forme di schiavitù sociale e psichica. E mentre il mondo avverte così lucidamente la sua unità e la mutua interdipendenza dei singoli in una necessaria solidarietà, violentemente viene spinto in direzioni opposte da forze che si combattono; infatti, permangono ancora gravi contrasti politici, sociali, economici, razziali e ideologici, né è venuto meno il pericolo di una guerra capace di annientare ogni cosa. Aumenta lo scambio delle idee; ma le stesse parole con cui si esprimono i più importanti concetti, assumono nelle differenti ideologie significati diversi. Infine, con ogni sforzo si vuol costruire una organizzazione temporale più perfetta senza che cammini di pari passo il progresso spirituale.

Immersi in così contrastanti condizioni, moltissimi nostri contemporanei non sono in grado di identificare realmente i valori perenni e di armonizzarli dovutamente con le scoperte recenti. Per questo sentono il peso dell'inquietudine, tormentati tra la speranza e l'angoscia, mentre si interrogano sull'attuale andamento del mondo. Questo sfida l'uomo, anzi lo costringe, a darsi una risposta».

Mi sembra, con questa sintetica citazione, di potere concludere l'esame delle motivazioni psico-sociali dell'ansia spirituale, anche se questo esame si limita a pochi frammenti di un quadro estremamente grande.

* * *

Abbiamo finora esaminate alcune ricerche di spiegazioni dell'ansia spirituale sotto l'aspetto biologico-organicista, sotto l'aspetto psicologico del profondo, sotto l'aspetto psico-sociale. Ma l'ansia spirituale è stata oggetto di lunga e profonda meditazione su un altro piano: sul piano filosofico e, infine, sul piano religioso.

Sul piano filosofico mi sembra di poter dire che il problema dell'ansia spirituale è stato trattato da tempi remoti, dalle più diverse correnti di pensiero, e, sotto questo aspetto, anche se con altra voce, con la voce dell'arte, l'hanno trattato e, soprattutto sofferto, tutti gli artisti.

In tempi recenti forse è con Sören Kierkegaard che il problema dell'angoscia sembra divenire uno dei punti fondamentali di un sistema filosofico. Kierkegaard dedica una sua intera opera «Il Concetto dell'Angoscia» solo a questo problema e di esso tratta anche in un'altra sua opera «La Malattia Mortale».

Per Kierkegaard l'angoscia è il carattere dominante dell'esistenza umana, anche se non è presente in tutti gli uomini ma solo in quelli dotati di spiritualità: «Nella mancanza di spiritualità non c'è alcuna angoscia; essa è troppo felice e contenta e troppo povera di spirito». Ma Kierkegaard prosegue: «Anche se nella mancanza di spiritualità non c'è alcuna angoscia poiché essa è esclusa come escluso è lo spirito, l'angoscia tuttavia c'è; solo che aspetta».

Anche nell'uomo privo di spiritualità c'è quindi un'angoscia latente che diverrà palese quando, inevitabilmente, l'uomo, a un certo momento, sarà preso dalla spiritualità. Il concetto di angoscia per Kierkegaard «è completamente diverso da quello del timore o di altri concetti simili che si riferiscono a qualche cosa di determinato. L'angoscia è la realtà della libertà come possibilità per la possibilità». Possibilità per la possibilità è la definizione che Kierkegaard dà della «libertà», libertà, che, in quanto possibilità di scelta, è causa di angoscia.

Per Kierkegaard l'angoscia di esistere si collega con il senso della caduta e del peccato originale, con il concetto etimologico di esistere: *ex-sistere* = stare fuori, uscire: il distacco di un essere finito dall'infinità dell'Essere divino. In questo distacco consiste in sostanza il peccato.

Questo distacco di un essere finito dall'Infinito divino è una manifestazione di libertà e di autoaffermazione; ma, quindi, è sostanzialmente, una ribellione. Ribellione che ha origini lontane, che compì per primo Adamo quando, violando la proibizione di Dio, scelse di conoscere e sapere. Per assumere una sua identità, per autoaffermarsi, volle distaccarsi da Dio. Con ciò creò non un peccato, ma il peccato, cioè la possibilità e la capacità di peccare, la peccaminosità, per sé e per tutta la sua discendenza. Da allora l'uomo, come Adamo, vuole conoscere e sapere, e di conseguenza per autoaffermarsi come un essere definito a sé stante, sceglie di separarsi da Dio. Ma in questa sua autoaffermazione e nel distacco che ne consegue, in questa sua «esistenza di singolo» avverte nel contempo i suoi limiti, la sua «finitudine», e quindi la sua impotenza e, alla fine, la sua nullità. Se l'esistenza è quindi peccato, essa è nel contempo angoscia.

Ma se l'angoscia è conseguenza del peccato, l'innocenza dovrebbe esserne priva. Kierkegaard lo nega: «L'innocenza è ignoranza»... e prosegue: «In questo stato c'è pace e quiete; ma c'è nello stesso tempo,

qualcos'altro che non è né inquietudine, né lotta, perché non c'è niente contro cui lottare. Allora, cos'è? Il nulla. Ma quale effetto ha il nulla? Esso genera l'angoscia. Questo è il profondo mistero dell'innocenza: essa nello stesso tempo è quiete e angoscia».

L'angoscia che era conseguenza del peccato afferra, per Kierkegaard, anche l'innocenza; cioè l'anima umana, sempre, in qualunque stato sia.

Il peccato però, come dice anche Pascal, suscita il suo contrario, cioè la redenzione, così come il finito suscita l'infinito, il tempo l'eternità, l'esistenza l'essere.

Nell'angoscia del peccato verso Dio, nel sentirsi finito di fronte all'infinito, limitato nel tempo di fronte all'eternità, l'uomo può trovare una via: lo stadio religioso a cui può arrivare per gradi (che Kierkegaard chiama stadi, estetico e etico). Lo stadio religioso è quello dell'uomo che ha raggiunto un rapporto con Dio, intimo, personale, non trasferibile. La fede, per Kierkegaard, è dono di Dio alla persona, è «la certezza interiore che anticipa l'infinito». Con il dono della fede l'angoscia assume una sua nuova fondamentale funzione: una funzione di redenzione.

«L'angoscia è la possibilità della libertà; soltanto questa angoscia ha, mediante la fede, la capacità di formare in modo assoluto, in quanto distrugge tutte le «finitudini» scoprendo tutte le loro illusioni». E, proseguendo: «Colui che è formato dall'angoscia è formato mediante possibilità, è formato secondo la sua infinità». Per finire con: «Ora l'angoscia della possibilità trova in lui la sua preda, finché non lo debba cedere, salvato, alla fede. In altro luogo egli non trova riposo».

«Dio che vuole essere amato discende con l'aiuto dell'inquietudine in caccia dell'uomo» per farlo suo.

L'angoscia, per Kierkegaard, diventa, quindi, un mezzo essenziale per arrivare alla fede, anche se resta sempre un dono di Dio. In questa fede, finalmente, la stessa angoscia che vi aveva spinto l'uomo, si placcherà.

Ho cercato, anche se malamente, di esporre una sintesi del pensiero di Kierkegaard sull'angoscia, che, anche se non condiviso, non può essere trascurato e non spingere a una riflessione.

Sempre sotto l'aspetto filosofico, in forma del tutto diversa, negli ultimi tempi il problema dell'angoscia è ripreso e trattato da Martin Heidegger e da Karl Jaspers.

Per Heidegger la domanda fondamentale dell'uomo è «cosa è l'essere» e il problema di base è come tale domanda deve essere formulata.

Secondo Heidegger per arrivare all'essere, occorre studiare prima di tutto l'uomo in quanto lo stesso è quell'ente «che ha, tra le altre, la possibilità di domandare», cioè la possibilità di porsi il problema di cosa

sia l'essere. L'uomo è «un essere nel mondo», un «esserci» – Dasein –, e quindi è necessario anzitutto partire dallo studio di questo «Dasein», cioè di questa «esistenza». L'esistenza è «esserci nel mondo», «trascendenza» verso il mondo. Il pensiero è sterile se si limita a un atto puramente intellettuale al di sopra dell'esistenza, se si stacca dalla realtà a cui si riferisce.

Per Heidegger, l'esistenza è aver «cura» (nel senso latino della parola), «Sorge» in tedesco, cioè preoccupazione, apprensione, ansia per il mondo, quale insieme delle cose e degli uomini e oggetto del nostro operare, di realizzare e realizzarsi secondo i propri progetti. Ma nel cercare di «trascendere» verso il mondo, l'uomo ne diventa suo dipendente e ne è condizionato. L'uomo è libero in quanto è capace di formulare un progetto. Ma in quanto vuole realizzare questo progetto è condizionato dal mondo. Per cui l'esistenza dell'uomo assume due aspetti. Uno è l'«esistenza inautentica», cioè quella in cui l'uomo è costretto a vivere secondo le «convenzioni» del mondo, per cui è ridotto all'accettazione passiva delle convenzioni stesse, per cui è «gettato nel mondo», come ente insignificante tra gli altri enti. L'altro aspetto è invece quello della «esistenza autentica» a cui l'uomo arriva attraverso l'«angoscia». Infatti, per Heidegger, attraverso l'angoscia l'uomo avverte l'impossibilità di realizzare i suoi progetti, di trascendere il presente nel futuro, in quanto nel futuro trova la stessa dipendenza dal mondo che aveva trovato nel passato.

Attraverso l'angoscia l'uomo sente la propria «finitudine» e comprende che la sua esistenza è un «nulla», poiché anche la sua unica possibilità, quella di formulare un progetto, è sostanzialmente nulla, in quanto impossibilità di una scelta libera, non condizionata dal mondo in cui si trova. In questo Heidegger si riallaccia a numerosi precedenti simili concetti che hanno caratterizzato numerosi sistemi filosofici anche molto antichi. Ma la constatazione che l'esistenza è il nulla, rivela che questo «nulla» è il significato stesso dell'esistenza. In questo nulla, possibilità e impossibilità finiscono per equivalersi. Ma, proprio in questa equivalenza l'uomo può trovare una nuova apertura a tutte le possibilità e quindi a una infinita libertà.

Però, continuando nel pensiero di Heidegger, anche questa libertà è condizionata dalla situazione esterna del presente e del passato: non è quindi vera libertà.

Tuttavia, anche se così condizionata dal passato e dal presente, l'esistenza umana è sempre protesa verso il futuro. Il tempo autentico è superamento del passato e apertura verso il futuro, in quanto solo il

futuro può dare un senso allo stesso presente. Ma a questo punto l'esistenza dell'uomo incontra un ostacolo invalicabile: la morte.

La morte pone l'uomo solo con se stesso, lo isola da tutti gli altri enti. Nella morte, infine, l'uomo può comprendere il proprio vero essere. In sostanza l'uomo «vive per la morte», perché l'esistenza stessa è il nulla, un «quid» impossibile. L'unica autentica possibilità, per Heidegger, è la morte.

L'angoscia, che è conseguenza di questa constatazione, è però, sempre per Heidegger, anche la via per cui si arriva alla constatazione suddetta: l'angoscia è la verità dell'uomo, l'autenticità della sua esistenza, l'unico punto fermo su cui può sostenersi.

L'angoscia, per Heidegger, ha quindi una funzione sostanzialmente rassicurante in quanto permette all'uomo di non temere nulla, di assumere un atteggiamento di distacco verso la morte; e, più che di accettare la morte, di accettare la vita, come qualche cosa di indifferente. Con l'angoscia, per Heidegger, l'uomo perviene a quella libertà davanti alla morte che è la massima espressione dell'esistenza autentica.

Quell'angoscia che per Kierkegaard era compagna inscindibile dell'anima, e si spegneva solo nella fede, per Heidegger quasi si finalizza in se stessa e diventa l'autenticità dell'esistenza umana, l'unico punto di sostegno dell'esistenza stessa.

Ancora, e sempre nel campo filosofico moderno, l'angoscia assume un particolare significato nel pensiero di Karl Jaspers.

Per Jaspers lo scopo dell'uomo e della sua esistenza è pure la ricerca dell'essere. Ma questa ricerca, con una impostazione diversa ma in relazione di analogia con Heidegger, è, pure per Jaspers, sostanzialmente impossibile. Essa, infatti, può essere condotta solo nei confini dell'umana limitatezza contrapposta all'infinito dell'essere. La conoscenza dell'essere si rivela all'esistenza come un «quid» impossibile. Alla base di ciò c'è, quindi, una sostanziale «antinomia», cioè una contraddizione che non può essere risolta, una opposizione di fondo che non può essere superata. Questa antinomia investe molti altri aspetti dell'esistenza: la libertà in opposizione all'indipendenza, la comunicabilità in opposizione alla solitudine. Da questo «tendere» a ciò che è impossibile, cioè dall'aspirazione a una impossibile trascendenza, origina un'angoscia che Jaspers considera strettamente legata e quasi identificata nel suo concetto di «naufragio», carattere finale inevitabile e fondamentale dell'esistenza.

Ma, per Jaspers, questo naufragio e questa angoscia hanno un carattere positivo di liberazione in quanto rendendo l'uomo consapevole dei suoi limiti gli rivelano in fondo la sua trascendenza. Nell'angoscia del

naufragio l'uomo è spinto alla rassegnata accettazione del suo destino, alla speranza nell'essere, che nell'angoscia e nel naufragio si è manifestato.

Anche se in forma e sostanza del tutto diverse da quelle di Kierkegaard, un orientamento chiaramente religioso affiora nel pensiero di Jaspers. In particolare il suo concetto di angoscia, come elemento liberatorio e di elevazione, trova una relazione abbastanza palese con il concetto di angoscia di Kierkegaard, che è di carattere esclusivamente religioso e legato al concetto di peccato.

* * *

A questo punto penso che lo studio debba farsi estremamente più ampio e più profondo: se Kierkegaard, in epoca moderna, fu il filosofo dell'angoscia esistenziale legata al problema del peccato, dobbiamo riconoscere che il concetto della funzione religiosa dell'angoscia legata al concetto di peccato, è antico forse quanto l'uomo, presente e vivo in tutte le civiltà e tutte le fedi. E, quasi unanimemente, questa angoscia esistenziale si spegne e si eleva con il pentimento e con l'abbandono a Dio.

Anche se in modi e sostanze profondamente diversi, un concetto simile è proprio di molte grandi religioni, quali, tanto per citarne alcune, l'induismo, le varie forme di buddismo, il musulmanesimo, con il concetto suo proprio di «islam», cioè della sottomissione incondizionata e nell'abbandono assoluto a Dio, nel quale «islam» l'angoscia può essere placata.

E come dice la Dichiarazione «Nostra Aetate» del Concilio Vaticano II; «Ugualmente anche le altre religioni che si trovano nel mondo intero si sforzano di superare, in vari modi, l'inquietudine [cioè in fondo l'ansia] del cuore umano proponendo delle vie, cioè dottrine, precetti di vita e riti sacri».

Ma venendo alla religione cristiana, possiamo vedere fin dall'inizio, come l'angoscia spirituale stessa sia nata con il peccato e solo nel pentimento e nell'abbandono alla misericordia di Dio possa spegnersi.

In tutta la Sacra Scrittura questo particolare concetto di «angoscia» si sussegue, dall'inizio alla fine, nell'antico e nel nuovo Testamento con un'estensione e un ritmo che definirei martellante.

Nell'antico Testamento questo concetto di angoscia e la via per uscirne, affiorano o si manifestano chiaramente in ogni momento: in particolare nei Salmi in cui ricorre con incessante richiamo, per arrivare al supremo invito, tanto consolante, del Salmo 54: «Getta la tua angoscia nel Signore, Egli ti darà sollievo».

Questo concetto di estinzione dell'angoscia spirituale con la fede, diventa fondamentale e universale nel nuovo Testamento, si tramanda, con sempre nuovi apporti, lungo tutto lo sviluppo della teologia cristiana, fino a ricevere un'ultima conferma nel Concilio Vaticano II, nelle cui Costituzioni e dichiarazioni, ricorre incessantemente, in modi diversi, ma sempre con nuova vita e sempre più vasta estensione.

* * *

Ma a questo punto, riflettendo su questo concetto di ansia legato a una visione religiosa dell'esistenza umana, mi sembra che si possano formulare alcune ulteriori osservazioni.

Un credente, in quanto tale, sa che per lui questa vita terrena è solo un breve viaggio, una prova, che Dio, nel Suo imperscrutabile volere, ha voluto assegnargli. Sa che il suo modo di affrontare e superare questa prova sarà causa della sua salvezza o della sua dannazione. Sa che al termine di questa prova c'è un giudizio di Dio che un credente non può non attendere con un timore che può, talvolta, diventare paura. Sa che la tentazione al male sempre lo perseguita e spesso lo vince. Sa che il peccato lo allontana da quel Dio in cui crede e rende più pesante il giudizio finale. Anche se confortata dalla fiducia nella misericordia infinita di Dio, anche se sostenuta dalla Grazia, l'anima di un credente, in questa lotta continua con se stesso e con il peccato, in questo continuo avvicinarsi ed allontanarsi da Dio, in questa timorosa attesa del giudizio, in questo timore, che può diventare paura, della dannazione, cioè dell'allontanamento definitivo da Dio, può non essere in perpetua ansia?

Anche se l'abbandono a Dio e alla Sua misericordia può dare quella serenità che nasce da un'infinita speranza, non può dare, penso, la certezza della salvezza, certezza che per un credente sarebbe un estremo peccato di superbia.

Ora questa incertezza sulla salvezza finale, che mi sembra essere insita nell'umiltà della fede, nella coscienza della propria debolezza e della propria nullità davanti a Dio, non può non accompagnarsi con un'ansietà di fondo, mitigata dalla speranza, lenita dalla fiducia nella misericordia divina, ma pur sempre presente. Penso che la sofferenza insita in quest'ansia del credente sia necessaria e feconda e raggiunga qui, con il suo carattere di offerta, il suo più alto grado di spiritualità.

Chi crede in Dio vive, fundamentalmente, nell'angoscia di perderlo.

Ma chi non ha una fede salda e vive ai limiti della fede e dell'incredulità, spostandosi da una all'altra in un continuo dubbio, non può

non soffrire di un'ansia spirituale di fondo, altrettanto perenne. Il suo stato di incertezza, l'oscillazione continua del suo pensiero e del suo sentimento, il suo dubbio su di un valore supremo, non possono non creare continuo alimento alla sua angoscia spirituale.

Ma anche l'agnostico dichiarato, o l'ateo convinto, possono forse sfuggire a questa angoscia spirituale di fondo? Anzitutto penso che anche l'ateo convinto si debba porre un problema a cui nessun uomo può sottrarsi. Infatti, in un mare di incertezze, fin dall'inizio della sua storia, l'uomo, anche nelle sue forme più primitive, unico tra gli esseri viventi, ha sempre avuto ed ha una sola certezza: quella di morire. Certezza che si accompagna, però, a tre incognite angosciose: dove, come, quando.

La Costituzione «*Gaudium et Spes*» del Concilio Vaticano II, al capo 18, mi sembra centrare nel vivo questo problema quando dice: «In faccia alla morte l'enigma della condizione umana raggiunge il culmine. L'uomo non è tormentato solo dalla sofferenza e dalla decadenza progressiva del corpo, ma anche, ed anzi, dal timore di una distruzione definitiva. Ma l'istinto del cuore lo fa giudicare rettamente, quando aborrisce e respinge l'idea di una totale rovina e di un annientamento definitivo della sua persona. Il germe dell'eternità che porta in sé, irriducibile com'è alla sola materia, insorge contro la morte. Tutti i tentativi della tecnica, per quanto utilissimi, non riescono a calmare le ansietà dell'uomo: il prolungamento di vita che procura la biologia non può soddisfare quel desiderio di vita ulteriore, invincibilmente ancorato nel suo cuore».

Per il credente la morte può essere di per se stessa causa di ansia per la debolezza umana del credente stesso, accomunato in questa fragilità, con il non credente. Può essere causa di un'ansia particolare per l'attesa del giudizio: ma è sempre confortata dalla speranza nella salvezza eterna e dalla fiducia in Dio.

Ma per il non credente, questa sicurezza dell'annullamento totale ed eterno di sé, che tale dovrebbe esser per lui la morte, come può non generare una struggente angoscia di fondo?

Vediamo che spesso questa idea della morte viene allontanata, rimossa, mascherata, nascosta, in infiniti modi, anzitutto nel suo stesso nome. Ma per quanto allontanata e mascherata, non credo che questa idea della morte, e, per l'incredulo del nulla, possa essere del tutto cancellata. Si dice che il nulla è, in fondo, pace, fine di ogni problema, di ogni sofferenza, in particolare, del dolore esistenziale. Per chi non crede in una vita ultraterrena può forse essere così. Ma l'attesa di questo «nulla», il dubbio non evitabile della sua vera essenza, come può non accompagnarsi a un'ansia di fondo, sempre presente anche quando si cerca

di allontanarla immergendosi nel presente, e cercando di non pensare al futuro?

Questa immersione nel presente non è forse un rifugio, una fuga da un «quid» futuro che atterrisce, un semplice mezzo per smorzare l'angoscia di fondo che da ciò deriva?

Mi sembra che sia sul piano filosofico, sia sul piano religioso, l'ansia spirituale sia compagna inseparabile dell'anima umana, qualunque sia il concetto filosofico o la fede che la guida e la forma.

Non possiamo certo chiamare nevrotica quest'ansia, come qualcuno vorrebbe. È l'ansia più elevata, più feconda, più necessaria alla vita spirituale di ogni uomo dotato di pensiero e di sentimento.

* * *

Se ripensiamo a quanto si è detto finora, possiamo constatare che si è vista l'ansia soprattutto come sofferenza, anche quando questa può dare all'ansia stessa un significato particolarmente formativo e di elevazione. Ma penso che l'ansia e l'angoscia vadano considerate anche sotto un altro importantissimo aspetto: esse sono compagne inseparabili e stimolo necessario, vitale e fecondo di ogni nostra creazione, di ogni nostro rinnovamento, di ogni nostro cambiamento. Penso che alla base di tutto questo, tra le altre, ci sia questa ragione fondamentale.

Abbiamo visto che, fin dai primordi dell'umanità, l'ansia e l'angoscia hanno sempre preceduto e accompagnato l'ignoto. Direi che lo stesso animale, quando passa dal «conosciuto» all'ignoto presenta quell'ansia biologica che si identifica in lui con la reazione di allarme e che lo mette nella condizione ottimale per affrontare l'ignoto stesso. Se dal campo materiale passiamo a quello spirituale, penso si possa riconoscere che ogni nostra nuova conoscenza è un viaggio nell'«ignoto»: lasciamo ciò che è conosciuto e certo per entrare in ciò che è sconosciuto e, quindi, incerto. È naturale che l'ansia accompagni questo viaggio.

Ma una nuova conoscenza non è mai fine a se stessa: ci apre un nuovo passaggio per una conoscenza successiva. Ma allora l'ansia cambia ruolo: da stato psichico affettivo che accompagna un singolo, determinato processo intellettuale diviene stimolo insostituibile e necessario per il successivo processo intellettuale, quindi da sporadica si trasforma in continua, divenendo stimolo di fondo continuo, alimento incessante e necessario nella sua continuità per procedere in questo continuo viaggio verso conoscenze sempre nuove, in questa «espansione» della nostra personalità psichica.

Lo stato di ansia di fondo continuo mi sembra essere, quindi, condizione necessaria e insostituibile, per il continuo sviluppo della nostra personalità psichica. Penso che si possa riconoscere che tutte le «creazioni», le innovazioni, le scoperte che, dai tempi più remoti, hanno arricchito e trasformata l'umanità, furono promosse dall'ansia, concepite nell'ansia, accompagnate dall'ansia, e da essa trassero il loro alimento. Possiamo forse dire di più: l'ansia fu causa, almeno in parte, dell'opera creativa. A questo punto, cercando di guardare più a fondo, mi chiedo se sia possibile acquisire una nuova conoscenza, concepire una creazione o un rinnovamento, senza un'ansia che ne costituisce lo stimolo propulsore e, direi, l'innescò.

Un processo intellettuale, ancor più un processo creativo, può nascere solo da un atto affettivo che lo inizia e lo sostiene nel suo sviluppo. Orbene, cercando di analizzare questa attività affettiva che avvia e accompagna il processo intellettuale, mi sembra che essa non possa esplicarsi senza il sostegno di uno stato d'ansia di fondo. Mi sembra, anzi, che questa particolare ansietà sia la condizione necessaria perché lo stimolo affettivo possa nascere ed esplicarsi. Mi sembra addirittura di poter pensare che quanto più quest'ansia è intensa, tanto più l'atto affettivo è vivo e stimolante e, di conseguenza, il processo intellettuale più stimolato e sostenuto. Quello stato di inquietudine, mal definibile, che accompagna ogni nostra nuova conoscenza, ogni rinnovamento, ogni creazione, cos'è se non un'ansia spirituale di fondo?

Se partiamo dall'alto e osserviamo le grandi personalità creative, vediamo che tutti gli artisti nell'ansia e nell'angoscia crearono le loro opere; i filosofi i loro sistemi; i grandi riformatori concepirono e realizzarono le loro riforme; i benefattori percorsero il loro cammino di dedizione; gli scopritori realizzarono le loro scoperte. Anche quando, a prima vista, ci sembra che una qualsiasi opera creativa sia espressione di calma e di tranquillità, vediamo che queste sono solo apparenti e, caso mai, un punto di arrivo, che è preceduto da un'ansia creativa tanto più profonda quanto nascosta. Non mi sembra il caso di procedere oltre in questo ultimo argomento che, forse, per l'interesse che offre meriterebbe uno studio particolare al quale d'altronde sono del tutto impreparato. Ma, scendendo al nostro livello di uomini comuni, mi sembra di poter riconoscere che quanto ognuno di noi ha realizzato in se stesso e fuori di sé, lo ha potuto fare solo sotto lo stimolo di un'ansietà che sempre precedeva ed accompagnava la realizzazione.

Mi sembra di poter osservare che nella nostra vita spirituale, e anche in quella materiale, quotidiane, questa ansietà spirituale di fondo è condizione necessaria per qualsiasi realizzazione anche minima. Se guardiamo più profondamente forse possiamo riconoscere che questa ansietà di fondo è condizione necessaria anche della stessa nostra vita spirituale in tutte le sue forme. Saremmo con ciò arrivati a quella che mi sembra una conclusione: come l'ansia che ho chiamato psicobiologica è condizione necessaria per la sopravvivenza fisica dell'uomo, così l'ansia spirituale è condizione altrettanto necessaria per la sua sopravvivenza e la sua vita spirituale.

BIBLIOGRAFIA

- ALLPORT G. W., *Motive in Personality*, Psych. Rev. 50, 1943.
- ARIETI S., *Manuale di Psichiatria*, Boringhieri ed., Torino.
- BINI L., BAZZI T., *Psicologia Medica*, Società Editrice Libreria Dr. F. Vallardi, 1971.
- BINI L., BAZZI T., *Trattato di Psichiatria*, Società Editrice Libreria Dr. F. Vallardi, 1972.
- BONAVENTURA E., *La Psicanalisi*, A. Mondadori, ed. 1950.
- DISERTORI B., PIAZZA M., *Trattato di Psichiatria e Socio-Psichiatria*, Liviana Ed., Padova, 1970.
- Documenti del Concilio Vaticano II, Ed. Paoline, 1976.
- ELLENBERG H., *La scoperta dell'inconscio*, Boringhieri ed., Torino.
- Encyclopédie Médico-Chirurgicale-Psychiatrie*, Vol. I, II, III. Editions Techniques, Paris.
- EY H., BERNARD P., BRISSET C., *Manuale di Psichiatria*, Masson Italia ed.
- FREUD S., *Inibizione, sintomo, angoscia, da: Opere di Sigmund Freud a cura di C. Musatti*, Boringhieri ed., Torino, 1971.
- FREUD S., *Per la storia del movimento psicanalitico*, Boringhieri ed., Torino.
- FREUD S., *Sommario di Psicoanalisi*, Editrice Universitaria, Firenze, 1951.
- GEYMONAT L., *Storia del pensiero filosofico e scientifico*, Garzanti ed., Milano, 1972.
- HEIDEGGER M., *Che cos'è la metafisica*, La Nuova Italia ed.
- HEIDEGGER M., *Essere e Tempo*, Longanesi ed.
- HEIDEGGER M., *Introduzione alla metafisica*, Mursia ed.
- HEIDEGGER M., *Fenomenologia e Teologia*, La Nuova Italia ed.
- HOCH P. H., *Biosocial Aspects of Anxiety*, in Hoch, P. H., and Zubin (Eds.), *Anxiety*, Grune, New York, 1950.
- HORNEY K., *Neurosi e sviluppo della personalità*, Bompiani, Milano, 1953.
- HORNEY K., *Nuove vie della Psicoanalisi*, Bompiani ed., Milano, 1950.
- JASPERS K., *La Filosofia*, UTET ed., 1978.
- JASPERS K., *La mia filosofia*, Einaudi ed., 1971.
- JASPERS K., *Psicopatologia generale*, Pensiero Scientifico ed., Roma, 1964.
- JASPERS K., *Ragione ed Esistenza*, Marietti ed.
- JASPERS K., *Ragione e antiragione nel nostro tempo*, Sansoni ed., 1978.
- JASPERS K., *La fede filosofica*, Marietti ed.
- JUNG K. G., *Opere*, Boringhieri ed., Torino.
- KIERKEGAARD S., *Il Concetto dell'angoscia, La malattia mortale*, Sansoni ed. 1973, Firenze.
- KIERKEGAARD S., *Aut-Aut*, Mondadori Oscar ed., 1979.

- KIERKEGAARD S., *Don Giovanni*, Mondadori Oscar ed., 1976.
 LAPLACE J., PONTALIS J. B., *Enciclopedia della psicoanalisi*, Laterza ed., Baria, 1968.
 MUSATTI C., *Trattato di psicoanalisi*, Boringhieri ed., Torino.
 PACI E., *La filosofia contemporanea*, Garzanti ed., Milano, 1957.
 PAVLOV I. P., *I riflessi condizionati*, I Mercoledì ed., Firenze, 1970.
 PORTNOY I., *Gli stati d'angoscia*, da «Arieti S., Manuale di Psichiatria», Vol. I, Boringhieri ed., Torino.
 SARTRE J. P., *L'esistenzialismo è un umanismo*, Mursia ed., 1978.

RIASSUNTO – L'autore, nello studio dell'ansia normale, considera due sostanziali forme di essa: 1) L'ansia psicobiologica che è espressione dell'istinto di conservazione di fronte a un pericolo obiettivo e determinato. 2) L'ansia spirituale, propria solo dell'uomo, e, in particolare dell'uomo dotato di spiritualità, che nasce dall'anima stessa dell'uomo, dal suo pensiero, dalla sua vita spirituale. Quest'ultimo tipo di ansia non ha nulla di morboso, di nevrotico, come alcuni vorrebbero, ma è espressione elevata, feconda e necessaria della stessa vita spirituale di ogni uomo. L'autore esamina, in sintesi, i vari modi di interpretare quest'ansia, in particolare sotto l'aspetto psicologico (secondo le teorie organiciste, psicodinamiche, sociogenetiche), sotto l'aspetto filosofico (specie con le teorie di Kierkegaard, di Heidegger, di Jaspers) e, infine, sotto l'aspetto religioso. Tratta, infine, dell'ansia come stimolo necessario e fecondo di ogni attività psichica di rinnovamento e di creazione, come mezzo fondamentale di sopravvivenza e di sviluppo della stessa vita spirituale.

ZUSAMMENFASSUNG – Das Problem der Angst. In seiner Untersuchung über die normale Angst unterscheidet der Autor zwei Arten derselben: 1) die psychobiologische Angst, welche in der Ausserung des Erhaltungstriebes gegen eine objektive und bestimmte Gefahr besteht; 2) die spirituelle Angst, die nur dem Menschen eigen ist, besonders jenen Menschen, welche mit einer aus ihrer Seele selbst, aus ihrer Gedankenwelt und aus ihrem Geistesleben entspringenden Spiritualität begabt sind. Im Gegensatz zur allgemeinen Meinung hat diese letzte Art der Angst nichts krankhaftes, nichts nervenleidendes in sich; sie ist dagegen ein erhabener, fruchtbarer und notwendiger Ausdruck des spirituellen Lebens jedes Menschen. Sodann prüft der Schriftsteller die verschiedenen Methoden diese Angst zu erläutern; und das tut er sowohl vom psychologischen Standpunkt (nach den organistischen, psychodynamischen, sozialgenetischen Theorien), als vom philosophischen Gesichtspunkt (besonders nach den Theorien Kierkegaards, Heideggers und Jaspers), als auch endlich mit Bezug auf die Religion. Am Ende folgt eine Betrachtung der Angst als notwendiger und fruchtbarer Antrieb für jede psychische Tätigkeit, welche sich Erneuerungen und Schöpfungen zuwendet und als Haupthilfe für das Überleben und die Entwicklung des Geisteslebens selbst.

SUMMARY – The problem of the anxiety. By examining the common anxiety the author considers two substantial forms of it: 1) the psychobiological anxiety, that expresses the instinct of selfpreservation against an objective and determinate danger; 2) the spiritual anxiety, that belongs to the human being alone and particularly to those bestowed with spirituality arising from the soul self, from the thought, from the spiritual life. On the contrary of the common opinion, the last form of anxiety is wholly exempt from morbidity and neurosis; it is instead a high, rich and necessary expression of everyones spiritual life. The author investigates the various manners to interpret the anxiety, particularly under the psychological point of view (according to the organical, psychodynamical and social-genetical theories), under the philosophical aspect (principally in regard to the theories of Kierkegaard, Heidegger and Jaspers) and finally under the religious point of view. The anxiety is at last considered as a necessary spur creating every psychical activity directed to renovation and creation, as a fundamental help for the survival and the development of the spiritual life itself.

RÉSUMÉ – Le problème de l'anxiété. *En étudiant l'anxiété commune l'auteur en considère deux formes substantielles: 1) l'anxiété psychobiologique, qui n'est que l'expression de l'instinct de conservation en face d'un danger objectif et particulier; 2) l'anxiété spirituelle, qui regarde seulement l'homme, particulièrement l'homme doué d'une spiritualité naissante de son âme même, de sa pensée, de sa vie spirituelle. Ce dernier type d'anxiété n'a rien de morbide, de névrotique (comme quelqu'un voudrait), mais c'est l'expression élevée, féconde et nécessaire de la même vie spirituelle de chacun. L'auteur examine synthétiquement diverses manières d'interpréter cette anxiété et les considère en particulier sous l'aspect psychologique (selon les théories organicistes, psychodynamiques, socialgénétiques), sous l'aspect philosophique (spécialement quant à les théories de Kierkegaard, de Heidegger, de Jaspers) et sous l'aspect religieux. Enfin l'auteur traite l'anxiété comme un aiguillon nécessaire et féconde pour chaque activité psychique de renouvellement et de création, comme un instrument fondamental pour la survivance et le développement de la vie spirituelle en soi même.*

Indirizzo dell'autore: dott. Giuliano Sartori - Via Cavour, 34
38068 Rovereto (TN) - Italia
