

Comunità parrocchiale di S. Stefano a Paterno
Bagno a Ripoli (FI) www.parrochiadipaterno.it

Giornata per la pace del 27 Gennaio 2008

Incontro con

Roberto Tamarri

sul tema

'Vergogna e colpa:
quando le emozioni minacciano
la pace interiore'

Vergogna e colpa: quando le emozioni minacciano la pace interiore

Incontro con Roberto Tamarri

Giornata per la pace del 27 Gennaio 2008

Paola D.

Sono particolarmente contenta che ad affrontare il tema di stasera sia Roberto Tamarri, per me prima di tutto un amico, diciamo... da quando eravamo ragazzi. Ci siamo conosciuti a Pisa agli inizi degli anni '70, mi sembra, forse anche prima, quando lui, giovane laureato in filosofia, che aveva appena iniziato a insegnare, si stava contemporaneamente avvicinando al mondo della psicologia, cioè a prepararsi proprio come psicoanalista. Per molto tempo ha unito questo interesse e questa sensibilità per il mondo dei ragazzi e della scuola a quello della psicologia.

Credo che questo fatto sia qualcosa di importante, che a me perlomeno piace molto, perché mi sembra che accresca, acuisca insomma, la capacità di sentire. E' una mia impressione ma non credo che sia soltanto mia.

Non so cosa altro dirvi per ora, se non che forse è meglio che parli lui.

Roberto Tamarri

Grazie Paola, soprattutto di avere sottolineato il lungo periodo al quale risale la nostra conoscenza.

In effetti direi che nel mondo della psicologia e nella nostra esperienza, la fretta nella quale siamo un po' tutti proiettati non è spesso una grande amica, anche se ormai ci troviamo ad averci a che fare.

Quindi, la riflessione – ecco, la psicologia che, come la intendo io, si unisce volentieri alla riflessione – è qualcosa che ha bisogno di uno spazio mentale e anche di uno spazio temporale, per non rimanere soltanto qualcosa di legato agli effetti rapidi, dai quali siamo indubbiamente circondati, ma che, insieme a tanto altro, fanno parte dell'attuale nostro male di vivere.

Ora, il tema sul quale sono stato invitato a parlare, e del quale mi occupo da un po' di tempo per un interesse personale, di studio soprattutto, è questo rapporto tra vergogna, colpa e responsabilità. Sono convinto che per dire qualcosa di importante su questi temi occorra tenere presente l'origine di queste parole, di questi concetti, anche perché ho fatta mia la massima di Giambattista Vico, che “la natura di tutte le cose sta nel loro cominciamento”. Ho riflettuto spesso su questa frase di

Vico e se noi tutti ci riflettessimo veramente a fondo ci accorgeremmo che anche la storia di tante vicende, di tante amicizie, di tante relazioni umane, si snoda poi su quelli che sono stati i primi inizi. Quindi, se noi fossimo molto più attenti a percepire il loro “cominciamento”, anche lo svolgimento di tante situazioni ci sarebbe più chiaro; non dico totalmente prevedibile, perché l'imprevedibilità fa parte del vivere, però sarebbe più facilmente osservabile nei suoi nessi. E, da questo punto di vista, direi che sono partito proprio dagli inizi per antonomasia; cioè mi sono accorto, occupandomi di questo tema, che nel primo libro del Pentateuco, nella Genesi, c'è proprio il tema della vergogna e della colpa. Il discorso è naturalmente opinabile e discutibile; anzi, a proposito del discutibile, vi invito da subito a fare domande, se volete, e a intervenire: sia alla fine, come siete abituati, secondo quanto mi è stato detto, sia anche prima. Se qualcosa non è chiaro, se mi sono espresso in un modo che possa lasciare dei margini di incertezza, interrompetemi pure tranquillamente per chiedere dei chiarimenti. Non mi disturberete affatto, anzi ve ne sarò grato, perché preferisco una conversazione a una conferenza e anche se siamo in molti, questo non danneggerà.

Dicevo delle origini e, a mio avviso, l'episodio di Adamo ed Eva anche se viene definito come colpa originaria, ha più a che fare con la vergogna; la vergogna intesa in senso profondo però, perché anche qui, su queste parole, bisogna intenderci molto bene, proprio nel senso che prima vi ho premesso, della mia concezione del “cominciamento”. Ora vi dico anche che, a mio avviso, la definizione delle parole è molto importante, perché altrimenti si rischiano degli equivoci. Per esempio prendiamo la vergogna. Della parola vergogna ci sono due accezioni; ci sono due modi di intenderla. Uno è un livello, diciamo, più superficiale: la vergogna di quello che si vergogna a parlare in pubblico, di quello che si vergogna ad andare vestito in un certo modo... Questo è ciò che corrisponde al significato debole della parola vergogna. Però esiste anche un significato forte: cioè la vergogna intesa come senso di indegnità profondissimo, quale è quello riferito dalla Bibbia, nell'episodio di Adamo ed Eva. Questo senso di indegnità indubbiamente non ha a che fare con il pudore, o ha a che fare con esso solo lontanamente: intendo dire, è un sentimento che prende radicalmente e fa sentire la persona che lo prova, incapace di ricambiare lo sguardo altrui. Quindi due sono per noi i significati della vergogna.

In tedesco addirittura esistono due parole - *die Scham* e *die Schande* - che definiscono uno la vergogna privata e l'altro la vergogna pubblica. Questo non è solo il gusto della precisione dei tedeschi; è proprio perché - e qui c'è un'altra riflessione che vi invito a condividere con me - ogni lingua non si limita a tradurre i concetti o le cose in un modo o in un altro: cioè non cambia solo il significante, il suono della parola, mentre il significato è sempre uguale; ogni lingua è una visione del mondo; ogni

lingua è un modo non solo di interpretare, ma un modo di sentire e di vivere la realtà.

Quindi, possiamo dire che si nasce all'interno di un universo linguistico, di un universo concettuale, che cambia appunto a seconda di dove nasciamo e che ci determina fin dall'inizio. Ogni lingua ci fa vedere da subito il mondo in un certo modo (*Weltanschauung*), condizionati dalle parole che useremo.

In ogni caso, limitiamoci all'italiano che è già complicato per proprio conto. Quindi, due sono i significati della vergogna e, in genere, quando continuerò a parlare della vergogna, mi riferirò sempre, più che altro, al significato forte, cioè a questo significato di senso di indegnità profonda, che in qualche misura fa sentire la persona molto peggio di quando si sente in colpa.

A mio avviso, il "cominciamento" biblico - l'episodio di Adamo ed Eva - ci fa vedere la vergogna come un mutamento radicale del rapporto della prima coppia umana che, finché vive nell'Eden, ha questo sguardo ricambiato con Dio. Il Paradiso è allora questa felicità, questa "non frattura", che invece si manifesta per la prima volta dopo la trasgressione, con la vergogna: con quel chinare lo sguardo, prendere le foglie per coprirsi, non sostenere lo sguardo. Diventa a quel punto, non più un rapporto pienamente accogliente, ma addirittura insostenibile. Poi diventerà amoroso nella nostra speranza e nella nostra fede, però allora, nei primordi, diventa uno sguardo giudicante da parte di Dio e l'uomo non regge a questo sguardo: Adamo ed Eva non sostengono questo sguardo.

Quindi la vergogna è, diciamo, un'emozione, un sentimento che annulla la soggettività. L'uomo si sente cosificato, se così si può dire, di fronte allo sguardo giudicante dell'Altro. Nel Libro della Genesi troviamo prima la vergogna come conseguenza, per Adamo ed Eva, dell'aver mangiato il frutto proibito e di essere visti e non amati, per la prima volta, da Dio. Attenzione a questo punto: essere visti e non amati nella trasgressione: questo genera la vergogna, il temere cioè lo sguardo giudicante. Si interrompe quindi questo rapporto di totalità, di amore totale tra l'uomo e Dio, e per ritrovarlo possiamo solo affidarci alla speranza. In una piccola misura noi stiamo vivendo il corso della storia della nostra salvezza e, nell'immaginazione, questa ri-unione con Dio è stata ritrovata da Dante Alighieri nel *Paradiso*. Nel frattempo (che è il nostro tempo), la nostra civiltà, la nostra storia, il nostro essere uomini, si fonda per così dire sulla vergogna. Questo è insomma un sentimento che sta nel nostro "cominciamento", nel "cominciamento" dell'umanità, almeno nella nostra concezione religiosa, nella visione del mondo occidentale, anche per chi non è religioso.

L'episodio biblico immediatamente successivo è quello della colpa: cioè di Caino e Abele. Quindi la colpa, rispetto alla vergogna, ha per così dire una simmetria, perché Caino e Abele sono fratelli; mentre la

vergogna fin dall'inizio ha una dimensione asimmetrica. Questo è importante, perché anche nel nostro provare, noi, lontanissimi successori dei nostri antenati biblici, questo sentimento, la vergogna in senso forte, sperimentiamo un nostro sentirci indegni. La colpa invece ci può far dire di aver commesso qualcosa di sbagliato, qualcosa di ingiusto; come tale la colpa è espiabile, o per lo meno riparabile, in una certa misura. Cioè, la colpa, rispetto alla vergogna, ha una possibilità di riparazione e di riscatto.

Queste sono, a mio avviso, le differenze fondamentali tra vergogna e colpa. Teniamo anche presente che questi due sentimenti non necessariamente vanno considerati sempre e comunque negativi. Nel senso che è un po' come il provare dolore. Da un certo punto di vista, diciamo evolutivo, il dolore acuto ci mette in guardia dal fare una certa cosa, quindi per esempio noi non tocchiamo il ferro rovente per non provare questo forte dolore, mentre il dolore cronico ci mette sull'avviso di non usare un certo organo, di non adoprarlo, di prenderci cura di quell'organo che ci duole. La stessa cosa, potremmo dire, può riguardare anche la vergogna e la colpa. Nel senso che la nostra capacità di provare vergogna e colpa ci permette di renderci responsabili, cioè maggiormente capaci di prenderci cura del prossimo, del nostro vicino, degli altri.

Questa è quindi una connessione importante. Cioè non possiamo, secondo me, limitarci a dire che la responsabilità è positiva mentre la vergogna e la colpa sono negative. Questo, va bene, è fenomenologico: salta agli occhi che durante la colpa e durante la vergogna stiamo male, mentre quando ci sentiamo responsabili e capaci ci sentiamo bene, siamo in pace con noi stessi: questo è verissimo, è ovvio. Però credo che le radici della nostra responsabilità risiedano proprio nella capacità di sentire la colpa e la vergogna; anzi, la vergogna e la colpa: prima la vergogna e poi la colpa. Ed è stata per me una scoperta accorgermi che non a caso questi due sentimenti stanno proprio all'inizio della storia umana. Addirittura la vergogna segna la cesura tra l'Eden, cioè il rapporto con Dio, la fusione beata con Dio, e il faticoso e doloroso mondo post-edenico. Dopo la trasgressione la vergogna cambia; con la vergogna si entra nella storia, comincia la storia umana. E la prima azione negativa della storia umana è la colpa, quella di Caino nei confronti di Abele.

Anche circa la colpa ci sono delle confusioni linguistiche, e dobbiamo fare molta attenzione; quando sono slittato, inconsapevolmente, a parlare di quello che si prova, in realtà non ho parlato della colpa, ho parlato del senso di colpa, quindi in qualche misura sono uscito fuori dal significato preciso della parola colpa, perché la colpa è il compiere un atto che va contro una serie di norme etiche, mentre il peccato, oltre alle norme etiche è un'azione che va contro anche a norme religiose. E questa è già una diversa definizione alla quale ci possiamo attenere nel parlare di colpa e peccato.

La colpa poi è anche un concetto giuridico fondamentale, e qui, nella scala di gravità delle nostre infrazioni alla legge, abbiamo il dolo, che è la peggiore: quando cioè la nostra azione è finalizzata ad un male voluto, quando c'è una volontà. La colpa giuridica è ugualmente qualcosa di negativo, magari per disattenzione; non c'è una volontà di arrivare al fine che poi accade, però è pur sempre un'omissione delle attenzioni dovute.

Altro concetto giuridico, che assomiglia allo psicologico senso di colpa, è la colpevolezza, perché la colpevolezza in giurisprudenza è il sentimento che il soggetto che ha trasgredito prova o non prova, di fronte all'azione che ha commesso.

Quindi, dicevo, attenzione alle parole, il fare attenzione al significato delle parole è qualcosa che ha molto a che fare con ciò di cui si parla, quanto più il discorso è astratto e non concreto. Ricordo ancora il fastidio che provavo, e anche la sensazione di ingiustizia, quando da studente sentivo dire “eh, la filosofia è vaga e fumosa...”; al contrario, perché astratta, essa richiede invece estrema precisione. Una difficoltà, nel procedere in questo tipo di esame, è il fatto che non stiamo parlando di cose, stiamo parlando di sentimenti e di emozioni, come sono appunto la colpa e la vergogna; e quindi abbiamo ancora di più la necessità di definirli con una certa accuratezza, dal momento che se parliamo di un oggetto, per esempio di un bicchiere, se ci sono dei fraintendimenti si può sempre dire... “io sto parlando di questo”, lo tocco e tutti siamo d'accordo nel vedere che cos'è. Quando invece si parla di concetti psichici – che sono anche dei vissuti – è sempre necessario trovare un accordo sui termini, o perlomeno cercarlo, altrimenti nascono continui fraintendimenti, quelli che Bacone chiamava gli “*idola fori*”, cioè gli equivoci del linguaggio, che sono poi frequentissimi nelle scienze umane. Vi dico solo un piccolo esempio: in psicologia, abbiamo forse decine e decine di accezioni del concetto di Sé. Il Sé è una parola misteriosissima, perché può voler dire tantissime cose. E chiudo rapidamente questa parentesi perché non vorrei che queste difficoltà ci sembrassero insormontabili.

Torniamo dunque all'Eden, dove evidentemente ci è precluso l'ingresso, ma che, almeno nell'ascolto e nel parlare di una conferenza, possiamo immaginare.

Nell'Eden, prima della trasgressione, non c'era un essere guardati, non c'era un essere visti dall'Altro come oggetti, come creature distaccate. L'Amore nella sua pienezza permeava tutto e non rendeva nemmeno necessaria la consapevole distinzione soggetto-oggetto: Dio soggetto osservante, Adamo ed Eva oggetti, creature osservate. L'albero da cui viene staccato il frutto è l'albero della “conoscenza” cioè della consapevolezza e prima che fosse compiuto il gesto trasgressivo questa consapevolezza forse non c'era. Dopo, Dio soggetto vede gli oggetti, Adamo ed Eva. Li vede non più solo come creature amate, ma anche come oggetti osservati. Se il due, la distinzione, dà ordine al Caos, essa

però spezza anche l'unità del Cosmo edenico e Adamo ed Eva, oggetti all'occhio dell'Altro, si vergognano. Ricordiamo che nella Bibbia non si parla di peccato ma solo di trasgressione, di disobbedienza; e da qui comincia il dramma umano che è anche il dramma della separazione. E' un po' la stessa vergogna che proviamo noi quando subiamo uno sguardo asimmetrico dell'altro senza poterlo ricambiare, fatti oggetti al suo sguardo.

Ecco: uno dei segni della vergogna è quando noi temiamo, non sosteniamo, non ci sentiamo di poter ricambiare lo sguardo dell'altro; l'altro che può essere reale o anche solo immaginario. Anzi, intendiamoci, spesso è proprio immaginario, nel senso che la vergogna più profonda prende il soggetto quando è solo. In effetti la parola vergogna, nella sua etimologia, nel significato della stessa parola, vuol dire temere la gogna (dal verbo latino *vereor*). Se temo la gogna, temo di essere esposto e allora la vergogna ha a che fare con il sentirsi esposto verso l'altro; l'altro nei confronti del quale non posso ricambiare lo sguardo da pari. Direi che questo elemento del sentirsi esposto contiene anche la paradossalità di questa emozione umana che è la vergogna. La vergogna è - come spero di essere riuscito ad esprimere - un'emozione profondissima che riguarda il nucleo più interiore della persona, ma che al tempo stesso riguarda anche gli altri. E' in qualche modo un'emozione allo stesso tempo intimamente personale e sociale. Perché se temo lo sguardo, se temo di essere esposto, temo anche gli altri. E' questa paradossalità, che mi sembra indicativa della vergogna: e la paradossalità non è una stranezza, ma è sempre qualcosa che ci fa vedere una verità che non sembra tale. Il paradosso è sempre una scoperta.

Il senso di colpa invece in qualche misura è più semplice, semplice tra virgolette, nel senso che io rifletto su quello che ho fatto, sento di avere fatto male, di avere sbagliato più o meno gravemente e, in qualche modo, istituisco un tribunale interiore. Questo è il senso di colpa. Naturalmente ci può essere un senso di colpa profondissimo, come nella depressione, ma ora non entriamo nella psicopatologia, limitiamoci a parlare delle esperienze correnti.

Quindi il sentimento di colpa - il senso di colpa - è puramente interiore, dove la persona in qualche misura però riesce, in questo suo dibattito, in questo suo tribunale interno, ad accusarsi e anche, talvolta, a difendersi, e a trovare anche delle soluzioni. La vergogna, viceversa, no; ma di questo parleremo meglio dopo.

Nella storia dell'umanità abbiamo visto lo sfondo del Primo Libro della Bibbia. La vergogna nasce nell'episodio di Adamo ed Eva e la colpa in quello immediatamente successivo di Caino ed Abele.

Quindi - e questa è una riflessione impegnativa per noi che viviamo in questa parte del mondo occidentale e per noi cristiani - la vergogna e la colpa stanno alle origini anche delle nostre storie, della nostra storia di salvezza, oltre che della storia dell'umanità. E' all'origine di ciascuno di

noi; da dove vengono? Anche qui gli studiosi di psicologia hanno visto che nella prima fase della vita, nella fase che chiamiamo orale, cioè quando il bambino riceve dalla madre le prime cure, nasce la fiducia fondamentale, con le sue possibili ferite. Nella fase immediatamente successiva, definita da Erikson muscolare- anale, cioè quando il bambino comincia a sperimentare la propria muscolarità, il proprio muoversi e a sperimentare il controllo e il non controllo anale, da questa alternanza di controllo e non controllo nasce il sentimento di vergogna, nasce il dubbio e nasce anche l'autonomia. Autonomia che poi, nella sua etimologia, significa proprio la capacità di essere legge a se stesso, quindi di potere essere sicuro e indipendente. Nella fase successiva, invece, in quella fase che viene definita locomotorio-genitale, nasce lo spirito di iniziativa e il senso di colpa. Quindi, anche nell'esperienza dei singoli individui, secondo la maggioranza degli psicologi, la vergogna sembra precedere la colpa.

Vediamo un po' ora anche nella storia dell'umanità, nel panorama delle varie culture, come si sono mosse queste emozioni. Tra l'altro vi sarete accorti che io, quando parlo di vergogna e senso di colpa, a volte le definisco sentimenti e a volte emozioni. Ora, le due parole, sentimento e emozione, non sono proprio dei sinonimi; diciamo che si assomigliano. E come nella fisica della luce c'è lo spettro luminoso, con quei raggi infrarossi e ultravioletti, direi che il sentimento è la parte più alta, diciamo, del nostro sentire, quella meno legata alle reazioni somatiche; mentre l'emozione è un sentimento più innervato nel corpo, quindi più primario, più originario. E anche da questo punto di vista, per esempio, la vergogna è un'emozione. Pensiamo all'arrossire: anche questo fenomeno del nostro arrossire quando si prova vergogna è, se vogliamo, come un modo per nasconderci, quando ci sentiamo messi alla gogna. Quindi è una reazione somatica, forse di protezione. Però anche qui è paradossale, perché il rossore è anche ciò che ci espone e denuncia mentre vuole proteggerci. Quindi ancora la paradossalità della vergogna, emozione estremamente profonda, ma insieme anche sociale, anche rivolta agli altri. E questa paradossalità, è da intendersi non come stranezza, ma proprio come una verità che si scopre nel suo farsi, nel suo provarsi in questo caso.

Ecco, allora la vergogna è più emozione di quanto non lo sia il senso di colpa, che da questo punto di vista è più un sentimento, nel senso che quest'ultimo è meno innervato, procura meno movimenti, meno reazioni somatiche. Ad ogni modo mi capiterà anche in seguito magari di usare i termini, a volte sentimento e a volte emozione; ma ho preferito ora chiarire la differenza tra i due. Quindi l'emozione è un sentimento innervato nel corpo. E anche da questo punto di vista, a mio avviso, a mio modo di leggere, certo molto soggettivo (e poi ne possiamo ovviamente discutere...) c'è anche qui una sorta di preminenza: un prima, della vergogna rispetto alla colpa, dal momento che la vergogna è un sentimento-emozione, quindi più innervato nel corpo, mentre il senso di

colpa è comunque un sentimento più libero rispetto alle reazioni somatiche. E c'è allora una consonanza anche qui con la Bibbia: dove il primo episodio è quello originario della vergogna (sottolineo ancora vergogna intesa in senso forte), e il secondo, di Caino e Abele, è quello originario della colpa.

Vediamo un po' anche nelle varie civiltà. O meglio, tanto varie no, perché direi che grosso modo dagli studiosi sono state distinti – da questo punto di vista – due tipi di civiltà: l'Orientale e l'Occidentale. Nel merito, Ruth Benedict, un'antropologa americana, ha parlato di civiltà della vergogna, quelle dell'Oriente, e di civiltà della colpa, quelle dell'Occidente.

Ruth Benedict, verso la fine della seconda guerra mondiale, venne incaricata dal Pentagono (credo che anche allora si chiamasse così) insomma dal Governo americano prima di invadere il Giappone, quando ancora non si era deciso se tirare le bombe atomiche o no, di stendere una relazione su quella società giapponese, che gli americani conoscevano poco, anche se c'erano già diversi immigrati giapponesi in USA. Appunto, pensando di invaderlo, prima di farlo le chiesero di preparare un rapporto sul locale tipo di civiltà. Questi studi con cui Ruth Benedict diligentemente si mise a preparare questo rapporto per i generali americani poi proseguirono oltre il momento contingente della guerra e portarono ad approfondire una distinzione tuttora usata anche da altri e anche seguita da Dodds, studioso delle civiltà classiche del Mondo Omerico, del Mondo Greco arcaico, in particolare: cioè, la distinzione, tra le società orientali fondate sull'onore e sul disonore (quindi sulla vergogna) e le società occidentali fondate eminentemente sulla colpa.

Anche da quello che abbiamo detto prima circa lo sguardo dell'altro che caratterizza la vergogna, rispetto al senso di colpa e al tribunale interiore, vediamo come nelle civiltà della vergogna evidentemente l'opinione di altri, l'esporsi agli altri, è preminente, prevalente rispetto al senso di colpa. Insomma, come ho già accennato prima, in quelle civiltà l'onore e il disonore hanno più a che fare con la vergogna che con la colpa. Sono delle reazioni prevalentemente più arcaiche. Basta pensare, facendo un piccolo salto indietro nel tempo, alla legislazione italiana di non molti decenni fa sui delitti d'onore; essa faceva riferimento a una società dove l'onore ed il disonore, cioè la vergogna, avevano la preminenza rispetto alla pura interiorizzazione quale è il senso di colpa. Ciò che genera il disonore o l'onore è la vergogna.

E nella Società Giapponese – vi anticipo una delle conclusioni proprio della Ruth Benedict – è molto diffuso come sapete (prima lo era anche molto di più, ma non manca nemmeno oggi) il suicidio rituale (harakiri o seppuru...) che è causato proprio dal disonore, cioè dal sentimento di vergogna. Qualcosa che io ho fatto non è riparabile: quindi non è una colpa, ma intacca totalmente il mio essere che non è più degno

di presentarsi agli altri e quindi il suicidio può esserne una conseguenza. Con una sintesi possiamo dire che quelle orientali sono civiltà dove prevale il “noi” rispetto all’ “io”. Ci sarebbero anche delle annotazioni parallele abbastanza divertenti da fare sul periodo, per esempio, in cui in Cina erano tutti vestiti uguali. E’ una battuta un po’ scontata e superficiale, però è un modo per vedere quel “noi” in quell’Oriente, la corralità, la coesione, il villaggio, la famiglia, l’azienda... pensiamo ai giapponesi che invece di scioperare si mettono un bracciale... e sono fieri dell’azienda in cui lavorano, sono così identificati con l’azienda. Quindi là potremmo dire che il “noi” prevale rispetto all’ “io”. Intendiamoci: “prevale” rispetto al nostro parametro, al parametro dell’Occidente, non è che anche loro non abbiano l’ “io”, che non sappiano che cosa sia, però la dimensione collettiva del “noi” è preminente, ed è quella che rende più importante la vergogna rispetto alla colpa. Quindi questo suicidio rituale giapponese, per esempio, avviene sulla spinta della vergogna più che su quella della colpa. L’azione commessa fa sì che la persona coinvolta si sente impossibilitata a presentarsi di nuovo agli occhi degli altri. Nella società giapponese, dove una straordinaria importanza viene attribuita alla gerarchia, sia nell’ambito della famiglia che in quello dei rapporti interpersonali, la reputazione (vale a dire l’immagine che gli altri hanno dell’individuo) ha un’importanza ed un’intensità per noi impensabili. Nell’educazione dei bambini viene usato spesso lo scherno come castigo e questo è uno strumento corrente dell’educazione stessa. Queste esperienze fanno sì che per tutta la vita i giapponesi temano più l’ostracismo che la violenza, e soffrono particolarmente quando si sentono minacciati dall’esclusione o dal senso del ridicolo, arrivando perfino ad angosciarsi per delle semplici supposizioni.

In questo lavoro Ruth Benedict mise in risalto l’importanza del concetto di *on*, che in giapponese significa in generale ‘obbligo’, ma più precisamente significa un carico, un fardello, un debito che si origina quando si riceve qualcosa da qualcuno. Questo concetto di *on* riguarda tutti i debitori: è un obbligo del bambino rispetto ai suoi genitori e ai suoi nonni, del genitore rispetto ai suoi figli. Il genitore, occupandosi dei figli come i suoi genitori si sono occupati di lui quando era piccolo, si libera del suo debito verso di loro. Infine, tutti quanti si sentono debitori verso l’Imperatore. Naturalmente, questo, in una connotazione del Giappone al tempo della Benedict, però tutto ciò non è neppure estraneo al Giappone di oggi, probabilmente. Cioè, esiste in questi anni in Giappone – molti di voi ne avranno sentito parlare – un fenomeno chiamato *ikikomori* per cui i giovani studenti, che per qualche motivo non riescono a studiare, si chiudono nella loro stanza e non escono più; stanno lì col computer, ricevono il cibo dai genitori da una porta o da uno spioncino, e non è difficile ipotizzare che alla base di questo ci sia proprio il sentimento della vergogna, di questa loro incapacità di sostenere la collettività (vale a dire quel “noi” lì tanto importante), dopo che hanno fallito non riuscendo a

proseguire degnamente gli studi o l'attività che facevano. Quindi queste cose si prolungano, anche se attualmente il Giappone sembra estremamente occidentalizzato. Tra l'altro questo sentimento di *on* che è sentito come inestinguibile e potenzialmente penoso, è testimoniato anche dai diversi modi di dire grazie in giapponese. Per esempio, c'è la parola *arigatò* (è la parola corrente con la quale in giapponese si dice "grazie") che significa "oh! questa cosa difficile.". Cioè uno ti ringrazia e dice: "oh, questa cosa difficile." Ma perché? Perché lui ha contratto un debito, in un certo senso, un carico; sente un carico, che in qualche modo dovrà ricambiare, verso la persona che gli ha fatto quel favore. Oppure c'è un altro modo di dire grazie, cioè "*sumimasen*" che significa "oh, questo non ha fine"; e anche "*Katajikenai*", che si scrive con un ideogramma che significa anche 'insulto', il fatto di perdere la faccia, come dire... "ho perso la faccia per questa cosa" ... però, è un modo di dire grazie. Con queste differenti formule usate per ringraziare si riconosce esplicitamente la propria vergogna di ricevere un *on*, un obbligo, verso la persona che ci ha dato qualcosa.

Questo per quanto riguarda il Giappone, ma potrei anche dilungarmi, sulla pedagogia per esempio, sempre giapponese, circa il modo in cui vengono educati i bambini. I bambini, per esempio, vengono fatti vergognare molto circa il controllo sfinterico, che è proprio quello su cui si basa, come abbiamo visto, la vergogna. Là non c'è assolutamente quella facilità di prolungare i tempi nell'uso dei pannolini come facciamo noi con i bambini; là spesso vengono fatti sentire molto vergognosi se non riescono ad assumere un controllo sfinterico precoce, mentre c'è una grande permissività dal punto di vista della sessualità in età infantile. Quindi rispetto a noi è quasi invertita questa attenzione, o rimprovero, riguardo a questi due settori.

In Asia in genere - in Giappone in particolare - il senso di mortificazione può essere molto intenso e, a differenza del senso di colpa, non può essere mitigato dalla confessione o dall'espiazione (intendo confessione in senso generale, non necessariamente nel senso religioso, cattolico); voglio dire che comunque là questo senso di mortificazione è estremamente intenso. Tra l'altro la parola mortificazione - se ascoltata nella sua diretta pregnanza - ci porta proprio al cuore della vergogna, perché ha a che fare proprio con un sentirsi scomparire, morire.

Sempre proseguendo sugli studi della Benedict, pochi anni dopo, intendo dopo la seconda guerra mondiale, nel primo dopoguerra, il filologo e storico inglese Eric Dodds, che era *Regius Professor* di Greco a Oxford, ha applicato queste categorie interpretative della vergogna e della colpa alla Grecia classica, oggetto dei suoi studi, spiazzando, con l'inserimento di queste categorie antropologiche, molti studiosi delle antichità classiche. Dodds definì la cultura omerica - quella della Grecia pre-arcaica - una *shame culture* (cultura della vergogna) e sottolineò dei movimenti di progresso e di regresso nel prevalere della *guilt* o della *shame culture*

Secondo lui, l'uomo omerico non possiede il concetto di volontà e perciò non può possedere il concetto di libero arbitrio; questo però non gli impedisce di distinguere in pratica tra le azioni prodotte dall'Io e quelle che l'Io attribuisce all'intervento psichico. Omero sembra attribuire la *psychè* soltanto all'uomo dopo morto, o nell'atto di svenire o morire. L'unica funzione documentata della *psychè* rispetto ai viventi è quella di abbandonarli. Ma ora qui direi che forse sul mondo omerico non è il caso di insistere troppo.

Piuttosto, venendo al costituirsi, dentro di noi, della vergogna e della colpa, cioè di questo "prima" e di questo "dopo" (la vergogna come primaria e la colpa come secondaria), vediamo come si modulano questi eventi: com'è per esempio l'attenzione, la nostra attenzione, quando proviamo la vergogna o quando abbiamo un senso di colpa.

Ecco, il fuoco dell'attenzione, nella vergogna, riguarda il nostro Sé nella sua globalità - cioè della nostra persona nella sua globalità - mentre il fuoco dell'attenzione nel senso di colpa riguarda l'azione specifica che è stata compiuta, e quindi si capisce bene che è molto più limitato, diciamo che invade meno, il senso di colpa, anche se può essere tormentoso, vale a dire che questo processo interiore può purtroppo assomigliare ai nostri reali processi in Italia, può durare anche molto a lungo; però in qualche misura è pur sempre limitato ad un fatto, ad un evento. Il grado di sofferenza nella vergogna, chiaramente nella sua accezione forte, è molto più penoso, mentre la colpa è di solito meno penosa. E l'autovalutazione che viene data, nella vergogna, può essere annichilente: il soggetto si sente deteriorato nella sua immagine globale, ..."io sono indegno e disonorato"... , mentre nella colpa, il proprio comportamento è circoscritto, "...io ho fatto qualcosa di contrario alla norma...". In rapporto agli altri, nella vergogna c'è la preoccupazione della valutazione altrui nei propri riguardi, mentre nel sentimento di colpa c'è la preoccupazione degli effetti della propria azione sugli altri.

Questo mi sembra molto importante - e lo ripeto - perché penso che ci dia una luce di comprensione particolare. Nel rapporto con gli altri, nella vergogna, c'è la preoccupazione della valutazione degli altri nei nostri riguardi, ci sentiamo osservati dagli altri. Quindi in qualche misura c'è subito, nel provare la vergogna, una messa in moto del narcisismo, cioè del nostro nucleo più intimo, più profondo. Nel sentimento di colpa c'è invece una autovalutazione di qualcosa che si è commesso o che si vuole fare; da questo punto di vista il senso di colpa fa risaltare la compresenza di qualcosa di amoroso, di riparativo e di qualcosa legato all'attacco, all'odio. Perché il senso di colpa è sempre un agitarsi interiore di qualcosa di positivo e di negativo, che si scioglie appunto con il senso di responsabilità, quando riusciamo a eliminare la dimensione negativa del senso di colpa. Quindi non dobbiamo dare alla parola responsabilità la connotazione di un peso, di un carico, di un obbligo. Anche qui l'etimologia della parola ci aiuta perché responsabilità

altro non vuol dire che abilità a rispondere, a rispondere a quello che la vita ci presenta, all'azione che abbiamo davanti.

Quindi, la responsabilità è proprio la nostra capacità o abilità di dare risposte di fronte a una situazione. E naturalmente può nascere anche da una evoluzione, da una maturazione e, in fin dei conti, da un non aver più bisogno di sentirsi in colpa. D'altra parte, come ho detto all'inizio, il sentirsi in colpa è un segnale, non va inteso come altro; è un segnale come lo è il dolore; quindi non va demonizzato e non dobbiamo per forza tendere a negare al sentimento di colpa una valenza positiva.

Oggi, in fin dei conti, vediamo che si vive in una società dove il senso di colpa ha sempre meno spazio. Noi siamo estremamente auto-assolutori. Prendiamo gli stessi giovani: con un'educazione spesso estremamente permissiva, è molto più facile che cadano preda purtroppo di sensi di vergogna piuttosto che di sensi di colpa. Nel senso che sentono veramente il loro essere – come si diceva prima – estremamente fragile e totalmente incapace di dare risposte, anzi talvolta nemmeno di ascoltare le domande che vengono poste. Figuriamoci il dare risposte....! Per cui spesso anche l'autodistruzione della tossicodipendenza è legata a un prevalere della vergogna rispetto al senso di colpa; perché solo dal senso di colpa può venire la responsabilità. Quindi questa tendenza così estremamente autodistruttiva che alcuni giovani purtroppo hanno, è legata proprio al prevalere della vergogna rispetto alla colpa.

A questo punto, se ci sono anche degli interventi, delle domande di chiarimento posso provare a rispondere.

Voci indistinte

... noi abbiamo paura, nell'educazione dei nostri figli, di sbagliare favorendo sentimenti di autosvalutazione...sentimenti negativi.

Tamarri

Sì, direi che ci vuole molta attenzione. Sì, ci vuole molta attenzione perché in fondo è anche difficile valutare se è positivo o negativo ciò che si prova: direi che dipende dalla reazione che suscita, e spesso non si può sapere in anticipo. Direi lo stesso di queste domande che ci pone anche il solo esserci avvicinati a questo argomento... perché poi quando ci avviciniamo a un argomento – anche per me che lo sto studiando – ovviamente nascono più domande che risposte... Però quello che si può dire è che non ci sono risposte facili, quindi indubbiamente anche dire *tout court* che il senso di colpa è negativo e non si deve assolutamente svilupparlo nei figli, non è giusto; rispondere così semplicemente, no, non si può!

Una voce

... importante è prenderne coscienza

Tamarri

Sì, ma naturalmente sondando bene che il senso di colpa sia strutturato e strutturabile e non faccia cadere il ragazzo o la ragazza nel senso di indegnità, nella vergogna, nel sentimento di non valere. Ecco, quindi ci vuole molta attenzione anche nel percepire il livello di sviluppo psichico e quindi di bisogno che ha il ragazzo, perché naturalmente se la maturazione di un giovane è ancora al livello della vergogna, cioè dove si combatte col sentirsi degni o indegni... se uno sottolinea la colpa, questa non viene percepita come tale, perché il ragazzo non è ancora arrivato a quel livello, ma viene sentita ugualmente come distruttiva e come una vergogna. Quindi ci vuole molta attenzione; però, detto questo, non si può dire che sia negativo; anzi, uno dei problemi dell'educazione estremamente permissiva è proprio questo, cioè che ha reso un po' tutto quanto un *chewing gum*...

Patrizio B.

Prima di porre un quesito, vorrei presentare tre argomenti. Uno partendo proprio dell'episodio di Adamo ed Eva, però come è dipinto da Masaccio nella Cappella Brancacci. Per chi non lo ha presente, si vede Eva che, con la bocca spalancata (che più che una bocca è una caverna buia), con una mano si copre il seno e con l'altra il pube; Adamo invece si copre semplicemente la faccia. Così, come percezione, da un lato in Eva c'è un senso di disperazione quasi irreparabile; in Adamo invece un senso di vergogna che implica, a mio avviso, un bisogno di pentimento, e quindi anche di assoluzione. A me sembra che ci sia un percorso (considerato che siamo all'inizio del Rinascimento), dove l'uomo comincia a porsi al centro della storia. Questo è il primo elemento.

Il secondo elemento è di tipo più fisiologico: cioè, se camminiamo con un ritmo (chi conosce la musica questo lo comprende ancora meglio...) di due più due più due, non andiamo lontano, abbiamo bisogno di una interruzione: due più due più tre. Già in questo "tre" c'è un respiro diverso che ci consente di andare oltre, di andare più lontano.

L'altro elemento è la lettura che ho fatto di due testi di Oliver Sacks, un neurologo, che ha scritto dei bellissimi libri; io ne ho letti soltanto due dai titoli abbastanza bizzarri, ma significativi. Il primo è *L'uomo che scambiò sua moglie per un cappello* e l'altro *Un antropologo su Marte*.

In questi testi - e anche in altri - lui sostiene questa tesi: che in presenza di una patologia (non dico una patologia devastante, una patologia che riduce l'essere a niente, a non avere, a non comprendere più una dimensione di sé, ma altre forme di patologia...) lì nasce la consapevolezza di alcune possibilità che fino a quel momento erano non soltanto inesprese, ma addirittura sconosciute.

Allora, in base a questi tre ragionamenti che ho fatto, pongo il mio quesito. Se l'armonia - come pace interiore - è una forma di equilibrio, si vede bene da questi esempi come anche la rottura dell'equilibrio provochi

una nuova forma di armonia. Quindi allora è come dire che se la mancanza di senso di colpa o di vergogna ci pone nel paradiso terrestre – cioè nell'equilibrio – questo equilibrio non è reale, è sempre instabile, perché niente in natura è fermo, tutto è in movimento, anche l'equilibrio stesso è continuamente sottoposto ad essere messo in crisi.

Noi abbiamo parlato qualche anno fa proprio della crisi, come momento favorevole di crescita, come momento di scelta fondamentale. Allora, se la rottura dell'equilibrio è qualcosa anche di positivo, perché può generare una nuova prospettiva di armonia e di pace interiore, è azzardato dire che vergogna e senso di colpa sono elementi impliciti all'armonia, all'equilibrio e alla pace interiore?

Tamarri

Sì, sono considerazioni molto interessanti quelle che ha fatto.

Circa il dipinto della Cappella Brancacci, che ho ben presente, mi veniva da dire che questa maggior vicinanza di Adamo rispetto alla colpa – mentre in Eva la vergogna sembra essere più devastante – forse ha a che fare proprio con lo stesso episodio biblico più che con il Rinascimento; nel senso che nella Bibbia c'è appunto il primo atto trasgressivo, dove la frattura viene compiuta prima da Eva e Adamo la segue; ma c'è anche di più: che di fronte al Dio che interroga, Adamo subito cerca, e non è un caso, di dare la colpa a Eva. No? Quindi è vicino alla colpa anche nel volerla dare....

Allora mi sembra che il pittore – oltre che la sensibilità dei tempi che viveva – abbia colto profondamente proprio l'episodio biblico; come d'altra parte facevano i pittori all'epoca, perché erano molto più teologi di noi, nel senso che erano quelli che dovevano diffondere la teologia, dal momento che la gente non leggeva, ma però le storie le vedeva. C'era proprio questa grossa funzione che la pittura nelle chiese svolgeva.

Circa l'altra considerazione, sono estremamente d'accordo: nel senso che è chiaro che l'armonia da Paradiso Terrestre è sempre illusoria dal momento che ne siamo usciti definitivamente; e il tempo ormai è proiettato verso un *escaton*, che non è nell'Eden.

Come altrettanto vero mi sembra quello che lei dice del fatto che c'è sempre un ricrearsi. E qui allora verrebbe da usare un termine, ormai desueto (prima anche magari abusato...) che sarebbe quello di dialettica. No? Nel senso che sempre si ripresenta questa tematica: cioè, che la possibilità del poter avere delle isole di equilibrio e di serenità è anche soggetta a crisi, a momenti di rottura e quindi al costituirsi della capacità di poter provare vergogna e colpa; che non sono opposti, ma sono reciprocamente implicati, come dice lei, e io sono d'accordissimo.

Non sono molto esperto nella musica, però mi sembra molto vero questo anche perché interrompere il ritmo può anche – secondo le metafore a me note – significare un uscire dall'ossessività, perché un ritmo sempre uguale ci può dare una rassicurazione ossessiva. Laddove il

momento di crisi – e anche qui non dobbiamo aver paura della parola “crisi”, che in greco vuol dire decisione, cambiamento, momento di discriminazione – ci porta a un mutamento che, come tale, non è da vedere necessariamente negativo.

Nella medicina antica e fino a pochi decenni fa (ormai siamo tutti attaccati alle macchine quando ne abbiamo bisogno) i medici dicevano “stanotte c'è la crisi”, nel senso che qui si decide se il malato guarisce o se muore.... Insomma: quella crisi che vuol dire comunque un grande cambiamento.

Marco B.

Temo di non aver capito completamente la differenza, tra vergogna e colpa, lo ammetto; prima pensavo di averlo più chiaro.

Mi è chiaro che il sentimento di vergogna ha un aspetto necessariamente pubblico, nel rapporto tra chi prova vergogna e l'esterno, e che il sentimento di colpa riguarda soprattutto una relazione interiore. E mi è anche chiaro che il sentimento di vergogna contiene in sé degli elementi profondamente redentivi e positivi.

Mi viene in mente che nel *Protagora* di Platone ad un certo punto Zeus si rende conto che le tecniche non sono state sufficienti per governare o per permettere agli uomini di autogovernarsi, allora manda Marte dicendogli di portare giustizia e vergogna e di distribuirle a tutti.

Quindi mi è chiaro che attraverso questo esempio il sentimento della vergogna ha una radice necessaria, nell'autogoverno, nell'autocontrollo degli uomini. E mi chiedo però, fino a che punto questo sentimento di vergogna sia più proprio delle Civiltà Orientali e non sia invece più proprio di tutte quelle civiltà che in realtà hanno saputo realizzare un senso alto del bene comune.

Io faccio il magistrato e, alcuni anni fa, avevo letto un articolo bellissimo di un criminologo australiano. Lui aveva fatto una lunga ricerca fra tutte le carceri dell'Australia e la sua ricerca era intitolata appunto sul sentimento di vergogna; e voleva dimostrare che nella maggior parte della popolazione carceraria c'era un sentimento diffuso di vergogna, rispetto al quale l'esperienza carceraria era semplicemente afflittiva, non era utile. Secondo lui si trattava, caso mai, di operare delle strategie restaurative, riparative: queste, sì, avrebbero potuto far leva sul sentimento di vergogna che c'era, e quindi migliorare l'individuo, migliorare la collettività. Tutto questo lo dico perché l'Australia non è proprio un paese orientale; anche se si trova in pieno oriente, in estremo oriente, ha anzi una civiltà tipicamente occidentale. Mentre in questo, io trovo l'Italia veramente anomala, anche rispetto ad altri paesi dell'Europa: in Italia mi sembra che invece il senso di vergogna sia profondamente negativo; cioè che in Italia domini l'idea che non provare vergogna e non provare colpa sia invece un valore.

E allora mi chiedo che risposte ci sono, dal punto di vista della mentalità e della psicologia collettiva, su questa anomalia, tutta nostra.

Giorgio

Io a questo punto volevo chiedere una cosa velocissima. Nella sua spiegazione sulla differenza tra senso di vergogna e senso di colpa, al di là di differenziazioni che io condivido, ce n'è una che mi lascia un po' perplesso. Per quanto riguarda il senso di colpa, lei dà un'accezione positiva, come di un momento di passaggio verso un momento di responsabilità successiva; mentre il senso di vergogna lo definisce quasi in modo tragico, come una specie di stato definitivo; uno stato da evitare e che in qualche maniera non ha un momento di redenzione.

Ecco vorrei che su questi aspetti ci dicesse qualcosa di più.

Tamarri

Intanto rispondo a queste due ultime domande e cerco di dire la mia opinione, anche se rispondere non è facile.

Circa la prima, concordo sulla difficoltà di distinzione tra vergogna e senso di colpa, quando vogliamo vederne gli aspetti utili per migliorare l'individuo e la collettività, come detto per quella ricerca sulle carceri in Australia.

E in qualche modo anche la seconda domanda mi sembra che abbia delle attinenze con la prima osservazione. In effetti nella mia relazione ho accentuato forse un po' troppo quella che è stata chiamata una dimensione tragica della vergogna, tenendo conto più che altro degli aspetti psicopatologici. Così in essa ho messo in primo piano quegli aspetti di sofferenza difficilmente redimibile, volendo in sostanza valorizzare l'utilità del passaggio dalla vergogna, che è più arcaica, alla colpa.

Inizialmente in qualche modo avevo cercato di distinguere il significato debole dal significato forte della stessa parola vergogna, e forse però l'ho fatto non sufficientemente. Nel senso che ho l'impressione che in entrambi gli ultimi interventi ci sia una valutazione più positiva della vergogna, rispetto a quella che ho dato io, proprio perché ne avete presente il significato debole, il che non vuol dire negativo. Un significato debole nel senso di un sentimento che porta a fare delle valutazioni autocorrettive, delle valutazioni autocritiche profonde che sono utili naturalmente, e delle quali poi in Italia siamo particolarmente carenti, come siamo pure carenti anche del senso di colpa che vediamo essere molto più presente in altre società.

Ora qui il discorso forse potrebbe riguardare anche Fabio, nel senso della confessione, come assoluzione talvolta facile dei cattolici, laddove il rapporto dei protestanti, più diretto – io con la Divinità – porta ad un dibattito interiore indubbiamente anche più ricco rispetto a quello a cui noi siamo stati abituati da tanto tempo.

Quindi, da questo punto di vista, emerge nei vostri interventi un significato meno distruttivo della vergogna rispetto a quello che io avevo in mente, quindi devo averlo esplicitato poco. Così, tenendo conto del significato debole della vergogna, sono d'accordo con voi che anche il senso di vergogna può essere utile, e che da noi in Italia è piuttosto carente, così come il senso di colpa.

Però io avevo in mente proprio la vergogna come emozione che a volte porta al suicidio in carcere, cioè la vergogna come insostenibilità del proprio essere; quindi avevo in mente il significato forte, maggiormente distruttivo, della vergogna.

Naturalmente ognuna di queste parole, al di là del tentativo di accordo che io ho cercato di fare preliminarmente tra noi sul loro significato, ognuna di queste parole ha delle risonanze anche soggettive. E per soggettive intendo non solo legate al soggettivismo ma anche ai limiti propri della nostra attività professionale. E in questo ovviamente mi ci metto anch'io, che ho già detto di avere questo limite nel definire la vergogna in termini forse un po' troppo distruttivi data la psicopatologia più grave che spesso l'accompagna. Inoltre in tanti manuali la vergogna come significato forte viene definita come colpa. Per esempio il dizionario di psicoanalisi *Laplanche-Pontalis* non riporta la voce vergogna ma riporta solo senso di colpa. E alla voce "senso di colpa" c'è scritto: "Termine usato dalla psicoanalisi con un'accezione molto ampia. Esso può designare uno stato affettivo conseguente a un atto che il soggetto considera repressibile, per ragioni che possono essere più o meno adeguate: rimorsi del criminale o auto-rimproveri apparentemente assurdi, oppure un senso diffuso di indegnità personale senza riferimento a un atto preciso di cui il soggetto si accusi". Quindi io ho dato più questa seconda accezione alla parola vergogna; d'altronde come si vede qui in questo dizionario, non si parla di vergogna, ma si parla di senso di colpa in questi due sensi.

Quindi torniamo al punto che spesso l'uso di certe parole in una determinata accezione invece di un'altra, ci dà una visione diversa e le stesse tematiche possono essere viste da angolature diverse.

Cristina C.

Mi è venuto in mente che definizione potremmo dare al rimorso e poi un'altra cosa, se il pentimento quindi esula completamente dal senso di vergogna. Volevo chiarire questi aspetti perché, secondo me, nel senso di vergogna inteso come ce l'ha descritto lei sembra che non si ammetta il pentimento. Cioè, se non c'è una progressione dalla vergogna al senso di colpa, non sembra poter aver luogo un pentimento, che poi dà seguito anche alla riparazione del danno causato.

Tamarri

Direi di sì, io sono d'accordo con questa seconda cosa che è stata appena detta, che cioè il pentimento nasce piuttosto da un'azione compiuta, come lo stesso il rimorso; perché il rimorso, diciamo, è proprio come un sentirmi mordere dentro per un qualcosa di male che ho fatto, che ho compiuto o presumo di avere compiuto. E quindi anche nella lettura che io ne ho dato, aveva a che fare con il senso di colpa più che con la vergogna.

D'altronde, se ci atteniamo all'ultima definizione che ho appena tratto da un valido dizionario di psicoanalisi, la parola vergogna in quel caso non compare; tutto compare sotto la voce senso di colpa. Quindi da un certo punto di vista le cose potrebbero essere anche concepite come più semplici, se ci limitiamo magari a considerare solo il senso di colpa, come da alcuni autori viene sostenuto.

In fondo, non stiamo definendo cose, stiamo definendo emozioni, e la stessa emozione "vergogna" uno può renderla anche, concettualmente e linguisticamente, con "senso di colpa", inteso come indegnità personale, oltre che come rimorso per un atto compiuto.

Io comunque stasera ho ritenuto opportuno distinguere, anche per seguire il tema dell'incontro di oggi che in qualche modo prevede una possibile diversità tra vergogna e colpa. Però è vero che esistono nei nostri vissuti delle zone percettive di confine incerto tra questi due sentimenti-emozioni, che certi studiosi appunto definiscono solo come senso di colpa in un'accezione più o meno forte, come si è visto dal dizionario che vi ho letto.

L'uso di due parole e di due concetti diversi come vergogna e colpa è stato da me scelto per cercare di chiarire la differenza di livello secondo il criterio "del prima e del dopo" che io ho fin dall'inizio seguito nello studiare queste cose.

Il prima, come la vergogna che nasce prima, che viene prima, nella storia e nelle civiltà (Adamo ed Eva); e il dopo, come senso di colpa (Caino e Abele); anche se ci sono zone che contraddicono tutto questo, come per esempio è risultato dallo studio sulle carceri australiane prima citato dal magistrato qui presente, mentre la situazione italiana certamente è diversa. Io, com'è naturale, non posso essere esaustivo su questo aspetto, però concordo che noi italiani abbiamo davvero, per vari motivi storici, una carenza di queste due emozioni o sentimenti che siano, l'emozione della vergogna e il sentimento della colpa.

Paolo P.

Io vorrei intervenire sul senso di colpa e vorrei dire come lo vivo io. Cioè il senso di colpa che provo, spesso mi mette in difficoltà tra quello che io mi sento in dovere di fare socialmente, mentre il mio 'io' magari ha un desiderio anche contrastante. Io ho cercato personalmente di superare questo ostacolo analizzando questo senso di colpa come una crescita

personale; cioè pormi di fronte a questa crisi come ad una possibilità personale per cercare di uscirne arricchito.

In questo modo riesco talvolta a superare il senso di colpa sociale e nello stesso tempo a superare il senso di colpa personale che magari mi porterebbe completamente da un'altra parte. E' comunque un mio tentativo, che non tutte le volte riesce, di cercare di superare il senso di colpa per qualcosa da fare nel sociale, mentre nello stesso tempo sono scontento di me nel personale, e magari provo un senso di colpa anche in quest'altro campo. Da questo dilemma se n'esce, secondo me, solo se se n'esce arricchiti, e arricchiti potendo scegliere...

Vorrei sapere se questo mio atteggiamento possa essere corretto oppure no, questo volevo domandare.

Tamarri

Non è molto facile rispondere se questo è corretto o meno. Io penso che se non procura troppa sofferenza e troppa immobilità, anzi – come mi sembra di capire – se infine procura soddisfazione, è corretto.

Poi quanto ogni volta ci sia un autentico senso di colpa o ci possa essere un possibile autoinganno – come dicevo prima – dove c'è, da un lato, il desiderio di fare qualcosa e, da un altro, il non avere il coraggio di farlo, questo è molto difficile da stabilire. E' un argomento ulteriore di riflessione per lei e per noi tutti.

Però credo che, grosso modo, quel dibattito che lei ci ha detto di provare, di attuare frequentemente, è un dibattito che tutti noi conosciamo: quello che noi, con delle terminologie un po' così di bottega, chiamiamo un “dibattito interiore” tra le istanze del Super-Io e le istanze del nostro Io e del nostro desiderio.

Ma insomma, al di là del gergo da bottegai di psicologia, si fa per dire, è la stessa cosa che dice lei. L'importante è che lei, come sta dicendo, ne esca anche rinnovato, ogni volta. Se questo è il risultato credo che non ci sia da aggiungere altro.

Luciana B.

Io volevo chiedere un approfondimento, forse alcune cose in merito sono già venute fuori dagli interventi e dalle risposte precedenti. Forse ho le idee un po' confuse, ma mi piaceva approfondire la differenza tra colpa e senso di colpa, perché ho cominciato a pensare che la colpa sia qualcosa di serio, che esige appunto riparazione, che conduce ad una crisi nel senso di decisione e di cambiamento, insomma un passaggio positivo, mentre sono portata a pensare al senso di colpa come a qualcosa di estremamente negativo. Non nel senso di consapevolezza della propria colpa che può essere positivo, ma come un atteggiamento della psiche che può nascere anche slegato da una colpa effettiva, ma legato, ad esempio, a dinamiche negative come un senso di onnipotenza, come quando uno pensa, “è colpa mia..., io avrei potuto e invece...”.

Oppure – cambiando scenario però sempre in chiave negativa – una colpa oscura, un senso di colpa che non ha una definizione precisa, come ne *Il processo* di Kafka.

Se possibile, vorrei ancora un approfondimento del concetto di colpa e senso di colpa.

Tamarri

Ho capito, ma molte delle cose che lei ha detto credo che richiederebbero delle definizioni non tanto concettuali quanto più personali, perché poi tutto questo ognuno di noi lo vive nelle sue personali alchimie.

Come definizione, la differenza tra colpa e senso di colpa potrebbe esser questa: la colpa è un'azione o un'omissione che contravviene a una norma etica o religiosa. E' una definizione "dizionariesca", niente di più e niente di meno; però è importante nel senso che la colpa, come tale, ha a che fare comunque con un'azione.

Il senso di colpa invece ha a che fare con un vissuto interiore, con un senso interiore, con la consapevolezza di una colpa. Poi, quanto questo teatro interiore del sentimento di colpa sia correlato, in maniera adeguata o non adeguata, patologica o non patologica, a ciò che effettivamente io ho di fronte, ciò che ho compiuto o ciò che sto per compiere, qui la definizione non serve più. Serve invece il teatro interiore, la situazione soggettiva che per noi psicologi equivale all'oggettivo della scienza, nel senso che ognuno deve dipanare da solo, o con l'aiuto dello psicologo, quello che c'è effettivamente dentro nel momento attuale. Però come definizione io mi limiterei a questo: cioè, il 'senso di colpa' da intendere come dibattito interiore su un'azione vera o presunta, compiuta o da compiere, eticamente corretta o meno; mentre la 'colpa' invece è correlata ad un'azione, un'azione trasgressiva o omissiva. Se vogliamo, in sintesi la colpa è oggettiva, il senso di colpa ne è il riflesso soggettivo, che non sempre per altro è correlato a una vera colpa commessa.

Enza Z.

Anch'io volevo un approfondimento, perché lei prima ha parlato di quella studiosa americana da cui è venuta una distinzione tra Oriente e Occidente e l'Oriente sarebbe connotato dal senso di vergogna...

Tamarri

Sarebbe meglio dire dalla prevalenza del senso di vergogna, perché l'osservazione fatta prima anche sull'Australia ci fa vedere che la vergogna poi c'è dappertutto, c'era nel nostro meridione, c'è tuttora talvolta anche nelle nostre società.

Enza Z.

Sì, comunque una prevalenza. Poi lei ha portato molti esempi, del *harakiri* o, al giorno d'oggi, degli studenti che si isolano. Vorrei però che mi fosse maggiormente chiarito come invece questo senso di colpa connoti di più la civiltà occidentale. Lei ha parlato di “cominciamento”, e si è riferito al Genesi; però io volevo un’illustrazione, diciamo, un po’ più allargata, anche nel corso dei tempi.

E allora, riflettendo dentro di me, mi sono chiesta se non ci siano degli scrittori che possano essere di esempio, e anche a me è venuto in mente il Kafka delle *Metamorfosi*: con quel protagonista che si nasconde, poi si trasforma, eccetera. Allora, esprime un senso di colpa o di vergogna nei confronti del padre?

Insomma volevo un’illustrazione maggiore della civiltà occidentale che ha questa specificità o prevalenza della colpa sulla vergogna. Poi le chiedo se mi può portare degli esempi che possano chiarirmi meglio l’affermazione di quella studiosa americana.

Tamarri

Sì, io potrei cavarmela facilmente – ma non me la cavo – con una battuta: dicendo solo che basterebbe leggere i giornali per vedere come ormai la civiltà occidentale sia carente di quel senso di colpa che prima aveva, perché adesso, veramente, sembra prevalere la mancanza dell’uno e dell’altra dappertutto.

Questo indubbiamente è dovuto anche all’avanzamento delle società occidentali, ma anche di quelle orientali che, da un lato, hanno mantenuto le loro tradizioni e da un altro si sono avvicinate a noi. Tutto l’avanzamento storico delle società, direi forse tutta la storia umana, è collegata alla presenza del senso di colpa ed al suo sviluppo.

Mi sembra che le osservazioni che sono state fatte prima da chi ha detto che la crisi, comunque portata dal senso di colpa, possa contribuire all’avanzamento e al cambiamento, siano condivisibili e certamente possiamo dire che questo fenomeno ha connotato anche la nostra storia: vari sensi di colpa si sono modificati, certi comportamenti sono stati sentiti non più come colpevoli ma sono diventati accezioni comuni. Tutte le trasformazioni positive e negative hanno poi a che fare con quel dibattito che, storicamente, è un po’ lo stesso di quel teatro interiore personale che tutto sommato porta - come è stato detto - ad un procedere, a un andare avanti con trasformazioni di una certa soddisfazione.

Diciamo insomma che è in tutto l’ agire storico che noi vediamo queste trasformazioni, senza attribuire alla storia chissà che cosa di straordinario, perché forse è proprio vero che purtroppo la storia insegna...che la storia non ci insegna niente. E’ qualcosa che ha a che fare con la stessa parola progresso, già usata, abusata e oggi ormai meno

in uso; dove questo progresso, come cambiamento di costume, ha a che fare proprio anche coi sentimenti di colpa.

Il fatto che noi oggi, rispetto a prima, abbiamo delle condizioni di vita indubbiamente migliori per le masse, è dovuto 'anche' al procedere di questo interrogarsi, diciamo, tra "il non essere beati nell'Eden in cui siamo" e poi tra tutto quel prevalere di domande e risposte anche etiche che vengono avanti. Perché poi l'etica nasce da qui: quello che a volte sembra solo un teatrino interiore contiene però anche le ulteriori visioni etiche di sviluppo. E la storia occidentale forse va vista in questo ambito.

Circa gli esempi mi verrebbe da dire intanto dei classici banali esempi dello sviluppo capitalistico nei paesi protestanti, dove evidentemente il successo veniva visto anche eticamente come un essere stati responsabili, abili a rispondere, e Dio premiava chi aveva successo. Max Weber ha proprio scritto delle cose sull'etica e lo sviluppo del capitalismo.

Ma insomma tutta la nostra cultura è intrisa anche della capacità di utilizzare e trasformare il senso di colpa, come è emerso dalle osservazioni fatte su Kafka. Io non sono un esperto di letteratura né di critica letteraria, però mi veniva anche qui una battuta un po' facile: che forse quella che ha provato verso il padre poteva essere anche una vergogna nel senso forte che dicevo prima - quindi un qualcosa di annichilente - però nella misura in cui è stato capace di esprimerla nelle *Metamorfosi*, nel *Castello*, nel *Processo* e in tanti altri scritti evidentemente lui l'ha trasformato in un senso di colpa, e anche molto creativo. Non è così?

Che poi si possa definire meglio, in un modo o in un altro, non saprei, però da quello che lui scrive ci fa comunque capire di avere toccato dei livelli di sensi di indegnità molto forti, dai quali però si è artisticamente riscattato.

Barbara

Volevo solo riagganciarmi a quello che diceva la signora prima a proposito di senso di colpa e di colpa, quando ha parlato del senso di colpa slegato da una colpa effettiva, del tipo "avrei potuto fare ma non ho fatto".

Io questo lo definirei più come senso di vergogna, perché legato a delle aspettative che gli altri ti pongono e a cui tu devi rispondere. Ed è a proposito di questo particolare senso di vergogna che io vorrei un approfondimento.

Quando si è parlato della vergogna nel mondo orientale è stato fatto anche l'esempio degli studenti che non riescono a portare avanti un esame, che non riescono a fare quello che devono fare, che si chiudono in casa, che non sono più degni, dicendo che nell'occidente questo non c'è.

Io invece credo che ci sia, qualcosa di simile. C'è, ma c'è distorto. Nel senso che alla fine chi si vergogna è chi non riesce a rispondere alle

correnti aspettative che il mondo attuale ci pone, quando si dice “devi avere un lavoro dignitoso, devi guadagnare 3500 euro al mese perché se ne guadagni solo 1000 sei un poveraccio”.

Insomma io direi che questo genere di senso di vergogna c'è e la gente lo sente. Solamente è distorto, nel senso che quello che le persone sentono personalmente, rispetto ai valori imposti dalla società, è completamente diverso. Loro vorrebbero per necessità aderire a certi valori imposti dalla società, che possono essere anche sbagliati, magari sono loro che posseggono i veri valori, però si vergognano quando non ce la fanno.

Tamarri

Sì, ma io direi che quella appena detta è sempre un'accezione debole della parola vergogna, non è proprio distruttiva o insomma non totalmente distruttiva, è più una vergogna conflittuale, io almeno la definirei così. Quindi non ha quell'accezione di totale distruttività che può avere la vita per esempio dei giapponesi che si chiudono in casa, ma naturalmente non vuol dire – come già osservava prima il magistrato – che non esista la vergogna come un sentimento anche nell'occidente.

Si tratta proprio di prevalenza o di non prevalenza e la differenza attuale tra le società orientali e occidentali è questa. Diversa è la situazione nelle civiltà arcaiche come quella omerica e quella giapponese prima che si occidentalizzasse molto.

Ripeto, quando non c'è questa particolare distruttività, direi che si può parlare ancora di un sentimento di vergogna in senso debole e quindi sempre abbastanza accettabile.

Barbara

Volevo chiedere ancora se l'aspettativa, per così dire, del soggetto nei confronti dell'oggetto, che si potrebbe ricavare anche dalla vicenda mitica della vergogna in Adamo ed Eva a cui si è prima accennato, non ci sia forse anche nella società di oggi...

Tamarri

Non so bene cosa intenda dire, ma nel mito di Adamo ed Eva non c'era un'aspettativa, c'era proprio una frattura, un cambiamento radicale: insomma lì è finito l'Eden ed è cominciata la storia umana, con i suoi dolori.

Barbara

Ma il senso di colpa è venuto ad Adamo ed Eva perché hanno mangiato la mela, o no? perché Dio avrebbe voluto che la mela non fosse mangiata? o mi sbaglio?

Tamarri

Si, ma soprattutto lì c'è stata una trasgressione e più che senso di colpa - nella mia lettura - da lì è nata una vergogna, quella vergogna distruttiva, per la frattura di Adamo e Eva, che poi ha dato inizio alla storia umana, con la possibilità di un riscatto: *felix culpa*, recita *l'Exultet*, una delle più antiche preghiere della liturgia pasquale.

Barbara

Non so come dirlo, ma io volevo un approfondimento sui valori che ci sono ora in occidente che, se non raggiunti, creano vergogna; insomma l'insieme di quei valori che se disattesi possono creare nei soggetti particolari sensi di vergogna....

Tamarri

Francamente non saprei bene quali siano questi valori che possono proprio creare vergogna in Occidente, anche perché nel nostro mondo la vergogna è un fenomeno molto più soggettivo. In Oriente questo è più visibile proprio per la prevalenza, che c'è là, del "noi" - come ho trovato nei miei studi - mentre in Occidente la vergogna è un sentimento estremamente personale che ha a che fare anche con certi eccessi, come quelli di certi giovani che dicono... "se non ho le scarpe firmate, se non ho la giacca griffata, io non esco". E questo è indubbiamente legato alla società come diceva lei, legato a queste "distorsioni" consumistiche che portano a questo tipo di vergogna diffusa nei giovani, proprio perché si sentono come "non visibili" allo sguardo degli altri se non hanno la giacca di un certo tipo o le scarpe firmate....

Francesco D.

Da quando avevo già intenzione di intervenire, sono venute fuori tante di quelle cose che ora rischio di essere ripetitivo. Va be'... cerco di sintetizzare.

Mi sembra molto preziosa la tua distinzione fra vergogna nel senso forte e l'altra, e poi il senso di colpa; abbiamo visto quant'è importante se perfino il dizionario di Laplanche-Pontalis non nomina la vergogna, ed è forse il dizionario più autorevole di psicanalisi; preziosa anche la connessione che fai della vergogna con il senso di indegnità.

In senso positivo, la questione è la dignità. La lesione della dignità è quella che provoca questa vergogna in senso forte. Questo è quello che avviene - diciamo così l'evento ontologico - nell'Eden. L'uomo ha perso la sua dignità, è stato ferito nella sua dignità nel momento in cui viola con la sua trasgressione l'armonia dell'Eden: perché la sua dignità è riposta in quello. Quella dignità che è suo compito in qualche modo di ritrovare; e sappiamo che nemmeno può farlo con le sue forze, ma è un atto di grazia, almeno stando alla religione, alla fede cristiana.

Vado ora al polo opposto, a quello della responsabilità. Il poter rispondere, la capacità di rispondere, per cui io mi posso assumere la responsabilità, è, come sappiamo, limitata alle cose che ci sentiamo sollecitati a fare. Sappiamo che si può essere iper-responsabilizzati e conosciamo il naufragio a cui si va incontro quando, sollecitati a un compito superiore alle nostre forze, che cerchiamo di affrontare con senso di responsabilità, falliamo.

Quindi qui si apre una gamma di diverse possibilità e una di queste può essere una regressione molto profonda a percepire questo fallimento come motivo di vergogna e quindi come lesione della dignità ontologica, da cui la frana che può anche portare al suicidio.

E qui mi sembrava importante inserire, innestare il cosiddetto senso di colpa: che non è il sentimento della colpa, la percezione di avere infranto un patto o di aver violato una legge, ma quel senso che è autogenerantesi, che si perpetua indipendentemente dalle azioni, indipendentemente dalla nostra reale responsabilità.

Che funzione può avere? Io credo che abbia una funzione estrema difensiva, perché se io continuo a pensare in termini di colpa – sia pure in questo modo così distorto e coatto – posso sempre pensare di poter fare qualche cosa che mi redima. Perché la colpa è qualcosa che è alla mia portata riparare. E' difensivo, nel senso che questo ripetersi coatto fa sì che non avvenga la regressione più grave, che è la frana, nel senso di vergogna forte, e quindi nel senso di perdita della dignità.

Qui si apre un discorso a mio parere molto grosso, ma adesso non sono in grado di raccogliere le idee per svolgerlo interamente. Però vorrei far presente come nella nostra cultura anche italiana, non so altrove, per l'esperienza che ne facciamo, ci sia una perdita del sentimento della dignità, prima di tutto, e quello che ne deriva è una perversione nella ricostruzione delle cose. Per cui si prova vergogna per delle sciocchezze, diciamo così, per delle cose a cui nessuno darebbe questo tipo di importanza, perché si è perso l'obiettivo vero che è quello di conservare e di rispettare il senso della dignità personale, oltre a quella degli altri.

La percezione della vergogna in senso ontologico sarebbe quello che ci aiuterebbe a riconoscere la necessità di preservare la dignità in senso ontologico. La mancanza di questa mi sembra la perdita più tragica.

Tamarri

Sono d'accordo con questo intervento, l'unica nota che non mi trova del tutto concorde, come invece tutto il resto, è questa violazione avvenuta nell'Eden come ferita della dignità.

Nella mia impressione, è qualcosa di estremamente più ampio e più drammatico, e forse la ricerca della dignità, come tutta la Storia, nasce solo da lì. Ecco! il prima è un Eden, una perfezione, una totalità talmente perfetta dove anche la dignità sembra quasi sminuirsi; forse la dignità è

una aspirazione che viene dopo, quando Adamo ed Eva uscendo si fanno responsabili del loro agire...

Roberta S.

Io volevo fare un riferimento, così, letterario, leggero – che può sembrare di tipo umoristico – dove mi sembra che il senso della vergogna da un lato sia appunto quasi svilito e dall'altro però poi forse fa emergere qualcosa di più profondo. Cioè mi riferisco a Pirandello che varie volte parla pure di corna e di quello che poi comportano, anche in maniera leggera.

Così, ne *Il berretto a sonagli* viene fuori da un lato qualcosa che sembra una banalizzazione: quando una signora vuole denunciare il marito che ha una relazione con una domestica e il marito della domestica interviene dicendo... “qui io sarò costretto a compiere un atto delittuoso... perché a questo punto se la denuncia va avanti io sono il marito offeso e devo vendicare la cosa...” Però a lui non sembra opportuno farlo e quindi presenta una soluzione – è qui l'aspetto umoristico - lei si deve mettere il berretto a sonagli, cioè fingere di essere pazza, e a quel punto allora... va be'... lei è pazza, non c'è più bisogno di compiere l'atto delittuoso.

Quindi qui il senso dell'onore con quel che segue sembra tutto molto svilito, però ad un certo punto lui lo spiega dicendo: “Io sono costretto a questo.... perché in fondo ho sposato una donna giovane..., siamo solo dei domestici... me lo potevo anche aspettare..., in qualche maniera lo accetto anche... però ho il mio pupo da difendere. Questo pupo interno che tutti abbiamo, che in fondo ci permette la mattina di guardarci nello specchio e di dire... - Beh!... mi posso presentare agli altri! - Allora io, anche se intimamente posso chiudere gli occhi su questo, soffrirò, ma in qualche maniera me ne faccio una ragione... devo però difendere il mio pupo”. Poi lei si metterà il berretto a sonagli e tutti trovano che questa sia la soluzione.

Quindi se da un lato la storia può apparire semplicemente così, un fatto semplice e grottesco, però, in fondo, in questo discorso del “pupo da difendere” mi sembra ci sia qualcosa di profondo....

Tamarri

Sì, profondissimo. Direi che è proprio quello che permette di non cadere nella regressione maligna della vergogna annichilente.

Il “pupo” – quello che Pirandello definisce così – è proprio il nucleo originario del narcisismo, del narcisismo sano, nel senso del continuare a vivere, del non essere distrutto dalla vergogna, pur provandola.

Il pupo, è proprio la salvezza, interiore e mentale, di questo personaggio; il nucleo sano che riesce a preservare, a non farsi distruggere dal senso di vergogna che pure prova. Dico vergogna proprio

perché gli altri, nelle corna, nell'onore, sono indubbiamente protagonisti... sono deuteragonisti, nella loro pluralità.

Franco G.

Io vorrei riavvicinare un po' l'argomento alla nostra esperienza religiosa più personale, perché la discussione è stata interessantissima, molto elevata sul piano etico-filosofico.

Al momento in cui Adamo ed Eva mangiarono il frutto proibito sentirono un forte sentimento di vergogna e, se ricordo bene, si nascosero al cospetto di Dio: non riuscivano più a guardarlo mentre prima l'avevano di fronte ai loro occhi.

Ecco, allora mi sembra che la Chiesa abbia voluto riportare i cristiani a rialzare gli occhi nei confronti di Dio attraverso la confessione eliminando o almeno riducendo il senso di vergogna che chi pecca si porta dietro. Mi sembra però che - da questo punto di vista - la confessione non riesca a risolvere il senso di colpa. Almeno questa è un po' la mia sensazione.

Cioè si esce dalla confessione, spesso anche se non sempre, guardando più in alto; magari abbiamo il coraggio di guardare di più il sacerdote quando durante la Messa fa la consacrazione, però dentro di noi tutto sommato resta un sentimento di inadeguatezza, di scarsa fiducia in noi stessi... "tanto ci ricascherò!" "in fondo non ho meditato a sufficienza sul perché ho fatto una certa cosa".

Quindi la confessione rischia di essere superficiale, di darci l'ok per rialzare momentaneamente gli occhi, ma in fondo non ha risolto le nostre debolezze, i nostri dubbi...

La mia allora non è una domanda, è piuttosto un inizio di discussione: mi chiedo se la Chiesa può aver pensato alla confessione per farci sviluppare la coscienza della colpa e della nostra inadeguatezza nei confronti alle regole etiche che essa stessa ha introdotto, e se si è limitata semplicemente a questo ponendosi come tramite o come barriera nei confronti di Dio.

Viceversa i protestanti hanno pensato che questo fosse un aspetto della confessione, tutto sommato, solo di apparenza, mentre hanno affidato ad un rapporto diretto fra la persona e Dio lo sviluppo ed il superamento del senso di colpa, il che è un fatto positivo, come ci ha insegnato fino ad ora questa discussione.

Questo argomento un po' mi stride dentro; non so, vorrei che magari Fabio o qualcun altro ci mettesse una sua chiosa...

Grazia G.

Le mie posizioni stasera sono state un po' capovolte. Cioè io non avevo mai pensato che il senso di vergogna potesse essere più distruttivo, più grave, di un senso di colpa. Io consideravo che fosse il senso di colpa

ad essere talvolta tanto distruttivo, forse perché pensavo a situazioni patologiche molto gravi oppure perché pensavo a quella che lei ha chiamato la colpa leggera. Cioè non avevo mai riflettuto sul fatto di questa possibile colpa così pesante che ti fa sentire inadeguato, indegno di fronte agli altri, di fronte a Dio... Ora tanti miei dubbi sono stati chiariti dalle domande e dalle risposte date, dalle persone o dal relatore.

Ripensando anche ai giovani – siamo partiti, mi sembra, dai giovani – una signora ha detto che dobbiamo stare molto attenti a non creare nei giovani dei sensi di colpa, mentre lei invece il senso di colpa l'ha giudicato anche positivo, perché quando si supera, è un momento di crisi ed è una crescita indubbiamente. Io a questo punto direi che forse è importante non far nascere nei giovani il senso di vergogna, per lo meno quello della vergogna pesante, della vergogna distruttiva.

Mi ha molto colpito il fatto dei giovani giapponesi che lei ha citato, che si sentono indegni, non escono più, eccetera. Io non lo conoscevo questo aspetto della società giapponese e credo che oggi molti giovani, anche nella nostra società, possano sentire questi sensi di vergogna; vergogna di sentirsi completamente inadeguati rispetto alle richieste della società, per cui, per esempio, cadono nella droga. Una signora chiedeva quali valori particolari danno origine al senso di vergogna nel nostro mondo, ebbene io credo che sia molto difficile dire esattamente quali sono questi valori. Lei in parte ha risposto, dicendo che per un giovane potrebbe essere non avere le scarpe firmate o il vestito in un certo modo... Io credo che queste cose diano luogo a sensi di colpa leggeri, non distruttivi. E' stato detto per esempio che oggi ci si vergogna di non guadagnare 3500 euro al mese, ma solo 1000. Io allora avrei dovuto vergognarmi tutta una vita. Ora certo io ho un'altra età, a me di guadagnare solo 1000 euro al mese, o poco più, non me ne importa niente. Capisco che per un giovane...! però dovremmo trasmettere ai giovani che non sono queste le esigenze vere della società o perlomeno non dovrebbero essere. Secondo me, dovrebbe vergognarsi, di un senso di vergogna anche pesante, chi guadagna 5000 euro al mese: chi ne guadagna 1000.... quella è una disgrazia, non un senso di vergogna!

Tamarri

Se uno è maturo sì, e non solo per l'età: maturità intesa come livello di percezione.

Ugo F.

Scusate se mi riallaccio proprio all'inizio della relazione, a quelle due parole che mi hanno colpito: 'simmetria e asimmetria'. Due parole simboliche per definire realtà fra loro confrontabili oppure non confrontabili: la prima come quella dell'uomo con l'uomo, la seconda come quella dell'uomo con Dio, al limite. Ecco, a me sembra che anche da

queste parole possa nascere un grande stimolo alla discussione di stasera.

Intanto io devo dire che sono diventato un credente diverso, rispetto a quello più classico che ero in passato. In particolare, il mio atteggiamento verso la Genesi, l'Eden, insomma verso quelle straordinarie narrazioni storico-mitiche della Bibbia (a cui riconosco contenuti grandissimi, ma di cui mi sento impreparato a capire fino in fondo l'attualità), devo dire che è cambiato e ora preferisco portare il discorso su un piano più evolutivo.

E quando dico evolutivo un po' mi spaventano le informazioni che il relatore - per parlare della vergogna estrema - ha portato sul comportamento di certi giovani in Giappone, che mi ricordano realtà tuttora presenti nella nostra realtà meridionale, dove forse si può ancora arrivare ad uccidere per il senso dell'onore. Ancora si uccide per la vergogna e non ci si rende conto di commettere un delitto per cui non si prova colpa. Qualcosa insomma di terribile!

Allora, riprendendo il discorso filosofico iniziale, a me sembra che sia stato detto giustamente dal relatore che non è che nel tempo si sia perduta la dignità; cioè non è che gli uomini col peccato originale abbiano perduto la dignità, il fatto è che l'umanità è sempre alla ricerca della dignità, nel suo essere e nel suo vivere.

Non so se da un punto di vista religioso, cattolico, dogmatico dico qualcosa di sbagliato, ma io effettivamente credo che ci sia stata proprio nella storia una crescita tra gli uomini e quindi anche una conquista di dignità. Siamo ancora - in questo momento storico - da una parte a criticare giustamente certe perdite di dignità in Occidente e dall'altra a domandarsi se certe situazioni in Oriente sono di effettiva dignità, per esempio rispetto al valore ed alla posizione della donna o a tante altre cose. Ma si va avanti in qualche modo, anche se ci sono ancora tante situazioni di scarsa dignità umana, come quelle verso le quali lo stesso Gesù si era così esposto più di 2000 anni fa.

Se posso permettermi di dire così, secondo me, il cambiamento di prospettiva che ci attende è ancora quello di passare dalla paura di non poter guardare negli occhi Dio, alla paura di non poter guardare negli occhi gli uomini.

Questo però - mi sento di ripetere - è il tragitto che nella storia, nel tempo sta in qualche modo già avvenendo, anche se non so dove porterà o quando finirà; ma è... il Regno di Dio... questa visione utopica, escatologica, finale, che ci incoraggia ancora a camminare....

A me sembra quindi che in questo senso si debba perdere la soggezione verso quella vergogna che ci può portare addirittura a suicidi ed a situazioni veramente assurde, e riconquistare un po' più di fiducia verso la responsabilità, che invece tutti dobbiamo provare, per cercare di non compiere colpe verso chi ci sta accanto. Mi piacerebbe sentire il contributo anche di altre persone in questo senso.

Umberto A.

Io, siccome sono un tecnico, per verificare se ho capito bene ciò che è stato detto, ho bisogno di riportarlo.... in termini tecnici... a quella che si chiama la teoria dei sistemi su cui si basa l'elettronica.

E che cosa dice questa teoria dei sistemi? Dice che un sistema funziona nel modo giusto se al momento in cui compie una certa azione c'è una retro-azione o un *feed back* che permette di correggere gli ovvi errori che vengono fatti; perché non esiste mai un'azione perfetta, ma c'è sempre un'approssimazione.

Se questo *feed back* non c'è, il sistema si mette ad oscillare o addirittura si autodistrugge o comunque sta in uno stato di caos. Se l'errore è talmente grosso da essere fuori della portata correttiva di questo *feed back*..... (*interruzione del nastro*)

Se ho capito bene, nella colpa può esserci questa reazione, mentre la vergogna invece è una situazione di taglio di *feed back* in cui praticamente non sono più in grado di analizzare i dati di ciò che è successo, quindi di prendere le distanze da quello che ho fatto rispetto a quello che avrei dovuto fare; non riesco a correggermi e cado in una situazione di oscillazione, insomma di autodistruzione.

Tamarri

Direi di più: nella vergogna, nel senso forte, non c'è nemmeno più la considerazione di ciò che ho fatto o non ho fatto, ma c'è solo la considerazione di quello che sono... Ecco, la vergogna nullifica, proprio; è molto peggiore della colpa, proprio perché non ha più a che fare con la mia azione, ha a che fare solo con il mio essere totalmente indegno. Non parlo certo della vergogna nel senso comune, come la troviamo spesso confusa con l'imbarazzo.....

Umberto A.

Quindi, non è neanche una reazione a uno stato, è semplicemente....

Tamarri

E' una reazione al proprio essere, che porta a voler azzerare tutto... (io mi intendo poco di tecnica), quindi al possibile suicidio, a un'insostenibilità del mio essere, non di ciò che ho fatto. O meglio – si può anche dire – ciò che ho fatto immediatamente cortocircuita non in considerazioni sul “se ho fatto bene o male” – questo sarebbe il discorso del senso di colpa – ma cortocircuita immediatamente nel dire “io non valgo niente”, non sono degno di stare al mondo.

Umberto A.

Vorrei fare un'ultima considerazione sulla mancanza del senso di colpa che vedo nella nostra società.... Sono d'accordo con tutto quello che è stato detto sulla mancanza del senso di dignità, eccetera, eccetera...;

purtroppo questo vuol dire, a parer mio, tagliare quel *feed back* di cui dicevo, e il destino di una società che non ha il senso di colpa è quello di entrare in oscillazione e nel caos. E mi pare che ci stiamo un po' andando, anzi, senza un po'!

Roberto S.

Si parlava prima dello scarso senso di vergogna nella società occidentale – io parlo del nostro paese, non conosco bene gli altri – e in effetti mi sembra che sia così, ma mi sembra che questo avvenga da poco, non che sia una cosa antica.

Vorrei sapere se sbaglio o no, ma grosso modo mi sembra che sia soprattutto dagli anni '80 che io noto come chi corrompe, ruba, mente, fa piaggerie, lo fa senza vergognarsi; anzi, se gli va bene, quasi se ne vanta. E questa mi sembra una cosa abbastanza recente, perché quando io ero un ragazzo, invece, lo sentivo forte il senso di vergogna; forse perché si era inquadriati più rigidamente in regole religiose e sociali e quindi se uno trasgrediva si sentiva pieno di vergogna. E, in verità, se ci ripenso adesso, lo sentivo anche eccessivo questo senso di vergogna.

Poi, molto velocemente – perché appunto è stato dopo gli anni '70 e '80 – nella vita politica, nelle aziende e nel lavoro, c'è stata questa trasformazione. Mentre prima chi faceva queste cose le faceva vergognandosi, di nascosto, da un certo punto in poi, dagli anni '80 mi sembra, la gente non si vergogna più, anzi se la fa franca, quasi si vanta.

Se io da ragazzo fossi andato in tram senza biglietto avrei avuto una grande paura per la vergogna di essere pescato, ora parecchi ragazzi invece ci vanno e la paura è solo quello di pagare la contravvenzione se saranno scoperti, non per il fatto in sé.

Mi domando se è solo una mia sensazione, oppure se è una percezione abbastanza diffusa e come sia successo che, nel giro di pochi anni – proprio di pochi anni mi sembra – ci sia stata una trasformazione così veloce, secondo me molto negativa. Ci sono persone che si fanno chiamare “onorevoli” e poi si vede come si comportano... e senza vergogna!

Tamarri

Io la ringrazio perché quello che ha detto mi ha fatto scoprire – per le mie definizioni che mi aiutano a studiare queste cose – un livello di vergogna media. Io avevo fatto riferimento soltanto alla vergogna, diciamo, in accezione debole; ho fatto gli esempi della vergogna per come uno è vestito... esempi di vergogna estremamente debole e poi ho fatto riferimento – e qui con la mia deformazione professionale – alla vergogna forte, nel senso proprio autodistruttivo. Mi sembra che lei mi ha fatto scoprire invece la necessità di parlare anche di una vergogna media, che è indubbiamente una realtà che si potrebbe anche definire una mancanza di senso di colpa, però penso che molto giustamente lei la

definisce vergogna, in questa accezione che io non avevo nominato e che scopro, tra virgolette, ora; cioè una funzione della vergogna che indubbiamente viene meno, proprio perché lo sguardo degli altri (lo sguardo di noi, della società in genere) il più frequentemente è corrivo con la persona che si comporta male: con il politico o il politicante o chiunque delinque.

Quindi lo sguardo degli altri non è certo né asimmetrico (nel senso proprio di guardare dall'alto, con quelle accezioni che la trasgressione dell'infrazione alla norma poteva avere nella società umbertina o – che so io – anche nella società del dopoguerra, e via dicendo), ma proprio lo sguardo dell'altro è uno sguardo complice. Cioè, allora veramente ognuno di noi è soltanto testimone della non vergogna dell'altro, per cui dallo sguardo degli altri si riceve questa complicità....

Quindi siamo indubbiamente peggiorati, da questo punto di vista. Forse però per una mancanza di sentimenti di senso colpa, di dibattito etico... c'è uno scadimento di valori generale... io condivido questo tipo di analisi.

Valentina S.

Io non capisco questa storia, di questa vergogna, forte e debole; non so cos'è.... forte o debole?

Tamarri

Ma tu, come la capisci? Cos'è per te? perché forse è importante questo. Quelle parole “forte” e “debole” sono un po', così, invenzioni linguistiche e filosofiche, cose magari un po' astruse, però ecco, per te, cos'è la vergogna?

Valentina S.

Dipende....uno si vergogna perché non viene accettato o si vergogna per i soldi, perché ha pochi soldi, oppure.....

Tamarri

Proprio perché non viene accettato uno si vergogna, ed è quello che io ho chiamato la vergogna forte.... che è la vergogna vera...

Questo che hai detto, Valentina, il non essere accettato dagli altri, il sentirsi non accettato dagli altri, io, nella mia collocazione, lo metterei tra la vergogna forte. Mentre la vergogna debole è... diciamo... l'aver difficoltà a farsi vedere con un certo vestito; un senso... così... di imbarazzo; qualcosa insomma che si può definire più vicino all'imbarazzo che al non essere accettati.

Valentina S.

Poi, per i soldi.... si diceva... chi guadagna cento euro, mille o cinquemila... Ormai tante persone sono molto più povere, non ci sono più

tante persone ricche, molti diventano sempre più poveri... per quanto costa tutto il necessario; è molto difficile stare dietro a questo mondo, avere i soldi per il mangiare, il vestirsi bene come portare vestiti di marca, e così via...

Tamarri

E' questa la vergogna di tutti noi: dovremmo vergognarci di avere costituito una situazione così... è la nostra vergogna... la vergogna della nostra civiltà. Sì, questa è proprio la nostra vergogna.

Valentina S.

Ci sono adulti che dicono che hanno molti soldi, ma poi so, perché ho visto la loro casa, che invece sono poveri e si vergognano a dire che guadagnano poco. Quando incontrano degli amici, magari hanno un vestito buono e dicono che hanno tutti vestiti così e invece hanno solo quello...

Alessandra M.

Scusate, io avrei dovuto parlare mezz'ora fa, perché quello che volevo dire mi sembrava più adeguato al discorso che si faceva in quel momento, comunque voglio ritornarci ora offrendo solo una mia esperienza minima, personale.

Insomma, vista l'età e la diversa situazione in cui siamo nati noi, la nostra generazione del dopo guerra con tutte le difficoltà che c'erano, volevo dire che di sensi di colpa io ne ho avuti a iosa! Sensi di colpa nel senso di vergogna profonda, che io comunque chiamavo sensi di colpa, quelli insomma che ti vengono non per una colpa precisa, ma per il fatto di essere inadeguati a vivere e quindi di non essere accettati per quello che si era. Ecco, riflettendo su come uscire da questa "fatica di vivere", come la chiamava Pavese, mi sembra di aver capito questo: che in fondo bisogna riuscire ad accettare i nostri limiti, perché questi sensi di colpa mi sembra che venivano da un'eccessiva responsabilizzazione e dal fatto che spesso si ritorna a pensare a quello che abbiamo fatto con la mentalità di oggi e non considerando più le difficoltà in cui ci eravamo trovati, in cui in qualche modo siamo stati costretti a vivere certe situazioni e ad agire in certi modi.

Quindi volevo dire di accettare i nostri limiti, non credo di dirlo con uno spirito leggero a meno che non sia un autoinganno, ma proprio in senso positivo, non per minimizzare o ridurre a niente questi sentimenti; mi domando: non può essere questo un modo per uscire dal senso di colpa?

Una volta lessi, e mi è rimasto sempre in mente, "Ma se la tua migliore amica ti dicesse che ha abortito, tu che cosa le diresti? - Certo cercherei di capire, di domandarle in quali situazioni si è trovata, che

cose le è successo... - e allora perché questo non puoi farlo in qualche modo anche per te?”

Voglio dire che, in qualche modo, questa riappropriazione dei nostri limiti è molto importante.

Francesco D.

Vorrei aggiungere una piccola cosa a quello che ho detto prima, spostandomi dalla vergogna verso la colpa e, se possibile, un pochino oltre, perché, curiosamente, ho notato che in tutta la nostra conversazione di oggi pur parlando di colpa non è mai venuta fuori la parola pentimento, che pure le è così strettamente correlata. Tanto che mi sembra che ora meriterebbe forse addirittura di riaprire tutto il discorso - e a quest'ora non avrebbe senso - o comunque potrebbe essere tema per un nuovo incontro.

E però, se io vedo la colpa, il senso di colpa, dal punto di vista del pentimento (cioè dal momento in cui io sono preso dal sentimento del pentimento) la valutazione del senso di colpa mi cambia un poco. Perché io credo che il pentimento sia un sentimento che mi rimette nel senso di comunità - o che nasce dal senso di comunità - e si possa vedere come un vero e proprio atto di amore

Cioè: “io ti ho fatto un torto e provo pentimento”... è la forma di amore che può avere il carnefice nei confronti della vittima; così come il perdono è il sentimento d'amore che la vittima può avere nei confronti del suo carnefice.

Il senso di colpa visto dal punto di vista del pentimento sembra quasi scivolare naturalmente verso l'essere inglobato nel sentimento primario di vergogna di cui tu parlavi. Cioè, se io provo soltanto un senso di colpa che non sia il primo segnale interiore dell'infrazione compiuta, subito seguito dal pentimento, cioè se mi fermo al senso di colpa, ci sento una componente, diciamo così, narcisistica (per usare i nostri termini psicanalitici) che è molto forte.

Non è ancora tornare in relazione con l'offeso. Io torno in relazione e riconosco il valore primario della relazione, con il pentimento. Viceversa, nell'altro caso siamo in un'ambiguità molto forte.

Tamarri

Io sono d'accordo, soltanto credo che - in qualche modo tu hai parlato di colpa, anche se a volte hai usato l'espressione senso di colpa - non a caso io tendevo a distinguere la colpa come azione trasgressiva compiuta, laddove senso di colpa è proprio immediatamente e volutamente - per limitarmi al dibattito, se vogliamo narcisistico interiore - distinto da quello che è il devastante dibattito della vergogna.

Cioè abbiamo osservato insieme oggi vergogna e senso di colpa; se invece parliamo di colpa come stai facendo tu - e su questo sono d'accordo che potrebbe aprire un altro dibattito - allora, nella colpa è

come implicitamente presente la dimensione duale, allora è centrale il discorso del pentimento come superamento; così tutto quello che dici, ecco mi trova concorde. Anche se poi in tanti interventi la distinzione non è stata mantenuta, però abbiamo osservato il senso di colpa e la vergogna soltanto in una visione monistica, non duale.

Un Signore

L'ultimo intervento mi ha rubato letteralmente il desiderio di oltrepassare i limiti della colpa e della vergogna e di entrare in modo più proficuo nell'area della responsabilità.

Io però pensavo ad un termine diverso da quello del pentimento; pensavo non necessariamente in una prospettiva spirituale o religiosa, ma pensavo alla richiesta di perdono, cioè alla capacità di richiedere il perdono, come strumento essenziale di riconoscimento del torto. Credo che questo sia un passaggio fondamentale del nostro discorso.

Ma ritorno qui a considerare di nuovo un'anomalia nostra, italiana e non semplicemente occidentale perché noi tendiamo, come civiltà giuridica e culturale, a favorire invece delle procedure di evitamento della colpa e della vergogna e non a ricercare invece delle procedure di riconoscimento dei torti e delle responsabilità. In questo senso, appunto, ancora una volta vergogna e colpa vengono assunte come disvalore e non come opportunità.

Lei citava il Giappone, e l'altro giorno in una conversazione privata mi si diceva che la parola "crisi" in Giappone è composta da due messaggi: uno che significa pericolo, ma l'altro significa opportunità.

Ecco, io mi chiedo... sarei veramente contento se Fabio intervenisse su questo punto: perché faticiamo così tanto noi, in Italia, a riconoscere dignità a queste procedure di riconoscimento dei torti e delle colpe? Credo che sia proprio un aspetto fondante negativo della nostra società italiana.

Giorgio

Faccio un'appendice al mio intervento di prima. Quando ho fatto la domanda precedente, io pensavo di trovare in qualche modo una risposta che fosse una risposta consolatoria.

La mia impressione è che questo senso di vergogna profondo sia un rischio abbastanza diffuso, soprattutto per quanto riguarda i giovani. Lo sarà sempre stato ma forse, oggi, più di sempre. E lei si è limitato a definirlo ulteriormente - così come io l'avevo capito - come una situazione tragica definitiva, che può portare ad un esito veramente tragico. Allora mi domando, da un punto di vista di strumenti umani come la psicanalisi, lei risponde... caso per caso vediamo di darci da fare, di fare quello che è possibile, e lo fa con un certo pessimismo, mi sembra di capire.... E allora forse - l'appello a Fabio viene fatto da diversi di noi - forse sarebbe il caso, Fabio, di cominciare a parlare dell'ultima enciclica

del Papa, della speranza cristiana, perché parla di questo. Parla della situazione attuale nostra e dice come solo nella speranza cristiana noi riusciamo a trovare un momento di recupero di quella situazione iniziale, che lei ha detto, che è la vergogna del Paradiso terrestre. Io mi sono domandato subito: se all'inizio c'è uno stato di tragicità quasi irrecuperabile, è difficile pensare a momenti che siano di recupero e di progresso in questa situazione.

E quindi probabilmente - se uno ha fede - bisogna cominciare a rivolgersi da un'altra parte, per capire come recuperare una tale situazione iniziale. Lei ha parlato dell'inizio dell'umanità, come di uno stato di profonda vergogna e quindi uno stato quasi irrecuperabile, di rottura esistenziale più che di rottura della dignità.

Di una rottura dell'esistenza, cioè un modo di essere che era stato programmato in armonia con Dio, che è stato, per responsabilità dell'uomo, rotto e che l'uomo stesso non può recuperare: ecco, una condizione di definitività dello stato di vergogna.

Allora credo che sarebbe opportuno trovare un momento in cui questo nostro agitarsi nella situazione difficile che viviamo, al di là dell'origine, possa essere visto in una luce diversa e possa avere una speranza anche di recupero. Questa è anche una sollecitazione a fare eventualmente un ulteriore passo di tipo diverso, anche all'interno della scienza che ci aiuta certamente a trovare un modo di dare riparo a una situazione sempre più difficile anche nella società di oggi.

Fabio M.

Non è certo l'ora di parlare di questo che è un tema così grosso, mi riferisco all'ultimo intervento. Io poi quando si parla di questo mi trovo di fronte all'alternativa, che è una vita che mi pongo, se la fede è gratuita o necessaria.

Cioè, se senza la fede non c'è altra soluzione che la devastazione totale del mondo e dell'uomo. Io non ho dato una risposta chiara, ho una mia opinione, ma non credo che sia il caso di dirla ora. Io credo che bisogna trovarla insieme.... non per nulla questo non è uno spazio specificamente ecclesiale, è uno spazio laico rispetto a quello dell'Eucarestia di stamattina. Io credo che bisogna tentare di capire se davvero "solo un Dio ci può salvare". Chi era che lo diceva? Heidegger? E' una grossa alternativa questa: solo un Dio ci può salvare, senno non c'è che la devastazione totale di ogni speranza?! Io mi auguro di no! Io sono ancora del parere che Dio è gratuito, non necessario... un vecchio tema che è stato dibattuto a lungo in passato. Lasciamoci con questo interrogativo aperto.