



La fatica di vivere da adulti

di Daniele Loro



1. Non vi sono solamente le “fatiche” di ruolo

Un’esperienza comune

La “fatica” di vivere da adulto è certamente un’esperienza comune, di cui ogni adulto potrebbe raccontare i particolari. Si tratta di una fatica che è ancor più accentuata dal fatto che essa contrasta con l’idea comune – o che è tale almeno in età giovanile – secondo la quale diventare adulti rappresenta il raggiungimento di quel traguardo della vita in grado di mettere fine a quel lungo e tormentato, a volte rischioso, cammino di crescita che inizia dalla preadolescenza e termina con l’entrata nell’età adulta.

In verità non sarebbe difficile smentire questa convinzione; è sufficiente ricordare alcuni fattori oggettivi, di carattere strutturale, che aiutano a spiegare la difficoltà di vivere che tocca anche gli adulti. Si pensi ad esempio alle profonde *trasformazioni economiche* che sono all’origine di una sostanziale precarizzazione del lavoro, alla fragilità dei *legami familiari* e alla volatilità di molte *appartenenze ideologiche, culturali e politiche*. Per esemplificare tali difficoltà può essere utile fare riferimento a quanto afferma la sociologa Paola Di Nicola: tra le cause odierne della crisi della famiglia vi è il fatto che la vita di coppia – come peraltro tutte le altre espressioni sociali – richiede impegno, energie e tempo per coltivare le relazioni, dentro e fuori la vita familiare; tuttavia, è esattamente il tempo (e con esso l’energia) ciò che manca agli adulti di oggi, il cui tempo disponibile è sempre più occupato «dall’affanno della produzione, dalle necessità di muoversi in spazi sociali e relazionali sempre più frastagliati, disgiunti e compromessi: [...]. Mentre si moltiplicano le cerchie di appartenenza, la regia diventa sempre più complessa e spendiosa»¹.

¹ P. DI NICOLA, *Famiglia, sostantivo plurale. Amarsi, crescere e vive-*

La difficoltà derivante dall'esercizio del ruolo educativo e il suo significato simbolico

Accanto ai fattori oggettivi di difficoltà, a rendere oggi ancor più problematico il vivere da adulti sono forse quei fattori che hanno a che fare con l'esperienza personale dell'adulto nell'esercizio dei propri "ruoli"; tra questi vi è il ruolo educativo nei confronti delle nuove generazioni. Scrive il sociologo Alessandro Cavalli, che i giovani «si trovano a convivere con generazioni di adulti che guardano con incertezza il futuro, hanno accorciato i loro orizzonti temporali, hanno abbandonato speranze e illusioni, ridotto il livello delle loro aspirazioni e, soprattutto hanno spesso rinunciato a porsi come modelli coi quali i giovani possono confrontarsi, per imitarli o rifiutarli. [...] In assenza di paletti (pochi ma ben saldi) piantati dalla generazione dei padri, i giovani sono spesso disorientati»².

Se la ricerca sociologica mette in evidenza il venire meno di una funzione essenziale dell'adulto – essere punto di riferimento per le giovani generazioni –, dal punto di vista psicologico viene l'osservazione secondo cui la causa di tale mancanza è strettamente legata alla crisi di senso vissuta dall'adulto; una crisi che lo rende un «adulto inquieto», come scrive lo psicologo francese Philippe Jeammet, che finisce per coinvolgere non solo il significato stesso del suo essere adulto, ma anche la sua legittimità nell'esercizio di quell'autorità tradizionalmente rivendicata dagli adulti:

«Invece di fungere da modello per l'adolescente e di inquadrarne il percorso, l'adulto inquieto cerca ormai nell'adolescenza *una risposta ai suoi interrogativi sul senso della vita*. Del resto, si tratta di interrogativi non tanto personali quanto di un'intera società, che

re nelle famiglie del terzo millennio, Milano, Franco Angeli 2008, 34.

² A. CAVALLI, *Introduzione a Rapporto giovani. Sesta indagine dell'Istituto Iard sulla condizione giovanile in Italia*, a cura di C. Buzzi, A. Cavalli, A. de Lillo, il Mulino, Bologna 2007, 21. Continua l'autore: «Sono spesso gli adulti ad essere spiazzati di fronte ai cambiamenti epocali ed è proprio per questo che hanno difficoltà a porsi come punti di riferimento e di orientamento. A far problema quindi non sono tanto i giovani quanto la società degli adulti che proietta sui giovani le proprie difficoltà» (*Ibid.*).

non sa più che cosa significhi e comporti essere adulti, che cosa si abbia il diritto di aspettarsi da loro, che cosa legittimi la loro posizione di autorità»³.

Si può assumere la pesantezza e la difficoltà di esercitare il ruolo educativo come simbolo di una più generale difficoltà che gli adulti si trovano a vivere quando esercitano ogni altro ruolo sociale, professionale, culturale e così via. Se tale fatica di vivere si limitasse all'esercizio dei ruoli, si tratterebbe già di per sé di una fatica non da poco, data la sua complessità e delicatezza. Tuttavia, la fatica nell'esercizio dei propri ruoli emerge nell'adulto con ancora maggiore evidenza, se rispecchia a sua volta una fatica più profonda e interiore che egli si trova a vivere in vario modo proprio in quanto "adulto": la fatica che è insita nel percorso del diventare adulti e che rappresenta un compito che non termina di certo con il passaggio dall'età giovanile all'età adulta, ma si dispiega lungo l'intero ciclo dell'adulthood.

2. La fatica di "diventare" adulti

Diventare adulti sembra essere un fatto comune e abbastanza evidente

Prima o poi, se non accadono eventi tragici, tutti diventano adulti⁴. Il modo con cui si entra nella vita adulta, e se ne percorre il tragitto, non è però lineare, né ovviamente è uguale per tutti. In ogni caso, però, tale percorso è scandito da molti "passaggi", che non riguardano solamente le grandi fasi in cui si articola cronologicamente l'adulthood, ma si riferiscono anche e soprattutto ai fatti e alle esperienze che si vivono all'interno di ciascuna fase e che possono riguardare sia gli eventi più importanti (gioiosi o dolorosi), sia le vicende in apparenza meno significative ma ugualmente in grado di provocare comunque un cambiamento, i cui effetti si possono comprendere a volte solo a distanza di tempo.

³ P. JEAMMET, *Adulti senza riserva. Quel che aiuta un adolescente*, trad. dal francese, Raffaello Cortina, Milano 2009, 75.

⁴ D. DEMETRIO, *Filosofia dell'educazione ed età adulta. Simbologie, miti e immagini di sé*, Utet Libreria, Torino 2003, XVI.

I passaggi di vita nel raggiungimento dell'adulthood psicologica e sociale

Secondo M. Knowles⁵, si diventa adulti dapprima a livello *biologico*, nel senso che l'adulthood si manifesta dapprima con il raggiungimento della capacità di riproduzione sessuale. È un vero e proprio "passaggio di vita", pienamente visibile, che segna la fine dell'infanzia e che dà il via alla fase dell'adolescenza e della giovinezza. Il passaggio successivo è dato dal raggiungimento dell'età *legale*, che è considerata giuridicamente come lo spartiacque tra minorità e adulthood, con tutti i diritti e i doveri connessi formalmente a tale raggiungimento. Ad essa segue il momento dell'assunzione di ruoli e responsabilità *sociali*, e il concomitante e/o successivo raggiungimento della capacità *psicologica* di vivere come persone autonome e responsabili.

Appare evidente, già da questa successione di momenti, che si diventa adulti per gradi e su dimensioni esistenziali differenti, tutte peraltro notevolmente impegnative, il cui esito finale è rappresentato di norma – ma non è scontato che ciò accada sempre – dall'inserimento nel contesto socio-culturale di appartenenza e dalla conseguente assunzione dei ruoli sociali. Se Knowles sembra dare esclusivo risalto al processo che porta l'adulto ad assumere in modo consapevole i ruoli che è chiamato a ricoprire in società, c'è da chiedersi se la descrizione del pedagogista americano possa essere sufficiente o se non sia mancante della dimensione più strettamente conoscitiva e riflessiva, che segna il passaggio da uno "stato di coscienza di sé" ad uno più profondo. Se questo fosse vero, se cioè fosse necessario tenere presente anche la dimensione riflessiva e conoscitiva, ciò significherebbe che si diventa adulti non solo per quello che gradualmente si è in grado di "fare" (aspetto sociale), ma anche per quello che si diviene capaci di "sapere" di sé e quindi di "essere" in quanto adulti.

⁵ M. KNOWLES, *Quando l'adulto impara. Pedagogia e andragogia*, trad. dall'inglese, Franco Angeli, Milano 1996² (1993), 76-77.

Diventare adulti attraverso un approfondimento del proprio stato di coscienza

Che il diventare adulti possa essere legato ad un passaggio di vita legato al proprio stato di coscienza, sembra già visibile nei primi decenni del Novecento nel pensiero di C. G. Jung, secondo cui l'emergere in età adulta del secondo Io (*senex*) accanto al primo Io (*puer*), porta con sé non solo il compito di far convivere entrambe le dimensioni, espressioni rispettivamente del principio di criticità e cambiamento (*puer*) e di stabilità e permanenza (*senex*), ma anche la consapevolezza di entrare in uno stato di coscienza più ampio ed elevato – inizialmente non del tutto consapevole – rispetto a quello giovanile. Queste le parole di Jung, in un suo scritto del 1930:

«Fra i trentacinque e i quaranta anni [oggi è ipotizzabile che ciò accada circa dieci anni dopo] si prepara una *profonda modificazione dell'anima umana*. Non si tratta dapprima di una modificazione cosciente, che si possa osservare; *ma si tratta piuttosto di indizi indiretti di trasformazioni che sembrano partire dall'incosciente*. Talvolta avviene come una lenta modificazione del carattere, talaltra ricompaiono tratti spariti fin dall'infanzia, oppure accade che inclinazioni e interessi avuti e manifestati sino ad allora comincino ad impallidire, facendo posto ad altri»⁶.

Jung constata che gli adulti spesso ignorano la possibilità di cambiamenti anche radicali nella propria vita, pertanto «giungono impreparati alla seconda metà della vita»; ma quello che è peggio, è che essi vi arrivano con il bagaglio di idee e valori ritenuti buoni fino a quel momento, mentre in realtà possono non essere più tali nel prosieguo dell'esistenza. Infatti: «Non è possibile vivere la sera della vita seguendo lo stesso programma del mattino, poiché ciò che sino ad allora aveva grande importanza ne avrà ora ben poca, e la verità del mattino costituisce l'errore della sera»⁷. Da qui, secondo Jung, l'accentuarsi della riflessività e della analisi introspettiva, che dovrebbero sempre caratterizzare

⁶ C. G. JUNG, *Le diverse età dell'uomo*, in *Il problema dell'inconscio nella psicologia moderna*, trad. dal tedesco, Einaudi, Torino 1979⁶ (1942, 1964), 181. Il corsivo è mio.

⁷ *Idem*, 185.

sia l'adulthood di mezzo, sia la vita anziana, arrivando fino a confrontarsi e a fare esperienza della realtà più profonda della vita umana.

A mostrare la permanenza di una visione della vita adulta, segnata dal passaggio da uno stato di consapevolezza ad un altro, può essere utile fare riferimento a quanto Duccio Demetrio espone in un suo libro del 2005, *In età adulta. Le mutevoli fisionomie*, dedicato espressamente alla riflessione sulla "maturità" dell'adulto. Nella parte centrale del libro Demetrio descrive il passaggio dall'una all'altra delle tre grandi fasi dell'età adulta: quella del giovane adulto, dell'adulthood media e della tarda adulthood. Tutte e tre appaiono caratterizzate da uno stato di coscienza differenziato, che il pedagogista milanese indica simbolicamente con immagini tratte proprio dai diversi stati percettivi che scandiscono normalmente lo scorrere della vita individuale nell'arco di tempo di una giornata: il *sopore* del mattino, la *veglia* che caratterizza la metà della giornata e il *sonno*, riferito all'avvicinarsi progressivo al tramonto del giorno.

Il tempo del *sopore*⁸ è quello in cui il giovane adulto pensa e opera credendo di arrivare presto alla stabilità di un punto fermo e definitivo (rappresentato ad esempio dalla conquista del proprio posto nella società); inoltre, egli ritiene di avere una visione pratica, lucida e positiva della vita, grazie alla sua migliore preparazione rispetto alle generazioni più anziane. In realtà il giovane adulto mostra di non aver compreso ancora molto che cosa siano, ad esempio, il tempo, lo spazio, i progetti, il pensiero, perché non ha ancora riflettuto sulla loro realtà più profonda. Ritiene di essere sveglio, mentre in realtà sta ancora dormendo.

Il tempo della *veglia*⁹ è il tempo che inizia quando l'adulto si accorge, spesso all'improvviso e in modo inaspettato, che quello che in precedenza credeva chiaro ed evidente, progettabile a piacere, ora gli appare ben più opaco e inafferrabile di quanto poteva pensare. Il risveglio

⁸ D. DEMETRIO, *In età adulta. Le mutevoli fisionomie*, Angelo Guerini e Associati, Milano 2005, 51-81.

⁹ *Idem*, 83-125.

arriva, dunque, nel momento in cui il disincanto apre gli occhi dell'adulto sulla quotidianità, sul senso della ripetizione, sulla più lenta e faticosa logica della affermazione di sé. È anche il tempo in cui l'adulto scopre la presenza di sempre nuove "soglie" della vita da varcare; è il tempo in cui egli comprende quanto le cose che vive gli stiano diventando più care di prima, e come esse assumano un'altra compostezza e un valore più stabile. Lo stato del *sonno*¹⁰ è il tempo che avvia alla vita anziana e sembrerebbe caratterizzarsi solamente dall'esperienza della pace e del riposo tanto desiderati; in realtà è anche il tempo in cui l'adulto lascia le consegne ad altri; fa i conti con la sua storia, in particolare con quanto in precedenza non ha voluto, saputo o potuto fare o dire; riscopre nuovi modi di vivere l'affettività e la tenerezza, che non appaiono più come propri solamente delle frasi precedenti della vita; è dunque un tempo con nuove occupazioni per la memoria, nuove riflessioni da elaborare e nuove soglie esistenziali da avvicinare e da "abitare".

Alle riflessioni di Jung e di Demetrio circa il ruolo del cambiamento nello stato di coscienza nell'adulto, si potrebbero accostare anche altre considerazioni, oggi di particolare attualità. Tra questa, una in particolare: da dove può scaturire nell'adulto la consapevolezza che la vita non si può ridurre alla sola dimensione economica e funzionale, oggi dominante, e che essa si offre, più in profondità, anche alla lettura *simbolica* e all'esperienza *spirituale* e infine anche *religiosa*? Posto che una tale consapevolezza non si possa più considerare come un fatto acquisito in via preventiva, come sarebbe possibile pervenire ad essa, se non in presenza di un "passaggio di vita" in grado di provocare un mutamento non solo nel modo di vedere ma anche in quello di pensare la realtà, dentro e fuori di sé? L'esperienza spirituale e quella religiosa sarebbero incomprensibili in assenza di un mutamento sostanziale nello stato di coscienza dell'adulto, perché è questo mutamento che permette di vedere e interpretare la realtà in modo del tutto diverso rispetto al passato. Se tale mutamento

¹⁰ *Idem*, 127-152.

di coscienza non ci fosse, si potrebbe dubitare seriamente dell'autenticità di tali esperienze.

La fatica che l'adulto si trova a vivere è dunque anche quella di comprendere la stratificazione dei significati che possono essere presenti nell'esperienza dei "passaggi di vita" che hanno scandito o continuano a scandire la sua vita. Per capirli, l'adulto non può forse fare altro che fermarsi a riflettere sul significato che può emergere dal loro modo di accadere e di essere vissuti.

3. La fatica di "comprendere" la logica che sottende l'esperienza di adultità *L'adulto e la riflessione interpretativa sui "passaggi di vita"*

Nello scorrere della vita individuale, accanto a momenti di assoluta normalità, in cui i vissuti scivolano via secondo i ritmi abituali del tempo e delle occupazioni, tanto da essere spesso dimenticati perché non lasciano tracce, ve ne sono altri che vengono vissuti come veri e propri "passaggi di vita", la cui caratteristica fondamentale è di interrompere lo scorrere abituale del tempo e di provocare in tal modo l'arresto di un pensiero altrettanto abituale. In entrambi i casi i passaggi di vita operano un frattura che divide il "prima" dal "poi", nell'esistenza dell'adulto che li vive e nel suo modo di pensare la realtà che sta vivendo.

Si può ipotizzare che più si comprende "come" avvengono in profondità questi passaggi e più sarà possibile interpretare "che cosa" possono significare, fino ad arrivare ad intuire che potrebbero indicare – se attentamente analizzati – anche la presenza di una vera e propria logica di senso, che passa al di sotto di eventi apparentemente anche molto diversi tra loro.

Alcune caratteristiche dei passaggi di vita: crisi, cambiamento e nuova consapevolezza di sé

Nel libro *Passaggi di vita. Le crisi che ci spingono a crescere*, la psicologa e scrittrice Alba Marcoli osserva che ogni individuo si è trovato tante volte a fare esperienza di un improvviso spaesamento, dato «dalle svolte e dai grandi cambiamenti della vita, dallo scenario che improvvisamente ci

cambia intorno, con la perdita delle sicurezze, del nostro equilibrio mentale precedente, costruito su una situazione diversa, e con la fatica di orientarci per cercarne uno nuovo, più adatto alla situazione attuale»¹¹. Le sensazioni che si provano in questi casi, continua l'autrice, sono entrambe penose e si mescolano tra loro: da una parte si percepisce «la perdita delle sicurezze precedenti», dall'altra si vive «lo spaesamento, la paura il terrore del nuovo».

«Il passaggio dall'infanzia all'adolescenza, dall'adolescenza all'età adulta, i passaggi d'età, di condizione e di ruolo, l'entrare nei quaranta e poi nei cinquant'anni e così via, la nascita del primo figlio, la perdita di una o più persone care, i traslochi, i cambiamenti di lavoro prima e il pensionamento poi, le separazioni, il crescere dei figli con le gioie e i problemi che comportano ecc. ecc.. sono solo alcuni degli infiniti esempi di passaggi e di svolte che la vita ci può far vivere nel corso del tempo.

E in questi passaggi ognuno di noi attraversa inevitabilmente il territorio di nessuno rappresentato dal non essere più esattamente quello di prima, ma dal non sapere ancora chi siamo e chi diventeremo»¹².

La prima e forse più significativa caratteristica dei “passaggi di vita” è data dal fatto che essi portano con sé l'esperienza della “crisi”, ossia della rottura e dunque della separazione di ciò che dapprima appariva unito e che segnava lo svolgimento fino a quel momento continuativo e abituale di un certo modo di vivere. La rottura può essere provocata dall'accadimento di un evento esterno che irrompe all'improvviso, oppure può essere provocata da una decisione che parte dall'interno; in entrambi i casi la presenza della crisi è data dalla consapevolezza del venir meno di un equilibrio o di una sintesi anteriore, che appare svanita o del tutto inadeguata rispetto alla situazione venutasi a creare. Da qui la necessità della rottura o del distacco forzoso da ciò che si era o si viveva prima, perché ora quella realtà non c'è più o non è più giudicata allo stesso modo. La crisi può accadere in un momento, ma solitamente è frutto di un processo che

¹¹ A. MARCOLI, *Passaggi di vita. Le crisi che ci spingono a crescere*, Arnoldo Mondadori, Milano 2003, ristampa 2009, 5.

¹² *Idem*, 6.

è iniziato prima del suo emergere alla coscienza e che certamente continuerà, poco o tanto, anche dopo che è accaduta. La crisi, quindi, è vissuta necessariamente nel tempo, tanto che si può parlare di un inizio, di uno svolgimento e di un termine della crisi, al punto tale che se non si ha consapevolezza della spaccatura avvenuta tra il “prima” e il “poi” di un determinato evento, «non si può parlare di crisi»¹³. Il vissuto di crisi, infatti, è tale che, «quando la crisi è in atto, chi la vive non sa come finirà, se bene o male, se la supererà e come»¹⁴. Si comprende, quindi, come essa sia portatrice di un vissuto segnato rispettivamente: dal “lutto” per la perdita di qualcosa di significativo e di affettivamente vicino; dalla “angoscia” che indica un allarme e una necessità di cambiamento; dal “conflitto”, perché in gioco si avverte essere la propria identità, che appare in contrasto con la realtà esterna¹⁵.

L'esito della crisi è l'attuarsi di un passaggio, ossia di un “cambiamento”, che è paragonabile ad un'esperienza di distruzione e di morte, seguita – se la crisi evolve positivamente – da un sentimento di rinascita¹⁶. È dunque un'esperienza del nuovo, cioè di una sintesi conoscitiva e di un equilibrio esistenziale in grado di offrire una visione più adeguata e ricca della propria vita. Se il soggetto, mentre la vive, si rende conto di quello che perde o abbandona, prima di sapere quello che potrà trovare, l'esito conclusivo di una crisi porta con sé la consapevolezza di un arricchimento: «Una crisi superata diventa per tutti un grosso patrimonio mentale perché rinforza la fiducia nelle nostre capacità e quindi l'autostima. (...). Non c'è come l'aver attraversato e superato le difficoltà di una crisi che ci permetta di fidarci di noi stessi e delle nostre risorse»¹⁷.

¹³ P-C. RACAMIER, S. TACCANI, *La crisi necessaria. Il lavoro incerto*, Franco Angeli, Milano 2010, 24.

¹⁴ *Ibid.*, 23.

¹⁵ *Ibid.*, 26-30.

¹⁶ *Ibid.*, 37.

¹⁷ MARCOLI, *Passaggi di vita*, 23.

Oltre l'analisi psicologica: la ricerca di senso

L'analisi psicologica dei passaggi di vita, se da una parte è positiva perché rivela le dinamiche che li caratterizzano, dall'altra sembra non essere in grado di andare oltre il piano descrittivo e accedere a quello "interpretativo", vale a dire al piano della comprensione del senso esistenziale complessivo che l'esperienza di un passaggio di vita porta con sé. In effetti, indicare che esso comporta una situazione di crisi, di cambiamento e di ridefinizione di un nuovo equilibrio non aiuta l'adulto a comprendere che significato può avere tutto questo per sé, ossia che cosa gli permette di capire di più e di meglio circa il senso della propria vita. Da qui la necessità di andare oltre l'orizzonte tipicamente psicologico, pur continuando ad utilizzare le conoscenze che derivano da questo versante.

La fatica che l'adulto è chiamato ad assumere, se è interessato a farlo, è di comprendere se nell'insieme delle vicende attraverso le quali si snoda la propria vita, e tra le quali spiccano per importanza quei momenti che ne scandiscono i "passaggi" più importanti, si possa individuare la presenza di una "logica", ossia una visione concettualmente ragionata e coerente, in grado di legare tra loro la molteplicità degli eventi vissuti e di ricondurli ad un disegno unitario e convincente perché dotato di senso.

Un movimento orizzontale di "identificazione" e "distacco" con la realtà esterna

Nel suo libro *Le età della vita*, Romano Guardini, descrivendo in particolare il passaggio dall'età giovanile a quella adulta (analogo a questo è anche il passaggio dall'adulterità all'età anziana), non parla solamente di un'esperienza di crisi, ma osserva anche che si tratta di un passaggio che comporta di volta in volta un «distacco»¹⁸. Ora, se il passaggio da un'età all'altra è segnato da un distacco, dunque da una fuoriuscita, ciò fa pensare che tale dinamismo comporti in

¹⁸ R. GUARDINI, *Le età della vita. Loro significato educativo e morale*, trad. dal tedesco, Vita e Pensiero, Milano 1992² (1986), 60 [ed. or., 1957⁴]. «In seguito sorge un'altra crisi. Essa è connessa al fatto che l'uomo diventa vecchio: lo chiameremo processo del distacco» (*Ibid.*, 73).

precedenza il processo opposto di unione o di identificazione. Ora, non potrebbe essere proprio questo il movimento esistenziale che scandisce l'intera esistenza di un adulto, scavandola gradualmente in profondità, e che, se compreso nel suo significato, può contribuire ad intuire la presenza di una logica di senso che si delinea proprio tra le pieghe della sua esperienza quotidiana?

Premesso che il grande problema dell'essere umano ad ogni età è di comprendere se stesso attraverso il suo rapportarsi con la realtà in cui vive e con la quale non può non relazionarsi, si potrebbero ipotizzare due cose in relazione agli adulti:

- che l'esperienza di adultità si delinea passando attraverso la progressiva esperienza di due "movimenti esistenziali" opposti e correlati: un movimento di *identificazione* o attaccamento, e un movimento di *dis-identificazione* o distacco; si potrebbe pensare questo movimento come caratterizzato dalla orizzontalità della relazione tra l'adulto e la realtà esterna;
- che sul movimento sopra esposto si innesta un altro movimento, che potrebbe essere definito di natura verticale, nel senso che attraverso il procedere del primo movimento si delinea una tensione dinamica che spinge l'adulto in una duplice direzione di natura verticale: di *discesa* in profondità all'interno di sé (vita interiore), e di *ascesa* in direzione di una sempre più consapevole esigenza di ampliamento nel senso della trascendenza, nella visione della realtà esterna (vita spirituale).

Per quanto riguarda il primo movimento, quello orizzontale, esso avviene nella direzione dall'interno verso l'esterno, in un processo di *identificazione* dell'adulto con un determinato aspetto della realtà esterna; in tal modo l'adulto si rende visibile, nel senso che la sua vita assume la forma di ciò con cui egli si identifica: l'esempio più emblematico può essere quello dell'assunzione dei ruoli sociali che definiscono la riconoscibilità e dunque l'identità sociale dell'adulto. Si potrebbe parlare di un processo di "attaccamento"¹⁹ ad un

¹⁹Il pensiero corre alla teoria dell'attaccamento, che caratterizza i pri-

modo di essere e di vivere, e dunque di una storicizzazione dell'adulto, che si incarna nel "qui e ora" di ciò che vive e il cui intento è di diminuire, se non di annullare, la distanza tra sé e la realtà. Si pensi ai primi anni del giovane adulto che è impegnato a radicarsi nel mondo del lavoro, a mettere su casa e famiglia. In questi casi accade sovente che tale processo sia talmente grande e assorbente, da costringerlo a mettere in secondo piano eventuali altri interessi o valori, non tanto perché non siano più presenti o abbiano perso di valore – anche se ciò può sempre accadere – ma nel senso che al giovane adulto appare essenziale e dunque prioritario pervenire ad un solido e concreto radicamento nella realtà economica e sociale, che può arrivare fino al punto in cui l'adulto può finire per identificarsi totalmente con questo aspetto della realtà considerandolo come il solo dotato di valore.

Il movimento orizzontale opposto, che va dall'esterno verso l'interno, è il movimento di *distacco* o *separazione* dell'adulto dalla realtà con la quale si era dapprima identificato. Può trattarsi di un distacco dovuto al venir meno, per ragioni oggettive e quindi indipendenti dalla volontà del soggetto, di quella stessa realtà esterna (si pensi all'improvvisa perdita del lavoro o di una persona cara); ma può trattarsi anche dell'emergere di una progressiva discrepanza tra sé e la realtà, con cui dapprima si era identificato, che l'adulto vive quando avverte che l'identificazione con essa non è più in grado di rispondere alle sue nuove esigenze o ai suoi desideri e progetti. Ciò che accade in questo caso è un gesto di rottura dovuto ad un processo di "relativizzazione" del significato e quindi del valore di quella dimensione della vita con la quale dapprima si era identificato. È il caso, ad esempio, dell'adulto di mezza età di cui parla Jung, come si è visto sopra, o di cui parla Daniel Levinson a metà degli anni Ottanta, quando parla della crisi che colpisce l'adulto che – dopo aver speso tempo ed energie per sistemarsi affettivamente e

mi anni del rapporto tra madre e bambino, come descritto dallo psicologo inglese John Bowlby (1907-1990). Negli ultimi decenni si stanno ampliando gli studi psicologici sul processo di attaccamento presente anche nell'intero ciclo di vita, quindi dall'infanzia all'età adulta.

professionalmente – inizia ad interrogarsi criticamente circa il valore effettivo di quanto fatto e ritenuto valido fino a quel momento²⁰. Può essere anche il caso di cui parla Guardini, quando si riferisce alla «nausea» e al «grande disincanto» dell'adulto nei confronti del mondo in cui vive, e che egli si trova a sperimentare ad un certo momento della sua vita²¹. Ciò che segue al processo di relativizzazione è un processo di “dis-identificazione” dalla precedente identità. Tale processo può portare alla paralisi dell'adulto, incapace di vedersi e di pensarsi in assenza di ciò in cui si era precedentemente identificato, oppure può dare vita, certamente non in modo indolore, ad un movimento di ritorno a se stesso (Cf il classico “rientrare in se stesso” della tradizione platonico-agostiniana).

In tal modo è evidente che l'adulto – mentre si volge verso di sé – si ritrova ad “abitare la distanza” esistente tra sé e la realtà esterna, con tutto ciò che ne consegue quanto a sofferenza, smarrimento e incertezza nella percezione della propria identità. In compenso, però, guadagna la possibilità di ridefinire se stesso in modo diverso dal passato. L'esempio che può descrivere questa situazione può essere tratto dalla domanda che l'adulto si pone dopo aver vissuto delle situazioni di separazione (ad es. matrimoniale) o di distacco (ad es. dal lavoro o da un'appartenenza politica): “E adesso chi sono io, che cosa faccio, che ne è della mia vita”? Accade di norma che dal tipo di risposta a queste domande – e ad altre simili – l'adulto determini il proprio modo di porsi nei confronti del futuro. In questo senso il distacco può essere accolto come esperienza liberante, sia pure dolorosa, se si avverte che la relativizzazione del precedente processo di identificazione crea le condizioni per nuove e più profonde identificazioni con la realtà.

²⁰ D. LEVINSON, *La struttura della vita individuale*, in Chiara Saraceno (a cura di), *Età e corso della vita*, il Mulino, Bologna 1986, 123-142.

²¹ GUARDINI, *Le età della vita*, 70.

Necessità del movimento; se non avviene può essere causa di disagio e di crisi.

Il duplice movimento interno/esterno, sopra descritto, è da considerarsi necessario in entrambi i momenti, perché se venisse a mancare uno dei due, non solo anche l'altro sarebbe mancante, ma ad essere colpito – è da supporre – sarebbe il processo di adultizzazione dell'individuo.

Infatti, senza identificazione nei diversi ruoli, l'adulto non potrebbe conoscere se stesso attraverso il suo mostrarsi e la riflessione su questa manifestazione di sé. Questo potrebbe spiegare la ragione per cui il mancato raggiungimento di determinati traguardi realizzativi possa avere come conseguenza l'emergere di uno stato di smarrimento e di incertezza, che può sfociare in fenomeni di marginalità o di carenza di autostima.

D'altro canto, in assenza di un'esperienza di distacco dalle proprie identificazioni la conseguenza sarebbe l'irrigidirsi dell'adulto nei ruoli e dunque l'incapacità di riconoscersi al di fuori di essi. Ne deriverebbe l'incapacità di pensarsi in altre situazioni e dunque di affrontare problemi diversi o situazioni di vita del tutto nuove. Anche questa incapacità aiuterebbe a capire meglio perché vi sono adulti che non sanno affrontare il nuovo. Un esempio emblematico potrebbe essere l'incapacità di vivere il pensionamento e dunque l'uscita dai ruoli professionali, oppure l'incapacità di una coppia di riformulare le proprie dinamiche dopo che i figli abbiano lasciato il nido familiare. Un esempio drammatico di questa difficoltà è l'esito violento – a volte tragico – di certe separazioni tra fidanzati o tra coniugi.

Dalla natura "orizzontale" a quella "verticale" del duplice movimento.

Se il movimento esistenziale sopra descritto può essere immaginato come un movimento di natura "orizzontale", nel senso della relazione tra soggetto e realtà, si può ipotizzare che nel ripetersi nel tempo di questa esperienza di esterno/interno, identificazione/distacco, assolutizzazione/relativizzazione, maturi un movimento esistenziale diverso, di natura "verticale", da intendersi in un duplice senso:

- nel senso del radicarsi più in profondità dentro di sé (verticalità verso il basso o verso l'interiorità) della consapevolezza di ciò che si è o che si vorrebbe essere, al di là delle esperienze di identificazione con la realtà esterna; è in questa direzione che si arriva a comprendere quella che potrebbe essere posta come la domanda antropologica di fondo: "io chi sono"? Sono ciò che mi costruisco nel tempo con la mia sola libertà o divengo ciò che in fondo sono da sempre, nella misura in cui scopro e perseguo ciò che riconosco sempre più di essere?
- nel senso di un dilatarsi della visione conoscitiva della realtà esterna (verticalità verso l'alto o verso l'oltre) ad opera della consapevolezza della necessità di una sua comprensione ulteriore e all'interno di un orizzonte di senso sempre più ampio; è in questa dilatazione conoscitiva che può trovare spiegazione l'esperienza del passaggio graduale – spesso faticoso e con fasi alterne di avanzamento e di regressione – da una visione materiale e funzionale della realtà, ad una sua visione "simbolica" (ciò che si comprende e si vive rinvia ad altri significati), "spirituale" (la vita partecipa del principio vitale che anima l'intera realtà: lo spirito) e infine "religiosa" (quel principio vitale è una Persona, cioè un principio vivente, pensante e amante).

Questo movimento verticale, di radicamento nel sé e nella realtà, non si realizzerebbe in assenza del precedente movimento orizzontale, scandito dalla successione di fasi di radicamento nella realtà e di trascendimento di essa.

L'esistenza dell'adulto come esperienza di "uscita".

L'esperienza permanente dell'identificazione e del distacco può essere collocabile all'interno della grande esperienza universale di ciò che significa "esistere". Seguendo il filosofo torinese Luigi Pareyson che richiama il significato etimologico del termine *esistenza* (dal latino *ex-sistere*), è possibile ricavare l'indicazione secondo cui l'esistenza è il modo attraverso cui l'adulto gradualmente "esce fuori" da uno stato precedente di indeterminatezza, assumendo e mostrando la sua forma. L'esistenza è il movimento dello sporgersi, del farsi avanti e dell'emergere; allo stesso

modo l'adulto, esistendo, riconosce se stesso per ciò che è.

L'interpretazione del duplice movimento dell'adulto (in particolare l'esperienza del distacco), appare come un movimento esistenziale perché questi "esiste" sia quando esce dalla propria indeterminazione e assume una forma definita (ad esempio quella dei ruoli sociali), sia quando si distacca da questi (quindi esce fuori dalle identificazioni codificate) per essere restituito alla sua forma originaria di "possibilità", quindi di libertà di essere. Intrinseco all'atto di esistere, e dunque di entrare nella vita, vi è anche il dinamismo dell'atto di uscita e insieme di delimitazione o determinazione; a ciò va incontro tutto ciò che esiste²², e dunque anche l'adulto.

Pensando all'adulthood, si potrebbe concludere dicendo che la fatica ultima dell'adulto, la più profonda e la più lunga, è quella di "uscire" sempre più dalla propria indeterminazione per assumere una forma via via sempre più determinata. L'esito di questa uscita può sembrare paradossale, mentre in realtà assume un carattere fortemente simbolico: da una parte l'adulto si determina visibilmente e socialmente attraverso i ruoli che assume; dall'altra il vero obiettivo di fondo è quello di pervenire alla propria "forma originale" in quanto persona, quella forma che si intuisce essere tale, quando ciò che si comprende venire dal profondo della propria identità si incontra e si riconosce con quella che, tra le forme storiche di vita espresse dai ruoli, appare come il suo *habitus* più congeniale. In una parola, la fatica decisiva dell'adulto è di manifestare nel contempo la propria vita interiore nello stile di vita che si è scelto di assumere, e di radicare quest'ultimo là dove si sperimenta essere il "centro" della propria esistenza.

SOMMARIO

L'autore mostra come l'adulto si trovi ad affrontare un insieme di "fatiche" esistenziali, che sono connesse alla stessa esperienza di adultità. Tali fatiche non si limitano alle comuni difficoltà, legate all'esercizio dei ruoli sociali, come quelli fami-

²² L. PAREYSON, *Studi sull'esistenzialismo*, Sansoni, Firenze 1950² (1943), prima ristampa 1971, 14.

liari, sociali o professionali, ma si radicano nella stessa esperienza del diventare adulti e poi nel vivere da adulti. In questo contesto acquistano particolare rilievo i "passaggi di vita", cioè eventi o situazioni, che possono essere gioiose o dolorose, nelle quali l'adulto sperimenta più direttamente la sofferta esperienza del cambiamento. L'impegno nella riflessione sulle proprie esperienze, e in particolare sui passaggi di vita, può aiutare l'adulto ad individuare all'interno di sé la presenza di un dinamismo esistenziale costante, che può essere assunto come portatore di una "logica di senso" che permette di comprendere, al tempo stesso, che la vita adulta può essere vissuta come esperienza di vita interiore e come scoperta consapevole della dimensione trascendente che caratterizza l'esistenza.

The difficulty of living as adults

ABSTRACT

The author shows how the adult has to face a set of existential "labours", connected to the same adulthood experience. These labours aren't limited to common problems, related to the exercise of social roles, like the family, social or professional ones, but are rooted in the experience of becoming an adult and later of living as an adult. In this context "life passages" acquire particular emphasis, namely events or situations that can be joyful or painful, in which the adult experiences more directly the painful experience of changing. The dedication to the reflection on his own experiences, and in particular on life passages, can help the adult to find inside him the presence of a constant existential dynamism, which can be taken as a "logic of sense" bringer, that at the same time allows us to understand that adult life can be lived as an inner-life experience and as a conscious discovery of the transcendent dimension that characterizes the existence.