

## LE SCELTE DI VITA

Dove vi è scelta vi è libertà (nel senso filosofico del libero arbitrio). La scelta implica infatti l'espressione di una preferenza in un contesto di possibilità diverse. Per preferire un'opzione occorre essere liberi di poterla anche scartare. Discutere di scelte implica quindi ammettere l'esistenza del libero arbitrio.

Tuttavia, come ho già scritto nell'articolo "Il libero arbitrio tra paradossi e felicità", ritengo che l'esistenza del libero arbitrio non possa essere né affermata né negata: è una questione indecidibile. Con questa precisazione mi accingo a trattare il tema delle scelte di vita: immagino come esistente ciò della cui esistenza non posso essere certo. Del resto, la sensazione di essere liberi (in certi momenti della vita), e di avere un potere di determinazione su noi stessi, è un dato comune a tutte le persone che conosco, e anch'io la provo.

La scelta, quando c'è, non può mai essere evitata: basta essere consapevoli della sua possibilità per diventarne attori obbligati. Dalla scelta non ci si può sottrarre e anche scegliere di non scegliere è in realtà una scelta. Non scegliere (per esempio) fra due opzioni diverse dallo stato attuale (chiamiamole "A" e "B") vuol dire restare nella condizione esistente (chiamiamola "*non A e non B*") di fronte alla possibilità di mutare la situazione in "A" o in "B". È anch'essa una scelta. Inoltre le cose possono essere più complesse: la situazione "*non A e non B*" può lentamente mutare per forza propria e trasformarsi in "A" (come se avessi scelto "A") a meno che io non scelga "B" entro un lasso di tempo. In tal caso non scegliere vuol dire acconsentire al lento passaggio verso "A", fino alla sua irreversibilità. È anch'essa una scelta. In altri casi accade che certe opportunità occorrono per un tempo breve: non scegliere durante quell'intervallo equivale a scegliere di scartarle. È un caso molto frequente. Nella vita a volte ci vuole tempismo: il treno va preso quando passa, e certi treni passano poche volte o perfino una volta sola.

In assenza della consapevolezza della pluralità di opzioni, il perseguimento di uno degli oggetti possibili è ancora considerabile una scelta? Quanto meno ai fini della presente analisi direi di no, perché difetta l'elemento psicologico della decisione fra una pluralità di stati percepiti come (alternativamente) possibili.

Tale connotato psicologico comporta un elemento di tensione (se non anche di disagio, o di ansia, e a volte perfino di angoscia), che è caratteristico della scelta, ed è legato al fatto che ogni scelta, per definizione, comporta anche una rinuncia. Se v'è un'opzione seguita ve ne è anche (almeno) una rinunciata. Stante la limitatezza, spaziale e temporale, dell'azione di ogni essere umano, la rinuncia è proprio uno dei caratteri ineliminabili della vita, perché sono molto, anzi moltissimo, di più gli oggetti rinunciati rispetto a quelli scelti. Ciò si accentua con le scelte di vita, vale a dire quelle scelte le cui conseguenze incidono in modo profondo sui futuri comportamenti e incontri e pensieri di una persona. In quest'ambito le rinunce pesano molto di più. Basta pensare a tutti i partner che non abbiamo avuto, a tutte le professioni che non abbiamo esercitato, a tutti i libri che non abbiamo letto, a tutti i figli che non abbiamo generato ... Tutto quel che avremmo potuto essere e che non saremo mai. Bisogna sempre fare i conti, e saper scendere a patti, con la nostra finitudine.

Saper convivere con la rinuncia è quindi un fondamentale requisito per una vita al contempo consapevole e serena. Altrimenti si può avere la tentazione di scegliere il meno possibile, ma abbiamo già visto che ciò è illusorio. Dalle scelte non si scappa, a meno di non ottundere quella consapevolezza che abbiamo visto essere un elemento necessario della scelta. Se non so che ho delle alternative, non ho nulla da scegliere, e quindi non soffro i dolori che ogni atto di scelta mi procura. Ma è desiderabile?

Qui entra in gioco un attore fondamentale di tutta la vicenda: l'immaginazione. Lo sviluppo di questa facoltà amplifica l'universo delle scelte prospettabili. L'immaginazione è alla radice delle possibilità di scelta al pari delle vicende concrete della vita (salvo i casi estremi, come quelli delle gravi privazioni della libertà o della salute, dovute per esempio alla carcerazione o alle invalidità fisiche estese). L'immaginazione apre le porte a quella fondazione di un mondo che consegue a ogni scelta. Su di essa incidono l'intelligenza, la cultura, l'esperienza, la personalità, il temperamento, il sesso e altro ancora. L'immaginazione è importante perché supplisce alla limitatezza delle nostre esperienze, confinate in un *hic et nunc* storico, geografico e sociale. Ciononostante, è difficile che essa possa stare al passo col reale: la realtà spesso la supera anche nel campo degli scenari di vita. Il mondo è pieno di vite distanti dalla nostra, delle quali possiamo renderci conto soltanto entrandovi in contatto.

L'immaginazione può costruire delle false possibilità? È il tema delle aspettative irrealistiche e delle scelte di vita (soprattutto in campo professionale, ma anche in quello affettivo) destinate a sicuro fallimento. Capita che tale destino sia percepito da tutti coloro che sono a conoscenza della vicenda, meno che l'interessato.

Le scelte di vita grandi, decisive (il campo di studio; il coniuge; i figli; la professione; le passioni del tempo libero) spalancano lo sguardo su panoramiche così ampie che la ragione non ne può calcolare né prevedere gli elementi. La funzione mentale dominante è quindi l'intuizione, la percezione diretta e immediata del senso della situazione. Ciò non impedisce alla ragione di svolgere la sua funzione, soprattutto nel mettere in ordine gli elementi in gioco e le prospettive, oltre che nel fare chiarezza quando i sentimenti sono confusi. Si usa per esempio consigliare di scrivere una lista dei *pro* e dei *contra*, di ognuna delle opzioni in campo, cosa certo non decisiva ma utile per schiarire le idee.

Se la scelta procura molta sofferenza psicologica si può essere tentati di posporla il più possibile, ma ciò è già una scelta, per il principio di ineluttabilità delle scelte già sopra analizzato, e non può alleviare l'angoscia. Salvo che uno riesca ad auto-instupidirsi a tal punto da perdere cognizione delle possibilità aperte di fronte a lui. Più spesso, posporre la scelta può, in modo lento e quasi impercettibile, per il solo fatto del passare del tempo e della natura delle cose, ridurre fino a zero l'arco delle possibilità. Può essere un modo per sottrarsi alla scelta e ai suoi correlati ansiogeni. Però tale modo paga uno scotto rilevante: la riduzione di consapevolezza e di presa sul mondo; in altre parole, un modo di vivere meno libero e più determinato. Non occorre soffermarsi a dimostrare che la soluzione della testa sotto la sabbia è del tutto insoddisfacente.

Diverso è il caso della non scelta consapevole, conseguimento di un percorso sapienziale. È la non scelta di chi ritiene che qualsiasi cosa umana valga qualsiasi altra cosa. I presupposti filosofici di tale posizione possono essere diversi: il nulla come realtà ultima; l'impermanenza di tutto ciò che appare; la divinità come unico bene e unica essenza; l'eterno ritorno di tutte le cose; l'inesistenza del tempo e della materia secondo certa fisica contemporanea ... La conseguenza è sempre la stessa: un indifferentismo per qualsiasi scelta (salvo forse quelle iniziali, come per esempio il cimentarsi con la religione o la filosofia o la fisica). Il soggetto fluisce con le circostanze, lasciando che queste facciano il loro corso spontaneo e intervenendo con propri atti di volontà il meno possibile. Però in tale posizione esistenziale il soggetto non prova angoscia non perché non sceglie, bensì per il fatto di essere divenuto indifferente alle conseguenze dell'agire umano e del proprio stesso agire. Non vi sono dilemmi per la divina indifferenza. Si tratta di un percorso, dal mio punto di vista, molto più teorico che pratico, dato che l'ho estrapolato da letture varie, e non dalla conoscenza diretta di un'esperienza personale giunta a tale stadio.

Nessuno può vivere la nostra vita al nostro posto, e tuttavia non si sceglie mai da soli. Giochiamo le carte dell'esistenza, donateci dalla sorte; sono le nostre e nessuno può

giocarle per noi. Però la nostra vita non è neppure pensabile come isolata dalla comunità degli umani ed ogni scelta ne è condizionata perché il nostro è un sé sociale.

Ogni vincolo (inteso come preclusione del cambiamento, dell'altrove e dell'altrimenti), quando è percepito consapevolmente, esclude la possibilità di scelta ma, al pari di questa, evoca tutto il mondo del possibile e del diverso: il vincolo esiste perché il diverso e l'alterità esistono ma non sempre sono attingibili (anzi, spesso non lo sono). Le diversità, le vite degli altri, fanno da sfondo a ogni specifica vita e ci ricordano l'attitudine dell'essere umano ad esplorare orizzonti vasti e mutevoli. Gli altri mondi possono atterrire o affascinare. Nel primo caso tendiamo a nasconderli, a negarli, a esorcizzarli, con la conseguenza che limitiamo non solo le nostre conoscenze ma anche le nostre prospettive di vita. Tuttavia, molti vincoli non sono insuperabili: è solo questione di conseguenze e di volontà di affrontarle.

L'indeterminatezza del destino umano può generare il male di vivere, la percezione del non senso e la difficoltà di tollerarlo. Tanto più se in un orizzonte culturale non confessionale o ateo. In tale contesto il lavoro è il grande anestetico; la medicina contro le vertigini prodotte dall'enorme spettro delle possibilità di vita, e dalla sensazione di caoticità che ne deriva. Inadeguatezza dell'io; insensatezza del tutto; angoscia delle scelte. Il lavoro lenisce. I doveri familiari (soprattutto per chi ha scelto di avere figli) completano l'opera di distrazione. L'esistenza si riempie di impegni e assolverli la consuma, giorno dopo giorno. Si è costantemente a corto di tempo da dedicare a sé stessi e a cose che, per quanto ci sembrino più desiderabili, vengono rinviate a un immaginario futuro di maggiore libertà. Vantaggi di tutto ciò: (i) lo stato di fatto: non v'è ansia da scelta perché non v'è nulla da scegliere; adempiamo a tutta una serie di doveri che si impongono per forza di cose; (ii) il sogno: coltiviamo la fiducia, o almeno la speranza, nel futuro, senza metterci in gioco, senza scelte, senza verifica del fondamento delle nostre aspettative. Una realtà indolore (anche se incolore e un po' stressata) e un sogno molto colorato. Non è poi così male, tanto è vero che moltissimi percorrono tale via.

È una via con una sua caratteristica percezione del tempo: contratto nel presente, dilatato nel futuro. La contrazione del tempo presente è tale che esso sembra fuggire velocissimo. A volte tale contrazione fa sì che, guardando indietro, ci sembri di non aver vissuto, o meglio di aver vissuto poco, appunto perché il tempo correva rapidissimo. Dilatazioni sporadiche di tale percezione avvengono (ma non sempre) in correlazione con le vacanze, nelle quali è possibile ridiventare attori - (relativamente) liberi - del proprio tempo. Esse quindi, nel ricordo, occupano spazi mentali molto più vasti dei ricordi dei periodi normali. È la vastità psicologica della pienezza di vita.

Questo stato delle cose (chiamiamolo, per comodità di sintesi, "vita attiva") non è l'unico possibile. Esistono scelte di vita che danno accesso a una diversa percezione del tempo. Esse si fondano sulla riduzione; sulla ricerca del più (in intensità) nel meno (in quantità). Si pensi alla diminuzione dei contatti sociali nelle scelte monastiche, oppure nella vita nella natura o comunque lontano dalle città. Si pensi alla possibilità di una drastica riduzione dei doveri e delle cose da fare (che in genere si accompagna a una drastica riduzione del tenore materiale di vita; ma anche la diminuzione dei beni, se non scende oltre una certa soglia, è fonte di liberazione da preoccupazioni e vincoli). In tali scenari (chiamiamoli "vita contemplativa"), una giornata ordinaria contiene significativi spazi temporali di libertà, che il soggetto può riempire del sé stesso più autentico. Non è uno stile di vita cui si può accedere senza un percorso di avvicinamento, specialmente quando, come nella nostra società, si è abituati a tutt'altro. Il tempo libero, se è quotidiano e non più quello strappato al lavoro durante le vacanze, è un tempo "liberato" e spalanca su paesaggi che possono esaltare, ma anche atterrire, così come ci atterrisce la sensazione di cadere nel vuoto. Non avere nulla da fare può condurre alla depressione. Ma tale esito non è necessario: precetti di saggezza di tutti i tempi e da tutto il mondo esortano a modelli di

vita incentrati sulla liberazione dai *negotia* e sul perseguimento dell'*otium*. L'*otium* latino è tempo di apertura: al possibile dentro di noi e all'altro fuori di noi. Quel che potrebbe sembrare egocentrato ha in realtà una grande valenza verso l'esterno, perché l'essere umano si sviluppa in pienezza soltanto nelle relazioni sociali ed ogni atto di approfondimento di sé intensifica anche la percezione della dimensione e del valore dell'alterità.

Esiste una linea di condotta che avvicina al tempo liberato. Fra le sue modalità mi vengono in mente: (i) la cura di relazioni umane amicali anche con persone lontane dal proprio stile di vita; (ii) l'esercizio fisico e la frequentazione regolare della natura e dell'avventura; (iii) letture variegata e ben selezionate, nei vari campi dove meglio si sono estrinsecate la saggezza e la curiosità umane; (iv) fruizione di altre forme artistiche; (v) espressione attiva di una qualche arte, non importa con quali esiti qualitativi; (vi) il gioco. Tutto ciò non può che alimentare la forza e la profondità dell'immaginazione. Si noti che il punto (i) è tutt'altro che banale: è infatti comune circondarsi di persone a sé simili, perché esse corroborano il nostro *modus vivendi* e ci danno sicurezza; il diverso da noi, pertanto, lo evitiamo molto volentieri. Simile cerca simile.

Il tempo è il bene più prezioso, perché come ben noto il tempo che ci è dato vivere è finito, limitato, e anche incalcolabile. Le scelte di vita in favore di un aumento del tempo libero non allungano, ovviamente, la vita, ma possono favorire una dilatazione della percezione del tempo, quella dilatazione che sentiamo nei momenti di vita più autentici. Nulla però esclude l'opposto: a seconda dei temperamenti, una vita assorbita interamente dal lavoro può benissimo essere il destino e la vocazione di una persona, la quale trovi nel momento del lavoro tutta la maggiore pienezza e autenticità possibile. In tal caso la percezione del medesimo tempo (lavorativo) sarà diversa da quella di chi lavorasse nella stessa misura, ma essendo a ciò costretto e sentendosi soffocato dal carico professionale.

Si può allora dire che è il tempo trascorso nei modi più coerenti col proprio sé profondo ad essere quello più pieno, e quindi quello percepito con maggiore intensità. Quindi il tema si sposta sulla conoscenza di sé stessi. Argomento che non v'è spazio per affrontare in questa sede, ma assolutamente centrale. La migliore conoscenza possibile di sé stessi (cosa tutt'altro che facile) è un presupposto necessario (anche se non sufficiente) per affrontare bene le scelte di vita. Qualsiasi tecnica di meditazione, e qualsiasi stile di vita, che aumentino la consapevolezza di chi si è e di che cosa si vuole non possono che essere benvenuti.

Alcune parti del proprio sé non sono immutabili ed anzi per forza di cose cambiano nel corso della vita, in funzione dei mutamenti generati dalla propria natura biologica così come dalla cultura in cui si è immersi. Questo rende naturale la possibilità di un cambiamento delle scelte di vita. Cambiare si può, sempre, e non è mai troppo tardi. Però vi è anche un sé profondo che in realtà non cambia, sviluppatosi nei primi anni di vita e arricchito nel corso del tempo. È lui a darci il senso di unitarietà di noi stessi. È lui a creare una dialettica: quella del cambiamento nella continuità. Ecco perché è sconsigliabile prendere scelte di vita decisive in momenti di instabilità o di sofferenza emotiva. Una scelta di vita non deve mai diventare una fuga, perché da sé stessi non si scappa.

Infine, l'esistenza si consuma lo stesso, quali che siano state le scelte di vita. Alcune di esse possono essere più propizie ad allungare la vita, altre la accorciano, ma non è questo il punto. Non è la quantità della vita (che comunque resta pur breve) ma la qualità, a fare la differenza. E la qualità dipende dalla percezione del soggetto; essa può sembrare arbitraria ma non lo è, perché è intessuta e intrisa di miriadi di collegamenti con tutto l'ambiente sociale e naturale che ci circonda, e che ci vincola.

Tale ambiente, però, non è una prigione: se ci sentiamo soffocati non serve a nulla lamentarsi; molto più fecondo è rendersi conto che un altro mondo è sempre possibile, e che l'esistenza donataci è unica e irripetibile. Ricominciare; esplorare; trasformarsi

attraversando periodi di crisi; forzare i blocchi; sentire il fascino dell'altro e lasciarsene avvolgere; percorrere terre straniere; affrontare l'inedito; spalancarsi sul vuoto e rinascere a nuova vita: tutto questo è sempre possibile, finché si è vivi.

Lorenzo Scarpelli

Articolo pubblicato, con piccole variazioni, in Pegaso, n. 202, settembre-dicembre 2018