

Salire in “alto”, scendere in “basso”: alpinismo e Individualpsicologia

GIUSEPPE SAGLIO, MARINELLA MAZZONE

Summary – CLIMBING AND DESCENDING: MOUNTAINEERING AND INDIVIDUAL PSYCHOLOGY. Looking upon mountain as an absolute, archetypal symbol, as an image of the world and the transcendence, as a link between heaven and earth, our mind recalls the mountain which frightens and enchants, the mountain which has to be beheld, which as to be climbed. The ensuing images are joint with the attraction and the tendency up-wards: climbing can be regarded as the coming of the myth of the hero and the compensation for inferiority feelings, as the course of the statement and of the fictitious dissolution of the limit, but also as the knowledge of the finite, as the achievement and consciousness of the feeling of imperfection and of vulnerability; likewise the expedition and being on the rope may become the image of the social interest and the sense of belonging to humankind. Mountaineering is thus the metaphor of the knowledge of the world and of the individual man research and strain towards life, practice revaling the unknown, deep experience about the fiction, about the impassable boundary which everybody finds within himself.

Keywords: INFERIORITY, SOCIAL INTEREST, MOUNTAINEERING

I. Introduzione

La montagna, che appartiene sempre di più all'ambiente umanizzato, costituisce un elemento primario e prevalente del paesaggio, di cui rappresenta una cornice imponente, offrendogli un carattere unico e assoluto.

La presenza delle montagne crea un immediato rapporto di proporzione tra l'uomo e lo spazio in cui vive, tra l'*alto* e il *basso*, tra il grande e il piccolo. In passato hanno costituito una barriera naturale di difesa nei confronti di un "altrove" evitato e rimasto sconosciuto, luogo del pericolo e della paura: un argine per lo più utilizzato a scopi difensivi nei confronti di possibili invasioni dall'esterno.

A partire dal XVIII sec. le Alpi sono entrate a pieno titolo nell'orizzonte culturale europeo, diventando parte essenziale del *Gran Tour*: viaggio di formazione che rispondeva al bisogno di conoscenza e che conduceva, attraverso

l'Europa, nell'Italia dei tesori rinascimentali, ma anche degli incanti e delle suggestioni naturalpaesaggistiche.

A questo proposito le Alpi costituivano già un elemento a sé, uno spazio da scoprire, carico di inquietudini, rappresentando il connubio spirito-natura, molto vicino agli umori romantici dell'epoca ma inevitabilmente aperto anche a nuovi e continui richiami.

Le montagne sono state l'*habitat* di esseri fantastici e mostruosi che popolavano l'orrido, mèta di percorsi immaginifici, paesaggio dell'anima, rivelazione del divino, ma anche, secondo la visione illuministica, spazio da conquistare, territorio da ordinare, misurare e catalogare rispetto al *caos* e al disordine primitivo. Le Alpi hanno rappresentato l'espressione del paradiso perduto, ricettacolo di una nuova estetica, di nuovi valori di forza e di purezza, luogo dell'eterno vagabondare e del viaggio senza ritorno.

Oggi conservano e ci restituiscono il loro primitivo significato, il più semplice, ma anche il più profondo: la separazione tra l'*alto* e il *basso*, tra i luoghi dell'*umano* e i luoghi del *divino*, tra il *finito* e l'*infinito*. Ancora ci chiediamo che cosa spinga l'uomo a "conquistare" le vette, a salire verso l'*alto*, a scalare le montagne.

«Non so cosa si cerchi lassù, la verità è così complicata che nessuno la capisce. In realtà la montagna è solo un mèta nominale: quello che conta sono le ore, i minuti, i secondi, e come si vivono. Ora i miei problemi non saranno più gli ottomila o l'ottavo grado. Il mio problema sarà ora l'arte di salire una montagna» (14, p. 8).

L'alpinista compie così un'azione finalizzata, un'azione che ha un senso specifico, rappresentativo. Ogni alpinista è consapevole, allo stesso tempo, di fare un'esperienza che, in gran parte, non sarà comunicabile: i pensieri, le percezioni, le emozioni che ha vissuto durante la sua permanenza in *alto* resteranno per lo più confinate dentro di sé.

«Si è parlato di sport, di droga, di evasione, di fuga, di religione, di filosofia, di etica e di morale. Alcuni, quelli che hanno capito qualcosa di più, hanno rievocato un'arte di vita. La verità è un po' in ciascuna di queste parole, un po' al di fuori di esse» (5, p. 27).

Da che cosa trae origine, allora, questa passione irrefrenabile, il desiderio di ritornare e di riprovare, di rifare e di reinventare ogni volta lo stesso sogno, all'apparenza non comprensibile? Ci proponiamo di confrontare i presupposti della Psicologia Individuale con quanto ritroviamo nelle considerazioni e nel-

le riflessioni di alcuni grandi alpinisti: ci sembra così di poter riconoscere una profonda correlazione tra *spirito* e *cultura* dell'alpinismo e le istanze fondamentali della stessa Psicologia Individuale.

Il bisogno dell'“andare per i monti” diventa, così, metafora della conoscenza del mondo e della visione adleriana dell'uomo inserito nel suo ambiente.

II. *Basso/alto*

L'uomo segue una linea evolutiva dal *basso* verso l'*alto*. L'opposizione *basso/alto* è riconducibile all'opposizione geografica che colloca la materia umana sulla terra e quella divina nei cieli: nella stessa entità corporea ritroviamo una diversa attribuzione di valore alla *testa*, sede delle funzioni superiori, della mente, dello spirito, e ai *piedi*, che segnano ancor di più la *materia* a contatto con la *materia*, priva di essenza.

Altrettanto significativa è la strutturazione dell'architettura dell'universo terrestre, essenzialmente condizionata dalla legge di gravità. Ed è contro questa legge che l'individuo si muove, animato da sentimenti di crescita, di progressione, di vitalità: «Quello che noi cercavamo nell'arrampicata era l'impressione di vincere la forza di gravità e danzare nel vuoto, di correre lungo la verticale» (20, p. 176).

È evidente l'immagine dell'essere umano che segue un orientamento *verticale* quando è in attività e un orientamento *orizzontale* quando è in stato di abbandono, di sonno e di morte [18]. Ecco allora che «il grande valore attribuito alla nozione di altezza avrebbe la sua origine nel desiderio dell'uomo di elevarsi, di volare, di fare l'impossibile» (1, p. 38).

Le astrazioni “basso” e “alto” sono riconducibili al percorso evolutivo dell'uomo nel passaggio alla stazione eretta. Tale percorso è riprodotto nello sviluppo individuale, quando il bambino inizia a camminare e riceve rinforzi a proposito dell'opposizione *basso/alto*: è approvato quando si mantiene in piedi, in equilibrio; riceve disapprovazione quando si muove a terra. «Star per terra, strusciare per terra, è riprovevole, incompatibile con la dignità umana; nello spirito di ogni individuo si forma necessariamente, fin dalla prima infanzia, un'associazione stretta tra l'“alto” puramente spaziale e tutte le altre superiorità: morale, intellettuale» (1, p. 218).

Quando egli vorrà esprimere i propri sentimenti di opposizione e di rabbia, non ci sarà espressione migliore e più efficace del buttarsi e rotolarsi a terra. È significativa a questo proposito l'espressione “cadere in basso”.

«Anche a me hanno insegnato a camminare sul pavimento di casa e a evitare i luoghi dove c'era il pericolo di cadere in basso. Liscio e piano era il pavimento, e solo quando fui abbastanza cresciuto da poter uscire dal paese, mi accorsi che esso era decisamente troppo in piano per i miei gusti. Scopersi allora le montagne, così come i ragazzi scoprono steccati, alberi e muri. Incominciai ad arrampicare, senza uno scopo né una mèta, così, per gioco. Noi adulti possiamo e dobbiamo riscoprire dentro di noi il ragazzo, con il suo bisogno istintivo di salire, di arrampicarsi. Come ragazzi grandi ci è consentito arrampicarci sulle grandi montagne» (15, p. 16).

L'immagine dell'altitudine e della verticalità sono in genere associate al segno positivo, così come l'immagine dell'orizzontalità e della bassezza sono associate al segno negativo. Nello stesso modo la "trascendenza" è accostata all'immagine dell'altitudine statica: la vetta; così come il progresso corrisponde all'immagine dell'altitudine dinamica: l'ascesa e l'accrescimento verticale [19]. «Proprio come il bambino, anche i popoli primitivi registravano nella rubrica "superiorità" il sole, il giorno, la gioia, la ascesa umana verso livelli di vita superiori; invece nella rubrica "inferiorità" il peccato, la morte, il sudiciume, la malattia, la notte» (1, pp. 218-219).

Sempre Adler ci descrive come appare emblematico il bisogno del bambino di "diventare grande" e di esplorare, oltre i confini di ciò che gli è consentito vedere e raggiungere, ciò che non riesce toccare: deve allora arrampicarsi sulle sedie, sugli armadi, sulle scale oppure stare in braccio per uguagliare l'altezza dei genitori o ancora sulle loro spalle per superarla. «Si può tornare cento volte su una montagna ma non sarà mai come la prima volta. Semplicemente perché ci si ritorna dall'alto, mentre la prima volta ci si arriva dal basso» (5, p. 52).

Con lo sviluppo della vita psichica tale tendenza viene sempre più condizionata dalle esperienze di realtà; l'"alto" perde in astrazione e può nascere l'angoscia delle altezze. Nello stesso modo può essere interpretata l'*agorafobia* con cui il soggetto esprime la paura di dover "scendere" dalla propria altezza ed essere privato della propria "grandezza".

«Il "desiderio di essere in alto" si esprime in una forma figurata, e ciò tanto nei sintomi quanto nei sogni: gare podistiche, librarsi nell'aria, ascensione di montagne, salita di una scala, ritorno alla superficie dell'acqua dopo un tuffo, etc., mentre il "basso" è rappresentato simbolicamente da una caduta, un muro di prigione, ostacoli di tutti i generi, ritardi che fanno perdere un treno, etc., per farla breve: con qualsiasi movimento retrogrado e discendente» (1, p. 229).

È questa mèta un principio di orientamento che l'individuo ricerca per elevare il sentimento di personalità e preservarlo da possibili cadute. Riconosciamo

negli stati depressivi un’“anticipazione” rispetto al pericolo di tali cadute, una “protezione” ottenuta attraverso l’accentuazione di sofferenze: la depressione diventa una difesa nei confronti di una perdita di quota del proprio ideale di personalità.

Per questa ragione il bambino [1] vuole essere conduttore di locomotive, aviatore o imperatore e conserverà poi, da adulto, il desiderio di giocare con il fuoco, con l’amore e di inoltrarsi fino all’orlo dell’abisso: il *dominio degli altri e delle cose* come l’allontanamento dai limiti imposti dalla realtà gli restituiranno sempre una conferma che, seppur fittizia, resterà segno tangibile della *superiorità*.

«Non sono più lo stesso uomo, colui che, attaccato alla terra da mille legami, non doma le sue paure e le sue fatiche che con una volontà sempre bendata: la mia personalità mi ha abbandonato, i legami con la terra si sono spezzati; non sento più paura né fatica; mi sento come trasportato dall’aria, sono invincibile, nulla può arrestarmi, ho raggiunto l’ebbrezza, e la leggerezza che cerca lo sciatore sulla neve, l’aviatore nel cielo, il tuffatore dal trampolino» (20, p. 103).

La montagna diventa, in questo caso, presentificazione e materializzazione dell’“ascesi compiuta”, della “superiorità” sul mondo, sugli altri. Nello stesso tempo la consapevolezza di *caducità*, di esistenza del *confine* e del *limite* induce il bisogno della ricerca. «Nella mia vita di scalatore ho sempre obbedito alle emozioni, all’impulso creativo e contemplativo. Ma fu soprattutto praticando l’alpinismo solitario che ho potuto entrare in sintonia con la Grande Natura, e ancor più a fondo ho potuto intuire i miei perché e i miei limiti. [...] La montagna fin dall’inizio è stata l’ambiente più congeniale alla mia formazione. Mi ha consentito di soddisfare il bisogno innato che ogni uomo ha di misurarsi e di trovarsi, di conoscere e di sapere» (7, p. 7).

III. *Il sentimento di inferiorità*

Fin dal secondo anno di vita il bambino incomincia a riconoscere la *differenza* tra sé e gli altri: da questa differenza si struttura un *sentimento di inferiorità* più o meno radicato che lo accompagnerà per il resto della vita. L’uomo si sente oppresso dal sentimento di inferiorità che pervade tutto il suo mondo interno e che condiziona inevitabilmente le sue scelte, i suoi atteggiamenti, il suo comportamento. «È un sentimento minaccioso di malsicurezza e di inferiorità, sentimento che fa sorgere il desiderio irresistibile di trovare una mèta atta a rendere sopportabile la vita, dandole una direzione, fonte di calma e di sicurezza» (1, p. 14).

Nello stesso tempo si inizia ad avere l'esigenza di fronteggiare il senso di vulnerabilità e di insicurezza che appartiene a ognuno. Il *confronto* esclusivo e prevalente con il *mondo degli adulti* sollecita nel bambino sentimenti di limitazione e di inadeguatezza tali da farlo sentire "piccolo" e incapace. Da questi sentimenti possono nascere bisogni di maggiore riconoscimento e di valorizzazione di sé e spinte per l'affermazione e per il dominio dell'ambiente.

L'inferiorità si rivela nei sogni condizionando le scelte professionali, dà forma alle attitudini, guida i progetti, caratterizza le espressioni culturali. La vita dell'uomo si costruisce intorno ai sentimenti di inferiorità ed è sul riconoscimento della propria debolezza che ognuno compone il proprio *progetto* esistenziale.

Il contatto con l'inferiorità permette sostanzialmente di costruire una relazione con se stessi, ma può essere sconcertante, doloroso. Ecco allora sorgere l'esigenza di *costruzioni mentali* che consentano di convivere con questi riconoscimenti.

Tra le costruzioni mentali più caratterizzate a questo proposito ritroviamo i prodotti del *pensiero antitetico*, fondato sulle opposizioni *alto/basso*, *sopra/sotto*, *maschile/femminile*. Si tratta per lo più di costituire una possibilità compensativa che si ponga come compromesso nei confronti del sentimento di inferiorità, sentimento non facilmente tollerabile. Una riparazione, un rimedio dunque, ma dotati di funzione di supporto, di protesi nei confronti della linea di orientamento e di progettualità esistenziale propria di ogni individuo. Tale profilo resterà unico e tipico di quell'individuo e gli permetterà di vivere restando se stesso, su un piano di reale autenticità. Da questo momento la funzione del sentimento di inferiorità si renderà sempre più significativa andando a rafforzare la tendenza a una "ipercompensazione psichica": il riconoscimento della propria inferiorità organica condiziona inevitabilmente lo sviluppo psichico. «E proprio dal sentimento di inferiorità, d'insufficienza, d'insicurezza, che deriva l'impulso a costruirsi un fine per la propria esistenza» (3, p. 73).

IV. *L'inferiorità organica*

La condizione umana aspira, da una parte, alla perfezione dello spirito, alla superiorità; dall'altra, deve tenere in conto il *limite* della materia, l'inferiorità della sua stessa natura. Gli aspetti costitutivi della condizione umana sono riconoscibili, infatti, nella perfezione, nell'inferiorità, nella finzione, nella duplicità, nella solidarietà. Le rappresentazioni dell'alpinismo si riconoscono pienamente in tali istanze.

Le teorie di Alfred Adler hanno preso le mosse dai suoi primi studi sull'inferiorità d'organo, presupposti per la successiva teoria dei sentimenti di inferiorità. Lo stesso autore afferma: «Mi sono trovato davanti ad una sorprendente correlazione tra l'inferiorità di organi e l'ipercompensazione psichica e ciò mi ha permesso di formulare l'assioma fondamentale seguente: il sentimento di inferiorità che l'uno o l'altro degli organi desta nell'individuo, diventa un fattore permanente del suo sviluppo psichico» (1, p. 40).

Gli organi rappresentano l'uomo, si impregnano di valore simbolico, diventano i luoghi della conoscenza dell'individuo, ma anche della parte profonda che resta nascosta e da cui possono derivare immagini, fantasie, comportamenti. Sono inevitabili a questo riguardo i rimandi agli "abissi" interni e agli "orridi" delle viscere.

L'inferiorità d'organo richiama inevitabilmente l'inferiorità del corpo, l'inferiorità della natura umana. È questa inferiorità a condizionare, fin dalla nascita, lo sviluppo dell'individuo e a spingerlo a ricercare modalità compensative e riparative, a spingerlo in definitiva all'azione verso mete superiori.

Ancora una volta ci troviamo di fronte all'immagine della montagna, ai caratteri della sua materia: dalla consistenza del granito, alla sensorialità della "bella roccia", allo sgretolarsi delle rocce stesse, per arrivare alla temporaneità e alla dissolvenza riconoscibili nel senso effimero del ghiaccio che diventa acqua e poi aria, per giungere, infine, all'inconsistenza dell'etere, alla spiritualità dell'aria e del cielo.

V. Il sentimento di superiorità

Il senso della vita si acquisisce nei primi anni dopo la nascita, attraverso un percorso costituito da traiettorie oblique, incerte, da progressioni nell'ombra, da passi brancolanti, da prospettive nebulose. La mèta di superiorità viene fatta propria e manterrà per tutta l'esistenza quel carattere non del tutto conoscibile. Non ci saranno mai strategie assolute, predeterminate: il maggiore benessere coinciderà con una ricerca del conseguimento degli obiettivi secondo modalità sempre più flessibili, plastiche, creative. «Chi ha trovato il suo cammino e lo percorre, sempre avanti e verso l'alto, si completa e si realizza da sé» (16, p. 82).

Questo lavoro di continuo rimodellamento consentirà di mantenere mète di superiorità senza inevitabilmente essere travolti da un'angoscia esistenziale intollerabile o trovarsi a vivere secondo configurazioni e considerazioni deiformi: come Dio si deve fare tutto, e si deve fare tutto per sapere tutto come Dio. «La lotta per la superiorità rimane elastica; anzi più un individuo è vicino alla

salute e alla normalità, più è in grado di trovare nuovi sbocchi per le sue lotte quando esse vengono bloccate in una particolare direzione. È solo il nevrotico che, al momento di concretizzare il suo fine, pensa: “io debbo avere questo o niente”» (4, p. 64).

L'uomo, all'inevitabile ricerca delle proprie mète, si muove attraverso strade che cambiano spesso direzione. Il progetto che lo sorregge si dirige dal *meno* al *più*, dal *basso* verso l'*alto*. È da questo progetto che nascono tutte le forme della cultura. La tendenza verso la superiorità appartiene alla natura umana: i sentimenti di inferiorità spingono verso l'*alto*, verso livelli di perfezione nella ricerca di vie d'uscita compensatorie adatte a placare la tensione irresistibile che lo stato di precarietà e di debolezza sempre procura. Nello stesso modo l'alpinista che si arrampica su una parete cerca sempre una via che gli permetta di “uscire” verso l'alto.

D'altra parte, fin dai primi anni di vita, l'incertezza e la vulnerabilità si costituiscono come incentivo e come *stimolo* per ogni sviluppo e per le successive costruzioni. L'individuo è portato a una tendenza all'*espansione* che sottende una lotta contro la gravità a cui è costretto nella vita sulla terra. «Anche in noi arde una scintilla di quella infinita potenza che ci accomuna con la natura» (10, p. 290).

In ogni bambino è riconoscibile una spinta naturale, un impulso ad arrampicare che gli permette di utilizzare e conoscere le proprie energie e le proprie forze nervose e muscolari, così come favorisce una possibilità di identificazione con l'adulto e con l'universo dei “grandi”.

In questo periodo potrà fare un'esperienza che gli restituirà un insieme variegato di emozioni, gli permetterà di venire a contatto con un'euforia complessa, un sentimento di vitalità che si riproporrà anche in tempi successivi, legata ai bisogni e alle spinte ascensionali [19]. «Nei bambini questa tendenza a salire salta agli occhi e coincide con il desiderio di essere grandi. Essi vogliono elevarsi nel senso letterale della parola, ed è per soddisfare questo desiderio che si arrampicano sulle poltrone, sulle tavole, sugli armadi» (1, p. 222).

Abbiamo voluto avvicinare le parole di Adler a quelle di Messner: «Il mio andare in montagna è una cosa semplice e intuitiva, naive. Per questo a volte dico che l'alpinismo è “la mia erba”. Ho cominciato a cinque anni. Poi con il passare del tempo ho salito cime sempre più alte e difficili. Ora ho la sensazione di essere in grado di trovare una via in qualsiasi montagna» (16, p. 109).

Maggiori sono le difficoltà che il bambino incontra nel seguire le spinte verso l'alto che contraddistinguono il suo agire, più in alto ritroviamo le mete che e-

gli colloca nel proprio percorso esistenziale. Si tratta di mete che spesso sono poste al di là dei limiti umani, a conferma che le sue capacità sono riconducibili allo stato divino, supremo.

Il bambino non possiede una sufficiente dotazione di sentimento sociale e quel sentimento ancora informe che gli permette di considerare l'altro lo porta a provare emozioni ambivalenti di *necessità*, ma anche di *distruzione*: a chi si interpone sul suo cammino verso l'autoaffermazione augurerebbe di morire. Ma l'uomo da solo non può sopravvivere: come gli animali che cercano il branco per proteggersi e meglio garantire la preservazione della specie anche l'uomo ha bisogno del gruppo per riconoscersi e sopravvivere.

«Tutto è incredibile, al di là di ogni descrizione. Mi pare sia tutto chiaro, poi di nuovo è come se prevalesse la follia. Mai più vivrò un momento così lucido. A ovest l'orizzonte mi appare incredibilmente e infinitamente lontano. Non riesco più a immaginare gli uomini laggiù» (16, p. 187).

La tendenza individualistica alla superiorità sembra escludere – come accade nelle fantasie infantili – il senso dell'aggregazione e della cooperazione. Tuttavia solo attraverso il gruppo è riconoscibile e praticabile la possibilità di progettarsi individualmente lungo traiettorie evolutive soddisfacenti.

In Adler si ritrovano, in primo piano, la tendenza alla superiorità e l'aspirazione alla perfezione come entità “innate” da cui vengono fatti derivare i sentimenti di inferiorità. Non più, quindi, solo la tendenza alla superiorità come compensazione alla debolezza della natura umana. La volontà di potenza non può comunque essere compiutamente soddisfatta in quanto le mete della perfezione sono fittizie ed è proprio la tensione verso una meta finzionale che riesce a costituire il senso dell'agire.

VI. *Il sentimento sociale*

La prospettiva adleriana si rivolge, comunque, a un ottimismo realistico evidenziato e riconosciuto nel rapporto individuo-società. All'uomo, per poter costruire e consolidare la propria specifica individualità, occorre potersi confrontare continuamente con i propri simili e interagire in modo stretto con essi: l'autoaffermazione fine a se stessa segnerebbe inevitabilmente e continuamente l'insufficienza, la precarietà, la distruzione.

L'autonomia richiede, comunque, il mantenimento di un legame, il senso del *nodo* e della *corda*, il “legarsi alla terra”, mentre si sale al cielo: restare ancorato alla materia mentre si acquisisce più spirito appartiene alla *duplicità* della

natura umana. E poi il bisogno di *legarsi all'altro* per sopravvivere, per poter compiere l'azione vitale senza correre il pericolo della morte sempre incombente. L'agire solitario comprende sempre un legame con gli altri. Il bisogno dell'affermazione e del trionfo individuale può portare, però, a "utilizzare" l'altro.

Il raggiungimento della vetta, la soluzione del problema possono accrescere l'autostima nel senso di compensazione positiva del sentimento di inferiorità. La spinta all'autoaffermazione e il sentimento sociale permettono un controllo dell'incertezza e dell'inferiorità: la prima attraverso modalità aggressive, la seconda attraverso scelte partecipative.

Entrambe le istanze sono bene rappresentate nell'immagine della cordata, che assume in questo senso una pregnanza metaforica. Essere "legati" con altri serve per realizzare ciò che da soli sarebbe impossibile: il conseguimento collettivo di un risultato, nelle scelte comuni, nel confronto aperto, ma anche l'utilizzo dell'altro per il trionfo individuale, per l'affermazione suprema.

L'immagine della "cordata" nell'alpinismo rappresenta, allora, una metafora forte, capace di contenere e di esprimere tutti questi dinamismi e le loro ambivalenze. È un'immagine profondamente evocativa: «Su quella cresta bianca contro il profondo azzurro del cielo eravamo soltanto tre amici legati da una stessa corda e da uno stesso destino. Solo l'ideale che aveva forgiato la nostra amicizia spingeva verso quella vetta senza gloria che avevamo deciso di salire» (20, p. 308).

La corda crea un vincolo fisico, materiale, ma sono anche altre le ragioni che "legano": «Siamo uniti tutti con un vincolo così tenace, che ci pare di sentire all'unisono come un'anima sola» (11, p. 289). Il legarsi resta anche carico di ambiguità. È atto che crea e struttura un legame, ma nello stesso tempo l'immagine di "legare" richiama l'immagine di "incatenare". Offre la conferma del vincolo, della costrizione. E la catena si rinsalda inducendo, nello stesso tempo, nuove spinte a liberarsi da essa.

Prometeo si libera dalle catene che lo legano alla montagna per istruire l'uomo contro il destino, per sfidare gli stessi dei [6]. Nell'alpinismo non ci si lega "per" qualche cosa, ma ci si lega "contro" qualche cosa. «La cordata è un'associazione contro la montagna e, sull'esempio delle altre associazioni, essa si rivela tanto più efficace quanto meno i suoi membri sono egoisti» (17, p. 133).

Nei progetti e per le imprese più difficili la cordata si integra, poi, in una struttura organizzativa più complessa che trae comunque da essa i significati e gli scopi: stiamo parlando della "spedizione" che si organizza per le imprese più

difficili. In questi casi il “legarsi” crea un insieme che si prefigge la sopravvivenza in un’azione condivisa che sfida i limiti individuali pur conservando le individualità, consolidando i legami ed esasperando gli antagonismi.

L’alpinista deve, quindi, controllare le spinte affermative della propria individualità verso le direttrici della prevalenza, ma nello stesso tempo controllare anche i dinamismi che lo potrebbero esporre alle sopraffazioni del sentimento di inferiorità di fronte all’altro, in una situazione che è anche rappresentazione della sfida. Ci si lega per non morire ma la paura di morire si intreccia e si sovrappone con la paura di “soccombere” davanti al compagno, mostrando così, ancora una volta, quella stessa inferiorità inconoscibile e inaccettabile.

L’interesse sociale diventa *sentimento sociale*: il bisogno delle relazioni con il mondo si incontra con i presupposti della *volontà di potenza*, trovando un anello di congiunzione nella ragionevolezza, in previsione di una risposta che non potrà mai essere certa ma che deve conservare i suoi caratteri di finzionalità per restare valida. Le grandi mèta sono raggiungibili solo quando si è conosciuto il senso dell’insufficienza.

VII. Mèta, finzione, simbolo

Ogni persona nella sua vita riconosce la necessità di porsi un fine a cui tendere attraverso la definizione di una mèta specifica che deve possedere caratteristiche di irrealtà, una *finzione* da raggiungere per mezzo di percorsi creativi e originali.

«Una persona non saprebbe cosa fare se non fosse orientata verso una mèta; non potrebbe pensare, sentire, volere o agire senza la percezione di essa. Tutti i rapporti causali del mondo non danno all’organismo vivente la possibilità di vincere il caos del futuro, ed essere privi di progetti ci renderebbe delle vittime. Ogni attività persisterebbe nella fase di un barcollamento indiscriminato e non raggiungeremmo mai un equilibrio nella nostra vita psicologica» (2, p. 23).

Adler aveva posto al centro della sua psicologia dinamica il progettarsi dell’individuo in avanti, in un divenire. La mèta, inoltre, in quanto finzionale, era da considerarsi non oggettiva. La stessa proiezione nel futuro si delinea come soggettiva, così come la mèta finzionale trova la sua genesi in presupposti soggettivi.

Il concetto di *finzione*, utilizzato da Adler nella sua riflessione psicologica e nelle applicazioni psicoterapeutiche, era già stato riconosciuto da Nietzsche,

il quale aveva affermato che l'uomo non potrebbe vivere al di là della finzione logica, ed era stato elaborato con specifici approfondimenti da Vaihinger.

La *finzione* diventa strumento per vivere e per comprendere mantenendo una posizione di confine con la realtà, senza assumerla in modo totalizzante. La finzione ascensionale può diventare allora estremamente efficace e diretta per i significati che sottende. Il "salire" e il tendere verso una mèta elevata permettono di superare le fatiche necessarie al percorso: «Così mesi di preparazione e di sogni trovano la loro realizzazione su questa cresta anonima che il mio cuore accoglie quasi con indifferenza. Ma non è forse vero che la felicità sta nel desiderio e non nel possesso?» (20, p. 108)

Ferrero in *Dimensione individuale e collettiva dell'inconscio* evidenzia come la finzione, pur rinviando al mondo del "come se", sia importante quanto il mondo reale e sia correlata all'inconscio: «Nell'ambito della Psicologia Individuale, l'inconscio viene definito come la parte inconsapevole di una tensione verso una mèta ideale in cui le percezioni, le idee, gli affetti e i desideri che ritroviamo nelle funzioni sono il tramite di una possibilità di approccio alla realtà in termini simbolici» (9, p. 45)

La montagna come rappresentazione e l'alpinismo come pratica sono strettamente riconducibili a un "fare" che tende a un fine immaginato, verso cui muoversi attraverso un processo rappresentativo, finzionale, simbolico. La montagna è mèta finzionale soggettiva. La mèta finzionale è una mèta presente, anche se non deve essere necessariamente *cosciente e presente*.

L'individuo – secondo Adler – non è consapevole della propria mèta, che resta inconscia e incomprensibile, un espediente dell'anima alla ricerca di un orientamento. Le nostre azioni sono rivolte a quella mèta specifica che resta comunque nascosta, non direttamente conoscibile e il cui accesso è possibile solo attraverso un percorso simbolico, come abbiamo appena visto.

L'alpinismo racchiude in sé tutte queste componenti e permette la realizzazione di queste possibilità pur senza svelarne necessariamente i presupposti ancora oscuri, i risvolti sconosciuti, le motivazioni profonde.

VIII. *Le mete fittizie*

Le modalità e le scelte che ognuno adotterà costituiscono una linea di orientamento in senso finalistico che dà senso all'esistenza. Ma la mèta finale di superiorità resta, comunque e sempre, irraggiungibile: l'uomo non potrà mai essere padrone assoluto dell'ambiente che lo circonda. Sarà questo sentimento

di incompiutezza, di incertezza, di precarietà che darà significato e produrrà interesse: «L'importante non è aprire una via, ma arrampicare come se lo si stesse facendo» (5, p. 106).

Il termine, la fine manterranno sempre una configurazione fittizia, resteranno sempre irraggiungibili. «L'anima vuole perché la sua causa finale, il suo "telos", deve rimanere incompiuto» (12, p. 139).

A volte potrà rafforzarsi l'opinione di essere arrivati, di avere raggiunto la mèta ma in quello stesso momento si sarà anche pervasi da un sentimento di insoddisfazione, di fastidio. «So che è la mia fantasia che crea tutto ciò e la lotta e l'ostacolo per un'intima necessità interiore» (10, p. 272).

Si potrà creare l'illusione di una vicinanza: solo in quel momento sarà possibile conseguire la consapevolezza dell'inarrivabile, la conoscenza dolorosa del processo infinito: «Sceso a valle cercherò subito un'altra mèta. Se non esiste la crederò [...]. L'uomo felice non dovrebbe avere più nulla da dire, più nulla da fare. Per conto mio preferisco una felicità irraggiungibile, sempre vicina e sempre fuggente. E ogni mèta raggiunta scompare per lasciare il posto ad un'altra più ardua e più lontana, perché i momenti in cui l'animo maggiormente esulta sono quelli vivi dell'attesa e della lotta sia quando si vince come quando più spesso si perde, non quelli morti del godimento della vittoria» (10, p. 267). «Ed è qui l'acutezza del pensiero di Adler, perché la sua "aspirazione ad emergere" è un concetto dello spirito, che non può essere fissato in nessuna delle sue epifanie» (12, p. 139).

La vita resterà, comunque, troppo breve, la natura umana troppo debole. Tuttavia l'uomo rimane rivolto al movimento, all'azione, all'interazione con ciò che lo circonda. Sarà questo percorso, segnato dai sentimenti di appartenenza, a consolidare un progetto esistenziale in senso evolutivo. Ogni individuo si pone una propria mèta di superiorità che resterà indefinita, imprecisabile, non assolutamente riconoscibile.

«La mèta di superiorità è personale ed unica per ciascun individuo, e dipende dal significato che egli dà alla vita; questo significato, però, non è fatto di parole, ma è formato dal suo stile di vita [...]. Nel suo stile di vita egli non manifesta la sua mèta in modo tale che possa essere definita una volta per tutte, ma la manifesta in modo vago, così che noi dobbiamo supporlo basandoci sulle indicazioni che ci dà» (4, p. 62).

La mèta adottata resta correlabile al significato che ognuno attribuisce al vivere: il senso della vita non è definibile dalle parole ma dallo *stile di vita* che a sua volta non potrà essere ricondotto a un determinato codice interpretativo ma

si manterrà piuttosto in una dimensione poetica, aldilà delle attribuzioni verbali e dei significati svelati.

«Ciò che è fecondo, tanto in Adler che in Jung, non è la mèta definita, il fine stabilito, ma il senso di un fine. [...] Tutto ha importanza, tutto ha significato. Sentiamo di avere uno scopo, sentiamo che esiste una via e che per una via ci si sta muovendo, un processo in una direzione ben definita che Adler chiamava “aspirazione ad emergere”, Jung “individuazione”» (12, p. 140).

IX. Consapevolezza dell'imperfezione: il limite svelato come consapevolezza del sé

Quando ci si rivolge alla montagna si è alla ricerca di uno spazio verticale, di una prospettiva ascensionale, di una mèta materializzata verso l'alto, di una realizzazione eroica. Il bambino guarda l'adulto e pensa che dovrà “diventare grande”, raggiungere quell'altezza definitiva attraverso un processo di crescita che comprende le doti dell'invulnerabilità e dell'immortalità.

In realtà i modelli ascensionali, nella loro accezione più autentica e completa, prevedono anche una progressione verso il radicamento, una direzione verso il basso, un movimento di discesa: l'albero mentre cresce nell'aria affonda sempre più le proprie radici nella terra.

Il crescere attraverso il “discendere” viene ripreso in modo efficace da Hillman a proposito del destino dell'anima [13]: in diverse tradizioni religiose la divinità si umanizza e discende sulla terra. Lo stesso processo di creazione divina si muove dal trascendente verso l'immanente: prima è la luce poi, in ultimo, l'uomo. L'albero della Quabbalah ha le radici in cielo e si protende “scendendo” verso la condizione umana. Il processo di discesa nell'umano dopo l'ascensione verso il divino ci permette di ottenere una profonda consapevolezza del limite, della condizione di inferiorità propria della nostra natura.

La soggettività umana si costruisce sul riconoscimento della propria inferiorità. È da questa consapevolezza che nasce il “sentimento sociale”. Il contatto con l'umano si fonda sulla imperfezione, sulle componenti deboli, indifese. Il riconoscimento e l'accoglimento di queste parti esige più compensazioni verso l'alto.

L'alpinismo, quindi, non deve essere inteso riduttivamente come “grande spinta verso l'alto” ma anche come consapevolezza del lavoro di rilettura, di interpretazione e di attribuzione di senso dei fini: la mèta diventa allora il riconoscimento del senso della finzione. Il raggiungimento della vetta si compone, quindi, come un'efficace metafora della mèta, sempre inconoscibile e inaffer-

rabile: «E la vetta? Sì, ha suscitato in me grandi impressioni, il panorama è stato indimenticabile: ma quanto più luminosa era l'immagine della mia fantasia! Mi fermo. Guardo indietro la cima. Vedo distintamente le orme sulla neve. Sì, è finito. Sono su. È stato il momento culminante della mia vita di alpinista, è stata la realtà. Quanto diversa! Peccato! L'immagine di sogno sbiadisce. Tutto è così silenzioso, qui; e io sono stanco, solo» (8, p. 133).

X. *La via "in montagna" come metafora del percorso terapeutico*

Ogni giorno il nostro sguardo si rivolge alle montagne che ci circondano. Quando non le possiamo vedere immaginiamo facilmente quelle che abbiamo percorso e che abbiamo conosciuto; fantastichiamo sulle altre. Una frequentazione così assidua, che deriva dalla vicinanza fisica, dall'appartenenza culturale, ci porta ad assumere queste immagini e queste situazioni come metafore originate dall'universo naturale dell'ambiente alpino, che si traducono in chiavi interpretative della condizione umana e della cosmogonia personale.

Siamo psicoterapeuti e siamo alpinisti: possediamo conoscenze ed esperienze nei due ambiti e ritroviamo spesso affinità e senso comune tra di essi. In entrambi i casi l'identità culturale si viene a fondare su presupposti inscindibili di "sapere" e di "fare" privilegiando le valenze emotive all'interno di un ambiente circostante reale. Sarà proprio questa cornice a favorire le spinte irrazionali e i moti della fantasia e del sogno, ma, nello stesso tempo, a contenere gli elementi indispensabili di finitezza e di limite.

Abbiamo acquisito una certa immediatezza nell'assumere l'ambiente circostante e i nostri movimenti al suo interno come rappresentazione del fare quotidiano. Nello stesso modo abbiamo fatto nostre le suggestioni che derivano proprio da quell'ambiente trasformandole in vie tracciate, trame predisposte al nostro pensare.

La decisione di intraprendere un percorso psicoterapeutico o analitico, così come di mettersi in cammino verso l'alto, prende il via da una spinta interna: è una scelta di cui si avverte la necessità, di cui si coglie il significato, il senso specifico. Un movimento che tende verso una mèta fittizia, che implica una costruzione attraverso un disegno, comprende la costituzione di un progetto. Questa scelta potrà condurre a una maggiore comprensione e definizione del riconoscimento di sé, potrà favorire un'accettazione dei propri limiti, potrà sviluppare l'interesse per l'altro.

Ancora prima di partire occorre essere nelle condizioni adatte e, in qualche misura, predisposti, possedere una dotazione personale di base costituita da una buona disposizione nei propri confronti, attenzione per l'altro, sensibilità, cu-

riosità, irrequietezza e inquietudine. Occorre essere già attrezzati per affrontare eventi non sempre prevedibili, situazioni scomode e dolorose, emozioni incontenibili e sconosciute, solitudine e smarrimento, pericoli e paure.

A questo punto si sceglie un altro, un compagno di viaggio, una guida, un esperto, qualcuno con cui poter interagire durante l'esperienza, un altro da sé che aiuti e consenta di portare a termine il progetto, arrivando in vetta o concludendo la terapia attraverso un percorso nuovo e "utile" per quell'individuo specifico, attraverso un itinerario che non si ripeta e non si sovrapponga a quelli già battuti o a quelli troppo consueti: l'utilizzo a oltranza delle difese.

È bene portare con sé la corda: essere interessati alla relazione terapeutica. In alcuni passaggi difficili o esposti è indispensabile consolidare il legame formando una cordata: una cordata a due è rapida e agile nei movimenti (transfert/controllo transfert), nelle scelte improvvise e nei cambiamenti di rotta che l'ambiente può imporre.

Si sale verso l'*alto* comunque da soli, ci si riconosce come interpreti assoluti della propria vita, ma ci si trova anche "legati" all'altro, si diventa responsabili di entrambe le parti (affermazione di sé/sentimento sociale). Sarà questo aspetto a "limitare" la libertà di sciogliere la cordata in qualsiasi momento: il legame ritrova il proprio significato nelle due direzioni e nei propri costituenti implicando potenzialità, responsabilità, doveri. La cordata potrà essere sciolta nel momento in cui verrà ritrovato un accordo tra le parti, nel momento in cui entrambi lo decideranno (conclusione del trattamento).

Salendo si impara a vedere da una nuova prospettiva. Si creano possibilità di conoscenza per ciò che prima o altrimenti non era visibile: si entra in valli nascoste, lo sguardo coglie il panorama dall'alto, si è colti dallo stupore e dallo sconcerto per quel mondo così vicino eppure rimasto così estraneo (la scoperta delle dinamiche inconsce).

Il percorso viene prima immaginato e poi realizzato. In realtà i due momenti si succederanno e si intersecheranno continuamente durante lo svolgimento. Salire verso l'*alto* offre la possibilità di tracciare una via, la propria via, sulla parete della montagna: la via diventa segno del transito, metafora dell'esperienza emotiva offerta dalla situazione analitica.

Nel passato gli alpinisti privilegiavano gli aspetti conoscitivi ed esplorativi. La mèta era rappresentata dalla conquista della vetta (processo catartico del disvelamento, riconoscimento dell'evento intrapsichico traumatico). La via non era considerata: era solo una fase necessaria, che rimaneva per lo più senza valore e a cui era attribuito un significato strettamente connesso all'itinerario.

Oggi assistiamo a un’inversione di tendenza: conosciamo di più, abbiamo esplorato il mondo che ci circonda, abbiamo visto o sappiamo rappresentare ciò che non riuscivamo a cogliere prontamente con lo sguardo. Ecco allora profilarsi il bisogno di nuovi orizzonti: si privilegia l’esperienza del percorso, si configura il mito del viaggio.

Si conosce e si impara facendo la strada. La via è indicata da altri che l’hanno già percorsa, ma ciò non è svalorizzante (fine dell’alpinismo eroico): il significato è tutto racchiuso nell’esperienza emotiva individuale e nel confronto con gli altri (è necessario comunicare l’esperienza). La mèta è rappresentata dal completamento della via (l’esperienza analitica).

Anche l’acquisizione e la trasmissione del sapere (la formazione dello psicoterapeuta) si fondano sulla conoscenza tecnica e sull’esperienza accumulata: la conoscenza dei materiali e il loro impiego, la preparazione fisica ed emotiva, l’apprendimento dei movimenti, le nozioni di orientamento, di meteorologia e di sopravvivenza (il *training* personale, la pratica analitica).

Rimane la vetta: segno della conclusione dell’ascensione (termine dell’analisi), oppure, punto di partenza, inizio della discesa (riconoscimento della mèta fittizia e dei limiti, consapevolezza delle istanze fondamentali, acquisizione del processo conoscenza/dolore che definisce ogni traccia esistenziale della condizione umana).

Al ritorno ci ritroviamo sempre a guardare oltre la curva, dietro gli alberi e ci appaiono i profili, le forme che abbiamo conosciuto: li sappiamo distinguere, ci sembrano più vicini, ma intanto la luce, che è ancora cambiata, ci sorprende. A noi resta il bisogno di riprendere il cammino, di cercare ancora.

Bibliografia

1. ADLER, A. (1912), *Über der nervösen Charakter*, tr. it. *Il temperamento nervoso*, Astrolabio, Roma 1971.
2. ADLER, A. (1920), *Praxis und Theorie der Individualpsychologie*, tr. it. *La Psicologia Individuale*, Newton Compton, Roma 1992.
3. ADLER, A. (1927), *Menschenkenntnis*, tr. it. *La conoscenza dell’uomo nella Psicologia Individuale*, Newton Compton, Roma 1994.
4. ADLER, A. (1931), *What Life Should Mean to You*, tr. it. *Cosa la vita dovrebbe significare per voi*, Newton Compton, Roma 1994.
5. AMY, B. (1987), *Il più grande arrampicatore del mondo*, C.D.A., Torino.

6. BACHELARD, G. (1943), *L'Air et les Songes. Essai sur l'imagination du mouvement*, tr. it. *Psicanalisi dell'aria. Sognare di volare. L'ascesa e la caduta*, Red, Como 1988.
7. BONATTI, W. (1997), *Montagne di una vita*, Baldini & Castaldi, Milano.
8. DIEMBERGER, K. (1970), *Imaka. Leben swischen 0 und 8000*, tr. it. *Tra zero e otomila*, C. D. A., Torino 1995.
9. FERRERO, A. (1998), Dimensione individuale e collettiva dell'inconscio, *Ind. Psychol. Doss. 1*, SAIGA, Torino.
10. GERVASUTTI, G. (1945), *Il fortissimo*, Il Melograno, Milano.
11. GUGLIERMINA, G. F., LAMPUGNANI, G. (1927), *Vette*, Corradini, Borgosesia.
12. HILLMAN, J. (1983), *Healing Fiction*, tr. it. *Le storie che curano. Freud, Jung, Adler*, Cortina, Milano 1984.
13. HILLMAN, J. (1996), *The Soul's Code. In Search of Character and Calling*, tr. it. *Il codice dell'anima. Carattere, Vocazione, Destino*, Adelphi, Milano 1997.
14. KARL, R. (1980), *Erlebnis Berg: zeit zum atmen*, tr. it. *Montagna vissuta: tempo per respirare*, Dall'Oglio, Milano 1982.
15. MESSNER, R. (1970), *Zurich in die Berge*, tr. it. *Ritorno ai monti*, Athesia, Bolzano 1981.
16. MESSNER, R. (1979), *Alleingang Narga Parbat*, tr. it. *Narga Parbat in solitaria*, De Agostini, Novara 1988.
17. SAMIVEL (1940), *L'amateur d'abimes*, tr. it. *Amatore d'abissi*, Zanichelli, Bologna 1984.
18. SAMIVEL (1994), Il simbolismo dell'altitudine, in BIANCARDI, A. (a cura di), *Il perché dell'alpinismo. Un'antologia della letteratura di ieri e di oggi*, Aviani, Udine.
19. SAMIVEL (1994), Euforia ascensionale, in BIANCARDI, A. (a cura di), *Il perché dell'alpinismo. Un'antologia della letteratura di ieri e di oggi*, Aviani, Udine.
20. TERRAY, L. (1963), *Les conquerant de l'inutile*, tr. it. *I conquistatori dell'inutile*, Dall'Oglio, Milano 1977.

Giuseppe Saglio
Corso De Gregori,14
I-13100 Vercelli

Marinella Mazzone
Via A. Giordano, 1
I-13011 Borgosesia (VC)