

14-L'Inquietudine dell'Esistenza: Alla Ricerca del Senso tra Assurdo e Trascendenza

Dal libro di Domenico Gullotta

Introduzione: Il Fuoco che Arde nel Cuore Umano

La domanda sul significato della vita è antica quanto l'umanità stessa. È un'inquietudine che ci accomuna tutti, un fuoco che arde nel cuore di ogni essere umano, attraversando culture, epoche e condizioni sociali. Questa ricerca universale del senso rappresenta forse la caratteristica più distintiva della condizione umana: la capacità di interrogarsi sul proprio posto nell'universo, di cercare un significato che vada oltre la mera sopravvivenza biologica.

L'inquietudine esistenziale non è semplicemente una preoccupazione filosofica astratta, ma una forza motrice che influenza profondamente le nostre scelte quotidiane, i nostri rapporti interpersonali e la nostra percezione della realtà. È quella sensazione che ci coglie nei momenti di silenzio, quando ci troviamo soli con i nostri pensieri e ci domandiamo: "Perché sono qui? Qual è il mio scopo? Che senso ha tutto questo?"

L'Assurdo di Camus: Il Contrasto tra Desiderio e Silenzio

Albert Camus, uno dei più lucidi interpreti della condizione umana del XX secolo, ha saputo articolare con straordinaria precisione questo sentimento universale attraverso il concetto di "assurdo". Nel suo pensiero, l'assurdo emerge dal contrasto stridente tra il nostro innato desiderio di senso, di comprensione, di razionalità, e il silenzio impenetrabile del mondo che ci circonda.

Questo paradosso fondamentale può generare angoscia profonda, un senso di vertigine esistenziale che ci fa sentire come sospesi nel vuoto. Il mondo non risponde alle nostre domande più urgenti, non ci fornisce risposte preconfezionate sul nostro scopo o destinazione. È come se fossimo attori in un teatro dove il copione è stato smarrito e dobbiamo improvvisare il nostro ruolo senza conoscere la trama.

Tuttavia, Camus non vede nell'assurdo solo una fonte di disperazione. Al contrario, riconosce in questa condizione un potenziale liberatorio. L'assurdità

della nostra condizione può aprire la porta a una riflessione profonda, a una presa di coscienza che ci permette di vivere con maggiore autenticità e intensità. Quando accettiamo l'assurdo, smettiamo di cercare risposte definitive all'esterno e iniziamo a creare il nostro significato dall'interno.

Il Confronto con la Finitezza: La Morte come Maestra di Vita

Uno degli aspetti più significativi dell'inquietudine esistenziale è il nostro confronto con la finitezza. La consapevolezza della morte, della brevità della vita, del carattere effimero di tutto ciò che costruiamo, può essere fonte di grande angoscia. Eppure, paradossalmente, è proprio questa consapevolezza che può dare valore e urgenza alla nostra esistenza.

L'esperienza della Near Death Experience (NDE) rappresenta un confronto diretto e intenso con questa finitezza. Chi vive questa esperienza si trova improvvisamente faccia a faccia con la propria mortalità, ma anche con la possibilità di una realtà che trascende i confini della vita terrena. Questo incontro con il limite ultimo dell'esistenza umana può trasformare radicalmente la percezione del senso della vita.

Dopo una NDE, la ricerca di senso diventa ancora più urgente e significativa. Non si tratta più di una questione puramente intellettuale, ma di un'esigenza vitale: come integrare l'esperienza di una realtà più grande nella quotidianità terrena? Come tradurre la profondità di quella visione in azioni concrete e relazioni significative?

Viktor Frankl: Il Senso nelle Situazioni Estreme

Viktor Frankl, psichiatra e sopravvissuto ai campi di concentramento nazisti, ha fornito uno dei contributi più preziosi alla comprensione della ricerca di senso umana. La sua opera "Man's Search for Meaning" (L'uomo in cerca di senso) dimostra come il significato possa essere trovato anche nelle situazioni più estreme e apparentemente disperate.

Frankl sviluppò la logoterapia, una forma di psicoterapia basata sull'idea che la motivazione primaria dell'essere umano non sia il piacere (come sosteneva Freud) né il potere (come affermava Adler), ma la ricerca di senso. Secondo Frankl, anche nelle condizioni più brutali e disumanizzanti, l'individuo mantiene la libertà di scegliere il proprio atteggiamento verso la sofferenza e di trovare un significato anche nel dolore.

La sua esperienza nei campi di concentramento gli insegnò che il senso può essere trovato in tre modi principali: attraverso ciò che diamo al mondo (le nostre opere e azioni), attraverso ciò che prendiamo dal mondo (i nostri valori e esperienze), e attraverso l'atteggiamento che assumiamo verso la sofferenza inevitabile. Quest'ultimo punto è particolarmente rilevante: Frankl dimostrò che il dolore non è mai fine a se stesso, ma può diventare una fonte di crescita e trasformazione quando viene affrontato con il giusto atteggiamento.

La Riabilitazione come Metafora del Senso

Il processo di riabilitazione dopo una grave malattia o un trauma rappresenta una potente metafora della ricerca di senso. Ogni piccolo passo, ogni progresso apparentemente insignificante, assume un valore enorme quando inserito nel contesto più ampio della ricostruzione della propria vita.

Il riconnettersi con i propri cari, il tornare a parlare, il ricostruire la propria esistenza un passo alla volta: questi atti apparentemente semplici diventano carichi di significato profondo. Non si tratta solo di recuperare funzioni perdute, ma di riscoprire il valore della vita stessa attraverso i suoi aspetti più elementari e fondamentali.

La riabilitazione insegna che il senso non risiede necessariamente in grandi gesti o realizzazioni straordinarie, ma può essere trovato nella quotidianità, nelle piccole vittorie, nei momenti di connessione umana. È un processo che richiede pazienza, determinazione e, soprattutto, la capacità di trovare significato anche nei momenti più difficili.

L'Inquietudine come Forza Trasformativa

L'inquietudine esistenziale, lungi dall'essere semplicemente una fonte di tormento, può diventare una forza trasformativa potente. Quando abbracciamo questa inquietudine invece di fuggirla, quando la accogliamo come parte integrante della condizione umana, essa può diventare il catalizzatore per una crescita personale profonda e autentica.

Questa trasformazione richiede coraggio: il coraggio di confrontarsi con le domande difficili, di accettare l'incertezza, di vivere senza garanzie assolute. È un processo che ci chiede di abbandonare le facili certezze e di abbracciare la complessità e l'ambiguità dell'esistenza.

L'inquietudine ci spinge a non accontentarci di risposte superficiali, a scavare più in profondità, a cercare una comprensione più autentica di noi stessi e del nostro posto nel mondo. È una forza che ci mantiene vivi intellettualmente e spiritualmente, che ci impedisce di cadere nell'apatia o nella rassegnazione.

Vivere con Valore Nonostante l'Assurdità

Il dilemma centrale dell'esistenza umana può essere formulato così: possiamo vivere come se ogni giorno avesse un valore, nonostante l'assurdità apparente della nostra condizione? Questa domanda tocca il cuore della questione esistenziale e richiede una risposta non solo intellettuale, ma esistenziale.

La risposta non può essere trovata in formule astratte o principi generali, ma deve essere vissuta, sperimentata, incarnata nella quotidianità. Significa scegliere di impegnarsi pienamente nella vita, di amare, di creare, di contribuire al benessere altrui, anche sapendo che tutto è effimero e che non ci sono garanzie di senso assoluto.

Questo atteggiamento richiede una forma particolare di fede: non necessariamente una fede religiosa, ma una fede nella vita stessa, nella possibilità che le nostre azioni abbiano valore anche se non comprendiamo completamente perché. È una fede che si nutre dell'esperienza diretta, dell'intuizione, della capacità di percepire la bellezza e il significato anche nel mezzo dell'incertezza.

La Dimensione Transpersonale dell'Inquietudine

L'inquietudine esistenziale ha anche una dimensione transpersonale che va oltre la ricerca individuale di senso. Essa ci connette con l'esperienza universale dell'umanità, con la condizione condivisa di tutti gli esseri umani che si sono confrontati con le stesse domande fondamentali.

Questa dimensione transpersonale può essere una fonte di conforto e di significato. Sapere che la nostra inquietudine è condivisa da milioni di altre persone, che fa parte dell'esperienza umana universale, può aiutarci a sentirci meno soli e più connessi con il resto dell'umanità.

Inoltre, l'inquietudine esistenziale può aprirci a dimensioni di realtà che trascendono l'esperienza ordinaria. Le esperienze mistiche, le NDE, i momenti di profonda connessione spirituale possono offrire intuizioni che vanno oltre la

razionalità ordinaria e che possono arricchire la nostra comprensione del senso della vita.

Conclusione: Abbracciare l'Inquietudine per Vivere Pienamente

L'inquietudine dell'esistenza non è un problema da risolvere, ma una condizione da abbracciare. È parte integrante di ciò che ci rende umani, di ciò che ci distingue da altre forme di vita. Piuttosto che cercare di eliminarla o di ignorarla, possiamo imparare a viverci insieme, a farne una compagna di viaggio nella nostra ricerca di senso e significato.

Questa accettazione dell'inquietudine non significa rassegnazione o passività. Al contrario, significa riconoscere che la ricerca di senso è un processo dinamico, continuo, che non si conclude mai definitivamente. È un invito a vivere con maggiore consapevolezza, autenticità e impegno.

L'esperienza di chi ha vissuto una NDE o di chi ha attraversato momenti di crisi profonda può insegnarci che il senso non si trova in risposte definitive, ma nel modo in cui scegliamo di vivere le domande. È nell'amore che diamo e riceviamo, nella bellezza che sappiamo riconoscere e creare, nella solidarietà che esprimiamo verso gli altri esseri umani che condividono la nostra condizione.

L'inquietudine dell'esistenza, quindi, non è un ostacolo alla felicità o alla realizzazione personale, ma può diventare il motore di una vita più profonda, più autentica, più significativa. È l'invito a non accontentarci di esistere, ma a vivere pienamente, con tutto il coraggio e la vulnerabilità che questo comporta.

In definitiva, l'inquietudine esistenziale è un dono: il dono della consapevolezza, della capacità di interrogarsi, della possibilità di crescere e trasformarsi continuamente. È ciò che ci mantiene vivi non solo biologicamente, ma spiritualmente e intellettualmente. È la scintilla che accende la ricerca di senso e che ci spinge a diventare la versione più autentica e completa di noi stessi.