

12

Sigmund Freud
Principio del piacere
e felicità

S. Freud, *Il disagio della civiltà*, in *Opere 1924-1929*, vol. X, Torino, Bollati Boringhieri, 1990, pp. 568-571

Il disagio della civiltà è l'opera in cui Freud perviene a una valutazione complessiva dei costi e dei vantaggi dell'appartenenza a un sistema civile, sulla base della sua analisi delle dinamiche pulsionali nella vita psichica. Nel brano che proponiamo, egli assume il punto di vista dell'individuo, animato dal «principio del piacere» e in cerca della propria felicità. La sua diagnosi è che il programma di questo principio, sempre e comunque in posizione dominante

nella vita psichica, è assolutamente irrealizzabile, perché contrario alla stessa fisiologia del piacere. Tra le soluzioni di compromesso, proposte come *second best*, troviamo modelli di saggezza e tecniche artificiali di riduzione del dolore; infine il suggerimento (poi ulteriormente approfondito) che la sublimazione richiesta dalla civiltà possa offrire nuove e raffinate strategie di felicità: a più bassa intensità di piacere, ma più autonome e durature.

Il desiderio universale di felicità e le sue due mete: assenza di dolore e piacere

Ci chiederemo quindi, meno ambiziosamente, che cosa, attraverso il loro comportamento, gli uomini stessi ci facciano riconoscere come scopo e intenzione della loro vita, che cosa pretendano da essa, che cosa desiderino ottenere in essa. Mancare la risposta è quasi impossibile: tendono alla felicità, vogliono diventare e rimanere felici. Questo desiderio ha due facce, una metà positiva e una negativa: mira da un lato all'assenza del dolore e del dispiacere, dall'altro all'accoglimento di sentimenti intensi di piacere. Nella sua accezione più stretta la parola «felicità» viene riferita solo al secondo aspetto. Conformemente a questa bipartizione delle mete l'attività degli uomini si sviluppa in due direzioni, secondo che cerchi di raggiungere – in misura prevalente o addirittura esclusiva – l'uno o l'altro obiettivo.

Il principio del piacere stabilisce lo scopo della vita umana, ma il suo programma è irrealizzabile

Come si vede, molto semplicemente, il programma del principio di piacere stabilisce lo scopo dell'esistenza umana. Questo principio domina il funzionamento dell'apparato psichico fin dall'inizio; non può sussistere dubbio sulla sua efficacia, eppure il suo programma è in conflitto con il mondo intero, tanto con il macrocosmo quanto con il microcosmo. È assolutamente irrealizzabile, tutti gli ordinarmenti dell'universo si oppongono ad esso; potremmo dire che nel piano della Creazione non è incluso l'intento che l'uomo sia «felice».

Non siamo fatti per essere felici, ma per godere episodicamente di ciò che abbiamo desiderato

Quel che nell'accezione più stretta ha nome felicità, scaturisce dal soddisfacimento, perlopiù improvviso, di bisogni fortemente compressi e per sua natura è possibile solo in quanto fenomeno episodico. Qualsiasi perdurare di una situazione agognata dal principio di piacere produce soltanto un sentimento di moderato benessere; siamo così fatti da poter godere intensamente soltanto dei contrasti, mentre godiamo pochissimo di uno stato di cose in quanto tale¹. Le nostre pos-

1. Goethe giunge ad ammonire che «niente è più difficile da sopportare di una serie di belle

giornate». Tuttavia questa può essere un'esagerazione. [Nota di Freud, che parafrasa alcuni

versi scritti da Goethe a Weimar (1810-1812).]

sibilità di essere felici sono dunque già limitate dalla nostra costituzione. Provare infelicità è assai meno difficile.

La sofferenza ci minaccia da tre parti: dal nostro corpo che, destinato a deperire e a disfarsi, non può eludere quei segnali di allarme che sono il dolore e l'angoscia, dal mondo esterno che contro di noi può infierire con forze distruttive inesorabili e di potenza immane, e infine dalle nostre relazioni con altri uomini. La sofferenza che trae origine dall'ultima fonte viene da noi avvertita come più dolorosa di ogni altra; propendiamo a considerarla in certo qual modo un ingrediente superfluo, quantunque possa essere non meno fatalmente inevitabile della sofferenza di provenienza diversa.

Nessuna meraviglia se, sotto la pressione di queste possibilità di soffrire, gli uomini sogliono ridurre la loro pretesa di felicità, così come, sotto l'influsso del mondo esterno, anche lo stesso principio di piacere si trasformò nel più modesto principio di realtà; nessuna meraviglia se ci riteniamo felici per il solo fatto di scampare all'infelicità, di sopportare la sofferenza, se, nel senso più generale, il compito di evitare il dolore relega sullo sfondo quello di procurarsi il piacere.

La riflessione insegna che è possibile tentare di portare a termine questo compito per vie molto diverse; tutte queste vie sono state raccomandate dalle varie scuole della saggezza del vivere e percorse dagli uomini. Il soddisfacimento sfrenato di tutti i bisogni si propone come la condotta di vita più seducente del mondo; ciò significa però anteporre il godimento alla prudenza e, dopo non molto, implica il proprio castigo. Gli altri metodi intesi massimamente a evitare il dispiacere si diversificano secondo la fonte di dispiacere cui accordano prevalente attenzione. Esistono metodi radicali e metodi moderati, metodi unilaterali e metodi concernenti contemporaneamente più aspetti.

La volontaria solitudine, il distanziarsi dagli altri sono il riparo più immediato contro il tormento che possono arrecarci le relazioni con gli altri uomini. La felicità conseguibile in tal modo è, ovviamente, quella della quiete. Contro il temuto mondo esterno non possiamo difenderci che stornandocene in qualche modo, se vogliamo portare a termine questo compito da soli. C'è naturalmente un altro modo migliore: con l'aiuto della tecnica, guidata dalla scienza, passare in quanto membri della comunità umana ad aggredire la natura e ad assoggettarla al volere umano. Si lavora allora con tutti per il bene di tutti.

I metodi più interessanti di prevenzione della sofferenza sono però quelli che cercano d'influire sullo stesso organismo che soffre. Dopo tutto ogni sofferenza non è che sensazione, sussiste nella sola misura in cui la proviamo e la proviamo solo perché il nostro organismo è fatto in un determinato modo.

Il più rozzo, ma anche il più efficace metodo per influire sull'organismo è quello chimico: l'intossicazione.

Non credo che qualcuno sia in grado di penetrarne il meccanismo, ma è un fatto che esistono sostanze estranee al corpo la cui presenza nel sangue e nei tessuti ci procura immediatamente sensazioni piacevoli, alterando in pari tempo le condizioni della nostra vita senziente al punto da renderci incapaci di accogliere moti spiacevoli. [...] Gli effetti prodotti dagli inebrianti nella lotta per conquistare la felicità e per difendersi dalla miseria vengono considerati talmente benefici che gli individui e i popoli hanno loro riservato un posto ben preciso nella loro eco-

Tre fonti ordinarie di sofferenza: il nostro corpo, il mondo esterno, le relazioni con gli altri

Per evitare il dolore, il principio del piacere si trasforma nel principio di realtà

Le scuole di saggezza insegnano come evitare il dolore in diversi modi

Strategie solitarie miranti alla quiete e strategie sociali miranti al dominio comune della natura

Si può influire direttamente sull'organismo che soffre, provocando chimicamente piacere

Gli inebrianti agiscono sul nostro chimismo interno isolandoci dalle fonti di dolore

nomia libidica. Dobbiamo ad essi non solo l'acquisto immediato di piacere, ma anche una parte, ardentemente agognata, d'indipendenza dal mondo esterno.

Il danno degli «scacciapensieri» è lo spreco di enormi quantità di energia umana

Con l'aiuto dello «scacciapensieri» sappiamo dunque di poterci sempre sottrarre alla pressione della realtà e trovare riparo in un mondo nostro, che ci offre condizioni sensitive migliori. Annoto che proprio questa caratteristica degli inebrianti ne costituisce in pari tempo il pericolo e la dannosità. Per colpa loro in talune circostanze si sciupano inutilmente grandi ammontari di energia che potrebbero essere utilizzati per il miglioramento della sorte umana.

Si possono mortificare gli impulsi per ottenere quiete. La saggezza dello Yoga

La complicata struttura del nostro apparato psichico consente però anche [di esercitare sull'organismo] tutta una serie di altri influssi. Come il soddisfacimento pulsionale è fonte di felicità, così il mondo esterno è causa di grave sofferenza quando ci fa vivere in condizioni disagiate, quando ricusa di saziare i nostri bisogni. Possiamo dunque sperare di liberarci di parte della sofferenza agendo su tali moti pulsionali. Questo tipo di difesa dal dolore non riguarda più l'apparato sensitivo, in quanto tenta di esercitare un ferreo dominio sulle fonti interne dei bisogni. In forma estrema ciò accade allorché le pulsioni vengono mortificate, secondo quanto insegna la saggezza orientale e la pratica dello Yoga. Se la cosa riesce, ne deriva indubbiamente anche la rinuncia ad ogni altra attività (è la vita stessa a esser sacrificata), ossia, in modo diverso, si ottiene ancora una volta soltanto la felicità della quiete.

Una meta più modesta: la riduzione della sofferenza con un relativo autocontrollo degli impulsi

Il medesimo cammino viene da noi percorso, sia pure in vista di mete più modeste, quando miriamo soltanto al governo della vita pulsionale. Prevalgono allora le istanze psichiche superiori che si sono assoggettate al principio di realtà. Questo caso non esige alcuna rinuncia all'intento del soddisfacimento; una certa protezione contro la sofferenza viene ottenuta per il fatto che, quando le pulsioni sono signoreggiate, il mancato loro soddisfacimento non viene sentito così dolorosamente come quando esse non hanno subito inibizioni di sorta. Ciò comporta tuttavia anche un'innegabile riduzione delle possibilità di godimento.

Il piacere intenso della pulsione selvaggia

Il senso di felicità derivante dal soddisfacimento di un moto pulsionale selvaggio, che l'Io non controlla in alcun modo, è incomparabilmente più intenso di quello che si ottiene saziando una pulsione addomesticata. L'irresistibilità degli impulsi perversi, e forse in genere il fascino del proibito, trovano qui una spiegazione economica.

Una tecnica raffinata: la sublimazione delle pulsioni e il piacere autonomo delle attività intellettuali

Un'altra tecnica per sottrarsi al dolore ricorre agli spostamenti della libido, che il nostro apparato psichico consente e in virtù dei quali la funzione dell'apparato acquista tanta duttilità. Si tratta di dislocare le mete pulsionali in modo tale che esse non possano soggiacere alla frustrazione ad opera del mondo esterno. A ciò presta il suo aiuto la sublimazione delle pulsioni. Viene ottenuto il massimo allorché si riesce ad accrescere in misura sufficiente il piacere tratto dalle fonti del lavoro psichico e intellettuale. Il destino può allora nuocerci limitatamente.

I piaceri intellettuali ci appaiono più fini, ma meno intensi, purtroppo accessibili a pochi

Un soddisfacimento del genere, la gioia che ad esempio prova l'artista nel creare e dar corpo alle immagini della sua fantasia, o quella del ricercatore che risolve problemi e scopre il vero, ha una qualità particolare, che certamente un giorno riusciremo a caratterizzare in termini metapsicologici. Per ora possiamo dire soltanto, in modo figurato, che questa gioia ci sembra «più fine e più elevata» ma che, a paragone di quella derivante da moti pulsionali più rozzi, primari, che siano

stati saziati, la sua intensità è minore: non scuote la nostra esistenza corporale. La debolezza di questo metodo sta però nel fatto che non è applicabile universalmente, essendo accessibile solo a pochi. Presuppone particolari disposizioni, o doti, che non tutti hanno.

■ GUIDA ALLA LETTURA

- 1) Definisci il programma del principio del piacere, con i suoi due possibili obiettivi.
- 2) Quali sono le fonti della sofferenza psichica?
- 3) Su quali principi si basano in generale i precetti filosofici di saggezza? E la pratica dello Yoga?
- 4) Cataloga le risposte strategiche elaborate dalla cultura umana per consentire la ricerca della felicità.
- 5) Perché il piacere derivante da pulsioni selvagge è più intenso?
- 6) Perché il piacere derivante da sublimazione è più tranquillo e durevole?

■ GUIDA ALLA COMPrensIONE

- 1) Perché il programma massimo del principio del piacere è irrealizzabile? Rispondi facendo riferimento alla fisiologia del desiderio.
- 2) In che senso il principio di realtà si può considerare al servizio del principio del piacere? Quali modifiche gli impone?
- 3) Valuta i vantaggi legati ai diversi percorsi consigliati per la ricerca di felicità, soffermandoti sulla diversità dei loro obiettivi e delle loro concezioni del piacere (soddisfazione fisica, quiete della mente, realizzazione nell'azione sociale, realizzazione personale).
- 4) Spiega in che senso la prospettiva della sublimazione è obbligatoria per la ricerca di felicità dell'uomo civile.

■ OLTRE IL TESTO

Confronta la riflessione di Freud sul desiderio e sulla nostra cattiva disposizione naturale alla felicità con l'elaborazione di Schopenhauer riguardo al «pendolo» della vita. Quali somiglianze noti? Quali differenze nelle prospettive di esistenza indicate dai due pensatori?