

Sondrio. Nuovo incontro del ciclo "Educare all'ecologia integrale" proposto dal Family Day "In Principio era il Senso", una bella serata

Un vero successo, anzi, un successo "vero". Potremmo definirla così la videoconferenza dello scorso giovedì 3 febbraio organizzata dall'instancabile Family Day di Sondrio e Lario Ceresio, che stavolta ha ospitato la psicoterapeuta romana **Paola Versari**. Mentre gran parte d'Italia era distratta dalle luci e dalle note di Sanremo 2022, l'incontro con la relatrice, dal titolo *I like che ingannano*, ha rappresentato un'imperdibile occasione per riflettere in modo serio sul significato del successo, in un mondo che sembra aver perso il significato della vita.

Infatti, nell'ambito della rassegna *Educare all'ecologia integrale*, dopo i grandi temi ambientali, sociali e culturali, il Family Day locale ha deciso di dedicare una serata al tema dell'ecologia personale, per comprendere come impostare un equilibrato rapporto con se stessi.

La dottoressa Versari è la persona giusta per parlarne: già dal 1989, al termine dei suoi studi in psicologia, si appassiona al pensiero e alla prassi psicoterapeutica dello psichiatra austriaco Viktor E. Frankl, fondatore della Terza Scuola di Psicoterapia viennese denominata "Logoterapia e Analisi Esistenziale", formandosi al suo indirizzo mediante il professor Eugenio Fizzotti, allievo dello stesso Frankl ed esperto di fama internazionale.

Grazie a questa sua particolare formazione, la Versari si distacca dal panorama della psicologia contemporanea, che riduce l'uomo a un'indistinta matassa di mente e corpo, senza alcuna prospettiva trascendente. Infatti, pur non essendo improntata a un approccio teologico o religioso, la logoterapia frankliana fornisce le coordinate per discernere e in-



dirizzare una terza componente dell'essere umano, quella "spirituale". Ed è all'interno di questa cornice che la relatrice ha presentato durante la conferenza il contenuto di un suo recente libro edito da **Ares** nel 2019, dal titolo *L'inganno del successo*. Questo lavoro è frutto di un'esperienza diretta: la dottoressa Versari si è occupata della salute psicologica di persone del mondo dello spettacolo, celebrità schiacciate sotto il peso del loro apparente successo e smarrite di fronte a improvvise crisi di notorietà.

Oltre la varietà dei problemi che possono sorgere in questi casi, vi è una causa comune che nasce da un inganno: il potere, il denaro e la popolarità vengono erroneamente identificati come componenti essenziali del "successo", quando invece ne rappresentano solo una conseguenza secondaria e puramente eventuale.

Del resto non servono lauree in psicologia per accorgersi che le "stelle" e i "divi" che brillano sotto le luci della ribalta spesso non hanno

raggiunto la felicità interiore. In cosa consiste, allora, il vero successo? Secondo la dottoressa Versari possiamo capirlo rileggendo la testimonianza di Frankl, che da ebreo sopravvissuto a quattro campi di concentramento nazisti, tra cui Auschwitz e Dachau. Questa esperienza terribile rivelò agli occhi di Frank l'essenza stessa dell'uomo, spogliato di tutto ciò che viene scambiato per "benessere" e costretto a fare i conti con il senso ultimo dell'esistenza. Lo psichiatra austriaco si accorse così che i prigionieri in grado di sopravvivere fisicamente e psicologicamente erano coloro che avevano uno scopo che oltrepassava gli angusti confini dei lager, e al quale intendevano dedicare la propria vita. Tutti quelli che invece non avevano un qualcosa o un qualcuno per il quale sentirsi ancora "significativi", finivano per autodistruggersi o soccombere sotto il peso della sofferenza e della disumanizzazione. Ecco *L'Uomo*, dunque: un essere che sa trascendere se stesso mediante la dimensione spirituale e dare un senso anche al dolore più

impensabile ed assurdo. Il senso della propria vita, pertanto, è qualcosa che va scoperto nelle circostanze concrete della propria esistenza: quando l'uomo lo trova, dimentica il proprio *io* narcisista e si spende per un *tu* che lo gratifica a prescindere dal risultato della propria azione. Una vita spesa in questo modo, per quanto umile, nascosta, o insignificante secondo i criteri mondani, è una vita di successo autentico che soddisfa pienamente le esigenze dell'animo umano.

Ricordare questa verità è diventato qualcosa di urgente nella società di oggi, dove sia la fede sia le ideologie hanno lasciato il posto a un individualismo disperato, che da un lato si illude di potersi saziare con la raccolta spasmodica di *like* o *visualizzazioni*, dall'altro è incline alla critica più feroce e presuntuosa verso qualsiasi soggetto debole.

Per insegnare questo ai giovani occorrono metodi adeguati. La dottoressa Versari è consapevole che bisogna evitare il più possibile un austero moralismo, inefficace e controproducente, ed abbracciare un approccio più vivace ed empatico: conseguendo un diploma in Humor Terapia, la relatrice ha scoperto la valenza dell'umorismo quale possibile strumento di intervento in psicoterapia e come antidoto ad ogni forma di narcisismo mediante la pratica di una sana autoironia.

Benché non abbia avuto gli ascoltati record degli spettacoli "di successo" con il loro intrattenimento vuoto ed effimero, la videoconferenza del Family Day, con quasi 200 spettatori, si è conclusa raggiungendo pienamente il suo scopo: regalare a tutti i partecipanti il vero "senso" di una bella serata.

LORENZO SIMONETTI

