L'elogio della gentilezza

Le parole gentili non costano nulla. Non irritano mai la lingua o le labbra. Rendono le altre persone di buon umore. Proiettano la loro stessa immagine sulle anime delle persone, ed è una bella immagine.
(Blaise Pascal)

Ci sono alcune situazioni tipiche nel vasto campo della circolazione stradale che da tempo animano le mie riflessioni. Si tratta di circostanze che possono essere affrontate in modi diversi, modi che hanno conseguenze su noi e sugli altri e al tempo stesso ci descrivono meglio di tanti sofisticati test psicologici. Per farmi capire meglio farò degli esempi, descrivendoli dal punto di vista della parte, per così dire, debole.

A chi non è capitato di apprestarsi ad attraversare la strada, anche sulle strisce pedonali, e notare che alcuni automobilisti non si fermano, anzi accelerano per passare prima di voi.

Oppure, non vi siete mai trovati a compiere una manovra un po' complicata, come l'uscire da un parcheggio con poca visibilità, dovendo fare attenzione alle auto che sopraggiungono sfrecciando senza mostrare alcuna comprensione per la vostra situazione, anzi mettendovi in ancora maggiore difficoltà?

Oppure ancora, non vi è mai successo di incolonnarvi nella corsia sbagliata e di provare a riprendere la giusta via senza che, nonostante le vostre intenzioni siano manifestate chiaramente dalla freccia azionata e dai vostri tentativi di spostarvi di lato, nessuno vi lasci passare, spesso rispondendo alle vostre manovre con urla, gesti volgari e colpi di clacson?

A me capita spesso di vivere momenti come quelli appena descritti, e ogni volta rimango sorpreso di come certi comportamenti di chi mi circonda sembrino privi di senso. Chi non si ferma, chi non lascia strada, chi non viene incontro

alle difficoltà altrui, non ha in sostanza alcun vantaggio tangibile dal suo comportamento. Venire incontro al prossimo gli costerebbe al massimo pochi secondi di ritardo sulla sua tabella di marcia e non posso credere che ciò sia una motivazione sufficiente. Penso che debba esserci qualcos'altro, una spinta più profonda che rechi con sé per lo meno un barlume di senso.

Un modo per cercare di comprendere l'esperienza altrui consiste nel provare a immedesimarsi nei suoi panni o meglio ancora nel riflettere su cosa accade a noi stessi quando ci troviamo in circostanze simili. In questo caso non è difficile compiere un simile processo perché, chi come me si trova spesso ad essere la "parte debole" di cui sopra, altrettanto spesso può o rischia di interpretare il ruolo opposto, quello del forte prevaricatore.

Se penso a quando sono io a dover decidere se cedere od ostacolare, se lasciar passare o impormi per far valere i miei diritti, mi rendo che in quei pochi attimi nei quali posso prendere una o l'altra direzione, l'aspetto pratico ha davvero poca importanza. Sono invece in gioco fattori emotivi che hanno a che fare con il desiderio di prevalere e schiacciare l'altro, con il bisogno di difendere le proprie posizioni o di rispondere a chi ci attacca. Siamo infatti all'interno di quello che una certa branca della psicologia chiama "sistema motivazionale agonistico", ossia di un sistema di competizione per il rango finalizzato alla definizione dei ranghi di potere e di dominanza/sottomissione, per regolare all'interno di un gruppo il diritto prioritario di accesso alle risorse. All'interno di questo sistema si esprimono emozioni quali la collera, presentata da chi vuole imporre il proprio ruolo, la paura di chi sente di essere in posizione di inferiorità e la conseguente vergogna, seguita dalla tristezza, per aver dovuto lasciare la contesa, mentre dalla parte del vincente affiora l'orgoglio e il senso di superiorità rispetto allo sconfitto. Come si comprende si tratta di una delle basi del comportamento animale, tante volte vista all'azione nei documentari sulla natura selvaggia, che pure è sempre e insospettabilmente all'azione nell'animo dell'uomo evoluto, abitante in quella che spesso, e a quanto pare non a caso, viene definita la "giungla d'asfalto".

Se questa interpretazione è corretta, possiamo in sintesi dire che nei frangenti riportati all'inizio di questa riflessione l'oggetto del conflitto non è il diritto ad arrivare per primi, perché come si è detto pochi secondi in più o in meno ben poco possono cambiare, né il rispetto pedissequo del codice della strada. Si tratta invece di stabilire chi comanda, chi tra i due soggetti debba prevalere sull'altro.
Se il discorso finisse qui la faccenda sarebbe ben spiegata ed esaurita. Ma gli esseri umani non sono solo degli animali evoluti, hanno anche delle peculiarità tutte loro. Come scriveva a suo tempo Darwin, nella specie umana quella spinta competitiva che ha prodotto l'evoluzione delle varie specie animali tramite la selezione naturale viene mitigata dalla presenza di un altro fattore detto "simpatia", per effetto del quale gli animali con spiccato senso sociale, tra cui l'uomo, provano piacere a stare insieme ai loro simili, ad adoperarsi per il loro vantaggio anche a costo del proprio sacrificio.
Se torno alla mia esperienza, questo senso morale intrinseco nell'uomo forse agisce nello stesso momento in cui il mio sistema competitivo mi spinge a prevaricare l'altro. Accade quindi che, magari dopo essermi imposto su un altro automobilista o su un pedone, accanto all'inebriante sensazione di forza e supremazia senta risuonare in me un certo fastidio, come se avessi in qualche modo sprecato le mie energie, come se mostrando la mia forza avessi paradossalmente esposto la mia debolezza, tanto che un vago senso di vergogna inizia a affacciarsi.

Sarà per questo motivo che quando la fretta e lo stress della vita quotidiana non ottundono le mie capacità a volte riesco a comportarmi da vero essere umano e, ogni tanto, a fermarmi. Allora accade una cosa meravigliosa, ossia che dinanzi a un gesto gentile il prossimo rimanga sorpreso da questa temporanea tregua nella costante competizione e risponda al mio gesto con un sorriso. In quel momento tutta l'urgenza e il bisogno di correre e superare gli altri diventano qualcosa di poco importante, mentre la piccola scintilla di relazione umana che si è appena creata assume un rilievo capace di dare un senso.
Questo è ciò che accade a me, e se vi siete riconosciuti almeno in parte di questa riflessione, non posso che consigliarvi di provare a vedere l'effetto che fa.

Davide Stroscio, psicologo-psicoterapeuta
davide.stroscio@gmail.com