

ideas worth sharing



Il pathos nelle relazioni: antipatia e simpatia

Gian Maria Zapelli

Nel termine greco *phatos* si raccoglievano significati diversi: "affetto", "dolore", "emozione", "passione", "patimento", "sofferenza", ma anche "esperienza".

Nell'idea di pathos si ritrovano l'emozione e la passione uniti al tema dell'esperienza, rivelando così il profondo legame che unisce le emozioni con le strade che prende la vita attraverso le sue esperienze. Infatti, sono certamente le esperienze che ci accadono a determinare i modi, e le sensibilità, delle emozioni che si insediano nel nostro cuore. Nei modi del pathos vi è scritto come le esperienze della nostra vita hanno lasciato in noi la loro eredità, determinando cosa cerchiamo e cosa ignoriamo negli altri, cosa vediamo e cosa trascuriamo, cosa ci attrae e cosa ci spaventa.

Ma, in modo circolare, allo stesso tempo la nostra sensibilità emotiva vigila, seleziona e indirizza la nostra relazione con ciò che viviamo e le esperienze di cui ci impossessiamo.

Emozioni ed esperienze si influenzano dunque reciprocamente, in una circolarità senza un primato delle une sulle altre, producendo in ognuno di noi il modo originale con cui proviamo del pathos e partecipiamo emozionalmente a ciò che viviamo.

Nella relazione con gli altri, vivere del pathos, in qualunque misura, poco o tanto, corrisponde sempre a una reazione verso qualcosa da cui siamo toccati, che le nostre esperienze ci hanno insegnato a considerare e distinguere, per qualche ragione, da tutto il resto che passa davanti ai nostri occhi e che non suscita in noi alcuna emozione.

Qui a seguito esploreremo due modi attraverso cui si può manifestare il nostro pathos relazionale: la *sim-patia* e l'*anti-patia*, che dipanano i modi di essere toccati emotivamente dagli altri, di esserne influenzati.

LA SIMPATIA. Ha nella componente *syn* la declinazione che caratterizza il tipo di pathos che si genera. *Syn* significa "con", ma anche "insieme a". Verso le persone che troviamo simpatiche proviamo disponibilità, apertura, persino fiducia. Ciò che troviamo di positivo in loro è di poterci sentire a nostro agio. Nella persona simpatica siamo un po' insieme a noi stessi; ci ispira la facilità e il benessere di un "con", la possibilità di una comunicazione senza problemi, fatiche o minacce. Nella persona simpatica percepiamo presenti aspetti che viviamo come rassicuranti e confortevoli. La simpatia che cogliamo e attribuiamo agli altri delimita un terreno di socializzazione e di relazioni, di legami e di comunicazioni, nel quale possiamo consentirci di non dovere stare all'erta, nel quale possiamo sentirci a nostro agio, poiché ci sentiamo accolti e possiamo vivere senza minacce la conferma dell'idea che abbiamo di noi stessi. Per questo, la simpatia non è una caratteristica autonoma e indipendente da come viene riempita dagli altri. La simpatia è un contenitore: nel provare emotivamente simpatia per qualcuno lo si riempie di noi stessi, dei nostri timori da cui la simpatia sa tenerci lontani. E' la prossimità con qualcuno nel quale troviamo protetto il nostro mondo.

L'ANTIPATIA. Il termine antipatia ci ricorda che *anti* significa, nelle sue origini greche, "invece di", "in cambio di". Anche in questo caso l'etimologia è illuminante. L'antipatico provoca e produce una fastidiosa reazione emotiva, un pathos che lo allontana e spinge epidermicamente a respingerlo. Però la persona antipatica non è estranea e lontana, non è qualcuno totalmente differente, semmai è, all'opposto, qualcuno che ha modi d'essere nei quali siamo noi stessi messi allo specchio, messi alla prova con le nostre caratteristiche. L'antipatico mostra una possibilità d'essere che ci riguarda, o perché non ne siamo capaci, o perché l'abbiamo avuta nel passato, o perché si teme di possederla. In tutti in casi al cospetto della persona antipatica le emozioni producono un rifiuto, per metterci al riparo dall'incontrare il nostro lato oscuro, le nostre debolezze e fragilità, proteggendoci, con il rigetto, dall'incontrare parti di noi stessi che si sono nascoste, che non accettiamo.

Ogni identità che assumiamo è sempre l'esito di un compromesso, di una mediazione tra forme differenti di identità possibili. L'antipatia scaturisce alla vista di qualcuno che ha modi d'essere che ci riportano e si connettono con componenti di noi stessi stiamo tenendo nascosti perché la loro visibilità sarebbe motivo di fatica o dolore, o è stata motivo di fatica o dolore. Il pathos che si

produce è di allontanare questa vista da noi stessi, è un movimento di rimozione connesso ad aspetti di noi stessi disagiati da avere nella coscienza, che l'antipatico ci mostra come in uno specchio.

Proprio per la sua connessione con il nostro mondo interno più invisibile, nell'antipatia si cela una preziosa opportunità di riconoscere i nostri timori. Perché quando si risveglia il pathos che si oppone e rifiuta si attiva sempre una difesa, piantata nel suolo inconsapevole delle paure, che ci sta proteggendo dalla scoperta di qualcosa di cui potremmo soffrire.