Lei non sa chi sono io

C’è una frase che, in Italia, abbiamo tutti sentito almeno una volta. Magari l’abbiamo pronunciata noi stessi, magari ci è stata rivolta da qualcuno che pretendeva di saltare la fila alla posta, di ottenere uno sconto o di evitare una multa. È una formula magica, un passaporto invisibile che dovrebbe aprire porte chiuse e piegare le regole della convivenza civile al proprio volere: «Lei non sa chi sono io.»

A prima vista, questa espressione può sembrare folclore urbano, una macchietta del carattere nazionale, un retaggio di una società gerarchica e paternalistica. Ma se ci fermiamo ad ascoltarne l’eco, ci accorgiamo che non si tratta solo di maleducazione o di abuso di potere. Quella frase è la punta dell’iceberg di una condizione esistenziale molto più profonda e universale: la confusione tra l’Essere e il Fare o l’Avere, tra chi siamo nel nostro nucleo più intimo e il ruolo sociale che recitiamo ogni giorno sulla scena del mondo.

Immaginiamo la vita come un grande teatro. Fin da bambini, impariamo a indossare maschere. A scuola siamo gli alunni bravi o monelli; in famiglia i figli obbedienti o ribelli; al lavoro i professionisti competenti; online gli utenti attivi o gli spettatori silenziosi. Queste maschere, in latino “personae”, sono necessarie. Senza di esse, la società sarebbe un caos di impulsi incontrollati e identità fluide. Il ruolo sociale è il collante che permette agli estranei di interagire senza dover spiegare ogni volta la propria intera biografia.

Il problema nasce quando la maschera si incolla alla pelle. Quando dimentichiamo di essere attori e crediamo di “essere il personaggio”.

La frase “*Lei non sa chi sono io*” è il grido disperato di un attore che si rifiuta di scendere dal palco. Chi la pronuncia non sta dicendo “ho diritti”, né “rispettami come essere umano”. Sta dicendo qualcosa di diverso e molto più pericoloso: “Rispetta la mia maschera, perché io non ho altro”. In quel momento, l’individuo ha ridotto la sua infinita complessità umana a una singola dimensione: il suo status, il suo titolo, il suo ruolo, la sua appartenenza a una casta o a un gruppo di potere.

Ma perché arriviamo a identificarci così tanto con il nostro ruolo?

In primo luogo, c’è il bisogno di coerenza narrativa. L’essere umano ha un terrore ancestrale per il caos e per l’incertezza. Definirci attraverso un ruolo (“sono un medico”, “sono un manager”, “sono un artista”, ecc.) ci dà una mappa stabile del mondo. Ci dice dove stiamo, cosa dobbiamo fare e come gli altri dovrebbero trattarci. Se quel ruolo viene messo in discussione – se il poliziotto ci ferma, se non riceviamo trattamenti privilegiati – non è solo la nostra posizione sociale a vacillare, ma la nostra stessa realtà psicologica. L’attacco al ruolo viene percepito come un attacco all’integrità dell’ego.

Poi c’è il tema dell’autostima contingente, che varia in base a successi, fallimenti e approvazione altrui, rendendo il proprio senso di valore instabile e vulnerabile. Molte persone costruiscono il proprio valore non su ciò che *sono*, ma su ciò che *fanno* o su ciò che *possiedono*. Questa autostima è precaria perché dipende interamente da fattori esterni: promozioni, apprezzamenti, riconoscimenti, titoli, ecc. Chi basa il proprio senso di sé su queste basi vive in uno stato di allerta costante. Ogni interazione sociale diventa una verifica: «Mi stanno dando il rispetto che merito?». Quando la risposta sembra negativa, scatta la reazione difensiva aggressiva. “Lei non sa chi sono io” è un modo per ristabilire immediatamente quella gerarchia che l’ego crede necessaria per sopravvivere.

Infine, c'è la paura del *vuoto*. Sotto la corazza del ruolo, molti individui scoprono di non avere molto altro. Se togliamo a un individuo il suo lavoro, il suo aspetto fisico curato, il suo conto in banca, cosa rimane? Per molti, la risposta è un silenzio spaventoso. L'identificazione con il ruolo è quindi anche una strategia di anestetizzazione: finché sono occupato a difendere la mia posizione, non devo affrontare le domande scomode sul senso della mia esistenza, sulle mie fragilità o sulla mia mortalità.

La filosofia ha combattuto contro questa illusione per millenni. Già gli Stoici, come Epitteto, ci avvertivano: «*Non dire a nessuno che sei un filosofo, e non spargere la voce di essere tale. Agisci in conformità con ciò che sembri essere. Sia che tu sia a un banchetto, sia da solo, sia in pubblico, sii sempre te stesso, dignitoso e sincero. Non mostrare nulla all'esterno che non sia coerente con l'interno*.» Ma attenzione: Epitteto non ci invita a migliorare la nostra immagine pubblica, bensì a distaccarci dall'immagine stessa. Per gli Stoici, il vero Sé (la parte razionale e virtuosa) è invulnerabile alle circostanze esterne. Il ruolo sociale è un costume di scena assegnatoci dal destino. Possiamo recitare bene la parte del console o quella dello schiavo, ma il nostro valore non cambia.

Esistenzialisti come Jean-Paul Sartre hanno analizzato minuziosamente questo fenomeno nel concetto di "malafede" (Mauvaise foi). Nel celebre esempio del cameriere di caffè, Sartre descrive un uomo i cui movimenti sono un po' troppo precisi, un po' troppo meccanici, come se stesse *giocando* al cameriere. Egli fugge dalla libertà angosciante di essere un individuo indeterminato, rifugiandosi nella sicurezza della cosa-in-sé, nell'identità fissa del "cameriere". Dire "io sono il mio ruolo" è un atto di malafede: è negare la propria libertà per la comodità dell'abitudine sociale.

Più recentemente, il filosofo sudcoreano Byung-Chul Han ha descritto la società contemporanea come una società della prestazione. Non siamo più sudditi di un re, ma imprenditori di noi stessi. In questo contesto, il fallimento del ruolo non è più visto come un'ingiustizia esterna, ma come una colpa personale. Questo aumenta la pressione identitaria. Oggi, dire "Lei non sa chi sono io" potrebbe trasformarsi in "Guardate il mio personal branding, guardate i miei follower". L'aggressività aperta lascia il posto a una vulnerabilità narcisistica, ma la sostanza è la stessa: l'ego è diventato un prodotto da vendere, e chiunque ne metta in dubbio il prezzo è un nemico.

Se scendiamo ancora più in profondità, oltre la psicologia e la filosofia, troviamo le tradizioni spirituali. Qui, l'identificazione con il ruolo sociale non è vista solo come un errore cognitivo o etico, ma come la radice stessa della sofferenza umana: l'ignoranza fondamentale (Avidya in sanscrito).

Nel Buddhismo, si insegna il concetto del non-sé (Anatta). Non esiste un "ego" fisso, immutabile e indipendente. Ciò che chiamiamo "me" è solo un flusso continuo di sensazioni, percezioni e pensieri. Aggrapparsi a un'identità sociale ("Io sono importante", "Io sono un leader") è come aggrapparsi a una nuvola sperando che diventi pietra. La sofferenza (Dukkha) nasce proprio da questo attaccamento a un'illusione.

Nelle tradizioni mistiche occidentali, come il Cristianesimo contemplativo o la Kabbalah, si trova un messaggio simile sotto altre vesti. San Giovanni della Croce parlava del "niente" come via per Dio: spogliarsi di tutto, inclusi i propri meriti e la propria identità sociale, per poter essere riempiti dalla grazia. Meister Eckhart diceva che l'uomo giusto è colui che, quando nessuno lo guarda e nessuno lo applaude, continua ad essere ciò che è davanti a Dio, senza bisogno di conferme umane.

Gesù stesso rovescia la logica del "*Lei non sa chi sono io*" con il gesto della lavanda dei piedi durante l'ultima cena. In quel momento, il Maestro assume il ruolo più basso della scala sociale, quello dello schiavo. Lo fa per insegnare che la vera grandezza non risiede nel ruolo che occupi, ma nell'amore che doni. La frase evangelica: «Chi vuole salvare la propria vita, la perderà» può essere letta anche così: chi cerca di salvare la propria immagine sociale, la propria reputazione, il proprio "ruolo", perderà la vita vera, quella spirituale.

Come possiamo uscire da questa trappola? Come possiamo vivere nel mondo, ricoprendo ruoli importanti, senza diventare prigionieri di essi?

La prima chiave è la “consapevolezza”. Dobbiamo imparare a osservare senza giudizio, nè critica, il nostro ego quando cerca di emergere. Quando sentiamo rabbia perché non siamo stati riconosciuti, invece di reagire, possiamo ad esempio chiederci: “Perché questo mi tocca così tanto? Cosa sto cercando di proteggere?”. Spesso scopriremo che dietro la rabbia c’è una ferita antica, un bambino che aveva bisogno di essere visto per quello che era, non per quello che faceva.

La seconda chiave è la “de-identificazione”. Possiamo svolgere il nostro lavoro con eccellenza, possiamo avere successo, possiamo ricoprire cariche importanti, ma tenendo sempre presente che questi sono vestiti che indossiamo, non la nostra pelle. Come diceva un antico proverbio zen: «Prima dell’illuminazione, taglia la legna e porta l’acqua. Dopo l’illuminazione, taglia la legna e porta l’acqua». L’azione non cambia, ma la coscienza che l’accompagna è radicalmente diversa. Non c’è più ansia di risultato, non c’è più fame di riconoscimento. C’è solo presenza.

La terza chiave è il “riconoscimento dell’altro”. Paradossalmente, smettere di identificarsi con il proprio ruolo ci permette di vedere davvero gli altri. Quando incontro un senzatetto o un alto dirigente, se li guardo attraverso le lenti del mio ruolo sociale, vedo solo categorie. Se riesco a stare nel mio centro, nel mio essere nudo, allora posso incontrare l’umanità dell’altro, aldilà delle apparenze. E in quell’incontro, la frase “Lei non sa chi sono io” diventa impossibile da pronunciare, perché non ho nulla da dimostrare. Ho solo qualcosa da condividere.

Viviamo in un’epoca che ci chiede costantemente di presentarci, di definire chi siamo, di etichettarci. I social media sono macchine perfette per generare frasi come “Lei non sa chi sono io”, tradotte in visualizzazioni, follower e influenza.

Ma forse, la rivoluzione più radicale oggi è proprio il contrario. È il coraggio di essere nessuno. Non nel senso dell’irrilevanza, ma nel senso della libertà assoluta dalle definizioni altrui.

Quando smettiamo di aver bisogno che gli altri sappiano “chi siamo” attraverso i nostri titoli o i nostri poteri, diventiamo imprevedibili e liberi. Non possiamo essere comprati con l’adulazione, né feriti dall’insulto. Diventiamo solidi come la roccia, non perché abbiamo costruito muri di prestigio intorno a noi, ma perché abbiamo scavato fino alla roccia viva del nostro essere profondo.

La prossima volta che sentiamo montare dentro di noi la voglia di dire quella fatidica frase, proviamo a fermarci. Respiriamo. Sorridiamo interiormente. E scegliamo di rispondere con la forza tranquilla di chi sa chi è, senza bisogno di gridarlo. Perché chi sa davvero chi è, non ha bisogno che nessun altro glielo dica.

E spesso, proprio in quel silenzio dignitoso, risiede la vera autorevolezza.

© 2026 CIVICO20NEWS – riproduzione riservata

Data di pubblicazione: 27/11/2026

Salvato in PDF in data: 27/11/2026

Link all'articolo: https://civico20-news.it/societa/lei-non-sa-chi-sono-io-2/27/11/2026/