

Mia madre, Phineas, morale e sentimenti

«Non fare nulla che non vuoi davvero fare», mi disse mia madre un giorno riportandomi a casa non so piú se da scuola o da un incontro con amici. Non ricordo nient'altro di quella conversazione e non ho idea del perché quel consiglio fosse arrivato proprio allora. Ma ricordo perfettamente il tratto di Highway 19 appena fuori dalla nostra cittadina, Northfield, Minnesota, che ormai in me è associato a quelle parole. Doveva essere estate, perché l'erba era verde e gli alberi carichi di foglie. Ricordo anche che quella frase mi fece subito sentire in colpa. Stavo facendo cose che non volevo davvero fare? Avevo quindici anni ed ero in piena adolescenza, colma di incertezze, tormenti, desideri. Le parole di mia madre mi avevano fatto esitare, e non ho mai smesso di pensarci.

È una frase curiosa a pensarci bene, con i suoi due «non» che incorniciano un concetto altamente positivo: «quello che vuoi davvero fare». Sapevo che mia madre non mi stava offrendo una ricetta per l'edonismo o l'egoismo, e lessi quell'insegnamento come un imperativo morale sul desiderio. I «non» nella frase erano un monito contro la coercizione, probabilmente sessuale. Ma, fatto interessante, mia madre non aveva detto: «Non fare sesso, non prendere droghe, non fare follie». Mi aveva consigliato di ascoltare i miei sentimenti morali – ma cosa sono esattamente? I sentimenti, l'empatia in particolare, giocano inevitabilmente un ruolo primario nel nostro comportamento morale.

Quel giorno mia madre mi parlò come se fossi stata un'adulta, una persona che non doveva piú farsi indirizzare dai genitori. La cosa mi aveva lusingata e impaurita al tempo stesso. Nascosta dietro quella frase c'era l'evidente implicazione che non mi avrebbe piú detto cosa fare. Ora che mia figlia ha vent'anni capisco molto meglio la sua posizione. A due o tre anni Sophie voleva infilare le dita nelle prese, rubare i giocattoli agli altri bambini e spogliarsi a ogni occasione buona. Quando io e suo padre interferivamo con

questi desideri, si metteva a urlare. A sei anni, però, era un'altra persona. Al più piccolo rimbrotto da parte nostra gli occhi le si riempivano di lacrime. Era emerso in lei il senso di colpa, un'emozione sociale importantissima, che entrava a far parte di un mondo morale codificato di giusto e sbagliato, di obblighi e divieti.

Il viaggio che dal selvaggio nudo porta all'adulto indipendente passando per una fase di empatia e pudore è anche la storia dello sviluppo cerebrale. Dalla nascita ai sei anni circa, la corteccia prefrontale del bambino si sviluppa enormemente, e il modo in cui si sviluppa dipende dall'ambiente circostante nel suo complesso, dai veleni nell'atmosfera alla qualità delle cure prestate dai genitori. Le ricerche hanno ormai chiarito che anche il cervello dell'adolescente subisce cambiamenti cruciali, e che i traumi e le deprivazioni emotive, soprattutto se si ripetono, possono avere effetti dannosi e duraturi sul cervello in formazione. La corteccia prefrontale, molto più sviluppata negli esseri umani che negli altri animali, è spesso definita l'area «esecutiva» del cervello ed è una regione implicata nella valutazione e nel controllo di sentimenti e comportamenti.

Vent'anni fa mi sono imbattuta nella storia di Phineas Gage in un testo di neurologia. Nel 1849 il capo di una squadra operai addetti alla costruzione di una ferrovia fu coinvolto in uno strano incidente. Una barra di metallo lunga più di un metro gli si infilò nella guancia sinistra, gli trapassò il cervello e gli uscì dal cranio. Miracolosamente, Gage si riprese. Poteva camminare, parlare e pensare, ma insieme a qualche centimetro cubo della regione ventromediale del lobo frontale aveva perso il suo vecchio sé. L'uomo un tempo premuroso e gentile, oltre che molto professionale, diventò aggressivo, impulsivo e spietato. Faceva progetti, ma non li realizzava mai. Dopo vari licenziamenti, iniziò un lento declino che lo portò alla morte nel 1861, a San Francisco. Questa storia mi è rimasta impressa perché suggerisce una verità terribile: che la vita morale può essere ridotta a un pezzo di cervello.

Ricordo di aver fatto delle domande in merito a una psicoanalista poco tempo dopo averla letta. Lei aveva scrollato il capo: era impossibile. Dal suo punto di vista, la psiche non aveva niente a che fare con il cervello: l'etica non può svanire insieme alla materia grigia. Ora però vedo questa storia in modo diverso. Phineas Gage perse quello che aveva raggiunto nelle prime fasi di vita: la capacità di provare le emozioni superiori di empatia e senso di colpa, che inibiscono le nostre azioni. Dopo l'incidente, a livello morale tornò a essere un bambino. Non era più in grado né di im-

maginare le conseguenze delle sue azioni sugli altri e su se stesso, né di provare compassione, e quindi era fondamentalmente handicappato, anche se le sue capacità cognitive erano rimaste intatte. Si comportava come il classico psicopatico che agisce d'impulso e non prova rimorso.

Ne *L'errore di Cartesio*, il neurologo Antonio Damasio riporta il caso di Phineas Gage e lo confronta con quello di un suo paziente, Elliot, colpito da un danno ai lobi frontali in seguito a un'operazione per un tumore maligno al cervello. Come Gage prima di lui, Elliot non riusciva più a pianificare la propria vita, che inevitabilmente era andata in pezzi. In aggiunta, era diventato stranamente freddo. Nonostante le sue capacità intellettuali sembrassero a posto, gli mancavano i sentimenti, sia per se stesso che per gli altri. Damasio scrive: «mi accorsi che soffrivo di più io, nell'ascoltarlo, di quanto sembrasse soffrire lui»¹. Dopo aver condotto una serie di esperimenti, Damasio teorizza ciò che mia madre dava per scontato, ovvero che le emozioni non sono solo utili a prendere decisioni nella vita: sono essenziali.

Qualche volta, però, non so cosa voglio davvero. Devo cercare in me stessa, e una ricerca di questo tipo richiede la capacità di sentire a livello viscerale cosa provo e di proiettare me stessa nel futuro. Mi pentirò di aver accettato quell'invito? Sto cedendo alle pressioni di un'altra persona, verso la quale poi non proverò che risentimento? Leggendo questa e-mail sono furiosa, ma non ho forse imparato che aspettare un paio di giorni prima di rispondere è molto più saggio che inviare subito una risposta biliosa? Ovviamente il futuro è immaginario, un luogo irreali che creo a partire dalle mie aspettative, le quali a loro volta sono fatte delle esperienze che ricordo, soprattutto quelle ripetute. I pazienti con lesioni prefrontali mostrano tutti gli stessi curiosi deficit. Possono superare test cognitivi di ogni genere, ma sono comunque privi di qualcosa di cruciale. Come A. R. Lurija nota ne *Le funzioni corticali superiori dell'uomo* (1962), «i neurologi e gli psichiatri che hanno intrapreso l'analisi di casi clinici di patologia frontale sono per lo più giunti alla conclusione che singole "funzioni particolari" [...] possono risultare in questi malati relativamente conservate, mentre il comportamento globale si modifica chiaramente in modo patologico»². Perdono la facoltà critica di giudicare il loro comportamento e scivolano in una bizzarra indifferenza verso se stessi e gli altri. Si potrebbe dire che qualcosa si è inceppato nella loro immaginazione emotiva.

Un paio di anni dopo quella conversazione in auto con mia madre, andai a sciare con mia cugina ad Aspen, in Colorado. Un giorno, era tardo pomeriggio, mi ritrovai sola in cima a una ripida discesa, resa ancora piú spaventosa da una serie di gobbe. Non ero abbastanza brava per affrontare quella pista, ma avevo preso la seggiovia sbagliata. C'era solo una via d'uscita: scendere. Mentre me ne stavo lassú a vagheggiare il rifugio piú in basso, ebbi un'illuminazione: capii che a me sciare non piaceva. Era tutto troppo veloce, troppo freddo. Mi faceva paura. Mi aveva sempre fatto paura. Ci si potrebbe chiedere come mai una ragazza di diciassette anni fosse arrivata a quella semplice conclusione solo di fronte a una crisi. Vengo da una famiglia norvegese. La Norvegia è il paese in cui è nata e cresciuta mia madre e da cui sono emigrati i nonni di mio padre. In Norvegia si dice che i bambini imparano a sciare prima che a camminare, un'esagerazione che comunque rende bene l'idea. Non mi era mai passato per la testa che sciare non fosse divertente o adatto a tutti. Nel posto da cui venivo quello sport significava piacere, natura, felicità familiare. Mentre riflettevo su queste cose, notai che le seggiovie stavano chiudendo e che il cielo era sempre piú scuro. Feci un respiro profondo, mi diedi una spinta con le racchette e mi lanciai giú per la discesa. Piú o meno mezz'ora dopo una pattuglia in motoslitta mi trovò rannicchiata sotto una gobba, senza uno sci ma per il resto intatta.

Per quanto assurda sia, questa storia ha implicazioni di ampia portata. A volte ci pare di volere cose che non vogliamo davvero. Il modo in cui pensiamo a qualcosa diventa cosí radicato che non lo mettiamo piú in dubbio, e ciò può comportare molto piú di un capitolombolo in montagna. L'amica che continua a tornare da un uomo che la maltratta è preda di un desiderio abituale ma controproducente in cui il futuro immaginato viene rimosso. Quando ero una studentessa squattrinata, mi capitava di spendere venti, trenta dollari per una maglietta o un accessorio di cui non avevo bisogno e che nemmeno volevo particolarmente. Piú che altro desideravo l'acquisto, non l'oggetto in sé. Ovviamente la sensazione di non essersi privati di qualcosa può riempire un vuoto senza conseguenze disastrose. D'altra parte, se poi uno non riesce a pagare la bolletta dell'elettricità, è fregato. Sulla pista da sci ero finita nei guai perché stavo facendo una cosa che non volevo veramente fare. La mia scarsa capacità di giudizio era il risultato sia di un'alienazione dai miei sentimenti che di una mancanza di indulgenza nei miei confronti. L'ultima osservazione è vitale. Dal momento che, co-

me tutti gli esseri umani, posso oggettivare me stessa – vedermi come una persona qualunque nel mondo sociale –, sono in grado non solo di pianificare immaginando come ciò che faccio nel presente influenzerà ciò che mi succederà in futuro, ma anche di raggiungere la distanza necessaria per riconoscere me stessa come un essere che merita compassione.

Nel primo anno di matrimonio ero spesso nervosa. Mi preoccupavo in maniera astratta di perdere la libertà, della vita domestica in generale, di come «fare la moglie». Quando mi confidai con il mio novello sposo, lui mi guardò e disse: «Be', Siri, fai quello che hai voglia di fare». Non sapeva cosa mi aveva detto mia madre sull'Highway 19 dodici anni prima, ma le sue parole mi suonarono familiari. Capii che non mi stava dando il permesso di lanciarmi tra le braccia di un altro. Mi stava lasciando ai miei desideri perché, come mia madre, si fidava dei miei sentimenti morali. L'effetto fu di liberazione immediata. Mi tolsi un peso dalle spalle e continuai a fare quello che volevo, tra cui «fare la moglie» dell'uomo che amavo.

Il modo in cui pensavo al matrimonio non era quindi molto diverso da quello in cui pensavo allo sci. Avevo adottato una visione rigida, insensibile, esteriorizzata di entrambe le cose: sciare deve essere divertente e il matrimonio è un'istituzione costrittiva. Non mi ero chiesta cosa desiderassi *davvero* perché ero schiava di un'idea diffusa, idea che invece avrei dovuto vagliare e giudicare da sola. A differenza di Phineas ed Elliot, io avevo i lobi frontali intatti. Tuttavia so che i misteri della mia neurologia personale sono, come quelli di tutti, una combinazione sintetica del mio temperamento genetico innato e del mio bagaglio di esperienze, il che mi riporta a mia madre, personaggio centrale in questa storia. Quando le ho detto che stavo scrivendo delle riflessioni sul consiglio che mi aveva dato anni prima, ha commentato: «Be', sai, non avrei potuto dire quella cosa a chiunque». Diversamente dalle frasi trite prese da qualche manuale per genitori, le parole di mia madre erano state pensate su misura per me e offerte con saggezza, empatia e amore. È per questo, ne sono certa, che mi sono rimaste dentro. Perché hanno toccato i miei sentimenti.