

Athenaeum

Associazione N.A.E.

in collaborazione con

LUISS Guido Carli

Venerdì 15 febbraio 2013, ore 11:00
LUISS Guido Carli – Aula Magna “Mario Arcelli”
Viale Pola, 12 – Roma

Progetto

“*Quale Europa per i giovani?*”

Empatia e neuroni specchio

Indirizzo di saluto

Maria Camilla Pallavicini, Presidente Associazione Athenaeum N.A.E.

Interverranno

Giacomo Rizzolatti, Professore Emerito di Fisiologia, Università Statale di Parma

Luigi Cancrini, Presidente Centro Studi di Terapia Familiare e Relazionale

Paolo Rumiz, Scrittore e Giornalista

Coordinamento

Filippo Gaudenzi, Capo-Redattore TG1

Maria Camilla Pallavicini

Presidente Associazione Athenaeum

Buongiorno a tutti, ben ritrovati e grazie per la vostra presenza.

Oggi siamo molto grati per aver avuto la possibilità di avere qui fra noi persone di così grande spessore culturale quali il professor Giacomo Rizzolatti, celebre neurofisiologo, il professor Luigi Cancrini, psichiatra e psicoterapeuta e il noto scrittore e giornalista Paolo Rumiz.

Ci parleranno di empatia e di neuroni specchio. La scoperta dei neuroni specchio è avvenuta alla fine degli anni ottanta, all'università di Parma, e spiega scientificamente la nostra capacità di metterci nei panni degli altri e di entrare in relazione con loro. Il professor Rizzolatti, assieme al suo team, nel corso di numerosi esperimenti sul sistema motorio, ha scoperto che alcune delle cellule del cervello si attivano sia quando compiamo una determinata azione sia quando la vediamo compiere da un altro. I neuroni specchio ci porterebbero quindi a capire automaticamente, senza bisogno di ragionamenti e attraverso un meccanismo di comunicazione a livello neuronale, che cosa provi chi ci sta davanti, facendoci così entrare in empatia con lui. Di fatto, quello che l'altro sta facendo è già dentro di noi, per questo capiamo immediatamente ciò che sottintende il suo gesto. Dentro di noi, c'è la copia precisa di quel comportamento. E' una sorta di risonanza affettiva sostenuta dall'attivazione di aree cerebrali corrispondenti, di una comprensione istantanea dell'altro senza bisogno di mettere in gioco processi cognitivi superiori.

Cito le parole stesse del Professore in una sua recente intervista: << *La scoperta dei neuroni specchio ci dice che abbiamo un meccanismo che indica che gli individui sono strettamente in contatto. La natura ci ha creato un meccanismo per volerci bene, per capirci a un livello antico che viene prima del linguaggio. Un meccanismo naturale che ci permette di comunicare*>> Ed ha aggiunto, e mi sembra importante sottolinearlo: << *La natura ha creato questo meccanismo ma sta alla cultura renderlo più ricco o più povero. Se la cultura invita a fregare il prossimo, a ucciderlo, a fare quel che si vuole infischandosene degli altri, a essere egoisti e individualisti, il meccanismo dei neuroni specchio finisce con l'atrofizzarsi ...*>>

Pertanto, se la natura ci ha fornito i neuroni specchio per interagire con gli altri, è fondamentale il clima in cui si viene educati perché può rafforzare le potenzialità individuali come scoraggiarle fino ad inibirle.

Gli esseri umani, quindi, sono predisposti a essere empatici, a identificare quello che provano gli altri, a condividere i loro sentimenti con un'emozione corrispondente, ad accogliere le loro gioie e i loro dolori. Emozioni intelligenti che in un momento successivo saranno in grado di elaborare in modo razionale. Ma rimane un ulteriore passo da fare, e cioè andare oltre l'empatia naturale ed "educarla" all'etica, alla morale. Se, infatti, ci comportiamo in modo gentile e sorridente, rispettando gli altri, nella maggior parte dei casi otterremo una risposta corrispondente, ben diversa da quella che otterremmo se ci comportassimo in modo brusco e disattento. Ciò che sorprende è che la scienza, più progredisce e si avvicina alla verità, più arriva a confermare quanto ci ha sempre indicato una antica regola d'oro: "Fai agli altri quello che vorresti fosse fatto a te e non fare agli altri quello che non vorresti fosse fatto a te".

Ma di tutto ciò ci parlerà a fondo il Professor Rizzolatti.

Seguirà poi un intervento del Prof. Cancrini, psichiatra e psicoterapeuta, che ci parlerà di empatia riportando le argomentazioni scientifiche alla vita quotidiana, e questo grazie alle esperienze da lui maturate nel Centro Studi di Terapia Familiare e Relazionale di cui è Presidente. Il professor Cancrini ha centrato la maggior parte delle sue ricerche sulla emarginazione del diverso nelle scuole, sulle dipendenze e i comportamenti antisociali e su tutte le manifestazioni del disagio, in particolare nei casi di tossicodipendenza. E' autore di numerosissimi lavori scientifici che è assolutamente impossibile citare.

Concluderà l'incontro lo scrittore, giornalista, oserei dire "viaggiatore", Paolo Rumiz che ci parlerà di empatia attraverso la sua esperienza personale. Al riguardo vi consiglio di leggere uno dei suoi ultimi libri "Il Bene ostinato" edito dalla Feltrinelli in cui narra il suo incontro con il CUAMM, Medici per l'Africa, una istituzione padovana di medici volontari che operano in Africa per debellare gravissime malattie quali l'AIDS, nonché il suo incontro con il fondatore del CUAMM, Monsignor Luigi Mazzucato la cui frase chiave, quando ti incontra, è la seguente: << *Vieni, se questa cosa non la fai tu, non la fa nessuno*>>. Dice Rumiz dell'empatia: << *Conosco diversi gradi di empatia, La più favolosa è quella che si può instaurare con uno sconosciuto mentre sei, per esempio, su un traghetto e dici: "che vento che tira" e poco dopo ti sbottoni e partono segreti che non racconteresti nemmeno ai tuoi figli. Ma l'empatia non è solo il racconto, la parola, è il modo di camminare, lo sguardo. A seconda di come agisci, selezioni le persone attorno a te. [...]*>> Come sempre coordinerà l'incontro il nostro carissimo amico Filippo Gaudenzi.

Ringrazio tutti i relatori per averci offerto questa irrinunciabile opportunità e per aver deciso di condividere con noi il loro pensiero. Passo loro la parola. Grazie.

Filippo Gaudenzi

Capo Redattore RAI TGI. Moderatore del Convegno

“Sai che c’è? Ci capiamo al volo! Non serve neanche che parliamo. Basta uno sguardo!”

“Dici? Io non lo capisco proprio. A me, proprio, non mi dice niente!”

“Ma no! Come! È tanto facile! A me sembra così semplice capirlo”.

“Capire? Che vuol dire capire? Capisco una persona?” Cioè: “Mi capisci?” “No. Noi non ci capiamo proprio. Ragazzi! Non ci capiamo proprio. Oggi non ci capiamo”.

Capire... La professoressa ride, perché tutti i giorni dice: “Ragazzi, non ci capiamo proprio!” Entrare negli altri... “Mia madre non mi capisce, mio padre non mi capisce, mio fratello non mi capisce, mia sorella non mi capisce, la mia ragazza non mi capisce, il mio ragazzo non mi capisce...”.

“Aho, ma non ci capisce mai nessuno a noi!”

E noi? “Io non lo capisco, non capisco questo, non capisco quell’altro...”

Se oggi avete quel minimo di attenzione, capiremo che non possiamo non capirci. Dici: “Ma come è possibile? Eppure litighiamo!”. Va be’, si può anche litigare per superare un contrasto.....

Adesso il professor Rizzolatti mi bacchetta perché dico delle eresie.

Però non possiamo non capirci, perché strutturalmente siamo fatti per capirci.

Professor Rizzolatti, è così?

Prof. Giacomo Rizzolatti

Professore Emerito di Fisiologia, Università Statale di Parma

(Testo non rivisto dall’Autore)

Penso che sia stata un’ottima introduzione, perché credo che questo sarà proprio il tema della mia conversazione. Ma incominciamo con un esempio. Voi entrate in un bar e vedete una persona che afferra una tazzina di caffè. Cosa capite? Capite immediatamente che afferra la tazzina. Ora guardate questo bicchiere, afferrato solo così. Capite cosa voglio fare: voglio bere. Ma se lo afferro alla rovescia, è possibile che io voglia bere? No. Quindi voi immediatamente capite la mia azione, “afferrare il bicchiere” che è identica nelle due condizioni, in quanto io ho sempre afferrato un bicchiere, però capite anche la mia intenzione, cioè, cosa avverrà nel futuro.

Tutto questo come fate a comprenderlo? La visione tradizionale e filosofica è che noi capiamo perché elaboriamo l’informazione: elaboriamo l’informazione bicchiere, l’informazione mano, l’informazione movimento. Tutto questo si basa sull’idea, che è stata molto popolare soprattutto alla fine dell’altro secolo, del cervello visto come una specie di computer. È un’idea completamente sbagliata, una metafora sbagliatissima; comunque era molto popolare.

Quindi il cervello elabora un’informazione e noi elaborandola comprendiamo. Quello che era stato proposto da alcuni filosofi (voi che state facendo gli ultimi anni ricorderete la fenomenologia di Edmund Husserl e altri), è che forse c’è un altro modo di capire, nel quale gli altri non li capisci oggettivamente, ma perché, in qualche maniera, ti ritrovi in quello che fanno, in quello che sai fare tu, in quello che sei capace di fare.

Quindi il capire impone, non solo un’oggettività, ma anche la presenza di una persona. C’è una differenza fondamentale dal punto di vista delle conseguenze. Se io capissi l’altro come se fosse una mela che casca dall’albero, non capirei la persona, ma solo quello che fa. Invece capisco perché io lo metto su me stesso, capisco l’altro come una vera persona. Quindi c’è un rapporto personale e non oggettivo.

Tutto quello che dicevano i filosofi, i fenomenologi, era considerato, da molti filosofi e soprattutto dai filosofi analitici americani, come una specie di bella fantasia, molto poetica del tipo: “Che bello capire gli altri!”. Ma che prove ci sono? In realtà non è così. Quello che noi abbiamo scoperto, qualche anno fa, è che in effetti esiste un meccanismo neurologico che è congruente con quello che vi ho detto prima, cioè di questa capacità immediata di capire.

Prima di parlarvi dei nostri esperimenti, vi dirò due parole su come parlano i neuroni: hanno un linguaggio molto semplice, che è una modulazione di frequenza. Se io metto un elettrodo dentro il nervo della mia mano e tocco il mio braccio e registro da un neurone, sentirò un tac, tac, e se stimolo più forte sentirò il tac in aumentato e se tocco piano lo sentirò più debole. Quindi è molto semplice. Lo stesso vale se registro aree televisive e in questo caso saranno gli stimoli visivi che provocheranno il tac, tac e così via.

La nostra tecnica consiste nel registrare i neuroni e cercare di capire che cosa vuole quel neurone. Un neurone visivo vuole certi stimoli, un neurone uditivo altri stimoli, e così via. L'area che noi abbiamo studiato è il sistema motorio. Questo a prima vista può stupire rispetto a quello che ho detto prima, ma vedrete che non è così stupefacente. Abbiamo studiato l'area motoria, quella che nel grafico che rappresenta il cervello è indicata come F2, F4, F5: sono le varie aree motorie. Noi ne abbiamo studiato una, la F5 in particolare.

Abbiamo usato un approccio etologico, che è un po' diverso da quello tradizionale. Abbiamo studiato le scimmie all'inizio come sono senza aver provocato loro degli stimoli, e invece di avere l'approccio tradizionale americano, cioè basato su molti dati quantitativi (cioè la dinamica, la cinematica, eccetera), abbiamo usato un approccio etologico: dai da mangiare alle scimmie. Vedi come prende il cibo, vedi se si imbrocca, vedi se le piace e così via. Usando questo approccio un po' eterodosso abbiamo trovato: primo, che molti neuroni si comunicavano non solo in termini di movimento, e siamo nell'area motoria, ma anche in termini di atti motori.

Gli atti motori sono dei movimenti che hanno uno scopo. Questo è un atto motorio: ho afferrato un oggetto. Se stimolo il cervello, posso avere movimenti. Capite la differenza. L'atto motorio implica che ho uno scopo. Il neurone quando spara, che nel nostro gergo vuol dire attivarsi, dice: "prendi" o "afferra", "rompi", "porta", "sposta", eccetera. Quindi si può codificare lo scopo.

Qualcuno ci ha criticato, soprattutto uno scienziato francese che ci ha proposto questo esperimento, che è carino. Avete ragione voi se io piglio una pinza tradizionale, il movimento per afferrare è quello di chiudere la mano. Ma se pigliamo una pinza curiosa, come quella che si usa in Francia per mangiare le lumache e che è stranissima perché invece di stringere la mano bisogna aprirla per afferrare la lumaca? Abbiamo insegnato alle scimmie a usare entrambe le pinze, quelle normali e quelle false. Vi faccio vedere una scimmia che ha imparato a fare questo. Osservate con attenzione e capirete qualcosa di quello che vi ho già detto prima. Quello che dovete fare è semplicemente correlare il tac, tac, che sentirete con il comportamento dell'animale [registrazione dei neuroni in un video]. Questo è un neurone dell'afferramento: ogni volta che afferra c'è la scarica al comando "prendi". Adesso afferra con la pinza. Quando afferra con la pinza fa un movimento opposto: apre la mano: l'ha aperta e prende. Invece avete visto qui? Faceva nervosamente così, perché voleva il cibo, ma il neurone non si attivava. Perché? Perché quello che codifica è l'azione del prendere, non il puro movimento. Naturalmente dopo abbiamo fatto esperimenti più precisi. Questo è solo un esempio. Quando facevamo questi esperimenti abbiamo trovato che c'erano alcuni neuroni motori, siamo nell'area motoria, che si attivavano quando uno vedeva un oggetto. Precisamente se io ho un neurone che afferra chiudendo la mano, si chiama "presa di forza", o se prendo invece aprendo la mano, gli stimoli che lo attivano, sono diversi. Se ci sono neuroni di questo tipo, se vi faccio vedere una mela, il neurone spara, se faccio così, faccio vedere un semino, no. Che vuol dire questo? Che un oggetto viene trasformato in un atto motorio potenziale. Quando vedo l'oggetto sono già pronto ad afferrarlo. Non è che devo fare delle strane computazioni. Lo vedo e sono pronto. Fin qua è tutto molto interessante.

Ma poi, invece c'è stata la sorpresa. Lavorando, come vi ho detto, in quella maniera etologica, ci siamo accorti che c'erano dei neuroni che sparavano, non quando davamo da mangiare alle scimmie, che in un certo senso c'è da aspettarselo, ma quando uno degli sperimentatori afferrava un cibo per darlo all'animale, o non darlo e darlo ad un altro. Quindi quello che determinava la scarica, in questo caso, era l'azione della persona. Qui voi vedete un esempio. C'è la scimmia che afferra in B e ci sono i neuroni che scaricano e si attivano; e in A è invece lo sperimentatore che afferra e sempre c'è la scarica. Vi faccio vedere un filmato che è sempre molto più indicativo di qualsiasi parola.

(filmato: stessa logica: afferramento. Sempre la stessa cosa. Questo è un "effetto mirror". Adesso è un altro che afferra. Lo stesso neurone. Qui ha afferrato con la bocca, quindi è sempre afferrare).

Avete visto in cosa consiste. Mi preme sottolineare che qui non occorre fare grandi statistiche. Quando avete un neurone, risponde sempre così. Qualcuno ha chiesto: "Ma voi l'avete condizionata la scimmia?". No. Queste scimmie non sono condizionate, sono libere di fare quello che vogliono. Ma ecco che voi vedete (nel quadro A) una scimmia che non c'entra per niente, che sta osservando noi che facciamo l'esperimento. Ogni volta che vede la scimmia che mangia o vede afferrare il cibo da una persona, c'è la scarica nel suo cervello: eppure non avrà mai il premio: lei non c'entra, è un'osservatrice, un'intrusa. Eppure spara. Questo dimostra che non c'è la necessità del rinforzo del condizionamento.

Qual è la funzione di questi neuroni? Quando li abbiamo scoperti abbiamo discusso a lungo, avevamo un bel consorzio di scienziati, italiani e anche stranieri. La prima idea che ci è venuta in mente è stata quella di chiederci a cosa potessero servire: per l'imitazione. C'era già nell'aria l'idea che per imitare ci deve essere una rapida trasformazione da visione a movimento.

Provate a fare questo movimento in giù che è facilissimo, eppure voi trasformate qualcosa di visivo in un atto motorio. Adesso fate un altro esperimento: io faccio in giù e voi fate in un'altra direzione. E più facile o più difficile? Enormemente più difficile. Si perdono un sacco di mini secondi. Questo vuol dire che c'è una trasformazione immediata, nel nostro cervello di uomini, c'è questa capacità di trasformare immediatamente un'azione in un'azione simile.

Ma qui c'è una difficoltà: le scimmie non sanno imitare. Forse per voi sarà una sorpresa perché siamo convinti del contrario. Si dice: "non scimmiettare," ma in realtà le scimmie scimmiettano solo le nostre espressioni facciali, ma non sanno imparare per imitazione, non sanno imitare. Anzi si può dire che l'imitazione è il segno distintivo della razza umana. Siamo gli unici che sappiamo veramente imitare. L'imitazione non è quella di quando si dice: "Non imitare, sii originale!" Anche gli insegnanti dicono così. No, innanzitutto impara a imitare! La cultura si basa sull'imitazione. Se uno non è capace di imitare quello che ha fatto la generazione precedente, la cultura muore. Poi quando hai imparato a imitare, fai qualcosa di nuovo.

Tornando alla nostra conversazione, se le scimmie non imitano, qualcosa non torna. Allora abbiamo pensato alla spiegazione fenomenologica. Questo dipende dal fatto che i neuroni servono per capire l'altro. Nel momento in cui vedo un'azione tua, se c'è la stessa cosa nel mio cervello, io ti ho capito immediatamente.

Abbiamo fatto vari esperimenti. Ve ne faccio vedere uno dove ci sono i neuroni audiovisivi. Ci hanno chiesto: "Se voi dite che questi neuroni capiscono, se io sono in una stanza in un albergo e sento uno che passeggia dietro una porta chiusa, cosa faccio?" Capisco benissimo che c'è uno che cammina. Quindi un'azione ha anche dei corrispettivi uditivi che mi permettono di capirla.

Vi faccio vedere il protocollo di un esperimento di questo tipo. Quello che vedete è la scarica. Qui viene rotto un pezzo di carta in due pezzi e c'è questa bella scarica, però la scimmia vede. Quindi è un neurone specchio. Successivamente metto un ostacolo e lei non vede niente, sente solo e la scarica c'è. Qui è un controllo in cui faccio un altro movimento. Non vi faccio vedere i dati molto più raffinati! Questo è uscito su "Science", una rivista molto prestigiosa, che ci ha chiesto un sacco di dati statistici. Ad ogni modo si capiscono meglio i risultati bruti che quelli molto elaborati. Qui vorrei riprendere una frase di un mio amico morto purtroppo l'anno scorso, Marc Jeannerod, che diceva: "Le osservazioni e reazioni fatte da altri agenti generano nel cervello dell'osservatore rappresentazioni simili a quelle degli agenti". È un processo circolare che parte dall'interno, va all'azione e dall'azione va agli altri. Come conseguenza la rappresentazione dell'azione-reazione può essere "share", condivisa da due o più persone.

Ci sarebbe ancora molto da dire, ma il tempo stringe quindi passo subito all'uomo. Però ci sarebbe ancora da fare una considerazione. Io ho parlato di sistemi freddi, bicchieri d'acqua, eccetera. Dopo la nostra scoperta, ci sono stati moltissimi altri esperimenti che hanno evidenziato questo "meccanismo specchio". Esiste, ad esempio, negli uccelli. Serve per capire il canto. Sugli uccelli canterini ci sono due studi bellissimi, uno in Germania e uno nel Nord Carolina che dimostrano che gli uccelli riescono a comunicare tra di loro. Il canto dell'uccello si riflette nel capire lo stesso canto. Poi ci sono stati gli studi sull'uomo. Prima questa frase che vorrei ricordate: che il "meccanismo mirror" è un meccanismo che trasforma rappresentazioni sensoriali in un formato motorio. Io li ho localizzati in molte aree, non solo in quelle che vi ho fatto vedere, e a seconda di dove si trova ha funzioni diverse.

L'uomo. Immaginate che appena abbiamo trovato questo nella scimmia, che cosa abbiamo pensato? Ci sarà nell'uomo? Abbiamo fatto vari esperimenti e uno soprattutto, di cui vi voglio parlare, è quello con la risonanza magnetica funzionale. Prima lo abbiamo fatto con la TEC che è una tecnica simile ma si basa sugli isotopi radioattivi.

Qui devo fare un piccolo inciso politico, perché questi esperimenti li abbiamo fatti grazie al San Raffaele. Naturalmente il San Raffaele è considerato una specie di fogna in cui tutti rubano, eccetera, ma negli anni '90 è stato una perla per l'Italia, è stato l'unica possibilità di fare certi tipi di ricerca e devo dire che il Centro di Ricerca San Raffaele era l'unica possibilità in Italia, se no bisognava andare in Inghilterra o a Los Angeles, dove poi sono andato per altri esperimenti. Ma questo fu fatto al San Raffaele negli anni '90, quindi è stata un'acquisizione per l'Italia non da poco.

Com'è l'esperimento? Le basi sono semplicissime per gli studenti. Su cosa si basano queste tecniche di immagini del cervello? Sul fatto che quando io faccio un'azione mi aumenta la quantità di sangue nel cervello. Nel 1910-12 il fisiologo Charles Sherrington ha fatto un esperimento molto semplice: ha preso un coniglio e ha accarezzato la zampa destra e ha guardato cosa succedeva nella corteccia di sinistra. Ogni volta, quando carezzava a destra, diventava rossa la corteccia di sinistra. Perché? Perché c'era più attività, aumentava il sangue, il metabolismo aumentava.

Questo è il principio di tutto il “brain imaging”, è sempre lo stesso: riuscire a vedere dove aumenta il flusso sanguigno. Certe cose sono magiche. La risonanza, come il fatto che dallo spin degli elettroni si riesca a ricostruire il cervello, sembra quasi una cosa magica. Comunque, a parte questo, quando vedete rosso è dove il sangue aumenta. Quindi noi abbiamo messo degli studenti, dei volontari dentro una macchina e abbiamo visto che cosa succede quando c'è una reazione. E qui voi vedete. Questo non è uno studio nostro, ma è stato recentemente realizzato da un gruppo tedesco che ha fatto una rassegna di oltre 150 studi sul “meccanismo mirror” e ha trovato quelle che sono le aree che si attivano: c'è un'area visiva, c'è un'area parietale, c'è un'area motoria.

Perché così tanto spazio nel nostro cervello è dedicato ad un “meccanismo mirror”? Abbiamo una spiegazione di tipo fisiologico: con azioni di mano, azioni di bocca, azioni di piede e dobbiamo capirle tutte. C'è un altro aspetto che è più curioso.

E qui devo riferire un piccolo aneddoto. C'era, e c'è ancora, un ricercatore inglese che circa 15 anni fa ha avuto una crisi sentimentale. Era professore ad Oxford: a un certo punto la moglie lo ha lasciato e lui ha stabilito: “Pianto tutto e vado nel Ruanda”, ma non è andato a far niente! È partito con il proposito di osservare i gorilla del Ruanda e qui è rimasto sbalordito. Questi gorilla, che sono bestioni con un grande cervello (sono le scimmie superiori, quelle più vicino a noi col 90% di DNA uguale, eccetera), queste scimmie sembra che nella vita non facciano niente: si alzano la mattina, mangiano, passeggiano, giocano, dormono, mangiano, passeggiano, dormono, e così via. Lo scienziato si è chiesto: “Non c'è alcun segno ovvio che i gorilla usassero l'intelligenza per ogni vantaggio pratico. Sono animali grossi, non hanno nemici, se non arriva qualcuno col fucile... Per quanto io guardassi, non vedevo nulla che mi colpisse come intelligente”. Lasciando perdere il segno che loro risolvessero problemi concettuali, e allora perché c'è il cervello? A che cosa serve a questi bestioni un grande cervello? Perché il cervello costa, almeno in tempo di metabolismo. Alla nascita di un bambino pensate quanto fa male alla mamma quando esce la testa grande, eccetera. Insomma il cervello è un organo molto costoso. Quindi deve avere qualche scopo. E allora perché ha fatto questa bella vignetta e scrive sul gorilla: “Mi piacerebbe sapere perché ho il cervello!” Secondo voi perché c'è questo cervello grande nel gorilla? In questa vita tranquilla in cui non ha nemici non deve risolvere compiti particolari.

Ecco perché: la sua vita sociale è molto complessa. C'è il gorilla capo, il gorilla meno capo, ci sono le alleanze, ci sono le correnti, ci sono i rapporti con le femmine, le femmine si riuniscono nei loro gruppi, cioè la loro vita sociale è complicatissima e per sopravvivere bisogna capirla. Qui è il motivo per cui anche da noi esseri umani c'è tutta una parte del cervello dedicata a questo. Una parte molto importante!

Tutto sommato la parte che risolve i problemi matematici o si interessa della fisica quantistica è una piccola parte del nostro cervello. “Ci capiamo”, diceva prima Gaudenzi, è molto più importante che risolvere i giochi della fisica quantistica.

Adesso passiamo a qualcosa che vi interesserà senz'altro. Le emozioni. Finora ho parlato solo di cose fredde: capire un'azione. Però la cosa che più ha colpito, soprattutto i giornalisti, è il fatto che c'è un meccanismo in “mirror” per le emozioni. Qui vi faccio vedere prima un esperimento e poi dopo lo commentiamo. Siamo andati in Francia, perché a Marsiglia c'è un gruppo di ricercatori che sono dei maghi della somministrazione di sostanze odorose. Se voi iniettate una sostanza odorosa nel naso di una persona potete evocare, con stimoli naturali, diverse emozioni. L'emozione di cui vi parlerò, che è la più forte, è quella evocata dall'odore di uova marce. Se voi sentite le uova marce, tutti, maschi, femmine, giovani, vecchi, bianchi, neri, e quello che volete, fanno una smorfia di disgusto. È universale. Anche l'animale, la scimmia se c'è qualcosa che non le piace ha una smorfia di disgusto simile alla nostra: arriccica il naso.

Grazie alla collaborazione di questo gruppo di Marsiglia abbiamo iniettato queste sostanze dentro il naso di studenti francesi. La seconda parte dell'esperimento: gli stessi studenti vedevano le facce di persone che esprimevano emozioni. C'è il disgusto, c'è il piacere, o neutrali. Parliamo solo del disgusto perché quello è venuto meglio. Ebbene, abbiamo fatto la risonanza e abbiamo studiato soprattutto una struttura chiamata “insula”, isola, che è un po' nascosta nel cervello quasi che le emozioni non si volessero far vedere. Son lì dentro. Abbiamo visto che con gli stimoli di disgusto, gli stimoli spiacevoli, compaiono quelle macchie rosse. Quell'aumento di sangue compare in corrispondenza delle macchie rosse, delle insule, quella struttura nella profondità.

Il momento culminante è stato quello successivo, quando abbiamo fatto vedere agli stessi studenti le facce delle persone che esprimono disgusto. Ci sono gli stessi voxel che si attivano: gli stessi neuroni che indicano il brutto odore che ricevono, sono gli stessi neuroni che si attivano quando io vedo un'altra persona che esprime disgusto.

Questa è la differenza. Pochi mesi dopo è uscito un lavoro fatto da un gruppo di ricercatori inglesi che hanno mostrato la stessa cosa per il dolore. Quando io vedo uno che ha dolore, sento un dolore dentro me stesso. Non è che capisco: quello ha dolore. Quello lo capisco in maniera logica.

Se voi mi mandate col telefonino un messaggio con alla fine una faccina che sorride, io capisco che siete contenti, ma non provo nessuna emozione: l'ho capito in maniera intellettuale, in maniera cognitiva.

Quindi noi siamo a contatto con gli altri, e poi magari parleremo di empatia e simpatia. Il concetto di empatia è immediato, io non posso farne a meno se ho un sistema nervoso normale, un sistema nervoso a sviluppo tipico. Questo lavoro lo abbiamo chiamato "entrambi disgustati nella stessa isola" perché sono gli stessi neuroni, non è un qualcosa di successivo.

L'ultima cosa che stiamo facendo: ci siamo un po' applicati alle conseguenze di questo. Uno scrittore inglese, Simon Baron-Cohen, che è un famoso studioso dell'autismo, ha scritto recentemente un libro che credo sia già stato tradotto in italiano e che in inglese si chiama "Empathy Zero", "Empatia Zero". È un libro in cui cerca, lui che è ebreo, di capire come mai delle persone, come lo erano molti leader tedeschi, si siano trasformati in belve: l'idea di come possa una persona trasformarsi e perdere la capacità di umanità, quindi "a empatia zero". A noi interessa non tanto per discutere di queste atrocità, ma per capire come mai ci sono certe patologie.

Esiste tutta una serie di patologie in cui la base della malattia è la "mancanza di empatia". Non capisci gli altri e quindi c'è il narcisismo, ci sono altre cose "borderline", eccetera. Quello di cui ci siamo interessati noi è l'autismo. L'autismo è purtroppo una malattia che sta diventando epidemica, anche se è una malattia sicuramente su base genetica. Ma la genetica è una predisposizione, non è una condizione che determina.

Noi recentemente abbiamo studiato l'autismo e abbiamo visto questo. Abbiamo fatto questo esperimento molto semplice perché fatto sui bambini. Quello che registravamo è l'elettromiografia, cioè i muscoli che aprono la bocca. La situazione era questa: un bambino pigliava un cioccolatino e se lo metteva in bocca, oppure pigliava un cioccolatino e lo metteva in quel contenitore che voi vedete in basso. E noi registravamo i muscoli della bocca. Quando un bambino a sviluppo tipico, quindi senza deficit neurologici o psichiatrici, afferra un oggetto e lo porta alla bocca, circa 800 millisecondi prima di metterlo in bocca incomincia ad attivare i muscoli. È chiaro che cosa vuole, ha un'intenzione dentro la sua mente e questo gli fa attivare il suo sistema motorio e gli fa aprire la bocca. Se invece lo mette nel cestino, la riga blu, non succede niente. Se il bambino a sviluppo tipico normale, vede un altro bambino che mangia un cioccolatino, vedete la linea rossa? l'azione dell'altro intrude nel suo cervello e determina addirittura una contrazione sotto soglia, una contrazione del muscolo. Quindi quando vedo un altro che afferra e mette in bocca, la sua azione entra dentro di me e io la vivo, la capisco.

Questi invece sono bambini con autismo, sono quelli che vengono chiamati "high functioning", quelli che hanno un quoziente di intelligenza normale. Innanzitutto non sono in grado loro stessi di determinare chiaramente la loro azione. Questi sono intelligenti, vogliono pigliare il cioccolatino, sanno benissimo cosa fare, ma non hanno la capacità di programmare in maniera adeguata attivando il movimento del braccio. Questo è l'aspetto più importante quando vedono un altro bambino mangiare. Ripeto: alcuni di questi sono molto bravi in fisica, in matematica. Alcuni sono piccoli, ma altri fanno già le scuole medie e sono bravi, capiscono benissimo cosa succede, ma lo capiscono però solo in maniera cognitiva: quello mangia il cioccolatino. Non hanno dentro di sé quell'empatia per dire: "lui mangia".

Alcuni ricercatori hanno esagerato, soprattutto il nostro grande amico e ammiratore Ramachandran, che ha scritto che l'autismo è un deficit neuronico. L'autismo è molto più complicato: non sono solo i "neuroni specchio" che non funzionano, anche se è un aspetto molto importante.

Guardate cosa racconta questa scrittrice svedese che è una con un autismo ad alto funzionamento. Lei racconta le sue memorie, soprattutto degli anni in cui era piccola in cui i genitori non capivano cosa avesse e la sgridavano perché era lenta nei movimenti, o non collaborava, o non partecipava alla vita familiare. Diceva: "Trovavo difficile muovermi, come se dovessi ogni volta pensare come fare. In una certa maniera dovevo ordinare al mio corpo cosa fare". È quello che avete visto prima, dimostrato scientificamente. Il bambino autistico per prendere il cioccolatino deve ordinare al suo corpo come fare. Il bambino a sviluppo tipico afferra il cioccolatino in maniera automatica. Sempre in questo libro, scrive: "Io quando avevo il mio fidanzato, verso i 22 anni, era come se vivessi con un armadio". Non c'è nessuna possibilità di capirsi fra queste persone. Capite la tristezza di questa condizione? Adesso noi abbiamo parlato di patologia, ma io non credo che ci sia solo la patologia. Parleranno meglio di me gli altri relatori. Ma anche certe forme così dette borderline sono persone che non riescono a capire cosa fanno gli altri. Anche il rapporto egoistico che si instaura spesso, è un rapporto di questo tipo. Uno dei problemi dei giovani credo sia proprio l'incapacità di considerare non solo se stessi, ma di considerare gli altri.

Io una volta ero in stazione a Parma e c'era una ragazza che raccontava a una signora anziana. Diceva: "Con il fidanzato non vado più d'accordo. Le cose vanno male!" e allora la signora anziana chiedeva: "Allora cosa fai? Fai dei viaggi?". "No, compro un cane". Voi capite perché. Perché comprare un cane vuol dire comprare un essere che ti ubbidisce, che è gentile, che è buono, ma non c'è nessuna necessità di mettersi nei panni dell'altro. È il cane che deve mettersi sempre nei panni tuoi. Invece col fidanzato, quello non vuole andare al mare, cosa si deve fare? "Ci dobbiamo capire".

Concludo con una frase ottimistica. Siamo alla Libera Università Luiss ed è giusto finire come Adam Smith. Voi sapete che è il padre dell'economia liberale. In un libro precedente a quello de "La ricchezza delle nazioni", che è quello che lo ha reso più famoso, nel "The Theory of Moral Sentiments" dice: "Per quanto egoista possa essere un essere supposto, ci sono alcuni principi della sua natura che lo rendono interessato al destino degli altri e rendono la loro felicità a lui necessaria, sebbene non derivi niente a lui di questo se non il piacere di vedere uno felice".

È una frase bellissima ma è anche vera.

Filippo Gaudenzi

È lo stesso piacere, Professore Rizzolatti, che abbiamo provato noi nell'ascoltarla. Ovviamente l'ascolteremo ancora. Adesso addentriamoci in un altro aspetto dell' "empatia". Abbiamo parlato di neuroni, è una spiegazione affascinante e avete visto che corrispondenza c'è, e che bellezza, nel provare le emozioni degli altri. Partecipare a un'emozione è una cosa che ha un rilievo fisico, viene registrata. Ora però, calandoci nella realtà di tutti i giorni, anche attraverso l'esperienza di tanti casi non necessariamente patologici, entriamo nell'ambito dei rapporti umani.

Il professor Rizzolatti ci diceva: "Non è che dobbiamo parlare solo della patologia, di autismo". La vita di tutti i giorni ci pone tante di fronte a questioni, tante situazioni, tante possibilità di capirsi o non capirsi.

Allora, con il professor Cancrini entreremo proprio nello specifico dei rapporti umani, di quali siano le difficoltà di capirsi, perché ci si pone sempre in modo tale da creare delle barriere che possono rendere difficoltosa questa capacità naturale, come abbiamo visto, di partecipare alle emozioni degli altri.

Prof. Luigi Cancrini

Presidente del Centro studi di terapia familiare e relazionale

È difficile parlare come psicoterapeuta dopo un intervento così chiaro e preciso. C'è una bella immagine usata da Chris Frith -mi pare- con cui dice che le scienze forti sono quelle che hanno oggetti ben definiti, che si possono studiare: il legno, una scrivania. Mentre ci sono scienze 'mollie', che vogliono studiare la forma del gelato. È un po' più difficile, allora, perché il gelato si squaglia, non c'è più, tutto sfugge. La psicoterapia studia i gelati, ed è un disastro da questo punto di vista. È difficile oggettivare.

Diciamo che nel momento stesso in cui si entra in sintonia con un paziente, proprio questo entrare in sintonia produce dei cambiamenti in lui e, quindi, non studiate più la situazione com'è, ma la situazione "com'è in rapporto a voi", e se ve ne allontanate, la studiate com'è nel momento in cui ve ne siete andati. Lasciandolo. Insomma, un bel pasticcio.

Parlerò di cose molto meno certe, molto più confuse, se volete. E parto anche dall'esperienza da cui provengo, perché penso che sia importante inquadrarla. Ho studiato la neurologia e la psichiatria -allora erano ancora unite- e ho studiato un po' di psicofarmacologia. La psichiatria, proprio come tale, mi ha messo in difficoltà: mi sembrava che i fenomeni fossero più complessi delle formulazioni in cui venivano racchiusi, *scientificamente hard*, come le scienze pure. E così mi sono avventurato nella psicoterapia, ho fatto un'esperienza psicoanalitica durata tanti anni.

Poi ho cominciato a lavorare con i tossicodipendenti, eravamo nel '67, sono passati quarantacinque anni. I tossicodipendenti erano stranissime creature, innanzitutto perché non venivano considerati allora pazienti psichiatrici ma solo degli "autori di reato" perché drogarsi allora era un reato. Anzi, gli psichiatri non li volevano vedere, e questo ha portato nel tempo, quando si è deciso di curarli con la legge del 1975, oltre ai servizi psichiatrici, ai servizi per tossicodipendenti, che sono un'altra cosa. E, addirittura, si usa una strana espressione, "doppia diagnosi", per dire che uno è psichiatrico ed è anche tossicodipendente. Insomma si fa confusione. I tossicodipendenti hanno occupato la mia vita per tanti anni.

Poi, a un certo punto e con forte impatto, quindici anni fa, ho cominciato a lavorare con i bambini traumatizzati. Sono direttore scientifico di un Centro, qui a Roma, che si occupa dei bambini maltrattati e abusati che arrivano da vari servizi, servizi sociali e dal tribunale. Noi cerchiamo di ascoltarli, di entrare in rapporto con loro. Però è molto difficile. Quando un bambino abusato -parlo di bambini di cinque, sei, sette

anni- entra nella stanza della terapia, generalmente se ne sta chiuso in un angolo, sembra non partecipare, non guarda nessuno, sembra autistico ma non lo è per niente. Se si riesce, con pazienza, a creare le condizioni per cui si senta a proprio agio, questo bambino inizia a muoversi nella stanza, poi forse anche a disegnare o a giocare -generalmente, nella stanza dove si lavora con bambini del genere, ci sono dei pupazzi e delle bambole- e trasmettendo dei significati attraverso i giochi di bambole.

All'inizio manifesta freddezza. Poi, lentamente, questo bambino può mostrare delle manifestazioni di rabbia verso le bambole. Può addirittura fare alle bambole quello che lui stesso ha subito, può quindi maltrattarle, colpirle, gettarle via.

Successivamente, quando tra lui e la terapeuta (generalmente, in questo nostro centro, una donna), stando assieme, si stabilisce una forma un po' particolare di empatia per cui il bambino sente che lui è lì per lui, il bambino comincia ad aggredirla. Le tira oggetti, tenta di picchiarla e, quando fa questo, man mano che cresce la sua rabbia, inizia a parlare, a raccontare quello che è accaduto, i maltrattamenti e gli abusi che ha subito.

La terapeuta attraversa dei brutti momenti, perché essere colpiti da un bambino che soffre è una delle esperienze più terribili che si possa provare. Per questo, la terapeuta entra così in sintonia che può anche piangere con lui. Pian piano qualche cosa succede: dato che, curiosamente, dal momento in cui il bambino inizia a parlare e racconta quello che ha subito, la sua sofferenza, esponendo il suo dolore, il suo registro verbale migliora. Il bambino comincia a star meglio e allora diventa possibile una empatia più condivisa: quando lui può sentirsi capito e la terapeuta può effettivamente capirlo.

Sembra che la terapeuta, che nella prima fase ha costituito per lui una replica delle figure crudeli che lo distruggevano, che gli facevano del male, e quindi una nemica da picchiare, ridiventi poi la terapeuta, la persona disponibile e buona che si vuole occupare di lui e vuole stargli vicino.

Mi chiedo quante cose dobbiamo ancora studiare per capire quando le situazioni consentano al meccanismo dell'empatia di funzionare, qual è la sua premessa neurofisiologica? Che cos'è che ci mette in grado di sviluppare l'empatia e di utilizzare tutti i meravigliosi meccanismi di cui disponiamo? Ritengo che quello che ci permette di utilizzare l'empatia in un modo ragionevole sia la serenità della nostra infanzia. Se si è stati bene da bambini e si è cresciuti bene, l'empatia sembra più facile.

Si è parlato di bambini autistici. Noi abbiamo lavorato anche con famiglie di bambini autistici. Su questo tema vi è sempre stata grande discussione: alcuni autori che hanno definito i genitori dei bambini autistici "genitori frigorifero". Perché si notava, per esempio, che molti genitori, mamme, di questo tipo di bambini avevano una grandissima difficoltà in quello che si chiama "baby talking", l'interazione, il fraseggio infantile che si ha con un bambino di tre, quattro mesi.

Uno dei segni più drammatici dell'autismo è che il bambino non incontra il vostro sguardo. Fa degli strani gesti, ma soprattutto non parla e non entra in contatto con voi, non entra in contatto empatico. Tutto questo si può studiare. Certamente c'è una predisposizione genetica però, Michele Zappella, un neuropsichiatra infantile ormai scomparso, ci ha insegnato -e noi per un po' l'abbiamo applicato- che con questi bambini, attraverso la strategia dell' *holding*, con un abbraccio che è costrittivo ma affettuoso da parte del genitore, se ne può forzare lo sguardo, finché a un certo punto questo meccanismo si rompe. Può saltare. Che cosa intendo dire? Che il nostro funzionare bene, il nostro poter utilizzare le strutture meravigliose di cui dispone il nostro cervello, dipendono dalle condizioni in cui siamo cresciuti.



Figura 25.1 Georges de la Tour, *Baro con l'asso di quadri* (1635-1640 circa), olio su tela.

Vediamo ora proiettato il famoso quadro di Georges de La Tour, pittore francese (1593-1652), riportato da Eric Kandel in un libro meraviglioso, *L'età dell'inconscio*, e del quale propone questa illustrazione (Il baro con l'asso di quadri) per spiegare la teoria della mente. Kandel dice che guardando questo quadro ognuno di noi ha immediatamente in mente una teoria su quello che questi personaggi pensano e fanno: il baro è a sinistra con le carte da gioco pronto a barare, di fronte a destra vi è la dama che è la persona imbrogliata, la signora in mezzo di cui non si può dire con certezza se sia complice del baro oppure se forse è la cameriera che palesa alla dama che c'è qualcosa che non va... Soltanto guardando, noi riusciamo a immaginare differenti cose su come funziona la mente dei vari personaggi e il pensiero dell'uno rispetto all'altro. Eric Kandel, in questo schema, ha permesso di studiare tutte le strutture cerebrali che sono interessate, tra le quali i neuroni specchio sono una delle più importanti. C'è una riflessione in cinque passaggi che ci permette l'intuizione psicologica sull'altra persona.

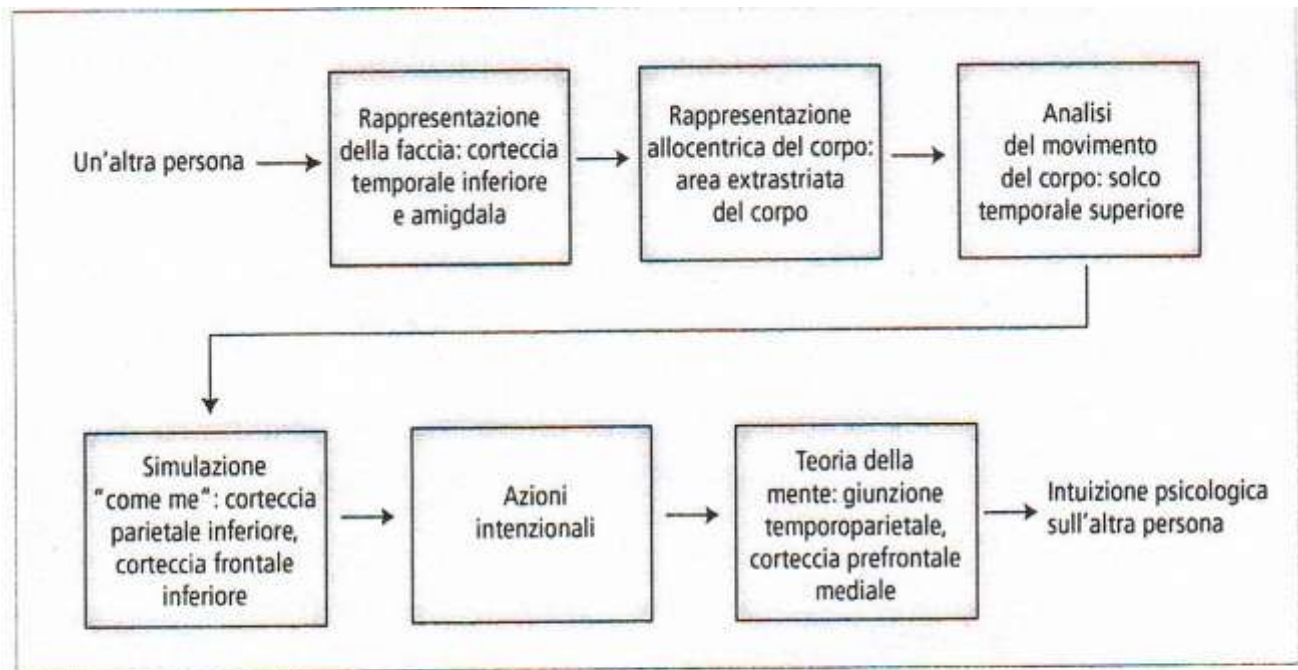


Figura 25.2 Diagramma di flusso per i circuiti neurali coinvolti nel contributo dello spettatore e nel cervello sociale.

Quale è il contributo che può dare la psicanalisi? Kandel dice che l'idea di una teoria della mente è stata introdotta nel discorso scientifico da Freud, che la considerava implicita nel suo concetto di situazione psicoanalitica. Perché l'analista è interessato non, come il medico, ai segni della malattia ma a quello che succede nella mente del suo paziente, a quello che il paziente pensa. Lo strumento di lavoro dello psicoterapeuta è la teoria della mente che deve continuamente immaginare, con le sue tantissime complicazioni.

Guardiamo un momento però l'osservazione che fa Searles, un altro psicoterapeuta, in un suo testo sul controtransfert [Harold Frederic Searles (1979), *Il Controtransfert*. Trad. it.: 1988, FrancoAngeli, Milano; 1994, Bollati Boringhieri, Torino]. Se l'analista si sforza di mantenere una posizione "idealizzata" di osservatore partecipe, e pensa di esserlo in modo obiettivo, non sarà mai in grado di accorgersi se il paziente, attraverso le sue distorsioni transferali, stia trasferendo su di lui un dato vissuto. Cosa voglio dire? Che, come quel bambino di cui vi dicevo, che vede nella terapeuta che è nella stanza una riedizione del suo persecutore, un paziente, con le sue distorsioni transferali, può avere una percezione della funzione e della posizione dell'analista molto diversa da quella che l'analista crede, a sua volta, di avere presso il paziente. Può accadere, per esempio, che il paziente di fronte all'atteggiamento di partecipazione e disponibilità del terapeuta –siamo ancora nell'esempio– reagisca come se tale atteggiamento costituisse invece un tentativo di divorarlo o di invaderlo. O che la posizione di osservatore dell'analista sia percepita come un tentativo di controllo su di lui.

Che sta succedendo in questo caso? Possiamo dire, semplificando molto, che i neuroni specchio del paziente non lo aiutano: il paziente, pur avendo i neuroni specchio, capisce una cosa per un'altra. Non solo, ma questo può succedere anche al medico, anche al terapeuta. È l'esempio del medico devoto che vuole tanto bene al suo paziente, tanto da non vedere i problemi che il paziente ha, per esempio i problemi stessi della rabbia del paziente nei suoi confronti. L'atteggiamento caratterizzato dallo spirito di dedizione, nella pratica della psicoterapia, è una difesa inconscia del terapeuta, scrive Searles, che evita il confronto con l'odio e gli altri sentimenti negativi suoi e del paziente. Il paziente è percepito come un essere fragile e buono da aiutare. Su questa strada, con malati molto gravi si può arrivare al momento in cui il paziente uccide il medico perché, in qualche modo, glielo deve far capire che è arrabbiato, che è pieno di odio!

Però, vedete, in questa ipotesi iperbolica, quello che succede in modo estremo è che anche il terapeuta ha dei neuroni specchio che non funzionano, cioè non riesce a elaborare una teoria veramente ragionevole. Perché? Lorna Smith Benjamin, una terapeuta americana più moderna, ha scritto una cosa che secondo me è decisiva. Adesso la sviluppiamo in sintesi. Qui c'è tutto il ragionamento delle esperienze traumatiche di abbandono, vissute da un bambino piccolo: stiamo parlando del disturbo *borderline* di personalità. Si riferisce a persone

che da piccole hanno vissuto esperienze traumatiche ripetute di abbandono e che non hanno avuto figure stabili di riferimento affettivo.

Tabella 1.1 Riassunto interpersonale del disturbo borderline di personalità.

Storia infantile (e adolescenziale)	Sintomi dell'adulto
Stile di vita caotico, necessità di adattarsi rapidamente (d'impulso) alla variabilità continua e imprevedibile dei riferimenti affettivi e organizzativi.	Tendenza a decisioni rapide basate sull'emozione prevalente (impulsività) e incoerenza conseguente delle relazioni affettive.
Esperienze ripetute di abbandono.	Terrore di essere abbandonato che si manifesta con coinvolgimenti intensi e spesso fuori misura; controllo; gelosia che può diventare violenta; messa in opera, sull'abbandono reale o immaginato, di attacchi rabbiosi e/o di un programma autopunitivo.
La discontinuità e il caos non escludono l'autenticità dell'affetto che viene dato al bambino da adulti che hanno bisogno di lui; il legame con persone esterne alla famiglia viene attaccato e biasimato e dà origine a un caratteristico conflitto di lealtà.	Attacca le relazioni positive nel momento in cui potrebbero consolidarsi in una situazione in cui le percepisce come in conflitto con le figure interiorizzate cui deve mantenersi leale.
Lo star male sollecita la cura da parte dell'adulto nella fase in cui il bambino soffre l'abbandono.	Esagera (drammatizza) il malessere perché ci si occupi di lui; frequenza importante di comportamenti autolesivi (i tagli) e di tentativi di suicidio.

Che succede con questi pazienti quando entrano da voi? Succede che all'inizio vi guardano come se voi foste la loro salvezza. Fanno un grande investimento su di voi. Però, poi, dopo qualche seduta possono cominciare a chiedervi: "Ma lei, dottore, ha solo me o ha anche altri pazienti?". È un tema importante per un bambino di otto anni, che vive una situazione di questo tipo. Per esempio, una bambina non vuole entrare in terapia. La terapeuta cerca di capire che cosa è successo e la bambina dice: "Tu ne hai tanti di bambini, che te ne fai di me?". Vedete, adesso il discorso è un po' più chiaro. E allora qui c'è un movimento transferale in due tempi. Il primo tempo è un investimento forte sul terapeuta -che può sentirsi gratificato- del genere: "Sono stato da tanti terapeuti e finalmente ho trovato quello giusto." Ma poi, a un certo punto, il soggetto sente che non ha più libertà, si sente costretto: perché io, terapeuta, non devo poter vedere altre persone? Perché si interessa di quello che faccio fuori?

Cosa c'è nella storia di queste persone che soffrono di questo disturbo? Lo schema della figura 3, che io ho ripreso da Lorna Smith Benjamin, mette in rapporto i sintomi del paziente adulto, destra, con le esperienze infantili, a sinistra. I sintomi dell'adulto nel disturbo *borderline* di personalità sono: le decisioni vengono prese in modo rapido e sono basate sulle emozioni prevalenti in quel momento (i medici dicono "discontrollo degli impulsi"); le relazioni affettive sono estremamente incostanti; si ripete nella relazione affettiva quello che succede col terapeuta: mi innamoro, appena la ragazza arriva mezz'ora più tardi, tragedia, "mi ha abbandonato". Il terrore di essere abbandonato si manifesta con coinvolgimenti intensi spesso fuori misura, fuori controllo, gelosia che può diventare violenta, sull'abbandono reale o immaginario messa in opera di attacchi rabbiosi o di un programma autopunitivo. Ci sono i tentativi di suicidio o, spesso, il "farsi" con le sostanze tossiche. Terzo momento: attacca le relazioni positive nel momento in cui potrebbero consolidarsi. Quarto: esagera, drammatizza il malessere perché ci si occupi di lui.

Questo è il quadro del disturbo borderline di personalità. Molto spesso sono tossicodipendenti, qualche volta sono persone con un disturbo del comportamento alimentare importante, soprattutto bulimici. Persone che stanno male, comunque. Tanti di questi finiscono in carcere perché l'impulsività spesso è pericolosa.

Ma cosa hanno vissuto da piccoli? Da bambini hanno vissuto in un modo caotico. Una storia tipo è quella di genitori che si sono lasciati, la mamma ha avuto un altro uomo, poi è nato un altro bambino, poi per un certo

tempo è stato affidato ai nonni. Insomma, mancanza di una stabilità, di punti di riferimento, continue esperienze di abbandono –e questo è il terzo punto– da parte però di persone che manifestano affettività importanti. La mamma c'è e non c'è: quando c'è ti vuole bene, ti lega; e poi, improvvisamente, ti giri e non c'è più e tu, per farla tornare, puoi solo star male. “Ammalarti”. E questo è il quarto punto. Lo star male dei piccoli sollecita la cura dell'adulto ma, a un certo punto, l'adulto se ne va lo stesso. Vedete, si tratta di un altro tipo di specchio, se volete, in cui una condizione di vita del bambino è anche una sintomatologia grave e importante dell'adulto.

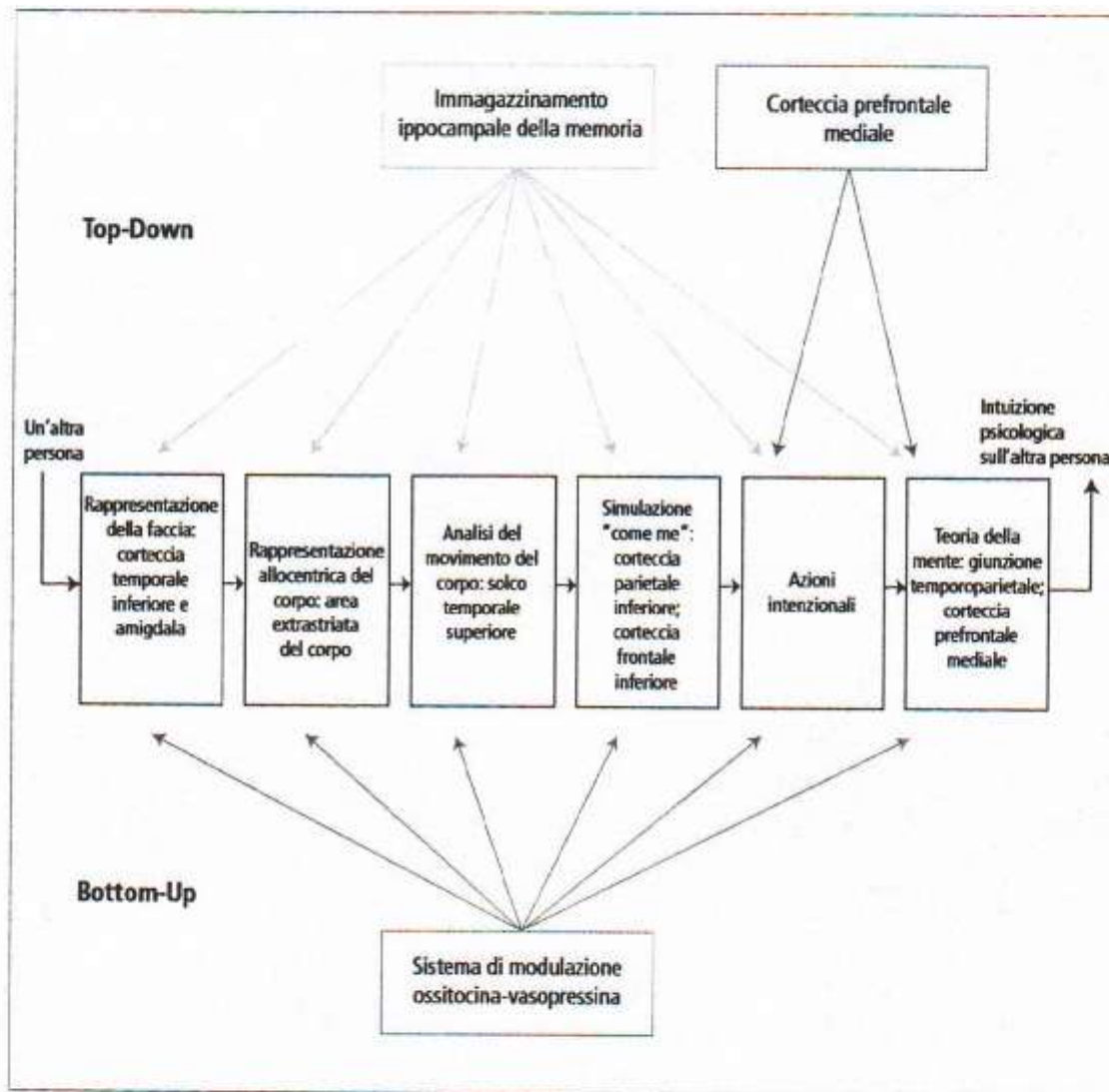


Figura 26.2 Le modulazioni bottom-up e top-down dei circuiti neurali coinvolti nel contributo dello spettatore e nel cervello sociale.

Il ragionamento che cerco di fare è questo: il nostro cervello, quando deve elaborare, ha a che fare con tantissimi meccanismi. Diciamo che sono dei meccanismi sottostanti, *bottom up*, che regolano, influenzano le nostre emozioni, sono le serotonine, la noradrenalina, tanto altro -non serve molto andare ancor più nel dettaglio-, comunque, il tono del nostro umore è sostenuto da questo genere di cose.

Ma, soprattutto, abbiamo meccanismi *top down*, quelli in alto nelle figura, c'è la memoria, c'è la nostra storia personale. Ed è la nostra storia personale quella che condiziona la qualità della nostra vita, la nostra capacità o incapacità di stare con gli altri. Si tratta di una capacità di funzionare socialmente, di innamorarci, di vivere, di curare un bambino, di esistere, di esserci come persona. di trovare l'empatia piena di cui c'è bisogno per stare bene con gli altri. E di curarli.

Credo che si debba, dal nostro punto di vista, avere la speranza di poter un giorno -magari fra qualche secolo...- far incontrare i discorsi degli psicoterapeuti, quelli delle scienze più molli, con quelli che studiano

il funzionamento del cervello, quindi delle scienze più *hard*. E, dunque, dobbiamo riflettere su come sia ancora tutto quanto complesso e difficile.

Il cervello funziona, in un modo o nell'altro, in rapporto alla storia che abbiamo vissuto. È la storia che modifica i regimi di funzionamento e ci rende capaci di vivere in modo sano e gradevole, per noi e per gli altri, oppure no. La storia è la nostra identità. Nell'intelligenza artificiale la capacità di calcolo è molto maggiore di quella che abbiamo noi, ma nelle ricerche sull'intelligenza artificiale si dice che il problema ancora non risolto – diciamo che – è la mancanza di una storia. “La macchina di Turing” era una macchina capace di calcoli enormi, però non aveva storia.

Perché questo è il punto: quanto nel nostro funzionamento di esseri umani si sia influenzati dalla nostra storia. Ne traggio soltanto una conclusione, permettetemi, rapidissima, anche questa con una notazione politica, anche se molto generale. Sono molto colpito dal fatto che l'esperienza di lavoro con i bambini e questo tipo di specchi un po' particolari nell'infanzia e comportamenti successivi, permette di poter affermare che se noi dedicassimo alle infanzie infelici la cura di cui hanno bisogno, e permettetemi di dirlo il diritto, avremmo una campagna di prevenzione, eccezionale, di tanti disturbi psichiatrici, delle tossicodipendenze, della delinquenza e così via.

Il fatto che non lo facciamo è delittuoso. A me colpisce il fatto che la parola infanzia non ci sia nei programmi politici, e che la cura delle infanzie infelici sembri proprio non interessare nessuno. Mancano i soldi, non arrivano i soldi nelle comunità che accolgono i bambini. I processi di separazione e di divorzio, con bambini coinvolti in liti straordinarie tra i genitori, durano dieci anni. Un bambino che subisce un abuso sessuale a sette-otto anni viene condotto alle Asl e gli dicono che per fare una psicoterapia si deve mettere in lista e deve aspettare 8-12 mesi. Il processo che riguarderà colui che ha abusato di lui dura quel che dura. Insomma, i bambini infelici, di fatto, interessano a poche persone. Manca la generale consapevolezza di come oggi noi possediamo gli elementi scientifici, e anche abbastanza *hard*, secondo me, per dire che una vera prevenzione del disagio mentale passa attraverso una concreta capacità di occuparsi dei bambini che vivono in condizioni di difficoltà.

Questo colpevolmente, non viene fatto, e magari si spendono i soldi per prevenire le tossicodipendenze stampando manifesti con su scritto che “la droga fa male”. Io dico che, purtroppo, chi soffre in modo *borderline*, pur sapendo che fa male, se ne fa di più, quando a questo lui è programmato. E qui mi fermo.

[...]

Gaudenzi

Se avete una domanda, fate funzionare i neuroni che avete.

Professor Cancrini, lei ci ha descritto un quadro molto problematico. Ha anche lanciato un appello, che vorrei che non andasse perduto, quando ha citato i manifesti contro la droga. Ci ha fatto capire quanto spreco e quanta poca intelligenza vi siano nell'affrontare i problemi più importanti della nostra società. Quanta inadeguatezza ci sia e quanto sia importante capirci per comprendere anche quali siano le soluzioni. Quanto le vostre scoperte possano servire a salvare l'umanità. E le domando - lei voleva concludere anche con una parola di speranza - che impegno dobbiamo metterci, e abbiamo gli strumenti noi - al di là della nostra infanzia, felice, infelice, ognuno di noi ha la sua storia alle spalle e ognuno di noi ha la sua storia davanti da costruire - e quanto ognuno di noi è potenzialmente attore della propria felicità?

Luigi Cancrini

Penso, anche se non so se questo pensiero si adatti molto a questo tempo, è che sia difficile per un uomo essere sereno se non vede abbastanza serenità attorno a sé. È difficile essere sereni da soli. Penso che, per essere sereni e stare abbastanza bene, si debba vivere in un mondo che ci piace, in cui abbiamo dato tutto quello che potevamo per farlo funzionare meglio. Credo che siamo indietro. Credo che sia anche giusto dire che quanto comprendiamo oggi lavorando con i bambini in terapia è recente, fino a un po' di anni fa non si sapeva nulla, così come per i neuroni specchio. Credo che, fra una scoperta scientifica, una convinzione che nasce dalla ricerca, dalla riflessione, dal lavoro e il tempo in cui si realizzano le conseguenze, passino degli anni, dei decenni a volte. Quello che a me preoccupa un poco - e lo dico parlando con dei giovani che ci andranno presto - è che un tempo c'erano università che avevano come ufficio quello di far conoscere le cose nuove. Quello che io sento è che le università, rispetto a quello di cui mi occupo, la psicoterapia per esempio, danno poco. Molte università sono un po' vecchie. È vero che ci sono scienziati, professori che è un bene che stiano all'università più a lungo possibile, però è anche vero che è difficilissimo, per chi è portatore di un sapere nuovo, trovare spazio in gerarchie accademiche obsolete. Il fatto, per esempio, che la psicoterapia sia una materia insegnata del tutto fuori dall'università, è un problema. Non se ne capisce il perché. Nel mio

campo è così: Freud non è riuscito a entrare nelle università, Basaglia neppure, per fare un altro nome importante. Chi porta il nuovo spesso rimane tagliato fuori. Abbiamo in Italia tantissime scuole di psicoterapia, anche di buon livello. L'università non ne ha. Chi si forma per diventare psichiatria non studia psicoterapia. È un problema. Anche nella cultura mediatica, soprattutto per i problemi relativi ai bambini, a una prevenzione reale, trova poco spazio. Credo che la nostra sia una cultura che ha bisogno di essere rinnovata sulla base di eventi reali e attuali. Questa occasione, di parlare con tanti giovani, qui, è una cosa bella. Posso anche dire, data la mia età, che adesso tocca a loro, oltre che agli adulti più giovani di me, realizzare questo rinnovamento.

Rizzolatti

Volevo fare commento su questo. Si ha perfettamente ragione nel dire che i nostri politici sembrano sordi a questi problemi, ma trovo che la colpa sia anche di tanti altri. Non mi piace attribuire la colpa sempre ai politici. Faccio il nostro esempio: a Parma, non avevamo un servizio di assistenza per l'autismo. Eravamo a zero. Mi sono detto: "È impossibile che non ci sia.". Ne ho parlato, i miei colleghi hanno risposto: "Ma figurati che gliene importa! Sono i voti che contano.". Sono andato alla Asl e con l'esempio di un progetto realizzato a Budapest, un centro ungherese. Il direttore mi ha detto: "Cominciamo a parlarne con il sindaco, sembra ci sia una scuola dismessa che potrebbe essere utilizzata". Ci è stata data. Forse Parma è una realtà particolare -a parte la follia delle ultime elezioni-, forse più sensibile ai problemi sociali. Comunque, se si va e si parla con i politici, se non lo si fa per interesse personale, per avere un posto di primario, nella mia città da parte dei politici c'è stata una risposta, indipendentemente dallo schieramento di appartenenza degli interlocutori. Siate voi a chiedere quello che volete. Non dite: "Speriamo che il Governo ci dia i soldi così faremo una nuova scuola.". Chiedete se è possibile farlo nella realtà in cui vivete. Ci vuole un po' di sforzo, ecco.

Cancrini

Sono assolutamente d'accordo. Il centro del Bambino maltrattato e abusato a Roma, da quindici anni funziona. È stato messo in piedi con l'aiuto di Rutelli, cui lo proponemmo, ed è stata una cosa buona. È arrivata una giunta di destra e ha continuato a vivere. Quando qualcosa funziona, spesso, continua a esistere. Il mio problema, rispetto ai politici, è un altro. Il CBM di Milano o questo centro romano esistono. Ma forse toccherebbe a un politico illuminato, far sì che nascano centri simili in tutta Italia. Questo mi pare che sia uno dei punti. Noi dovremmo riuscire a rendere le buone pratiche sufficientemente fruibili da un numero abbastanza alto di persone. Per questo serve, però, una sensibilità culturale che a mio avviso si dovrebbe trovare anche nei programmi di un partito politico. D'altronde, ho fatto politica per tanti anni: ce l'ho anche con me, non solo con gli altri. Sento che questa società avrebbe possibilità molto maggiori di quelle che realizza, se stesse attenta alla cultura che è riuscita a esprimere in questi anni.

Gaudenzi

Avete visto due aspetti, potremmo dire le due facce del cervello da due punti di vista. Il professor Cancrini vi ha parlato di storie, la storia personale di ciascuno di noi, di noi bambini, ragazzi, adulti. Questo condiziona anche lo sviluppo del cervello che, come ha detto prima il professor Rizzolatti, è predisposto per capirci l'un l'altro. Il professor Rumiz di storie ne conosce perché le ha raccontate tante. Così conosciamo un'altra attitudine: sentiremo il tac tac dei neuroni di Paolo Rumiz. Diverso è capire o sforzarsi di capire chi conosciamo, i nostri genitori, un amico, la nostra fidanzata, il fidanzato, dal comprendere chi non conosciamo, andando a cercarlo, magari in un posto molto lontano, e riuscendo a stabilire la stessa empatia per poterne raccontare la storia. C'è una risorsa particolare che fa parte del bagaglio genetico personale.

Paolo Rumiz

Giornalista e scrittore

(Testo non rivisto dall'Autore)

Sono un giornalista, scrittore e viaggiatore. Quindi, non ho l'esperienza scientifica di chi mi ha preceduto però, nel corso delle due relazioni che abbiamo sentito, il campanellino della mia mente vibrava come un registratore di cassa. Molte cose che mi parlavano. Vorrei, soprattutto come viaggiatore, raccontarvi che cosa accade all'uomo che compie il più elementare, il più bello e anche il più solitario dei viaggi, che è quello di chi parte a piedi. Una mattina infila la porta di casa e se ne va. Cosa accade nella mente di questa persona

che attraversa un territorio, iscrivendo su quel territorio un filo rosso che rimarrà inciso per sempre, nella sua mente e forse anche in quella di chi lui ha incontrato.

A me è capitato, alcuni mesi fa, di partire improvvisamente. Molto spesso le partenze sono improvvisate. Partire improvvisamente perché avevo litigato in modo molto violento con la mia compagna di vita e nel giro di pochi secondi ho riempito il mio sacco e sono partito 'astronomicamente' in direzione sud. Abito a Trieste e precisamente a sud di Trieste è la punta meridionale dell'Istria, che ha un nome magnifico: Capo Promontore. Decisi di andare a piedi fino a Capo Promontore, in linea d'aria a circa 130, 140 chilometri. Mi si prospettava un viaggio di una settimana.

La decisione di questa partenza fu, come ho detto, assolutamente improvvisa, come spesso accade in circostanze importanti della vita: imbarcarsi in un'avventura, come pure imbarcarsi nella scrittura di un libro. C'è qualcosa che scatta dentro che non è mai completamente razionale. Si accumula dentro di sé una serie di informazioni, di rapporti, di appunti, di quaderni, di libri, si ha alle spalle una biblioteca, ma ciò che fa decidere, a un certo punto, "io faccio quello" è sempre un qualcosa di irrazionale, di improvvisato.

Per esempio, quando ho deciso di scrivere questo libro [*Il bene ostinato*, n.d.t.], tutto dentro di me diceva di non farlo, perché io non mi occupavo di Africa, non mi occupavo di organizzazioni non governative, non sentivo affinità nei confronti delle organizzazioni religiose che si occupavano di questa iniziativa. Ho deciso di scriverlo quando, giunto nel quartier generale dell'organizzazione, la cuoca della mensa mi ha offerto una scodella di minestra fumante con un sorriso che mi ha conquistato. Un atto empatico che è stato l'elemento scatenante di una serie di conseguenze che hanno portato a un risultato concreto.

Questo per dire, soprattutto a chi è più giovane, che le decisioni più importanti nella vita si prendono spesso in cinque minuti. Lo dicono anche i medici di cui racconto la vita in questo libro. In un passaggio molto bello, una coppia che ha appena avuto un figlio decide di partire per l'Africa in un momento in cui tutto sembrerebbe indicar loro il contrario: hanno l'età in cui 'si fa casetta', in cui ci si protegge dalle difficoltà del mondo. Invece, loro partono, tagliandosi i ponti dietro, e si imbarcano in questa avventura per una decisione istantanea.

Camminare è l'atto più puro con il quale noi attraversiamo il mondo. Oggi mi sono divertito a partire dal Tevere per arrivare fino qui, a piedi, per poter ragionare con calma. Il cammino è una cosa che consente di ricapitolare quello che si è accumulato fino ad ora. Ha un grande potere di selezione, permette di riordinare gli scaffali della mente. Ma la cosa più interessante, forse, è che intanto chi cammina impara lentamente a camminare. Imparare a camminare. Che cosa significa? Non soltanto prendere contezza del proprio ruolo non di *homo erectus*, cioè di uomo che stando in piedi guarda lontano, vede lontano e tutto sommato ragiona strategicamente meglio su ciò che ha di fronte a sé nel paesaggio, ma è anche obbligato a lanciare a coloro che incontrerà, ai cosiddetti 'indigeni' del territorio che attraversa -che possono essere anche quelli alle adiacenze di Roma, come è stato per me il retroterra triestino-, una serie di segnali di empatia per far capire loro che si attraversa il loro spazio senza intenti offensivi.

Ricordo che quando partii non avevo ancora imparato a camminare. Noi siamo degli esseri nomadi, però la nostra vita sedentaria ci rende ridicoli nel cammino, quando partiamo. Dopo due, tre giorni la vostra andatura, la postura nei confronti del mondo, cambia. Siete più diretti, siete anche più felici, perché dentro di voi si è acceso qualche cosa, che potremmo chiamare una specie di mantra, per cui si acquisisce un'andatura che ci rende felici, ma non solo: lancia nei confronti del mondo circostante dei messaggi di felicità.

Ricordo molto bene che il primo giorno, quando in cui il mio sentiero costeggiava una strada asfaltata, gli automobilisti mi guardavano con ostilità perché costituivo una specie di intralcio, qualcosa che non deve esistere. Ero, probabilmente, nel loro pensiero, un miserabile incapace di comprarsi un'automobile. Io camminavo un po' come Mosè, con un lungo bastone di legno, quindi all'antica, per cui questo mi rendeva, almeno all'inizio, apparentemente ridicolo. Ma quando, nel giro di due o tre giorni, ho acquistato la mia andatura, ho scoperto anche che questa andatura era un formidabile linguaggio con il quale mi legavo a coloro che incontravo. E quando degli automobilisti mi sfioravano, leggevo, nell'attimo in cui mi passavano vicino, nel loro sguardo, questa considerazione: "Chi è quell'uomo felice che cammina con passo regolare e ha tutto il tempo da dedicare a sé stesso per andare chissà dove?". Così, quello che prima era in sentimento d'ostilità, era già divenuto manifestazione di deferenza, di considerazione. Io ero un nobile pellegrino, che con passo regolare di pianura, attraversava un territorio. Non c'era più invidia od ostilità.

A un certo punto, avviene che il cammino si perfezioni talmente che si ottengono immediatamente riscontri positivi di ciò. Ho cominciato a capire che attraverso il mio camminare io ricevevo da mangiare gratuitamente. Perché? Faccio un esempio. Camminando lungo una valle in assoluta solitudine, una valle quasi deserta, nel cuore dell'Istria montana, in mezzo a delle zucche enormi di tutti i colori, ho visto un unico contadino su un trattore che lavorava accanto a un ruscello e che, da lontano -eravamo a circa duecento metri

di distanza- vedendomi arrivare ha messo in folle il motore, appoggiato con i gomiti al volante del trattore, per guardare chi fosse l'uomo che arrivava da lontano. Arrivatogli vicino l'ho salutato e lui mi ha detto: "Tu vai lontano" in lingua italiana -eravamo in Croazia- dimostrando di aver capito, dal mio modo di camminare, dal mio abbigliamento, che io ero italiano, ma anche che gli ispiravo simpatia: parlandomi nella mia lingua, mi ha in qualche modo 'omaggiato'. Allora gli ho risposto in croato e gli ho detto: "Come lo hai capito?". E lui ha risposto: "Perché vai piano.". Ecco, lui aveva capito di me che avevo il tempo di andare lontano, ero qualcuno che poteva dedicarsi, diciamo, il lusso di questa traversata, ma soprattutto che attraversavo la sua valle senza intenti offensivi, senza arroganza.

Una delle cose, appunto, del viaggiatore 'leggero', colui che sceglie gli strumenti umili, francescani, di attraversamento di un territorio, è che, in realtà, ottiene molti più vantaggi dal mondo circostante, di colui che attraversa quel territorio in un modo arrogante o armato, come fanno, per esempio, i nostri militari in Afghanistan. C'è il racconto meraviglioso di uno scrittore inglese che oggi è entrato nella Camera dei Lord di Londra che, nel 2001, anno dell'inizio della grande instabilità in Afghanistan, decide, in pieno inverno, di attraversare l'Afghanistan a piedi. E si trova, grazie alla sua andatura, grazie alla solitudine del suo andare, per il fatto di attraversare quel territorio in modo indifeso, continuamente di fronte persone che gli aprono le porte e lo aiutano ad arrivare alla sua meta, Kabul, alla frontiera persiana.

Questo approccio ha generato una serie di cose, e di inviti. Lo stesso contadino che mi aveva detto: "Tu vai lontano." mi ha fatto segno di servirmi generosamente dal rimorchio del suo trattore che era pieno di uva appena vendemmiata. Eravamo in settembre. Quando ha visto che mi servivo con riguardo, ha preso due chili di uva e, consegnandomeli, mi ha detto: "Adesso vai."

E così è stato fino all'arrivo. Io non ho più, grazie alla mia andatura, avuto bisogno di cercare da dormire, né da mangiare: venivo sempre ospitato dalle persone incuriosite dal mio modo di camminare. E io come li ripagavo? Attraverso quella grande elaborazione dell'andatura che è il racconto. Il racconto orale diventava la logica conclusione di quelle giornate di cammino. L'uomo che cammina "con passo regolare di pianura" - ho detto questa frase non a caso: è un endecasillabo- chi cammina in un certo modo, acquisisce anche un modo di narrare, quello imparato dai nostri nonni che, nella vita sedentaria cui ci costringe la società di oggi, non siamo più capaci di usare. Io vedo da lontano l'uomo che sa narrare, capisco che ha lo zaino pieno di storie dal suo modo con cui cammina. Se cammina bene è anche capace di raccontare bene, perché il suo narrare sarà più rotondo, capace di evocare molto di più.

Per darvi un'idea di quanto è importante l'empatia nelle decisioni di imbarcarsi o meno in un'avventura, i grandi bivi della vita, vi racconto che cosa mi è accaduto quando stavo per cominciare un viaggio alla ricerca dell'ombra di un grande che si chiamava Annibale. Avevo deciso di scrivere per *Repubblica* una storia a puntate, un viaggio al seguito di Annibale. Naturalmente non potevo raccontare la storia di Annibale perché l'avevano fatto migliaia di storici prima di me. Quello che dovevo raccontare era me stesso che andava alla ricerca di quest'ombra, tenendo in mano soltanto i libri antichi: Tito Livio e il greco Polibio. Che cosa ho fatto? Ero ancora incerto se imbarcarmi in questa avventura perché mi dicevo: "Chi sono io per mettermi in rapporto con una figura così enorme?" Allora ho cercato di capire che cosa sarebbe potuto accadere e sono andato in uno dei passi alpini in cui si suppone che Annibale abbia attraversato le Alpi. Sono salito a piedi con alcuni amici, in fondo alla Val Susa, su un colle pedonale che arriva in Francia sui 2400 metri, che si chiama Col del Claviere. Era una giornata molto particolare con delle valanghe che scendevano dai monti circostanti, con del grande vento che arrivava dal lato francese. Quando arrivammo lì fummo presi da una grande delusione perché niente ci diceva che quello era davvero il luogo dove Annibale era passato. Chi eravamo noi per dire con certezza che potevamo fondare su quel paesaggio l'immaginazione della traversata di Annibale con i suoi elefanti verso l'Italia? E mentre stavamo cercando di capire come cavare un ragno dal buco, uno dei miei compagni si fa dare il libro di Polibio in cui viene raccontato l'attraversamento di Annibale sulle Alpi. Che cosa fa? Sale su un pulpito roccioso di granito e comincia a declamare, legge ad alta voce il testo di Polibio: e quando il sole giunse nel tempo delle Pleiadi, Annibale arrivò sullo scollinamento delle Alpi con i suoi uomini affranti e disse loro: "Ecco, questa è l'Italia".

Il racconto è molto più lungo, ma volevo farvi capire che cosa è accaduto. In quel momento, qualcosa si è acceso tra di noi. La declamazione di quel libro scritto 2200 anni prima aveva fatto un immediato corto circuito con il paesaggio intorno. Quelle valanghe, che fino a quel momento non ci dicevano niente, alla luce di quelle parole, davano un significato al testo che, letto in una biblioteca in silenzio, non avrebbe avuto senso, ma ad alta voce, e quindi declamato, acquistava il suo significato.

È molto importante questa differenza. La storia è qualcosa che si consuma in silenzio in polverose biblioteche. Il mito -perché qui si tratta di un mito: Annibale è un'ombra mitica- è qualcosa che bisogna declamare nel territorio, nel paesaggio. L'abbiamo compreso, e a quel punto ci siamo detti: "Ma chi se ne

frega se Annibale è passato o non è passato di qua.”. I miti sono fatti per essere confermati, non per essere discussi razionalmente. Da quel momento ho accettato di calare me stesso in una sorta di autosuggestione permanente e, attraverso questa autosuggestione, affrontare il viaggio nel quale non ho visto più la miserabile realtà quotidiana del secolo XXI, ma soltanto le ombre di ciò che era passato.

Non avete un’idea di quante cose si riescano a vedere quando si accetta questa empatia con un libro. Dopo i brevi attimi in cui avevamo letto queste parole, vedemmo all’orizzonte un gruppo di soldati alpini italiani arrivare salendo: evocare un passaggio di militari aveva chiamato realmente altri militari e a il racconto era divenuto propulsore del viaggio in prima persona. Dopo essere arrivati, i soldati si sono seduti accanto a noi, hanno deposto gli zaini e hanno cominciato a mangiare. Ho chiesto al colonnello che li guidava se potessi leggere anche a loro questo testo annibalico. E nel rileggerlo quel testo, ho visto negli occhi di quei ragazzi lo sgomento di chi scopriva che qualcuno, 2200 anni prima, era passato, si pensa, nello stesso posto, sentendo lo stesso rumore di valanghe e provando la stessa fatica, la stessa puzza di sudore, lo stesso freddo addosso che loro provavano, in quel momento. E da cosa nacque cosa.

Questa empatia generò un’altra serie di cose. Quando scendemmo a valle ed entrammo in una locanda per mangiare, notammo scolpito sull’ingresso un elefante. Chiedemmo all’oste che cosa fosse e ci rispose che era il simbolo dell’azienda di soggiorno di quel particolare posto della Val Susa e nasceva dal fatto che si diceva fossero state trovate delle zanne di elefante da quelle parti, alcuni secoli prima. Attraverso la ‘scorciatoia’ della lettura di un testo mitologico ero arrivato a qualcosa che non era assolutamente la verità storica, ma consentiva di mettermi nelle scarpe di chi era passato di là prima di me.

Quando poi scendemmo definitivamente a valle e andammo, così per dovere di cronaca, a trovare gli amici di resistenza anti T.A.V. – la linea ferroviaria ad alta velocità, trovai, stupefatto, davanti a un piccolo villaggio di casette di resistenti, un grande striscione con su scritto: “Annibale è passato, TAV non passerà”. Il legame era perfetto. Di colpo, 2200 anni di distanza tra un evento storico formidabile, accaduto in quei luoghi, e l’oggi si azzerava grazie a un procedimento di autosuggestione mitica ed empatica.

Vorrei chiudere con un’altra piccola storia che fa capire che cosa significhi stabilire un’empatia con le persone vicine, soprattutto se sono degli sconosciuti, alla fine di un viaggio, per me è memorabile, che mi ha consentito di uscire per la prima volta dal rigore giornalistico e abbandonarmi, in qualche modo, alla libertà del racconto.

Annibale non è soltanto colui che ha attraversato le Alpi con gli elefanti, ha battuto i romani, ha invaso l’Italia, è rimasto 16 anni in questo Paese, ma è anche colui che, sconfitto a Zama, cambia pelle, diventa amico dei pirati mediterranei, costruisce una sua base nell’isola di Creta, poi diventa costruttore di città, costruisce la città di Bursa, ma soprattutto costruisce una grande città alle falde del monte Ararat per conto del re degli armeni. Immaginate che razza di personaggio fosse. Così, alla fine del viaggio, vado a vedere questa città alle falde del monte Ararat, e mi ritrovo di fronte a un mucchio di rovine coperte di muschio, accanto, a due passi, dai reticolati di confine con la Turchia. Dunque, alla fine, mi son trovato ad avere ancora tempo a disposizione e, con un interprete, siamo andati a camminare sulla montagna.

Io ho questa convinzione: quando non si trova qualcosa da scrivere, bisogna uscire, camminare, e qualcosa si troverà. Ed è accaduto. Siamo entrati in una valle incantata con in fondo un monastero, abbiamo risalito, oltrepassando delle greggi, un ruscello, finché un pastore da un grande roccione strapiombante dove aveva radunato le sue pecore, un po’ come Polifemo, ci ha chiamato e ci ha detto di avvicinarci. Ci ha offerto da mangiare. C’era un fuoco acceso, era una situazione veramente omerica e dopo un po’ mi ha chiesto che cosa fossi venuto a fare in Armenia. E io gli ho risposto: “Sono venuto a cercare un uomo vissuto 2200 anni prima.” Una risposta che, se l’avessi data a un contadino italiano, mi avrebbero ricoverato. Ma in un mondo come quello armeno, in un mondo come quello caucasico, i secoli hanno poca importanza. Chi vive in quegli altopiani è abituato a confrontarsi con dimensioni molto più vaste delle nostre.

Non si meravigliò affatto e mi disse: “Raccontami la sua storia.”. Allora, mi sedetti accanto al fuoco e cominciai a raccontare. Lui chiamò tutti i famigliari e anche i pastori delle greggi vicine, perché tutti volevano sentire la storia evocata da quello straniero. E io raccontai la storia di Annibale. Forse fu perché il vino e il fuoco avevano creato una situazione di empatia tale che il racconto mi veniva fuori con una facilità enorme. Parlai degli elefanti, della grande strage di Canne con ottantamila morti che coprivano la piana dell’Ofanto. Raccontai soprattutto del fatto che, a mio parere, Annibale aveva agito come aveva agito non tanto perché volesse battere i romani, ma perché voleva restare immortale nella storia degli uomini.

Che cosa mi chiese il pastore 2200 anni dopo? “Ma, secondo te, lui ci è riuscito nel suo intento di restare immortale?”. Risposi: “Certo che ci è riuscito, perché se no io non sarei qui a cercarlo dopo così tanto tempo e soprattutto” – aggiunsi - “io e te non ci saremmo mai conosciuti, se Annibale non fosse mai esistito nella storia dell’umanità.”. Di fronte a questa rivelazione il pastore si è alzato in piedi, ha buttato altra legna nel

fuoco, ha ordinato a sua moglie di preparare un capretto per la cena e, in onore dell'ospite, ha fatto il brindisi più lungo e più elaborato che abbia mai visto in vita mia. Ha chiamato a raccolta i suoi antenati, i santi dell'Armenia, la Madonna, la testa di suo figlio, per dire che quello era stato un giorno importante della sua vita. Abbiamo cenato, ci siamo ubriacati con un vino che secondo me era lo stesso vino di Noè, e tutti abbiamo avuto, quella sera, la percezione perfetta che accanto a noi ci fosse seduto il generale con un occhio solo che si chiamava Annibale. Io sono partito, quella sera dall'Armenia, in uno stato di felicità che credo di non aver mai provato in un viaggio prima di allora.

Gaudenzi

C'è qualcuno che ha una domanda da fare ai nostri relatori?

Pensateci. Io vorrei fare delle domande a risposta immediata. Da Paolo Rumiz vorrei sapere se poi ha fatto a piedi anche il viaggio di ritorno dall'Istria e se, tornato, si è riconciliato con la compagna o no. Siccome ne ha parlato lui, mi piacerebbe sapere se il viaggio sia servito - la domanda non è pettegola - a capire qualcosa di quel rapporto. Senza sapere i fatti suoi, ovviamente.

Rumiz

È vana cosa pensare che un'esperienza di questo tipo possa risolvere un rapporto a due. Certamente risolve qualcosa con te stesso. Il viaggio è un grande atto solitario con il quale noi facciamo ordine negli scaffali della nostra mente e nella nostra coscienza e io sono tornato pacificato. E questo è già un enorme risultato.

Gaudenzi

Professor Rizzolatti quanto ancora le scoperte che abbiamo davanti, che avete davanti, che gli scienziati hanno davanti possono aiutarci a vivere meglio?

[...]

Gaudenzi

Chiedo una battuta finale a Paolo Rumiz: imparare a camminare può essere un primo passo verso la serenità?

Paolo Rumiz

Questo credo di averlo già detto prima. Vorrei chiudere con una battuta. Cioè che molto spesso si hanno dagli estranei degli input che non riceviamo dalle persone che ci sono vicine. A me è capitato, qualche tempo fa, di incontrare, in uno dei tanti treni regionali che uso prendere per conoscere le persone, una badante ucraina che, cinque minuti dopo avermi conosciuto, mi ha chiesto se ero felice. Quando mi ha fatto questa domanda, mi sono reso conto che erano almeno vent'anni che nessuno me lo chiedeva. C'era voluto un forestiero, uno straniero per mettermi di fronte al vuoto di valori della nostra società.