

Esperienza umana e tessuto emotivo: punti fermi

Stefano Guarinelli*

Delle emozioni tutti parlano e dappertutto se ne parla. A loro insaputa ne parlano anche coloro che non ne parlano e che magari se ne distanziano, coloro che affermano che se ne parla troppo o che si concede loro uno spazio eccessivo. Costoro, probabilmente, non ne parlano con le parole, ma attraverso migliaia di comportamenti, pensieri, perfino di patologie, fisiche e psichiche, compresi tutti quei comportamenti, quei pensieri e quelle patologie che sembrano fatti apposta per non esprimerle (e che altro non sono se non un modo per esprimerle ancora).

D'altra parte, delle emozioni non si può proprio fare a meno. Il fatto di escluderle, appunto, in realtà è una pretesa poco realistica. E non solo: per quanto complessa e perfino complicata sia l'interazione con loro (e per questa ragione qualcuno vorrebbe poterne fare a meno), una vita senza emozioni sarebbe una vita..., triste? No, non sarebbe nemmeno una vita triste, giacché la tristezza, comunque, sarebbe ancora un'emozione. Sarebbe, piuttosto, come una vita senza i cinque sensi. I sensi, non solo permettono al mondo di raggiungerci, ma consentono a noi di farne l'esperienza. Le emozioni, come i cinque sensi dunque, sono pure fonte di conoscenza e di contemplazione del mondo.

La vita senza emozione: una vita senza sensi, cioè senza... *sensò*? Credo proprio di sì.

* Psicologo e psicoterapeuta, docente presso il Seminario Arcivescovile di Milano, l'Istituto Superiore di Scienze Religiose di Milano, l'Università Pontificia Salesiana di Torino e la Escuela de Formadores di Salamanca (Spagna).

Livelli di indagine

Al tentativo ideologico di escluderle – tentativo peraltro illusorio – sembra allora più proficuo rispondere con quello di comprenderne il funzionamento.

L'analisi del funzionamento emozionale della nostra personalità potrebbe essere condotto a diversi livelli, coinvolgendo, in ciò, discipline scientifiche differenti. Procedendo dalle strutture cerebrali coinvolte, si può «salire» ad un'analisi fenomenologica delle funzioni mentali implicate in ogni singola emozione. L'indagine, però, non può fermarsi qui: perché le emozioni non sono la «semplice» risposta ad uno stimolo, ma, nel corso dello sviluppo di ogni singola persona, esse giungono a perfezionarsi, a stabilizzarsi, a intrecciarsi, creando una vera e propria trama, sulla quale verrà poi tessuta l'esperienza umana di quella singola persona. Occorre «salire» ancora, dunque, ad un ulteriore livello. Dal punto di vista evolutivo la trama emozionale rappresenta quel *textus* che contribuirà a «raccontare» anche tutte le esperienze successive, perché è precisamente quello emotivo (e probabilmente *soltanto* quello emotivo) l'intreccio caratterizzante la personalità nelle sue configurazioni evolutive più precoci.

La considerazione del fatto che le emozioni costituiscano un intreccio che, a sua volta, farà da trama all'esperienza di quella singola persona, credo evidenzi fin da subito l'importanza di un approccio non ingenuo alla conoscenza della vita emotiva. L'emozione non è la semplice reazione ad un'esperienza, e non è nemmeno la semplice mediazione di un'esperienza, ma è essa stessa «co-creatrice» di esperienza. Ciò significa che la conoscenza delle caratteristiche della vita emotiva può aiutare a comprendere molto di come una persona singola, ma perfino una intera cultura che dessero rilievo o addirittura enfasi all'emozionale, vivono o intendono la propria esperienza del mondo.

Caratteristiche essenziali

Salendo dalle strutture ai processi e, successivamente, al loro intreccio, è possibile rinvenire delle costanti nel funzionamento della trama emozionale? In altre parole: la vita emotiva appartiene alla singola persona e al suo sviluppo, unico e originale; allo stesso tempo,

però, proprio perché ingloba una realtà universale qual è l'emozione, è possibile ritrovare delle caratteristiche, formali, che trasversalmente investono anche tutte le singole differenze?

A tale scopo, di seguito, ho inteso raccogliere alcune proprietà essenziali del tessuto emozionale, che danno forma dinamicamente ad ogni esperienza e, in modo particolare, a tutte quelle esperienze che più esplicitamente si lasciano «informare» da quel tessuto emozionale.

Trattare l'emozione (o l'emotività), educare o fare formazione in un contesto come il nostro attuale nel quale viene dato molto credito all'emozione, esige che quel tessuto sia conosciuto il più possibile.

Prima caratteristica: la passività

Si tratta della caratteristica più scontata, perfino ovvia. Lo è al punto che la stessa etimologia del termine emozione (da *e-motus*, cioè «mosso da»), o di alcuni suoi correlati (quali affetto, da *affectus*, passivo di *ad-ficere*, cioè «influire») è costruita precisamente su questa caratteristica. Parlare di passività del tessuto emozionale significa assumere che l'esperienza dell'emozione è vissuta come quella di qualcosa che «ci veste», ci investe, ci prende, ci viene addosso.

Questa prima caratteristica mette in evidenza – così credo – l'opportunità di un'analisi del tessuto emotivo (prossima all'esperienza) distinta da un'analisi della neurofisiologia dell'emozione, ma perfino da una fenomenologia dell'emozione. Sembra chiaro e acquisito il fatto che l'emozione in quanto tale sia «prodotta» all'interno della persona. In questo senso, perciò, non sarebbe corretto affermare che l'emozione è qualcosa che «mi viene addosso», giacché sono ultimamente io stesso, in realtà, a generarla¹. Insomma: *io* sono il creatore delle mie emozioni, eppure l'esperienza di quelle stesse emozioni è vissuta come se io fossi piuttosto il recettore, finanche la vittima di quelle emozioni.

La dialettica ha delle ricadute importanti: l'esperienza dell'emozione potrebbe condurre a ritenere che non possa nemmeno esistere

¹ In realtà molte recenti teorie della mente evidenziano, anche grazie all'apporto delle neuroscienze, la parte primaria svolta dall'interazione, almeno nei processi di attivazione. Cf D. Siegel, *La mente relazionale*, Cortina, Milano 2001.

un'etica delle emozioni. In realtà una simile affermazione sarebbe intrinsecamente sbagliata. Allo stesso tempo, però, la considerazione del carattere fisiologicamente attivo della produzione emotiva non può tradursi immediatamente (cioè: senza alcuna mediazione) in una diretta attribuzione di responsabilità: «Se sei ansioso..., è colpa tua!». Credo che il lavoro educativo, formativo e, non secondariamente, l'attività psicoterapeutica, possano e debbano utilmente lavorare all'interno di quello spazio dialettico, cercando di favorire il più possibile l'appropriazione o la riappropriazione di quel tessuto emotivo, aiutando la persona a riconoscere che il sentire, almeno in qualche misura², non è sganciato dal decidere.

A livello culturale, poi, una tale presa di coscienza potrebbe avere delle ricadute non trascurabili: una cultura che in modo acritico fa leva sull'emozionale può andare nella direzione di legittimare tutto ciò che è «subìto», non in quanto giusto o ingiusto, buono, meno buono o cattivo, ma proprio in quanto subìto, quasi una tale caratteristica lo rendesse, di suo, necessariamente «pre-morale» o addirittura «non morale».

Seconda caratteristica: la rapidità

Si tratta della caratteristica più facile da spiegare. Non per questo è banale la sua funzione. Tutt'altro. Essa chiama in causa addirittura l'ontogenesi e la filogenesi, ovvero la conservazione dell'individuo e quella della specie.

Per spiegarla efficacemente è sufficiente che, quale che sia il contesto (pubblico) nel quale ci troviamo, facciamo qualcosa di eclatante, breve, ma assolutamente inatteso. A coloro che insegnano suggerisco di tirare improvvisamente e violentemente un pugno sul tavolo o sulla cattedra. Non deve esserci nulla di precedente che lo giustifichi, magari un crescendo di rabbia che sfocia in un gesto eccessivo. No, niente di tutto ciò, nessuna soluzione di continuità. La reazione dell'assemblea sarà probabilmente quella di un silenzio irreali, gli occhi sgranati, gli studenti che sonnecchiavano o mandavano messaggi

² A partire dalla profondità evolutiva del tessuto emotivo (cf più avanti, la quinta caratteristica) ovviamente una tale riappropriazione non sarà sempre agevole. In taluni casi, poi (ad esempio, nei vissuti estremamente precoci e/o traumatici), ciò sarà estremamente difficile o addirittura impossibile.

con lo *smartphone* saranno emersi dal loro torpore, avranno eretto il busto distogliendo lo sguardo dal *display*, assumendo una posizione incredula, perfino circospetta. A quel punto una parola di commento scioglierà la pur breve tensione.

Eppure ciò che è accaduto è sorprendente, a segnalare il grado di raffinatezza dei comportamenti «automatici» di cui siamo in grado di disporre per proteggere noi stessi. Già, perché di questo si tratta. L'emozione scatta per prima e attiva una sequenza di dinamismi psicofisici³ che, ultimamente, hanno come obiettivo quello di difendere la persona quando non è chiaro cosa stia accadendo. Comprendere il carattere di obiettiva minaccia di una situazione richiederebbe comunque un tempo non breve. Tanto vale cominciare a mettersi al sicuro e poi (ma soltanto poi), se la precauzione era eccessiva, potrà scapparci anche una risata o un commento offensivo all'indirizzo dell'insegnante. Il processo contrario – quello cioè di far precedere la valutazione obiettiva alla reazione richiesta – sarebbe molto rischioso. Sarebbe come esigere di allacciare la cintura di sicurezza (auto o aereo che sia) solo in caso di incidente. In caso di incidente, talora non c'è nemmeno il tempo di accorgersene, figuriamoci se potrebbe esserci quello necessario per allacciare la cintura. Meglio allacciarla sempre, sperando che si riveli una precauzione inutile.

Tutto ciò «funziona» ed è importante che sia così. Ancora una volta, però, proprio a motivo di una tale caratteristica, il fatto di fare leva – a livello individuale e/o a livello sociale – sull'emozione, finisce per modificare la relazione nientemeno che con il tempo. Dare credito all'emozione, enfatizzarla a livello personale o culturale, significa anche dare molto spazio al presente, al «qui ed ora», con il rischio di estromettere quei tempi (il passato e il futuro) che, attraverso la memoria e la progettazione, esigono rielaborazioni più complesse e articolate.

L'emozione sovente non ama l'attesa; dunque la pazienza non è il suo forte.

³ Cf anche più avanti, la settima caratteristica.

Terza caratteristica: la resistenza

La rapidità dell'emozione svela indirettamente un'altra caratteristica notevole, evidente anche ad una analisi fenomenologica dell'emozione.

Provvisoria, imprecisa, eccessiva, sproporzionata... si qualifichi come si creda, ma l'emozione suppone una valutazione della realtà e, in quanto tale, veicola un'informazione. Ora, come nell'esemplificazione utilizzata per la caratteristica precedente, tale informazione, non di rado è (fortunatamente) errata o quanto meno sproporzionata: la reazione emotiva veniva in risposta ad un'informazione che diceva «pericolo». In realtà non si trattava di nulla di simile, ma, piuttosto, di uno scherzo vagamente sadico (seppure con scopi didattici) dell'insegnante. Tuttavia, al cambiamento di informazione non suppone necessariamente un cambiamento dell'emozione, che può rimanere associata all'informazione precedente, come se, in qualche modo, quella fosse vera.

Vediamo meglio con un semplice esempio.

Ho parcheggiato la mia auto sotto casa. Devo partire e, sbirciando fuori dalla finestra giusto per sapere se piove oppure no, mi accorgo che un'altra auto, di colore blu, è stata parcheggiata proprio dietro alla mia. Il parcheggio era stracolmo, ma... accidenti, così non posso uscire e... sono pure di fretta! Già: l'auto blu è quella del vicino di casa, la riconosco, certo... sì, è proprio quella, ed è «Sempre il solito!», e «Guarda la maleducazione di infischiarne del prossimo!», e poi, ancora, in crescendo, «Razza di imbecille!». Mentre avanzo così nel turpiloquio, con l'ombrello in mano, più come strumento di aggressione che di difesa (dalla pioggia), do un'ultima occhiata alla finestra prima di scendere, lancia..., cioè ombrello in resta, e scorgo un signore che non conosco, avvicinarsi all'auto blu, aprire, salire, mettere in moto e ripartire. Ed è solo a quel punto che mi accorgo che, in realtà, non solo non si trattava dell'auto del vicino, ma che si trattava perfino di un altro modello. Tiro un sospiro di sollievo, sia perché non rischio di fare tardi, sia perché mi sono anche risparmiato una spiacevole discussione. Sul pianerottolo incontro il vicino... incolpevole, assolutamente incolpevole, eppure... senza volerlo, senza accorgermene – o meglio: accorgendomene a cose fatte –, lo saluto con un filo di disappunto, a labbra strette, lievemente risentito... L'informazione è

cambiata, ma l'emozione resiste e lui, per me, *emotivamente*, è ancora (fosse pure lievemente) colpevole.

L'emozione resiste o, quanto meno, *può* resistere al cambiamento di informazione. Una tale caratteristica ha ricadute importanti, a molti livelli e rispetto a molteplici ambiti. Si pensi al modo in cui una persona – ad esempio all'interno di una famiglia – viene percepita e alla fatica, per non dire talora alla pratica impossibilità, di realizzare alcuni cambiamenti importanti, oggettivi, occorsi nella sua vita. C'è il caso che questi non modifichino la rappresentazione (emozionale) associata: così, ad esempio, il figlio minore, sarà sempre... il figlio minore, il piccolo, quello a cui occorre insegnare tutto e che, ovviamente, non sa fare nulla... Poco importa, ovviamente, a questo livello, riconoscere che ha titoli e competenze da vendere. I dati su di lui sono informazioni che non modificano facilmente le rappresentazioni emozionali di lui.

Culturalmente, poi, quando l'emozione riceve molto credito, è quasi inevitabile che, ad esempio, scatti un'equivalenza fra perdono ed emozione, finendo per scambiare il primo per la seconda, quando, in realtà e profondamente, il perdono è soprattutto un atto morale e non una «magica» trasformazione emozionale⁴.

Quarta caratteristica: la plasticità

Questa caratteristica rende l'emozione piuttosto ingovernabile: l'espressione emotiva non prende la strada più logica, ma quella consentita. Il che significa che quella consentita potrebbe assumere una modalità (apparentemente) illogica o, appunto, letteralmente *patologica*. Se ogni vissuto emotivo nasce come risposta ad uno stimolo, ci sarebbe da aspettarsi che la sua risposta sia indirizzata verso quello stesso stimolo. E invece no o, perlomeno, non è detto che sia così. Siccome poi parliamo, appunto, di una trama emotiva e non necessariamente di una risposta emotiva puntuale, talora lo stimolo non è evidente e, dal tipo di risposta, davvero non si capisce a chi o a che cosa si stia cercando di reagire.

⁴ Ciò non significa, ad ogni buon conto, che non ci sarà o che non potrà esserci anche una trasformazione emozionale. Il perdono talora si rivela un importante principio di cambiamento emozionale, anche in un percorso terapeutico.

Anche in questo caso sarà utile ricorrere ad un semplice esempio.

Sono in automobile, lungo un viale alberato. Siamo nell'ora di punta e sono parte di una lunga colonna di auto che procede compatta e a velocità ridotta, ma, fortunatamente, senza troppe soste. Scorgo in lontananza, una ventina di auto più avanti, una signora sul marciapiedi, affacciata sulle strisce pedonali, in procinto di attraversarle. È anziana, con un bastone in una mano e una borsa di plastica nell'altra; mostra chiaramente di voler attraversare, ma il suo incedere è lento e – ahimè – non siamo nel paese più civile del mondo. Così la signora rimane sul lato sinistro della strada e le auto, una ad una, le sfilano accanto, noncuranti o quasi. Arrivo io e tocca a me. Rispetto del codice della strada? Senso civico? Fariseismo? Super-io arcaico...? Chi lo sa. Comunque sia, mi fermo e allo sguardo dell'anziana signora, che indugia visibilmente volendo comprendere le mie intenzioni, rispondo distendendo una mano e facendola brevemente scivolare nella direzione del passaggio pedonale, in un gesto di invito. La signora posa un piede dal marciapiedi, posa l'altro, quindi si avvia, lenta, ma decisa. Ed ecco la sorpresa: nel momento stesso in cui si trova di fronte al cofano della mia auto, si volta verso di me, alza il braccio sinistro e fa roteare minacciosamente il bastone quasi volesse percuotere il mio parabrezza, accompagnando il gesto bellicoso con epiteti da bassifondi che – potere del pregiudizio! – non ti aspetteresti da un'anziana signora del centro città. Che ce l'abbia con me è evidente. La domanda, però, è: come mai? Perché se la prende con me, considerando che sono il solo ad averla lasciata passare? La risposta è semplice: perché, in quanto automobilista, io rappresento tutti coloro che *non* l'hanno fatta passare. Tutto sommato, poco importa a quel punto che io sia anche quello che l'ha fatta passare. Prendersela con quegli altri? Impossibile: se ne sono andati, non l'hanno nemmeno degnata di uno sguardo, parlavano al cellulare o pensavano ai fatti loro. Io invece, fariseo o buon samaritano, le ho dato attenzione, oltre a permetterle di attraversare. Quindi: faccio il pieno di impropri (visibili) e di gratitudine (non troppo visibile). Una vera e propria scissione, ma la cosa non è priva di logica.

Insomma: l'emozione va dove può; non necessariamente va dove dovrebbe andare. È importante riconoscere questo suo modo di «funzionare». Come conseguenza di una tale caratteristica, qui siamo di fronte ad un vero e proprio oceano di comportamenti possibili: dalle

fobie, ai disturbi di conversione o a quelli psicosomatici; dai conflitti psicosociali (quali il fenomeno gruppale del capro espiatorio), alla situazione non infrequente del marito che incassa vessazioni o frustrazioni di ogni tipo sul lavoro e giunto a casa se la prende con la moglie, con i figli o... con il cane!

A livello sociale, culturale, politico, sportivo o religioso, gruppi o movimenti che fanno leva sull'emozionale e che per identificarsi hanno bisogno di un nemico fittizio, «usano» di una tale plasticità dirottando la propria ostilità non sempre (logicamente) verso colui o coloro che sono o rappresentano la fonte del problema, ma talora (illogicamente) verso colui o coloro che si prestano ad assumerne la parte (magari perché sanno fare autocritica, o perché osano chiedere perdono, o perché non sono dispotici, dunque innocui, ecc.).

Quinta caratteristica: la profondità

In questo caso la profondità è quella evolutiva. Procedendo a ritroso nello sviluppo della personalità, la vita emotiva è il livello iniziale, il solo presente alla nascita e, almeno nelle sue architetture fondamentali, già presente nella vita prenatale.

Sentiamo che siamo, prima di *conoscere* chi siamo.

Le leggi fondamentali formulate dalla psicologia evolutiva quando intende «sporgersi» sulle organizzazioni interne della personalità, convergono nel riconoscere che non solo «in principio era l'emozione» (e solo l'emozione), ma che quel vissuto emozionale iniziale certamente muta, evolve (talora involve pure), si modifica, ma che, comunque, esso non viene abbandonato del tutto. Memorie, percezioni pregresse, rimangono attaccate ai comportamenti, al corpo, agli stili della personalità e talora, in alcune circostanze e per ragioni che possono apparire più o meno logiche, riaffiorano o si risvegliano. Quale che sia la nostra età e quale che sia il nostro presunto grado di «maturità», la presenza di un'emozione può bastare a farci fare un salto altrove, un balzo negli anfratti del nostro sviluppo, riportando nel nostro modo di vivere frammenti di esperienza precoce.

Insomma: l'emozione va ad intercettare strati precoci del nostro sviluppo, che si mescolano, si intrecciano, dialogano o litigano con la nostra personalità presente. E la rendono imprevedibile, sorprendente, a noi stessi e agli altri.

La complessità non è né buona, né cattiva. È una qualità formale. In questo caso, la complessità di un'attivazione emozionale precoce apre a infinite possibilità: da quella di affrontare un percorso di cura per ferite psichiche ancora aperte dal passato, a forme di regressione verso comportamenti non facilmente gestibili o letteralmente patologici; dalla possibilità di coinvolgersi nel gioco con i bambini, godendo esattamente come loro stessi sanno fare, a quella tutta evangelica di «diventare come i bambini» quale via privilegiata per l'intelligenza del mistero di Dio.

Il grado di consapevolezza di questo stato di cose, di questa capacità dell'emozione di «portarci altrove» è una condizione importante, importantissima, per renderla fruttuosa. L'inconsapevolezza, al contrario, può giungere a rendere quel processo perfino molto pericoloso, potenzialmente deformante della realtà.

Una cultura che si diverte parecchio a esaltare l'emozionale, fa una cosa che può essere molto buona, a patto che sappia non confondere il gioco con la realtà. È importante che esistano entrambi gli ambiti; non è meno importante – in particolare per l'adulto – sapere che quegli ambiti non sono interamente sovrapponibili.

Sesta caratteristica: la comunicabilità

Il solo fatto di affacciarsi sul tema della comunicazione fa cogliere la presenza di uno spazio sterminato. Tutti concordiamo nel riconoscere che quella *verbale* non sia la sola comunicazione possibile. Esiste infatti un repertorio non meno vasto, e sicuramente non meno complesso, rappresentato dalla comunicazione *non verbale*. Insomma: al di là delle parole, ma perfino contraddicendo talora le parole «dette», esiste una comunicazione non verbale, che si serve di simboli più o meno facilmente decifrabili, «coniati» non di rado in modo assai sofisticato e perfino all'insaputa dello stesso trasmettitore del messaggio.

Eppure, anche questo sarebbe ancora riduttivo. La comunicazione non può ricondursi al *verbale* e al *non verbale*. C'è dell'altro: esiste anche un *pre-verbale* e questo fa leva in modo importante precisamente sull'emozione.

Il tema è intricato, complesso, ma estremamente affascinante. Riguarda in modo particolare la psicologia evolutiva e la psicologia

clinica, ma i suoi risvolti antropologici e teologici sono, a mio parere, interessantissimi e poco esplorati.

Le emozioni si trasmettono, passano da una persona all'altra. Passano non in ogni circostanza e non in ogni personalità. Ciò significa che in alcune situazioni e ad alcune condizioni gli stati emotivi possono trasferirsi da una persona ad un'altra. Ciò può avere molti effetti, positivi, ma pure negativi: l'emozione disturbante, nel passaggio da un paziente al proprio terapeuta – così come da un bambino alla propria madre – può essere assunta, rielaborata e restituita, senza che fra i due vi sia alcuno scambio di parole al riguardo. In un processo non dissimile, il mondo emotivo caotico di una persona psicotica può invadere un figlio, ma pure uno psichiatra creando scompigli più o meno permanenti nella loro interiorità.

Per chi opera nel campo della relazione di aiuto, ma anche per tutti coloro che vivono un'autentica prossimità affettiva con altre persone, l'ascolto del proprio «sentire» riporta informazioni su ciò che possibilmente appartiene all'altro o alla reciproca interazione, oltre che a se stessi. Incontrare qualcuno e provare ansia, o disagio, o noia, o tristezza, o gioia, non corrisponde necessariamente a qualcosa che appartiene a chi li sperimenta. Tutto ciò può provenire anche dall'altro o dall'interazione con quell'altro. In questa prospettiva, la conoscenza di sé può aiutare in modo importante a decifrare il proprio sentire, per non attribuire indebitamente ad altri ciò che proviene da se stessi, ma pure, al contrario, per riconoscere che ciò che è sentito è un'implicita comunicazione inviata dall'altro. In ogni caso, tutto ciò svela quanto l'emozione sia portatrice di una conoscenza, altrimenti non disponibile o, comunque, non facilmente disponibile. Allo stesso tempo, però, si tratta di una conoscenza che esige anche una interpretazione senza la quale si può giungere a informazioni deformate o addirittura errate⁵.

La cultura emozionale è ovviamente ben conosciuta dal pubblicitario, il quale sa perfettamente che si può indurre un'informazione che, nel singolo o nel gruppo, verrà percepita come bisogno. Trattandosi di un bisogno, ovviamente, non potrà che ricevere una gratificazione. Se immediata, poi..., tanto meglio!

⁵ Cf quanto ho scritto a proposito della terza caratteristica (la resistenza).

Settima caratteristica: l'organizzazione

Ho già avuto modo di accennare a questo tema in un precedente contributo⁶. Riflettendo sulla virtù della temperanza (la quale, ovviamente, ha parecchio a che fare con le emozioni) evidenziavo come la vita emotiva sia autonomamente costruita come una narrazione. Una delle esperienze «normali», ma non per questo meno sorprendente, all'interno della quale è possibile rilevare quella organizzazione narrativa della vita emotiva è il sogno notturno. Durante il sonno, quando cioè la coscienza non è vigile, la nostra mente è in grado di procedere «per conto proprio» e in modo non del tutto deliberato, creando storie, perfino molto ricche, sia dal punto di vista dei simboli, sia da quello delle trame.

La narrazione svela la presenza di un *sistema* emozionale, ovvero di un intreccio dinamico fra le diverse emozioni che costituiscono la personalità. Il che significa ciò che anticipavo brevemente in apertura: le emozioni non si limitano a colorare le esperienze, ma le tessono, come il linguaggio.

Come nel caso del racconto, il linguaggio non è la semplice mediazione dell'idea, ma è esso stesso a tutti gli effetti «co-creatore» del pensiero. Non solo: così come il linguaggio è *dato* a colui che impara a parlare (e che per raccontare deve prima accoglierlo), così il sistema emotivo possiede fin dall'inizio almeno una sua architettura iniziale⁷. Il bambino non viene al mondo con una collezione di emozioni sparse che andranno via via a connettersi. Esiste fin dall'inizio una seppure iniziale connessione, un *textus* originale. Come nessuno è responsabile del linguaggio che gli viene consegnato alla nascita, così nessuno è responsabile del *textus* emozionale iniziale. Lo sviluppo dovrebbe rendere via via più responsabile il soggetto del proprio racconto. Il *textus* iniziale svilupperà nuove trame, si arricchirà di nuovi vocaboli, ma difficilmente potrà essere avvicinato da un *textus* totalmente diverso.

L'organizzazione della vita emotiva – che, come ho detto, ha la forma di una narrazione dotata di un alto grado di autonomia – se-

⁶ Cf S. Guarinelli, *Le virtù cardinali. La temperanza*, «Tredimensioni», 8 (2011), pp. 234-245; pubblicato anche in Aa.Vv., *La bussola della vita buona. Le virtù cardinali*, Ancora, Milano 2013, pp. 19-35.

⁷ Cf D. Shapiro, *Stili nevrotici*, Astrolabio, Roma 1969.

gnala la presenza non solo di reazioni emotive possibili, ma di reazioni comportamentali (psicofisiologiche) possibili.

Anche in questo caso provo a esplicitare la cosa con il ricorso ad un esempio.

Elena in parrocchia quasi ci abitava, intrufolandosi in tutti i gruppi: da quello biblico, a quello dei fidanzati, al coro... Elena aveva diciannove anni, più di cento chili di peso e un significativo ritardo mentale. A motivo di quel ritardo era piuttosto maldestra nel fare le cose, che pure sollecitava le venissero affidate. Quando ciò non accadeva diventava perfino molto aggressiva. La segreteria parrocchiale talora le assegnava incarichi semplici (sistemazione degli ambienti, fotocopie, ecc.), ma anche in quei casi non di rado combinava qualche pasticcio e succedeva che il lavoro andava poi rifatto.

Al gruppo dei fidanzati e a quello delle giovani coppie arrivava da sola. Se prendeva la parola (cosa che faceva pressoché tutte le volte) si era costretti a levargliela con perentoria gentilezza perché, oltre a non lasciarla più, diceva cose che non avevano nulla a che fare con ciò di cui si stava parlando.

Nel mese di aprile si ammalò, o così parve. Iniziò a lagnarsi di lievi dolori e nausee. I genitori, preoccupati dalla sua insolita lamentosità, la portarono infine dal medico.

Non era ammalata, ma... incinta di otto mesi!

I suoi cento chili abbondanti avevano occultato la cosa, a lei come agli altri.

Del gruppo delle giovani coppie facevano parte alcuni sposi che pativano qualche problema nel campo dell'intimità sessuale. Situazioni diverse e problemi altrettanto diversi, si trattava ad ogni buon conto di persone con elevati standard intellettuali e morali. A motivo di tali problemi, però, quei giovani non riuscivano ad avere bambini, che pure desideravano.

Elena, che non sapeva distinguere un A3 da un A4 e che a mala pena riusciva a fare una fotocopia «solo fronte», era riuscita a fare un figlio.

Presso il gruppo delle giovani coppie i problemi legati all'intimità sessuale non erano trattati pubblicamente, eppure, qualche settimana dopo la nascita del bellissimo bimbo di Elena, un giovane marito, laureato (come la moglie), desideroso di diventare genitore (come la moglie), ebbe ad esclamare con rabbia non celata: «Però... non è giusto!».

Il risentimento era più che comprensibile. Eppure dovrebbe far riflettere la capacità della vita emotiva di essere a contatto con la vita e i suoi dinamismi fondamentali e, talora, invece, la distanza che le forme più evolute dello sviluppo cognitivo finiscono paradossalmente per creare. Se a ciò, poi, si aggiunge una morale che intende prescindere dall'emotivo, il guaio è condotto alla sua massima perfezione.

Conclusioni

«Perché è così difficile che la legge morale sia in grado di guidare effettivamente la nostra vita? Perché tra le molte ragioni che influiscono sui nostri comportamenti, quelle etiche contano così poco? Abbiamo una risposta semplice e veloce per tali questioni, ed è la seguente: non basta conoscere il bene, occorre desiderarlo; non basta conoscere il male, occorre disprezzarlo. Se una tale risposta non è sbagliata, se ne trae che desiderio e disprezzo, piacere e dispiacere sono essenziali per la formazione della personalità morale, così come lo è la capacità di ragionare»⁸.

La cultura occidentale, già a partire dalla seconda metà del secolo scorso, ha visto al suo interno una crescente legittimazione dell'emotiva, perfino una sua incontrollata esplosione. Il risultato di una tale «riscoperta» non è privo di problemi. D'altra parte, una cultura che praticamente discredita tutto ciò che appartiene alla sfera dell'emotiva, di fatto non farebbe altro che semplificare indebitamente l'umano. E sarebbe una semplificazione, oggi, nemmeno in grado di funzionare, oppure di farlo ma a prezzo di una reale dissociazione nelle personalità dei singoli. Troppa visibilità è data oggi all'emozione, a tutti i livelli, così che se ne possa ignorare la presenza.

Ritengo che una migliore integrazione di ragione ed emozione dipenda, innanzitutto dal riconoscimento (non scontato, nel concreto) del buono che comunque ciascuna di esse apporta all'esperienza umana; secondariamente, dalla conoscenza delle proprietà di ciascuna. In questo breve contributo ho inteso tratteggiare le caratteristiche del vissuto emotivo, evidenziandone, in particolare, gli aspetti qualitativi, intendendo con ciò la capacità dell'emozione, nella sua

⁸ V. Camps, *El gobierno de las emociones*, Herder, Barcelona 2011, p. 13 (traduzione mia).

relativa autonomia, di plasmare l'esperienza e non solo in quella di contribuire, quantitativamente, a enfatizzarla.

Educare, fare formazione, insegnare, soprattutto alle giovani generazioni, trascurando questo stato di cose, può condurre alla deriva di una crescita meramente intellettuale con debolissime ricadute sul piano morale ed esperienziale.