

Quali sono le cose fondamentali da sapere?

Il famoso psicologo clinico Jordan Peterson ha influenzato la comprensione moderna della personalità e adesso è diventato uno dei più noti pensatori con le sue lezioni su argomenti che spaziano dalla Bibbia alle relazioni d'amore alla mitologia, attirando decine di milioni di spettatori. Il suo messaggio chiaro e rinforzante sul valore della responsabilità individuale e l'antica saggezza ha fatto vibrare il mondo intero.

Nel libro propone dodici principi pratici profondi su come vivere una vita ricca di senso.

Attingendo a vividi esempi dalla sua pratica clinica e dalla vita privata, oltre che a lezioni dai miti e dalle storie più antiche dell'umanità, *12 regole per la vita* offre un antidoto al caos dell'esistenza: verità eterne applicate a problemi moderni.

Il noto psicologo **Jordan B. Peterson** è un intellettuale provocatore che guida migliaia di persone all'esame senza mezzi termini delle proprie vite, unendo verità duramente conquistate con l'antica saggezza e il sapere scientifico all'avanguardia.

JORDAN B.
PETERSON

12 REGOLE PER LA VITA

UN ANTIDOBTO AL CAOS



Copyright © 2018 Luminate Psychological Services Ltd., by arrangement
with CookeMcDermid Agency, The Cooke Agency International and The Italian Literary Agency.
Originally published in English by Random House Canada.

Titolo originale: *12 Rules for Life: An Antidote to Chaos*

Traduzione: Arianna Bevilacqua



© 2018 My Life
I edizione: novembre 2018
My Life srl, Coriano di Rimini (RN)
Finito di stampare nell'ottobre 2018 presso Lineagrafica, Città di Castello (PG)

L'autore di questo libro non dispensa consigli medici né prescrive l'uso di alcuna tecnica come forma di trattamento per problemi fisici e medici senza il parere di un medico, direttamente o indirettamente.

L'intento dell'autore è semplicemente quello di offrire informazioni di natura generale per aiutarvi nella vostra ricerca del benessere fisico, emotivo e spirituale. Nel caso in cui usaste le informazioni contenute in questo libro per voi stessi, che è un vostro diritto, l'autore e l'editore non si assumono alcuna responsabilità delle vostre azioni.

Tutti i diritti sono riservati. Nessuna parte di questo libro può essere riprodotta tramite alcun procedimento meccanico, fotografico o elettronico, o sotto forma di registrazione fonografica; né può essere immagazzinata in un sistema di reperimento dati, trasmessa o altrimenti essere copiata per uso pubblico o privato, escluso l'“uso corretto” per brevi citazioni in articoli e riviste, senza previa autorizzazione scritta dell'editore.

INDICE

Prefazione

Introduzione

Regola 1 Stai diritto, con le spalle bene indietro

Regola 2 Tratta te stesso come fai con chi si affida a te

Regola 3 Scegli amici che vogliono il meglio per te

Regola 4 Confrontati con chi eri ieri invece di paragonarti a qualcun altro

Regola 5 Non permettere che i tuoi figli facciano qualcosa che te li farà piacere di meno

Regola 6 Fa' che casa tua sia in perfetto ordine prima di criticare il resto del mondo

Regola 7 Ricerca il senso non il vantaggio personale

Regola 8 Di' la verità, o almeno non mentire

Regola 9 Pensa sempre che la persona con cui parli può sapere qualcosa che tu non sai

Regola 10 Parla con precisione

Regola 11 Lascia in pace i ragazzi che fanno skate

Regola 12 Se incontri un gatto per strada, fermati ad accarezzarlo

Conclusione

Ringraziamenti

Note

PREFAZIONE

Regole? Ancora regole? La vita non è abbastanza complicata e piena di limitazioni già così, anche senza regole astratte che non tengono in considerazione la nostra situazione, unica e individuale? E dal momento che il nostro cervello è plastico e che tutto si sviluppa in maniera diversa a seconda delle esperienze di vita, perché dovremmo aspettarci che poche regole possano aiutare tutti?

Le persone non chiedono a gran voce delle regole, nemmeno nella Bibbia... Mosè scende dalla montagna, dopo una lunga assenza, portando con sé le tavole su cui sono incisi i Dieci comandamenti, e trova i figli di Israele in rivolta. Sono stati schiavi del faraone, assoggettati alle sue regole tiranniche per centinaia di anni, dopodiché Mosè li ha portati nel deserto per altri quarant'anni, per purificarli dalla loro schiavitù. Adesso, finalmente liberi, hanno perso ogni controllo, mentre danzano selvaggiamente intorno a un idolo, un vitello d'oro, abbandonandosi a ogni forma di tentazione fisica.

“Ho notizie buone e notizie cattive” dice il legislatore. “Quali volete ascoltare per prime?”

“Le notizie buone!” replicano gli edonisti.

“Sono riuscito a ottenere una riduzione dei comandamenti da quindici a dieci!”.

“Alleluia!” grida la folla ribelle. “E le notizie cattive?”.

“Il divieto di commettere adulterio è ancora tra questi.”

Quindi, ci saranno delle regole, ma, per favore, non troppe. Siamo ambivalenti quando si parla di regole, anche quando sappiamo che sono per il nostro bene. Finché siamo esseri energici, finché abbiamo carattere, le regole ci sembrano restrittive, un affronto al nostro spirito di iniziativa e all'orgoglio che proviamo quando siamo padroni della nostra vita. Perché dovremmo essere giudicati secondo le regole di un'altra persona?

Effettivamente veniamo giudicati. Dopo tutto, Dio non ha dato a Mosè "I Dieci consigli": gli ha dato i Dieci comandamenti. La mia prima reazione a un ordine potrebbe essere quella di pensare che nessuno, nemmeno Dio, mi può dire che cosa fare, anche se è per il mio bene. Ma la storia del vitello d'oro ci ricorda che, senza regole, diventiamo ben presto schiavi delle passioni, e in questo non c'è niente di liberatorio.

La storia ci suggerisce qualcosa di più. Privi di controllo e lasciati al nostro giudizio non guidato, ci ritroviamo ben presto a guardare in basso e ad adorare qualità non degne di noi: in questo caso, un feticcio di animale che ci porta a manifestare i nostri istinti in maniera del tutto sregolata. La storia ebraica chiarisce come gli antichi la vedessero a proposito della possibilità di un comportamento civile in assenza di regole capaci di elevare il nostro sguardo e i nostri standard.

Una cosa bella della storia della Bibbia è che non si limita semplicemente a elencare delle norme, come potrebbero fare avvocati, legislatori o amministratori; le ingloba in una narrazione coinvolgente che illustra perché ne abbiamo bisogno, rendendole così più facili da capire. Allo stesso modo, in questo libro il professor Peterson non propone semplicemente le sue dodici regole, ma racconta storie, fatti e vicende, offrendoci conoscenze che spaziano in molti campi per illustrarci e spiegarci perché le migliori norme non nascano per porre dei limiti, bensì per aiutarci a raggiungere i nostri obiettivi e creare vite più piene e più libere.

La prima volta che incontrai Jordan Peterson fu a casa di alcuni amici comuni, il produttore televisivo Wodek Szemberg e sua moglie Estera Bekier, medico internista. Era il compleanno di Wodek. Estera e Wodek sono emigrati polacchi cresciuti nell'impero sovietico, dove era chiaro che affrontare molti argomenti fosse vietato e che interrogarsi su alcune forme di organizzazione sociale e su alcune idee filosofiche (per non parlare della legittimità del regime stesso) poteva essere particolarmente pericoloso.

Ma adesso i padroni di casa si concedevano conversazioni autentiche e rilassate, offrendo feste dedicate al piacere di esprimere liberamente le proprie idee e ascoltare gli altri mentre facevano lo stesso, in un sincero botta e risposta. Lì la regola era “Esprimi ciò che hai in mente”. Se la conversazione verteva sulla politica, persone di diverse opinioni parlavano tra loro senza problemi – anzi, non vedevano l’ora di farlo – in una maniera che è sempre più rara. A volte le opinioni, o le verità, di Wodek prorompevano, così come faceva la sua risata. Allora abbracciava chiunque l’avesse fatto ridere o l’avesse portato a esprimersi con un’intensità maggiore di quanto avesse mai previsto. Questa era la parte migliore delle feste e valeva proprio la pena provocarlo per ricevere in cambio la sua franchezza e i suoi caldi abbracci. Nel frattempo, la voce di Estera danzava per la stanza e procedeva lungo un percorso molto preciso verso l’ascoltatore designato. Le esplosioni di verità non creavano un’atmosfera meno rilassata per la compagnia, ne suscitavano altre, liberandoci, lasciando spazio ad altre risate e rendendo l’intera serata più piacevole, perché con le persone che si sono scrollate di dosso l’oppressione, come i coniugi Szemberg-Bekier, sai sempre con chi e con che cosa hai a che fare. Quella franchezza era rivitalizzante. Il romanziere Honoré de Balzac una volta descrisse i balli e le feste della nativa Francia, osservando che quella che appariva come una singola festa spesso era costituita da due momenti. Nelle prime ore il ritrovo era affollato di persone annoiate, tutte concentrate a mettersi in posa e a darsi delle arie. Poi, solo nelle ultime ore, dopo che la maggior parte degli ospiti se n’era andata, cominciava la seconda fase, la festa vera. Alla conversazione questa volta avrebbero partecipato tutti i presenti e le risate a cuore aperto avrebbero preso il posto dei gesti inamidati. Alle feste di Estera e Wodek, questo tipo di apertura e di intimità, tipico delle prime ore del mattino, spesso si ritrovava non appena si varcava la soglia.

Wodek è un cacciatore dalla criniera di leone e dai capelli argentei, sempre in cerca di potenziali intellettuali che sappiano come scovare persone che riescano veramente a parlare di fronte a una telecamera TV e che sembrino autentiche perché lo sono: la telecamera se ne accorge. Spesso Wodek invita queste persone ai suoi salotti. Quel giorno convocò un professore di psicologia dell’Università di Toronto, la stessa alla quale insegnavo io, che era proprio la persona giusta: un perfetto mix di intelletto ed emozione. Wodek fu il primo a mettere Jordan Peterson di fronte a una

telecamera e a pensare a lui come a un insegnante in cerca di studenti, perché era sempre pronto a spiegare. E aiutò molto che Peterson amasse la telecamera e ne fosse ricambiato.

Quel pomeriggio c'era una grande tavola apparecchiata nel giardino degli Szemberg-Bekier; intorno era raccolta la solita confraternita di virtuosi della loquacità. Sembravamo, però, disturbati da uno sciame di api che ronzavano lì attorno, e c'era questo nuovo arrivato, con l'accento dell'Alberta e stivali da cowboy, che le ignorava e continuava a parlare. Continuava a parlare mentre noi sembravamo giocare al "gioco della sedia", cambiando continuamente di posto per tenerci alla larga dagli insetti, ma cercavamo anche di rimanere a tavola perché questa nuova aggiunta ai nostri incontri era molto interessante.

Il nuovo arrivato aveva la strana abitudine di parlare delle questioni più profonde a chiunque fosse seduto a tavola – in gran parte, nuove conoscenze per lui –, proprio come se stesse chiacchierando del più e del meno. O, se anche stava parlando del più e del meno, l'intervallo tra "Come conosci Wodek ed Estera?" o "Una volta ho lavorato come apicoltore, quindi ci sono abituato" e argomenti più seri era di qualche frazione di secondo.

A volte è possibile sentir parlare di questioni simili in quelle feste in cui si incontrano professori e professionisti, ma di solito la conversazione seria resta relegata a due specialisti dell'argomento, che ne parlano in un angolo o, se condivisa con l'intero gruppo, implica che qualcuno si pavoneggi. Ma questo Peterson, benché erudito, non dava l'impressione di essere saccente. Aveva l'entusiasmo di un bambino che ha appena imparato qualcosa di nuovo e vuole condividerlo. Sembrava presupporre, proprio come un bambino – prima che questo impari quanto possano diventare ottusi gli adulti –, che qualsiasi cosa fosse per lui interessante lo sarebbe stata anche per gli altri. In quel cowboy c'era qualcosa di infantile, nel suo parlare come se tutti fossimo cresciuti nella stessa piccola città o famiglia e avessimo sempre riflettuto sui medesimi aspetti dell'esistenza umana.

Peterson non era un eccentrico "vero"; sapeva padroneggiare a sufficienza le convenzioni, era stato professore ad Harvard, era un gentleman (un cowboy gentiluomo), anche se pronunciava spesso parole come "maledetto" e "quel cavolo di...", come avrebbe fatto un contadino negli anni Cinquanta. Ma tutti ascoltavano, con espressioni di meraviglia

dipinte sui volti, perché in effetti affrontava questioni che suscitavano l'interesse di tutti i presenti.

C'era qualcosa di liberatorio nell'essere in compagnia di una persona tanto istruita da parlare in maniera così inaspettata. Il suo pensiero era motorio e motorizzato; sembrava che avesse bisogno di pensare ad alta voce, di usare la propria corteccia motoria per pensare, ma anche che quel motore dovesse girare veloce per funzionare correttamente. Per arrivare al decollo. Non era proprio frenetico, ma la sua velocità media era elevata. Pensieri pieni di vita scaturivano in continuazione. Ma a differenza di molti accademici che prendono la parola e la monopolizzano, se qualcuno gli rispondeva o lo correggeva lui apprezzava molto. Non si tirava indietro. Diceva, in maniera un po' informale: "Certo!" e chinava involontariamente la testa in avanti, scuotendola come se si fosse accorto di aver tralasciato qualcosa, ridendo di se stesso perché era stato troppo superficiale. Apprezzava che gli venisse mostrato un altro aspetto di un problema e divenne chiaro che riflettere su qualcosa era, per lui, un processo dialogico.

Non si poteva non rimanere colpiti da un altro aspetto insolito: per essere un intellettuale, Peterson era estremamente pratico. I suoi esempi erano ricchi di esempi ricavati dalla vita di tutti i giorni.

Mi sono sempre piaciuti molto gli abitanti delle praterie del Midwest, nati in fattorie dove hanno imparato tutto sulla natura o in piccole città, che hanno lavorato con le proprie mani per costruire qualcosa e hanno trascorso lunghi periodi tra i duri elementi naturali, che spesso sono autodidatti e s'iscrivono all'università contro ogni previsione. Li trovo piuttosto diversi dai sofisticati prodotti delle grandi città, in qualche modo snaturati, per cui l'istruzione superiore è prestabilita, e per questa ragione a volte data per scontata, senza valore in se stessa, ma semplicemente come uno dei tanti gradini nella scala dell'avanzamento di carriera. Le persone che provengono dal Midwest sono diverse: fatte da sé, senza titoli, concrete, amichevoli e meno ricercate di molti coetanei delle grandi città, che trascorrono sempre più la vita dentro casa, manovrando icone e simboli al computer. Questo psicologo-cowboy sembrava occuparsi di un pensiero solo se questo poteva, in qualche modo, essere d'aiuto a qualcuno.

Diventammo amici. Uno psichiatra e uno psicoanalista che amano la letteratura. Provavo simpatia per lui perché era uno specialista clinico che aveva anche letto molto e che non solo amava i romanzi russi, la filosofia e

la mitologia antica, ma sembrava trattarli come l'eredità più preziosa dell'umanità. Aveva inoltre condotto ricerche statistiche illuminanti su personalità e temperamento e studiato le neuroscienze. Di formazione comportamentista, era però fortemente attratto dalla psicoanalisi, con il suo focus sui sogni, sugli archetipi, sulla persistenza dei conflitti infantili nell'adulto e sul ruolo delle difese e della razionalizzazione nella vita di tutti i giorni. Era poi un'eccezione, in quanto unico membro del Dipartimento di Psicologia dell'Università di Toronto a portare avanti anche una pratica clinica.

Durante le mie visite, le conversazioni iniziavano con scherzi e risate e così fui accolto nella sua abitazione. Abitava in una casa completamente ristrutturata da lui stesso insieme a Tammy, sua moglie: la casa più affascinante e scioccante che avessi mai visto. Avevano opere d'arte, alcune maschere intagliate e ritratti astratti, oltre a un'enorme collezione di dipinti originali del realismo socialista, ritratti di Lenin e dei primi funzionari del partito comunista commissionati dall'URSS. Non molto tempo dopo la caduta dell'Unione Sovietica, quando tanti nel mondo tirarono un sospiro di sollievo, Peterson iniziò ad acquistare queste opere di propaganda. Dipinti che esaltavano lo spirito rivoluzionario sovietico riempivano ogni singola parete, i soffitti e persino i bagni. I dipinti non erano lì perché Jordan nutrisse qualche simpatia totalitarista, ma perché voleva ricordare a se stesso qualcosa che, come tutti, avrebbe preferito dimenticare: centinaia di milioni di persone assassinate in nome dell'utopia.

Bisognava abituarsi a quella casa “decorata” da un'illusione che aveva praticamente distrutto l'umanità. Ma ciò veniva facilitato da Tammy, la meravigliosa moglie di Jordan che condivideva in tutto e per tutto quella scelta, che abbracciava e incoraggiava questo insolito bisogno di espressione. Quei dipinti fornivano al visitatore un primo indizio sul forte interesse che Jordan nutriva riguardo alla capacità umana di compiere il male in nome del bene, e riguardo al mistero psicologico dell'autoinganno (come può una persona ingannare se stessa e farla franca?), interesse che entrambi condividiamo. E poi c'erano anche le ore che passavamo discutendo di quello che potrei chiamare un problema minore, perché più raro: la capacità umana di commettere il male proprio per il male, la gioia che alcune persone traggono dal distruggere gli altri, notoriamente colta dal poeta inglese del diciassettesimo secolo John Milton nel suo libro *Paradiso perduto*.

E così chiacchieravamo e prendevamo il tè nella cucina di Jordan, davanti a quella strana collezione d'arte, un segno visivo della sua ricerca sincera di superamento dell'ideologia semplicistica, di sinistra o di destra, per non ripetere gli errori del passato. Dopo un po' non c'era nulla di strano nel prendere il tè, discutendo di questioni familiari o dell'ultima lettura, con quelle immagini minacciose che incombevano sopra di noi. Stavamo solo vivendo nel mondo com'era stato, o com'è ancora, in alcuni luoghi.

Nel primo e unico libro di Jordan antecedente a questo, *Maps of Meaning* [Mappe di significato], egli condivide le sue profonde intuizioni sui temi universali della mitologia mondiale e spiega come tutte le culture abbiano creato storie affinché gli uomini possano confrontarsi e, in definitiva, mappare il caos in cui sono calati fin dalla nascita; questo caos è tutto ciò che ci è ignoto e ogni territorio inesplorato che dobbiamo attraversare, sia nel mondo esterno sia all'interno della nostra psiche.

Combinando lo studio dell'evoluzione, la neuroscienza dell'emozione, alcuni tra i migliori scritti di Jung, alcuni di Freud, gran parte delle migliori opere di Nietzsche, Dostoevskij, Solženicyn, Eliade, Neumann, Piaget, Frye e Frankl, *Maps of Meaning*, pubblicato quasi due decenni fa, mostra l'ampio approccio di Jordan alla comprensione di come gli esseri umani e il loro cervello affrontino la situazione archetipica che si presenta ogni volta che, nella vita quotidiana, si deve fronteggiare qualcosa di incomprensibile. La bellezza del libro è nella dimostrazione di quanto questa situazione sia radicata nell'evoluzione, nel DNA umano, nel nostro cervello e nelle storie più antiche. E dimostra che queste storie sono giunte fino a noi perché forniscono ancora una guida per affrontare l'incertezza e l'inevitabile ignoto.

Una delle molte qualità del libro che stai leggendo è che fornisce una via d'accesso a *Maps of Meaning*, che è un lavoro molto complesso perché Jordan stava elaborando il proprio approccio psicologico mentre scriveva quel testo. Ma è fondamentale perché, non importa quanto differenti possano essere i geni o le esperienze di vita o quanto diversamente i nostri cervelli plastici siano stati plasmati dalle esperienze, tutti dobbiamo fare i conti con l'ignoto e tutti tentiamo di passare dal caos all'ordine. Ed è per questo che molte regole di questo libro hanno in sé un elemento di universalità.

Da adolescente cresciuto nel mezzo della Guerra fredda, Jordan aveva la tormentata consapevolezza che gran parte dell'umanità sarebbe stata in

grado di far esplodere il Pianeta pur di difendere la propria identità e voleva capire come ciò fosse possibile. Voleva anche capire le ideologie che spingevano i regimi totalitari a una variante di quello stesso comportamento: uccidere i propri cittadini. In questo libro, Jordan ribadisce innanzitutto ai lettori di guardarsi dall'ideologia, a prescindere da chi la divulgava e dallo scopo dal quale è spinta.

Le ideologie sono idee semplici travestite da scienza o da filosofia, che pretendono di spiegare la complessità del mondo e offrono rimedi che sembrano renderlo perfetto. Gli ideologi sono persone che fingono di sapere come “rendere il mondo un posto migliore”, prima di essersi occupate del proprio caos interiore. La maschera da guerriero che l'ideologia dona loro nasconde quel caos. È *hybris* [tracotanza], ovviamente: uno dei temi più importanti di questo libro è “Fa’ che casa tua sia in perfetto ordine prima di criticare il resto del mondo”, e Jordan fornisce consigli pratici su come farlo.

Le ideologie sono sostitute della vera conoscenza e gli ideologi sono sempre pericolosi quando prendono il potere, perché un approccio semplicistico e presuntuoso non è all'altezza della complessità dell'esistente. Inoltre, quando i loro marchingegni sociali non riescono a prendere il via, gli ideologi non incolpano se stessi ma tutti quelli che vedono attraverso la lente delle semplificazioni. Un altro grande professore, il sociologo Lewis Feuer, nel proprio libro *Ideology and the Ideologists* [L'ideologia e gli ideologi], osservò che le ideologie riorganizzano proprio le storie religiose che intendono soppiantare, eliminando però da queste la ricchezza narrativa e psicologica. Il comunismo prese molti elementi in prestito dalla storia dei figli di Israele in Egitto: anche qui c'erano una classe asservita, ricchi persecutori, un leader che come Lenin va all'estero, vive tra gli schiavisti e poi conduce gli schiavi alla terra promessa, l'utopia, la dittatura del proletariato.

Per comprendere l'ideologia, Jordan ha letto molto non solo sui gulag sovietici, ma anche sull'olocausto e sull'ascesa del nazismo. Non avevo mai incontrato prima una persona, di cultura cristiana e della mia generazione, così profondamente tormentata da quello che accadde in Europa agli ebrei e che aveva lavorato così tanto per capire come fosse potuto succedere. Anch'io l'ho studiato in profondità. Mio padre sopravvisse ad Auschwitz. Mia nonna era una donna di mezz'età quando si trovò faccia a faccia con il dottor Josef Mengele, il medico nazista che condusse esperimenti

indicibilmente crudeli sulle proprie vittime: anche lei sopravvisse ad Auschwitz disobbedendo all'ordine di unirsi alla fila degli anziani, delle persone con i capelli grigi e dei deboli, per sgattaiolare invece nella fila dei più giovani. Evitò le camere a gas una seconda volta scambiando cibo per tintura per capelli, in modo da non venire assassinata perché sembrava troppo vecchia. Mio nonno, suo marito, sopravvisse al campo di concentramento di Mauthausen, ma morì soffocato mangiando il primo pezzo di cibo solido che gli fu dato, poco prima del giorno della Liberazione. Lo racconto perché anni dopo essere diventati amici, quando Jordan assunse una posizione liberale sulla libertà di parola, venne accusato dagli estremisti di sinistra di essere un bigotto di destra.

Lasciatemi dire, con tutta la moderazione di cui sono capace: nella migliore delle ipotesi, le persone che lo accusavano semplicemente non hanno impiegato la dovuta attenzione nel valutarlo. Io l'ho fatto; con una storia familiare come la mia, si sviluppa non solo il radar, ma il sonar subacqueo per il bigottismo di destra; ma ancora più importante, si impara a riconoscere il tipo di persona che ha la capacità di comprensione, gli strumenti, la buona volontà e il coraggio di combatterlo, e Jordan Peterson vi corrisponde.

La mia stessa insoddisfazione per i tentativi della moderna scienza politica di comprendere l'ascesa del nazismo, del totalitarismo e del pregiudizio è stata un fattore importante nella decisione di integrare i miei studi di scienze politiche con le ricerche sull'inconscio, sulla proiezione, sulla psicoanalisi, sul potenziale regressivo della psicologia di gruppo, sulla psichiatria e sul cervello. Jordan ha abbandonato scienze politiche per ragioni analoghe. Con questi importanti interessi paralleli, non siamo sempre d'accordo sulle risposte (grazie a Dio), ma siamo quasi sempre d'accordo sulle domande.

La nostra amicizia non è solo tristezza e tragedia. Ho preso l'abitudine di assistere alle lezioni dei miei colleghi professori in università, e così ho frequentato le sue, che erano sempre piene, e ho visto quello che ora milioni di persone vedono online: un brillante, spesso abbagliante, oratore che dava il meglio di sé improvvisando come un artista jazz; a volte assomigliava a un ardente predicatore della prateria, non nella tendenza all'evangelizzazione, ma nella passione, nella capacità di raccontare storie che parlano delle sfide della vita. Poi, con la stessa facilità, sarebbe potuto passare a una rassegna sistematica e mozzafiato di una serie di studi

scientifici. Era un maestro nell'aiutare gli studenti a diventare più riflessivi e a prendere sul serio se stessi e il proprio futuro. Insegnò loro a rispettare molti dei più grandi libri mai scritti. Fornì vividi esempi tratti dalla pratica clinica, raccontò, appropriatamente, molto di sé, anche dei propri punti deboli, e creò collegamenti affascinanti tra evoluzione, cervello e storie religiose. In un mondo in cui agli studenti s'insegna a vedere l'evoluzione e la religione come mondi semplicemente opposti, Jordan mostrava come l'evoluzione aiuti a spiegare il fascino psicologico profondo e la saggezza di molte storie antiche, da Gilgamesh alla vita del Buddha, alla mitologia egizia e alla Bibbia. Mostrava, per esempio, come le storie sul viaggio volontario verso l'ignoto – la missione dell'eroe – rispecchino compiti universali che il cervello umano si è evoluto a perseguire. Rispettava le storie, non era riduzionista e non pretendeva mai di esaurirne la saggezza. Se affrontava un argomento come il pregiudizio, o come i suoi parenti emotivi, la paura e il disgusto, o le differenze medie tra i due sessi, era in grado di mostrare come questi tratti si erano evoluti e perché erano sopravvissuti fino a noi.

Soprattutto, risvegliava l'attenzione degli studenti su argomenti che raramente si affrontano all'università, come il semplice fatto che tutti gli antichi, da Buddha agli autori biblici, sapevano ciò che oggi ogni adulto un po' esaurito sa, cioè che la vita è sofferenza. Se stai soffrendo o se soffre qualcuno che ti è vicino, è triste. Ma, ahimè, non è niente di particolarmente degno di nota. Non soffriamo solo perché "i politici sono stupidi" o perché "il sistema è corrotto" o perché tu e io, come quasi tutti, siamo legittimati a descrivere noi stessi, in qualche modo, come vittime di qualcosa o qualcuno. È perché siamo nati umani che ci viene garantita una buona dose di sofferenza. E ci sono buone probabilità, se tu o qualcuno che ami non state soffrendo in questo momento, che questo avverrà entro cinque anni, a meno che tu non sia stranamente fortunato. Crescere i figli è difficile, il lavoro è duro, l'invecchiamento, la malattia e la morte sono ardui da affrontare, e Jordan ha sottolineato che fare tutto da soli, senza il beneficio di una relazione d'amore o della saggezza o delle intuizioni psicologiche dei più grandi psicologi, rende tutto questo solo più difficile. Peterson non spaventava gli studenti; a dire la verità, trovavano rassicuranti le sue schiette parole perché nella profondità della propria psiche la maggior parte di loro sapeva che quanto diceva era vero, anche se non erano temi discussi in alcun forum: forse perché gli adulti che facevano parte della loro vita

erano diventati così ingenuamente iperprotettivi che si erano illusi che il non parlare della sofferenza li avrebbe in qualche modo magicamente protetti.

Egli metteva tutto questo in relazione al mito dell'eroe, un tema interculturale indagato psicoanaliticamente da Otto Rank, che notava, seguendo Freud, che i miti eroici sono simili in molte culture, un pensiero ripreso anche, tra gli altri, da Carl Jung, Joseph Campbell ed Erich Neumann. Dove Freud diede un grande contributo nello spiegare le nevrosi, concentrandosi tra le altre cose sulla comprensione di ciò che potremmo chiamare la storia dell'eroe fallito, Edipo, Jordan si è focalizzato sugli eroi trionfanti. In tutte queste storie di trionfo, l'eroe deve andare verso l'ignoto, in un territorio inesplorato, affrontare una nuova grande sfida e correre grandi rischi. Lungo il cammino, qualcosa di lui deve morire o essere abbandonato, così che l'eroe possa rinascere e affrontare la sfida. Ciò richiede coraggio, qualcosa di cui raramente si parla in una lezione di psicologia o in un libro di testo. Nella sua recente presa di posizione pubblica per la libertà di parola e contro quelle che io chiamo "parole forzate", perché implicano un governo che obbliga i cittadini a esprimere alcune opinioni politiche, la posta in gioco era molto alta; aveva molto da perdere e lo sapeva. Eppure, l'ho visto (come ho visto anche Tammy) non solo mostrare coraggio, ma continuare a vivere secondo molte delle regole contenute in questo libro, alcune delle quali possono essere davvero impegnative.

L'ho visto crescere, dalla persona straordinaria che era, per trasformarsi in qualcuno ancora più capace e sicuro, proprio vivendo secondo queste stesse regole. In effetti, è stato il processo di scrittura di questo libro e lo sviluppo di queste regole ad averlo portato a prendere posizione contro le parole forzate. Ed è per questo che, durante quegli eventi, iniziò a pubblicare su internet alcuni dei propri pensieri sulla vita, e anche queste regole. Ora, dopo più di cento milioni di visualizzazioni su YouTube, sappiamo che ha toccato una corda.

Data la nostra avversione per le regole, come spieghiamo il riscontro straordinario incontrato dalle lezioni relative a questo argomento? Nel caso di Jordan sono stati certamente il suo carisma e la rara propensione a difendere un principio a dargli inizialmente un ampio seguito online; le visualizzazioni delle sue prime lezioni su YouTube sono centinaia di migliaia. Ma le persone continuano a seguire ciò che dice perché le sue

parole incontrano un bisogno profondo e inespresso. E perché, insieme al nostro desiderio di vivere senza regole, tutti noi siamo alla ricerca di una struttura portante.

I giovani oggi sono affamati di regole, o quantomeno di linee guida, e per una buona ragione. Almeno in Occidente, i *millennial* stanno vivendo una situazione storica unica. Sono, credo, la prima generazione a cui sono state trasmesse così diffusamente due idee apparentemente contraddittorie sulla moralità – nelle scuole e nelle università – da molti della mia generazione. Questa contraddizione li lascia disorientati e incerti, senza guida e, più tragicamente, privati di ricchezze di cui ignorano l'esistenza.

La prima idea o insegnamento è che la moralità è relativa, o al massimo costituisce un “giudizio di valore” personale. Significa che non esiste giusto e sbagliato in nulla, che la moralità e le regole che le si associano sono una semplice questione di opinione personale o di combinazione, “relative”, per l'appunto, a una particolare situazione, come l'etnia, l'educazione o il momento storico in cui una persona è nata. Non è nient'altro se non incidentale, secondo le nostre condizioni di nascita. Secondo questa argomentazione (oggi un credo), la storia insegna che le religioni, le tribù, le nazioni e i gruppi etnici tendono a essere in disaccordo su questioni fondamentali, come hanno sempre fatto. Oggi la destra postmoderna afferma inoltre che la moralità di un gruppo non è nient'altro che il suo tentativo di esercitare il potere su un altro gruppo. Quindi, la scelta opportuna – una volta che è evidente quanto siano arbitrari i tuoi valori e quelli della tua società – è mostrare tolleranza per le persone che la pensano diversamente e che arrivano da differenti e vari retroterra culturali. L'enfasi sulla tolleranza è talmente importante che, per molti, uno dei peggiori difetti caratteriali che una persona possa avere è quello di essere “giudicante”.* E dal momento che non distinguiamo il giusto dall'ingiusto né capiamo ciò che è bene, la scelta più inappropriata che un adulto possa fare è fornire a un giovane un consiglio sulla vita.

E così una generazione è stata cresciuta senza essere educata in quella che un tempo veniva chiamata, giustamente, “saggezza pratica”, che aveva guidato le generazioni precedenti. I *millennial*, di cui spesso si dice che abbiano ricevuto la migliore istruzione disponibile, hanno in realtà subito una grave forma di trascuratezza intellettuale e morale. I relativisti della mia generazione e di quella di Jordan, molti dei quali sono diventati professori, hanno scelto di svalutare migliaia di anni di conoscenza umana

relativa alle modalità da seguire per acquisire la virtù, liquidandola come sorpassata, non rilevante o addirittura oppressiva. Sono riusciti nel loro intento al punto che la stessa parola virtù sembra obsoleta, e chi la usa appare anacronisticamente moralista e ipocrita.

Lo studio della virtù non corrisponde esattamente allo studio della morale: giusto e sbagliato, bene e male. Aristotele definisce le virtù semplicemente come i comportamenti che più favoriscono la felicità nella vita. Il vizio è il comportamento che meno favorisce la felicità. Aristotele nota che le virtù mirano sempre all'equilibrio ed evitano gli estremi dei vizi. Il filosofo greco studiò le virtù e i vizi nella sua *Etica nicomachea*. Era un libro basato sull'esperienza e sull'osservazione, non sulle congetture, sul tipo di felicità possibile per gli esseri umani. Coltivare il giudizio sulla differenza tra virtù e vizio è l'inizio della saggezza, qualcosa che non può mai essere sorpassato.

Per contro, il nostro moderno relativismo comincia con l'affermazione secondo cui giudicare come vivere è impossibile, perché non esiste un vero bene né una vera virtù, dal momento che anche questi sono relativi. Quindi, ciò che più si avvicina alla virtù è la tolleranza. Solo la tolleranza contribuirà a creare coesione sociale tra gruppi diversi e ci proteggerà dal farci del male a vicenda. Di conseguenza, su Facebook e su altri social media, una persona segnala la propria cosiddetta virtù dicendo a chiunque quanto sia tollerante, aperta ed empatica, poi aspetta che arrivino i like. Tralasciamo il fatto che dire agli altri che siamo virtuosi non è virtù ma è autopromozione. Dichiarare la propria virtù non è una virtù, anzi: probabilmente, è il nostro vizio più comune.

L'intolleranza nei confronti del punto di vista dell'altro, a prescindere da quanto possa essere ignorante o incoerente, non solo è sbagliata, ma, in un mondo dove non esiste giusto né sbagliato, è segno di quanto una persona sia grossolana, in maniera imbarazzante e forse pericolosa.

Si dà il caso però che molte persone non riescano a tollerare il vuoto – il caos – che è intrinseco alla vita e peggiorato da questo relativismo morale; non riescono a vivere senza una bussola morale, senza un ideale cui tendere nella propria vita. Per i relativisti, anche gli ideali sono valori e, come tutti i valori, sono puramente relativi e difficilmente valgono un sacrificio. Così, proprio accanto al relativismo, troviamo il diffondersi del nichilismo e della disperazione e anche l'opposto del relativismo morale: la cieca sicurezza, offerta dalle ideologie che sostengono di avere una risposta a tutto.

Arriviamo quindi al secondo insegnamento che ha bombardato i millennial. S'iscrivono a una scuola o a una facoltà umanistica, per studiare i libri migliori mai scritti. Ma come materia d'esame non ci sono i libri; assistono invece a veri e propri attacchi ideologici rivolti contro i libri, che si basano su una spaventosa semplificazione. Dove il relativista è pieno di insicurezza, l'ideologo è all'opposto. È ipercritico e censorio, sa sempre che cosa c'è di sbagliato negli altri e come sistemare le cose. A volte sembra che le uniche persone disposte a dare un consiglio in una società relativistica siano quelle con meno da offrire.

Il relativismo morale moderno ha diverse origini. Se studiamo storia, impariamo che a epoche differenti corrispondono diversi codici morali. Se viaggiamo per i mari ed esploriamo il mondo, scopriamo tribù remote di diversi continenti i cui differenti codici morali acquisiscono senso in relazione alle loro culture, o nell'ambito di esse. Anche la scienza ha giocato un ruolo in questo, attaccando la visione religiosa del mondo e quindi minando il terreno religioso su cui si fondano l'etica e le regole. La scienza sociale materialista implica che potremmo suddividere il mondo in fatti, che tutti possono osservare e che sono oggettivi e "reali", e in valori, che sono soggettivi e personali. Quindi potremmo essere d'accordo sui fatti e, forse, un giorno, sviluppare un codice scientifico di principi etici, che deve ancora arrivare. Inoltre, implicando che i valori siano meno reali dei fatti, la scienza contribuisce in un altro modo al relativismo morale, trattando i valori come aspetti secondari. Ma la convinzione di poter facilmente separare i fatti dai valori era e rimane ingenua; in certa misura, i valori di una persona determinano a che cosa presterà attenzione, e questo conta come un fatto.

L'idea che diverse società abbiano regole e principi morali diversi era nota anche nel mondo antico ed è interessante confrontare la risposta di quel mondo con quella moderna, ossia il relativismo, il nichilismo e l'ideologia. Quando gli antichi greci giunsero, con le loro navi, in India e altrove, scoprirono che le regole, i principi morali e i costumi erano diversi da un luogo all'altro, e notarono che, per spiegare che cosa era giusto e che cosa sbagliato, spesso i popoli si basavano su qualche autorità ancestrale. La risposta greca non fu la disperazione ma una nuova invenzione: la filosofia.

Socrate, in risposta all'incertezza che nasceva dalla consapevolezza del conflitto tra i diversi codici morali, decise che, invece di diventare un nichilista, un relativista o un ideologo, avrebbe dedicato la propria vita alla ricerca di quella saggezza che era in grado di riflettere su queste differenze: inventò, cioè, la filosofia. Trascorse l'intera vita ponendosi domande sconcertanti e fondamentali come: "Che cos'è la virtù?" e "Com'è possibile vivere una vita degna e buona?", "Che cos'è la giustizia?". Osservò i diversi approcci, chiedendosi quale sembrasse il più coerente e in accordo con la natura umana. Credo che sia il genere di domande che anima questo libro.

La scoperta che persone diverse hanno idee diverse su come vivere praticamente non paralizzò gli antichi, ma approfondì la loro conoscenza dell'umanità e portò ad alcune delle conversazioni più soddisfacenti che gli esseri umani abbiano mai avuto sulle possibili maniere di vivere una vita.

Allo stesso modo, Aristotele, invece di disperarsi per queste differenze nei codici di condotta morale, notò che, sebbene questi fossero diversi da un luogo all'altro, gli esseri umani di ogni luogo ed epoca avevano per natura la stessa inclinazione a stabilire regole e leggi e ad adottare costumi e abitudini. Per metterla in termini moderni, sembra che tutti gli esseri umani siano, per qualche tipo di inclinazione, tanto intrinsecamente interessati alla moralità da creare una struttura normativa ovunque si trovino. L'idea che la vita umana possa essere priva di preoccupazioni morali è una fantasia.

Siamo generatori di regole. E dato che siamo animali morali, quale dev'essere l'effetto del nostro semplicistico relativismo moderno su di noi? Significa che ci azzoppiamo cercando di essere qualcosa che non siamo. È una maschera, ma molto strana, perché, per lo più, inganna chi l'indossa. Prova a rigare, con una chiave, la Mercedes del professore relativista e postmoderno più intelligente e vedrai come cadono in fretta la maschera del relativismo, con la sua pretesa che non esista nulla che sia giusto o sbagliato, e il manto della tolleranza radicale.

Dal momento che non abbiamo ancora un'etica che si basi sulla scienza moderna, Jordan non cerca di sviluppare queste regole partendo da zero, rigettando migliaia di anni di saggezza come mera superstizione e ignorando le nostre maggiori conquiste morali. È molto più utile integrare il meglio di ciò che stiamo imparando adesso con i libri che gli esseri umani hanno ritenuto importante conservare nei secoli e con le storie che sono

sopravvissute, contro ogni previsione, alla tendenza all’oblio inesorabilmente legata allo scorrere del tempo.

Egli fa ciò che le guide ragionevoli hanno sempre fatto: non afferma che la saggezza umana inizia con lui ma, invece, si rivolge prima di tutto alle proprie guide. E anche se gli argomenti di questo libro sono seri, Jordan spesso si diverte ad avvicinarli con un tocco leggero, come mostrano i titoli dei capitoli. Non dichiara di voler essere esaustivo e a volte sembra raccontare ad alta voce i propri ragionamenti sulla psicologia umana.

Perché quindi non definirlo un libro di “linee guida”, un termine molto più morbido rispetto a “regole”?

Perché si tratta davvero di regole. E la prima regola è che devi assumerti la responsabilità della tua vita. Punto.

Si potrebbe pensare che una generazione che ha sentito parlare, all’infinito, dagli insegnanti più ideologici, di diritti che le appartengono obietterà se le si dice che sarebbe meglio focalizzarsi invece sull’assumersi le proprie responsabilità. Eppure in questa generazione, di cui fanno parte molte persone che sono cresciute in famiglie ristrette, con genitori iperprotettivi, ci sono milioni di individui che si sentono minacciati da questa svalutazione della loro potenziale resilienza e che hanno accolto il messaggio di Jordan secondo cui ognuno ha la responsabilità definitiva della propria vita e per il quale, se una persona vuole vivere una vita piena, prima di tutto deve mettere in ordine la propria casa e solo dopo potrà mirare in modo sensato ad assumersi responsabilità maggiori. La portata di questa risposta ci commuove spesso fino alle lacrime.

A volte queste regole sono difficili. Richiedono di intraprendere un cammino che, nel tempo, porterà a un nuovo limite. Che necessita, come ho detto, dell’avventura nell’ignoto. Superare i confini del tuo sé attuale ti chiede di scegliere con attenzione e quindi di seguire i tuoi ideali: gli ideali che sono sopra di te, superiori a te, che non hai la sicurezza di riuscire a raggiungere.

Ma se non abbiamo la certezza di riuscire a raggiungere i nostri ideali, perché dovremmo scomodarci per provarci? Perché se non ci provi, è certo che non sentirai mai che la tua vita ha un significato.

E forse perché, per quanto possa suonare inconsueto e strano, nella parte più profonda della nostra psiche, tutti noi vogliamo essere giudicati.

Dottor Norman Doidge

Autore di *Il Cervello infinito*

* Alcuni sostengono erroneamente che Freud (spesso menzionato in queste pagine) abbia contribuito all'attuale desiderio di una cultura, di scuole e di istituzioni che siano "non moralmente giudicanti". È vero che Freud raccomandava agli psicoanalisti di essere tolleranti, empatici e di non esprimere giudizi moralistici nell'ascoltare i pazienti in terapia. Ma ciò serviva all'esplicito scopo di mettere i pazienti a proprio agio perché potessero essere totalmente onesti e non sminuissero i propri problemi. Ciò incoraggiava l'autoriflessione e permetteva ai pazienti di esplorare sentimenti e desideri solitamente tenuti lontani da sé, e persino impulsi vergognosi e antisociali. Permetteva loro – e questo era il colpo da maestro – anche di scoprire la propria coscienza inconscia, con i suoi giudizi e la stessa aspra autocritica dei propri fallimenti, oltre al senso di colpa inconscio che spesso nascondevano a se stessi ma che in molti casi era alla base della loro bassa autostima, della depressione e dell'ansia. Se non altro, Freud dimostrò che tutti sono più immorali e più morali di quanto ne si abbia consapevolezza. Questo tipo di assenza di giudizio, in terapia, è una tecnica o una strategia potente e liberatoria, un atteggiamento ideale per capire meglio se stessi. Ma Freud non ha mai sostenuto, come fa chi vuole che tutta la cultura diventi un'enorme sessione di terapia di gruppo, che si possa vivere la propria intera vita senza mai giudicare, o in assenza di una moralità. A dire la verità, nel testo *Il disagio della civiltà*, egli sostiene che la civiltà nasce solo in presenza di regole e moralità.

INTRODUZIONE

Questo libro ha allo stesso tempo una storia breve e una storia lunga. Iniziamo dalla storia breve.

Nel 2012 cominciai a collaborare alla redazione del sito internet Quora. Su quelle pagine chiunque può postare una domanda, di qualsiasi genere, e tutti possono rispondere. Gli utenti danno un voto positivo alle risposte che ritengono valide e un voto negativo alle altre. Così, le risposte più utili sono messe in evidenza, mentre le altre passano in secondo piano. Il sito m’incoraggiava e ne apprezzavo la gratuità. Molte discussioni erano coinvolgenti ed era interessante conoscere il variegato ventaglio di opinioni che la stessa domanda era in grado di suscitare.

Spesso, non appena facevo una pausa o rimandavo il momento in cui avrei cominciato a lavorare, visitavo il sito di Quora in cerca di domande da cui lasciarmi appassionare. M’interrogavo profondamente e alla fine davo una risposta a domande del tipo: “Qual è la differenza tra una persona felice e una soddisfatta?”, “Quali cose migliorano con la maturità?” o “Che cos’è che dà significato alla vita?”.

Dal sito puoi vedere quante persone hanno letto la tua risposta e quanti voti positivi hai ricevuto. Di conseguenza, capisci qual è la tua visibilità e che cosa le persone pensano delle tue idee. Solo una ristretta minoranza di lettori dà un voto positivo. La mia risposta alla domanda: “Che cos’è che dà significato alla vita?”, a cinque anni dalla pubblicazione, era stata letta da un numero relativamente ridotto di persone (quattordicimila visite e

centotrentatré voti positivi), mentre dei settemiladuecento utenti che avevano guardato quanto ho scritto in riferimento alla domanda sull'età, trentasei hanno espresso voto positivo. Non proprio un risultato memorabile. Però c'era da aspettarselo. Su siti di questo tipo la maggior parte delle risposte riceve uno scarso riscontro, mentre una piccolissima parte diventa sproporzionalmente popolare.

Poco dopo, risposi a un'altra domanda: "Quali sono le cose più importanti che tutti dovrebbero sapere?". Scrissi un elenco di regole o massime: alcune serissime, altre ironiche come "Sii grato nonostante la sofferenza", "Non fare cose che odi", "Non nasconderti dietro un dito" e così via. Gli utenti di Quora sembrarono gradire la lista, che ottenne molti commenti e condivisioni. Scrivevano commenti come: "Stampo sicuramente la lista per usarla come punto di riferimento. È fenomenale" e "Hai ottenuto il massimo, Quora. Adesso puoi anche chiudere il sito". Gli studenti dell'Università di Toronto in cui inseguo vennero a dirmi quanto l'apprezzavano.

Ad oggi, la mia risposta alla domanda sulle cose più importanti è stata visualizzata da centoventimila persone e votata da duemilatrecento. Solo qualche centinaio delle circa seicentomila domande poste su Quora ha superato la barriera dei duemila voti positivi. Le mie riflessioni, scaturite dai momenti di procrastinazione, avevano toccato un nervo scoperto. La mia risposta aveva raggiunto un gradimento quasi assoluto.

Non pensavo, nel comporre l'elenco di regole per la vita, che avrei raggiunto quel risultato. Mi ero dedicato con molta attenzione alle circa sessanta risposte che avevo pubblicato nei mesi in cui era apparso quel post. Quora, però, fornisce del materiale eccellente per una ricerca di mercato. Gli autori delle risposte sono anonimi: sono disinteressati, nel senso migliore del termine. Le opinioni sono spontanee e imparziali. Perciò ho riflettuto sui risultati e sulle ragioni dell'incredibile successo di quella risposta. Forse, nel momento in cui ho scritto le regole, ho trovato il giusto equilibrio tra il familiare e l'insolito. Magari le persone sono rimaste colpite dal sistema di valori che quelle regole implicano. Forse, semplicemente, alle persone piacciono le liste.

Qualche mese prima avevo ricevuto un'email da un'agente letteraria che mi aveva sentito parlare in una trasmissione radiofonica della CBC intitolata "Just Say No to Happiness" [Felicità? No, grazie]. In quell'intervista avevo criticato l'idea che la felicità fosse l'obiettivo

principale della vita. Negli anni avevo letto molti libri sulla storia del ventesimo secolo, che parlavano, in particolare, della Germania nazista e dell'Unione Sovietica. Alexander Solženicyn, il grande storiografo che documentò gli orrori dei gulag, i campi di lavoro sovietici, una volta scrisse che la “patetica ideologia” secondo la quale “gli esseri umani sono nati per essere felici” è un’ideologia che viene “annullata dal primo colpo di randello assestato dal capo del campo di prigonia”.¹ In una crisi, l’inevitabile sofferenza che la vita comporta mostra rapidamente quanto sia ridicola l’idea che la felicità sia l’obiettivo dell’individuo. In quella trasmissione radiofonica suggerii, invece, che fosse necessaria una visione meno semplicistica. Notai che questo tipo di visione era continuamente riproposto dalle grandi storie del passato e che riguardava la crescita di quei personaggi che si confrontavano con la sofferenza, piuttosto che con la felicità. Ciò fa parte della lunga storia che precede il libro.

Dal 1985 al 1999 ho lavorato per circa tre ore al giorno all’unico altro libro che abbia mai pubblicato, *Maps of Meaning*. In quel periodo e negli anni successivi, tenni anche un corso incentrato sugli argomenti del libro, prima ad Harvard e poi all’Università di Toronto. Nel 2013, considerato l’aumento di popolarità di YouTube e il gradimento riscosso da alcuni miei interventi alla TVO, un’emittente televisiva pubblica canadese, decisi di riprendere le lezioni che stavo tenendo all’università e di metterle online. I video richiamarono un pubblico sempre più ampio, superando nell’aprile del 2016 il milione di visualizzazioni. Da allora il numero di accessi è cresciuto moltissimo e attualmente è di diciotto milioni, ma ciò in parte si deve al fatto che sono rimasto invischiato in una controversia politica che ha suscitato un’attenzione straordinaria.

Questa però è un’altra storia, e forse un altro libro.

In una pubblicazione precedente affermavo che i grandi miti e le storie religiose del passato, e in particolare quelli che traevano origine da un’antica tradizione orale, avevano un intento più morale che descrittivo. Di conseguenza, non s’interrogavano su quale fosse la natura del mondo, come farebbe uno scienziato, ma indagavano quale dovesse essere il giusto comportamento negli uomini. Suggerivo che i nostri antenati si raffigurassero il mondo come un palcoscenico – una rappresentazione teatrale – invece che come un luogo formato da entità fisiche. Descrevevo come fossi arrivato a pensare che gli elementi costitutivi del mondo in quanto rappresentazione erano l’ordine e il caos, e non gli oggetti materiali.

L'ordine si presenta quando le persone intorno a noi agiscono in accordo con norme sociali ben recepite e in maniera prevedibile e cooperativa. È il mondo della struttura sociale, del territorio noto e della familiarità. Lo stato di ordine è visto, a livello simbolico e immaginativo, come tipico della mascolinità. È il re saggio e il tiranno, per sempre legati tra loro, perché la società è al tempo stesso struttura e oppressione.

Il caos, invece, si presenta dove, o quando, accade qualcosa di inaspettato. Il caos emerge, banalmente, quando durante una festa in compagnia di persone che pensi di conoscere fai una battuta che crea gelo, silenzio e imbarazzo tra i presenti. Il caos è ciò che emerge catastroficamente quando all'improvviso ti ritrovi senza lavoro o tradito dalla persona che ami. In quanto antitesi all'ordine che simbolicamente è maschile, il caos è legato tradizionalmente all'universo femminile. È il nuovo e l'imprevedibile che all'improvviso emerge nel bel mezzo del familiare e dell'ordinario. È creazione e distruzione, sorgente di cose nuove e destinazione finale, proprio come la natura, in quanto opposta alla cultura, è contemporaneamente nascita e morte.

L'ordine e il caos sono lo yin e lo yang del famoso simbolo taoista: i due serpenti uniti tra loro.* L'ordine è il bianco serpente maschile; il caos è la controparte femminile nera. Il punto nero nella zona bianca e il bianco nel nero indicano la possibilità di trasformazione: proprio quando la situazione sembra sicura può profilarsi l'ignoto, inaspettato e travolgente. D'altro canto, proprio quando tutto sembra perduto, un nuovo ordine può sorgere dalla catastrofe e dal caos.

Per i taoisti il significato è da ricercare lungo la linea di contatto della coppia per sempre intrecciata. Camminare lungo quella linea significa percorrere il cammino della vita, la via divina.

Ed è molto più interessante della felicità.

L'agente letteraria di cui ho parlato ascoltò la trasmissione radiofonica in cui affrontavo tali argomenti. E si ritrovò a interrogarsi molto profondamente. M'invio quindi un'email domandandomi se avessi mai preso in considerazione di scrivere un libro per il grande pubblico. In precedenza avevo cercato di scrivere una versione semplificata di *Maps of Meaning*, che è molto denso. Ma non ero nello spirito giusto e risultò evidente dal libro che ne venne fuori. Credo che accadesse perché cercavo di scimmiettare me stesso e ciò che avevo scritto in precedenza, invece di camminare sulla linea di confine tra ordine e caos e fare qualcosa di nuovo.

Suggerii all’agente di guardare quattro lezioni che avevo registrato per il programma televisivo “Big Ideas” [Grandi idee] e pubblicato sul mio canale YouTube. Pensai che, se l’avesse fatto, avremmo potuto parlare in maniera più puntuale e approfondita degli argomenti da poter inserire in un libro ideato per un pubblico più ampio.

Mi contattò qualche settimana più tardi, dopo aver preso visione delle quattro lezioni e averne parlato con un collega. L’interesse per l’argomento era cresciuto ancora, così come la volontà di portare avanti il progetto. Tutto ciò era promettente e inaspettato. Mi sorprendo sempre quando le persone rispondono positivamente alle mie parole, data la gravità e la particolarità degli argomenti che affronto. Mi stupisce di aver potuto insegnare queste materie, ed essere stato addirittura incoraggiato a farlo, prima a Boston e adesso a Toronto. Ho sempre pensato che, se avessero capito davvero che cosa stavo insegnando, sarebbero andati su tutte le furie. Deciderai da te quanto abbia ragione di preoccuparmi, dopo che avrai letto il libro. L’agente letteraria suggerì che scrivessi una sorta di guida a ciò di cui una persona ha bisogno per “vivere bene”, qualunque cosa questo significhi. Pensai subito alla lista che avevo pubblicato su Quora. Nel frattempo avevo scritto qualche altra riflessione sulle regole. In molti avevano risposto positivamente anche alle nuove idee. Mi sembrò quindi che ci fosse una piacevole corrispondenza tra la lista di Quora e le idee della mia nuova agente. Così le inviai la lista, e le piacque.

Più o meno nello stesso momento, un amico e mio vecchio studente, il romanziere e sceneggiatore Gregg Hurwitz, stava pensando a un nuovo libro che sarebbe diventato il thriller bestseller *Orphan X*. Anche a lui piacevano quelle regole. Nel libro, Mia, la protagonista femminile, ne seleziona alcune e le trascrive su foglietti che appiccica al frigorifero di volta in volta nei momenti della storia in cui sembrano più appropriate. Ecco un’altra prova a sostegno del fatto che fossero interessanti. Suggerii all’agente che avrei potuto scrivere un breve capitolo per ciascuna regola. Lei fu d’accordo, così stilai una proposta editoriale. Nel momento in cui cominciai a scrivere, i capitoli non si rivelarono per nulla brevi. Su ogni regola avevo da dire molto più di quanto avessi immaginato.

In parte si spiegava con il fatto che, per il mio primo libro, avevo dedicato molto tempo alle ricerche, studiando storia, mitologia, neuroscienze, psicoanalisi, psicologia infantile, poesia e ampi estratti della Bibbia. Lessi e forse riuscii anche a comprendere gran parte del *Paradiso*

perduto di Milton, del *Faust* di Goethe e dell'*Inferno* di Dante. Integrai tutte le letture, nel bene e nel male, nel tentativo di risolvere un problema che mi lasciava perplesso: la ragione o le ragioni dello stallo nucleare della Guerra fredda. Non riuscivo a capire perché i sistemi di ideali fossero tanto importanti per l'umanità da portare al rischio di distruggere il Pianeta pur di difenderli. Arrivai alla conclusione che i sistemi di credenze condivisi permettono alle persone di comprendersi a vicenda, andando al di là della sfera delle idee.

Le persone che adottano uno stesso codice sono prevedibili le une per le altre. Agiscono in linea con le aspettative e i desideri dell'altro. Possono cooperare e persino competere pacificamente, perché ognuno sa che cosa aspettarsi dagli altri. Un sistema di credenze condiviso, in parte accettato psicologicamente, in parte agito, semplifica le persone, ai loro stessi occhi e agli occhi degli altri. Le credenze condivise semplificano anche il mondo, perché le persone che sanno cosa aspettarsi dall'altro possono collaborare per tenere il mondo sotto controllo. Forse non c'è nulla di più importante che mantenere l'organizzazione, la semplificazione. Se viene minacciata, la grande nave dello Stato è in balia delle tempeste.

Non è che le persone combattano per ciò in cui credono. Combattono, invece, per mantenere la corrispondenza tra ciò in cui credono, ciò che si aspettano e ciò che desiderano. Combattono per mantenere la corrispondenza tra ciò che si aspettano e il comportamento degli altri. È esattamente il mantenimento di questa corrispondenza a permettere che tutti vivano insieme pacificamente, prevedibilmente e produttivamente. Riduce l'incertezza e la combinazione caotica delle emozioni intollerabili che l'incertezza inevitabilmente produce.

Immagina qualcuno che venga tradito da una persona che ama e di cui si fida. Il sacro contratto sociale stipulato tra i due è stato violato. Gli atti dicono più delle parole, e un atto di tradimento mina quella pace fragile e tanto minuziosamente negoziata su cui si basa ogni relazione di coppia. In seguito a un atto sleale le persone sperimentano emozioni terribili: disgusto, disprezzo per sé e per il traditore, colpa, ansia, rabbia e timore. Il conflitto è inevitabile e porta talvolta a conseguenze mortali. I sistemi di credenze condivisi, insiemi di condotte e aspettative concordate, regolano e controllano tutte le forze potenti. Non c'è da meravigliarsi che le persone combattano per proteggere qualcosa che le salva dal cadere preda di

emozioni confuse e del terrore e anche dal degenerare nel conflitto e nella lotta.

Ma c'è di più. Un sistema culturale condiviso stabilizza l'interazione umana ed è anche un sistema di valori, una scala in cui ad alcune cose sono assegnate una priorità e un'importanza che altre non hanno. In assenza di un tale sistema di valori, le persone semplicemente non sono in grado di agire. A dire la verità, non possono nemmeno percepire, perché sia l'azione sia la percezione richiedono un obiettivo, e un obiettivo valido è, per necessità, qualcosa cui attribuiamo valore. Gran parte delle nostre emozioni positive è associata ai nostri obiettivi. Non siamo felici, tecnicamente parlando, se non vediamo un progresso in noi, e la semplice idea di progresso implica l'attribuzione di valori. Ancora peggio è che il significato della vita a cui non viene dato un valore positivo non è neutrale. Dal momento che siamo vulnerabili e mortali, il dolore e l'ansia sono parte integrante dell'esistenza umana. Dobbiamo avere qualcosa da contrapporre alla sofferenza che è intrinseca all'Essere.* Ci deve essere un significato intrinseco, collegato a un profondo sistema di valori, se non vogliamo che l'orrore dell'esistenza prenda rapidamente il sopravvento. Il nichilismo ci chiama, con la sua disperazione e la sua angoscia.

Pertanto, senza valori, non c'è significato. I sistemi di valori, però, possono entrare in conflitto. Siamo quindi eternamente sospesi tra la roccia più adamantina e i luoghi più terribili: la perdita di una visione condivisa dal gruppo rende la vita caotica, triste, intollerabile. Una visione condivisa dal gruppo rende però il conflitto con altri gruppi inevitabile. In occidente, stiamo abbandonando le culture incentrate sulla tradizione, sulla religione e perfino sulla nazionalità, in parte per ridurre il pericolo di un conflitto tra gruppi. Ma stiamo cadendo, sempre più, in preda alla disperazione dell'assenza di significato, e non è affatto un miglioramento.

Mentre scrivevo *Maps of Meaning*, ero motivato anche dalla consapevolezza che non possiamo più permetterci un conflitto, certamente non sulla scala delle conflagrazioni mondiali che hanno caratterizzato il XX secolo. Le nostre tecnologie di distruzione sono diventate troppo potenti. Le potenziali conseguenze di una guerra sono letteralmente apocalittiche. Ma non possiamo nemmeno semplicemente rinunciare ai nostri sistemi di valori, alle nostre convinzioni, alle nostre culture. Per mesi mi sono angustiato su questo problema apparentemente irrisolvibile. C'era una terza via, che non vedevo? In quel periodo, una notte sognai di ritrovarmi

sospeso a mezz'aria aggrappato a un lampadario, a diversi piani da terra, proprio sotto la cupola imponente di una cattedrale. Le persone al piano inferiore erano distanti e minuscole. C'era un'enorme distanza tra me e le pareti, e anche rispetto alla cima della cupola.

Ho imparato a prestare attenzione ai sogni, anche per via della mia formazione come psicologo clinico. I sogni fanno luce sui luoghi oscuri in cui la ragione stessa deve ancora viaggiare. Ho studiato un po' anche il cristianesimo (più di altre tradizioni religiose, anche se cerco sempre di colmare le lacune). Come le altre persone, quindi, devo attingere più da ciò che conosco che da ciò che ignoro, e così faccio. Sapevo che le cattedrali erano costruite con pianta a croce, e che quel punto sotto la cupola era il centro della croce. Sapevo che la croce era, al tempo stesso, il punto di maggiore sofferenza, il punto di morte e trasformazione, e il centro simbolico del mondo. Mi sarei voluto trovare da un'altra parte. Poi riuscii a scendere, staccandomi dal cielo simbolico, per tornare a un terreno sicuro, familiare e neutro. Non so come. Quindi, sempre nel sogno, tornai nella mia stanza e nel mio letto e cercai di riconquistare il sonno e la pace dell'incoscienza. Mentre mi rilassavo, tuttavia, sentivo come se il mio corpo venisse trasportato da qualche parte. Un grande vento mi stava dissolvendo, per riportarmi di nuovo alla cattedrale e rimettermi ancora in quel punto centrale. Non c'era via di fuga. Fu un vero incubo. M'imposi di svegliarmi. Le tende dietro di me si muovevano per il vento, fino a coprire i cuscini. Mezzo addormentato, guardai ai piedi del letto e vidi il portale della cattedrale. Mi svegliai completamente e tutto scomparve.

Quel sogno mi aveva portato al centro dell'Essere, dove non c'era via di scampo. Mi ci vollero mesi per capirne il significato. Durante questo periodo, compresi meglio e più a fondo ciò su cui le grandi storie del passato insistono continuamente: al centro c'è l'individuo. Il centro è contrassegnato dalla croce, perché la X segna il punto. La vita al centro della croce è sofferenza e trasformazione, e questo fatto, in particolare, deve essere accettato. È possibile trascendere l'aderenza servile al gruppo e alle sue dottrine e, contemporaneamente, evitare le insidie dell'estremo opposto, il nichilismo. È possibile trovare un significato bastevole nella coscienza e nell'esperienza individuali.

Come era possibile liberare il mondo dal terribile dilemma del conflitto, da un lato, e dalla dissoluzione psicologica e sociale, dall'altro? Ecco la risposta: attraverso l'elevazione e la crescita dell'individuo, e attraverso la

volontà di ognuno di portare sulle proprie spalle il fardello dell’Essere e di intraprendere il cammino dell’eroe. Ognuno di noi deve assumersi quanta più responsabilità possibile nella propria vita individuale, nella società e rispetto al mondo. Tutti noi dobbiamo dire la verità, riparare ciò che è in rovina e abbattere e ricreare ciò che è vecchio e obsoleto. Così possiamo e dobbiamo ridurre la sofferenza che avvelena il mondo. È una richiesta impegnativa. È una richiesta di impegno totale. Ma l’alternativa, ovvero l’orrore della fedeltà alle convinzioni imposta dall’autorità, il caos dello Stato al collasso, la tragica catastrofe del mondo naturale senza freni, l’angoscia esistenziale e la debolezza dell’individuo privo di scopo, è chiaramente peggiore.

Ho riflettuto e tenuto conferenze su queste idee per decenni. Ho raccolto un grande *corpus* di storie e di concetti. Non ho preteso però nemmeno per un istante di essere del tutto corretto o esauriente nel mio pensiero. L’Essere è molto più complesso della conoscenza che una persona può mai raggiungere, e io non conosco tutta la storia. Sto semplicemente offrendo il meglio che posso.

In ogni caso, il risultato di tutta quella ricerca e di quelle riflessioni furono i nuovi saggi che alla fine presero forma in questo libro. La mia idea iniziale era di scrivere un breve saggio su tutte le quaranta risposte che avevo postato su Quora. La proposta fu accettata dalla filiale canadese della casa editrice Penguin Random House. Mentre scrivevo, però, decisi di ridurre il numero dei saggi a venticinque e poi a sedici e, infine, agli attuali dodici. Negli ultimi tre anni mi sono occupato dell’editing del testo, con l’aiuto del mio editor e grazie alle critiche taglienti e orribilmente accurate di Gregg Hurwitz, l’amico scrittore di cui ho parlato prima.

Mi ci è voluto molto tempo per scegliere il titolo: *12 regole per la vita: un antidoto al caos*. Perché questo titolo si è imposto su tutti gli altri? Innanzitutto, per la semplicità. Indica chiaramente che le persone hanno bisogno di principi per dare un ordine, per non cadere nel caos. Abbiamo bisogno di regole, standard, valori, come individui e come collettività. Siamo animali da soma, bestie da soma. Dobbiamo portare su di noi un carico per giustificare la nostra miserabile esistenza. Abbiamo bisogno di routine e di tradizioni. Questo è ordine. L’ordine può diventare eccessivo e non va bene, ma il caos rischia di sommerci e farci annegare, e non va altrettanto bene. Abbiamo bisogno di rimanere su un sentiero diritto e stretto. Ognuna delle dodici regole, insieme al saggio che l’accompagna,

fornisce quindi una guida per portarci là, sulla linea di confine tra ordine e caos. È lungo quella linea che siamo sufficientemente stabili, esploriamo a sufficienza, trasformiamo a sufficienza, aggiustiamo a sufficienza e cooperiamo a sufficienza. È là che troviamo il significato che giustifica la vita e la sua inevitabile sofferenza. Forse, se vivessimo nella maniera giusta, saremmo in grado di tollerare il peso della nostra stessa autocoscienza. Forse, se vivessimo adeguatamente, potremmo sopportare la consapevolezza della nostra fragilità e mortalità, senza la sensazione di essere vittime sofferenti che sfocia innanzitutto nel risentimento, poi nell'invidia, infine nel desiderio di vendetta e distruzione. Forse, se vivessimo correttamente, non dovremmo rivolgerci alla certezza totalitaria per proteggerci dalla consapevolezza della nostra stessa mancanza e ignoranza. Forse potremmo evitare di arrivare fino all'inferno; e abbiamo visto, nel terribile XX secolo, quanto l'inferno possa essere reale.

Spero che le regole e i saggi di accompagnamento aiutino le persone a capire quello che già sanno: l'anima dell'individuo brama eternamente l'eroismo dell'Essere autentico e la volontà di assumersi questa responsabilità corrisponde alla scelta di vivere una vita ricca di significato.

Se ognuno di noi vivesse nella maniera giusta e appropriata, prospereremmo collettivamente.

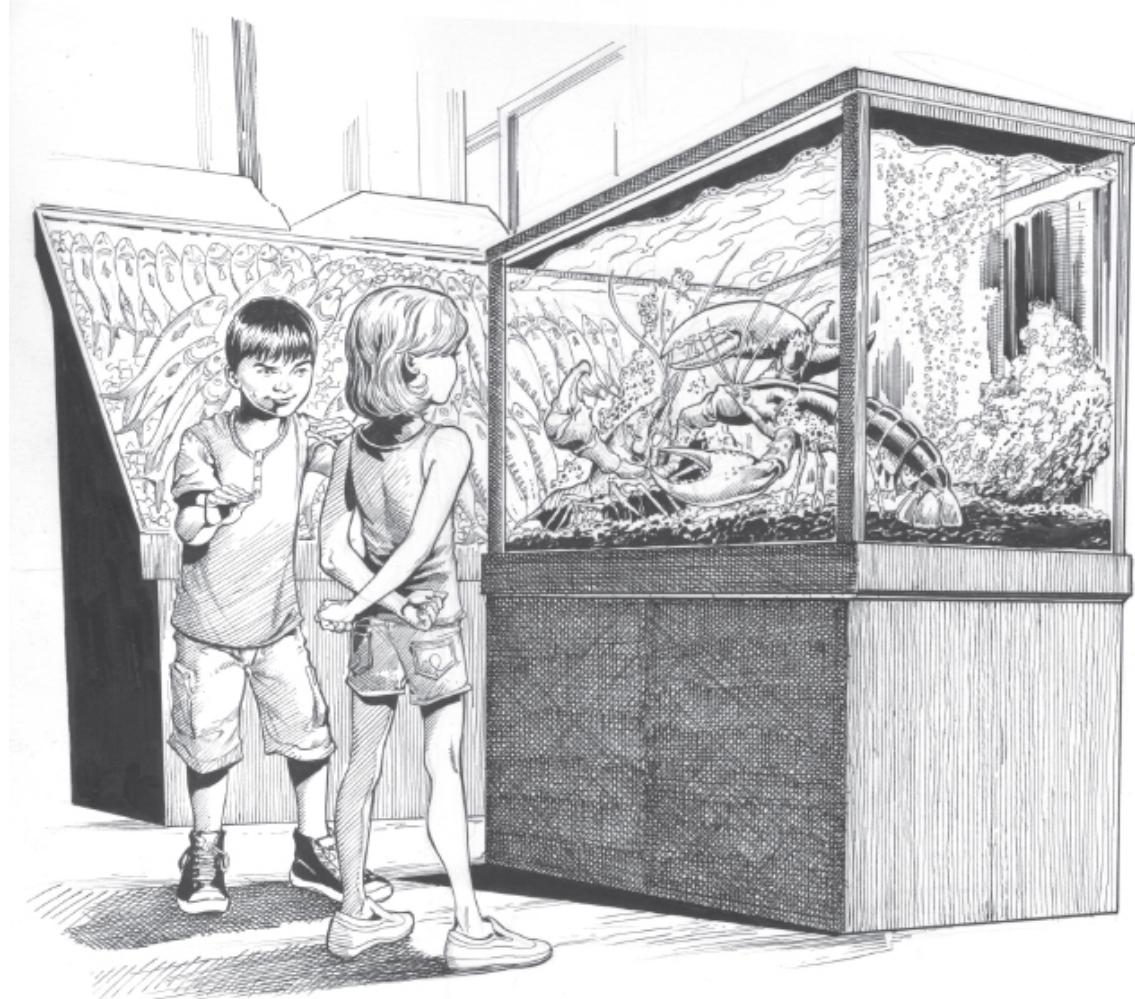
I migliori auguri a tutti voi, mentre procedete nella lettura di queste pagine.

Dottor Jordan B. Peterson
Psicologo clinico e professore di psicologia

* Il simbolo dello yin e dello yang è la seconda parte del più ampio *taijitu*, che si compone di cinque aspetti. È un diagramma che rappresenta sia l'originaria unità assoluta sia la sua suddivisione nella molteplicità del mondo fisico. L'argomento è affrontato in dettaglio, più avanti, nella [Regola 2](#), e in altri passi del libro.

* Uso il termine “Essere” (con iniziale maiuscola) in parte perché risento delle idee del filosofo tedesco del XX secolo Martin Heidegger. Heidegger cercò di operare una distinzione tra la realtà, concepita oggettivamente e la totalità dell'esperienza umana (ossia l’“Essere”). L'Essere è ciò che ognuno di noi esperisce soggettivamente, personalmente e individualmente, oltre a essere ciò che sperimentiamo nell'incontro con gli altri. In questa prospettiva, include emozioni, motivazioni, sogni, visioni e rivelazioni, oltre ai nostri pensieri e percezioni. L'Essere, infine, è qualcosa che è portato a esistere tramite l'azione: pertanto la sua natura è in conseguenza delle nostre decisioni e delle nostre

scelte; prende forma dal nostro ipoteticamente libero arbitrio. L'Essere è 1) non facilmente né direttamente riducibile al materiale e all'oggettivo e 2) qualcosa che sicuramente richiede un proprio termine, che Heidegger per decenni cercò di definire.



REGOLA 1

STAI DIRITTO, CON LE SPALLE BENE INDIETRO

LE ARAGOSTE E IL TERRITORIO

Se sei come la maggior parte delle persone, difficilmente ti capiterà di pensare alle aragoste² a meno che tu non ne stia gustando una al ristorante. Questi crostacei, interessanti e deliziosi, meritano però una certa considerazione. Hanno un sistema nervoso relativamente semplice, con neuroni – le cellule magiche del cervello – grandi e facilmente osservabili. Grazie a tale caratteristica, gli scienziati sono stati in grado di mappare i circuiti neurali delle aragoste con grande accuratezza. Ciò ci ha aiutato a capire la struttura, la funzionalità cerebrale e il comportamento di animali più complessi, esseri umani compresi. Le aragoste hanno in comune con te più di quanto tu possa pensare.

Le aragoste vivono sul fondo dell’oceano. Hanno bisogno di avere una base proprio laggiù, un territorio entro i cui confini cacciare la preda e rovistare in cerca di bocconi e frammenti commestibili provenienti dal remoto mondo della superficie, da quel caos senza tregua che incombe su di loro. Cercano un posto sicuro, dove la caccia e la raccolta siano proficue. Cercano una casa.

Ciò può costituire un problema, dal momento che ci sono molte aragoste. E se due di loro occupassero lo stesso territorio, in fondo all'oceano, nello stesso momento, ed entrambe decidessero di vivere lì? E se ci fossero centinaia di aragoste che cercano di guadagnarsi da vivere e crescere una famiglia nello stesso affollato tratto di sabbia e detriti?

Anche altri animali hanno lo stesso problema. Quando i passeri arrivano al Nord, in primavera, per esempio, s'impegnano in feroci contese territoriali. Le canzoni che cantano, così pacifiche e gradevoli per le orecchie umane, sono canti di sirena e grida di dominio. Un uccello dalle splendide capacità canore è un piccolo guerriero che proclama la propria sovranità. Prendi lo scricciolo, per esempio: un piccolo e vivace passero insettivoro comune nel Nord America. Uno scricciolo appena arrivato cerca un posto riparato per costruire un nido, al sicuro dal vento e dalla pioggia. Lo vuole vicino al cibo e che sia attraente per le potenziali compagne. Vuole anche persuadere chi compete con lui per quello spazio a mantenere le distanze.

Gli uccelli e il territorio

Quando avevo dieci anni, mio padre e io costruimmo una casa per una famiglia di scriccioli. Sembrava un carro Conestoga, come quelli che percorrevano le praterie americane, e aveva un ingresso anteriore del diametro di un quarto di dollaro. Ciò lo rendeva una buona casa per gli scriccioli, che sono piccoli, e impediva l'ingresso ad altri uccelli più grandi. Anche la mia vicina di casa, maggiore di me, aveva una casetta per gli uccelli, che avevamo costruito ricavandola da un vecchio stivale in gomma. C'era un'apertura abbastanza ampia da consentire l'ingresso di un uccellino delle dimensioni di un pettirosso. La mia vicina non vedeva l'ora che qualche volatile l'abitasse.

Ben presto uno scricciolo scoprì la nostra casetta per uccelli e vi si accomodò. All'inizio della primavera potevamo sentirlo ripetere, più e più volte, il lungo e cantilenante cinguettio. Una volta che ebbe costruito il nido, però, il nostro nuovo inquilino iniziò a trasportare rametti fino al vicino stivale. Lo riempì al punto che nessun altro uccello, grande o piccolo, sarebbe mai potuto entrarci. La nostra vicina non fu contenta di questo attacco preventivo, ma non ci fu nulla da fare al riguardo. "Se lo prendiamo" disse mio padre, "lo ripuliamo e lo rimettiamo sull'albero, lo

scricciolo lo riempirà nuovamente di rametti.” Gli scriccioli sono piccoli e carini, ma senza pietà.

L’inverno precedente mi ero rotto una gamba sciando – era la prima volta che scendevo la collina – e avevo ricevuto del denaro da una polizza assicurativa scolastica, pensata per ricompensare i bambini sfortunati e goffi.

Con il premio della polizza acquistai un registratore a cassette, una novità high-tech all’epoca. Mio padre mi suggerì di sedermi sul prato dietro casa, registrare il cinguettio dello scricciolo, riprodurlo e stare a guardare cosa sarebbe successo. Così, uscii nella luce del sole primaverile e registrai alcuni minuti del verso con cui la bestiola che rivendicava furiosamente il proprio territorio. Poi gli feci sentire la sua voce. Quell’uccellino, grande un terzo delle dimensioni di un passero, cominciò a lanciarsi in picchiata su di me e sul mio registratore, su e giù, a pochi centimetri dalle casse. Avevamo assistito spesso a quel tipo di comportamento, anche in assenza dell’apparecchio. C’erano buone probabilità che, se un uccello più grande avesse mai osato posarsi su uno degli alberi vicino alla nostra casetta per gli uccelli, sarebbe stato disarcionato dal trespolo da uno scricciolo kamikaze.

Ora, gli scriccioli e le aragoste sono molto diversi. Le aragoste non volano, non cantano né si posano sugli alberi. Gli scriccioli hanno piume, non rigide corazze. Gli scriccioli non sono in grado di respirare sott’acqua e raramente vengono serviti al ristorante accompagnati da burro. Le due specie hanno, però, anche somiglianze importanti. Per esempio, entrambe sono ossessionate dallo status e dalla posizione sociale, come molti animali di grandi dimensioni. Lo zoologo norvegese e studioso di psicologia comparata Thorleif Schjelderup-Ebbe osservò che anche i comuni polli da cortile stabiliscono un “ordine di dominanza”.³

L’individuazione dei ruoli sociali nel mondo dei polli ha implicazioni importanti per la sopravvivenza di ogni singolo esemplare, in particolare in tempi di carestia. Gli individui che hanno sempre accesso prioritario al cibo che viene gettato nel cortile al mattino sono i polli VIP. Dopo di loro arrivano le riserve, poi i parassiti sociali e infine i falliti. Quindi è il turno dei polli da strapazzo e così via, fino ai disgraziati, sporchi, mezzi spiumati e pieni di beccate, che occupano lo strato più basso e intoccabile nella gerarchia avicola.

I polli, come gli abitanti delle periferie, vivono in comunità. I passeri, come gli scriccioli, non lo fanno, ma adottano un’organizzazione

gerarchica. Se ampliano il loro territorio, gli esemplari più astuti, più forti, più sani e più fortunati occupano il territorio principale e lo difendono. Per questo motivo è più facile che attraggano compagne valide e generino pulcini destinati a sopravvivere e prosperare. La protezione dal vento, dalla pioggia e dai predatori, oltre a un facile accesso a cibo di qualità superiore, rende l'esistenza molto meno stressante. Il territorio è importante e i diritti territoriali corrispondono allo status sociale. Spesso è una questione di vita o di morte.

Se una malattia aviaria contagiosa colpisce una popolazione di passeri organizzati secondo stratificazione sociale, sono gli esemplari più subordinati, affaticati e che occupano i gradini più bassi ad avere maggiori probabilità di ammalarsi e morire.⁴ Ed è altrettanto vero per le popolazioni umane, quando si diffondono i virus dell'influenza aviaria e altre malattie. I poveri e le persone più stressate muoiono sempre per primi e in numero maggiore. Sono anche molto più soggetti alle malattie non infettive, come cancro, diabete e disturbi cardiaci. Quando l'aristocrazia prende il raffreddore, come si dice, la classe operaia muore di polmonite.

Dal momento che il territorio è importante e i posti buoni sono sempre scarsi, la sua conquista porta a conflitti tra gli animali. Il conflitto, a propria volta, genera un altro problema: come vincere o perdere senza che le parti in competizione paghino un costo eccessivo. L'ultimo punto è particolarmente importante. Immagina che due uccelli si trovino in conflitto per una zona di nidificazione che entrambi desiderano. L'interazione può facilmente degenerare in aperto scontro fisico. In simili circostanze, uno dei due, di solito il più grande, alla fine vincerà, ma anche il vincitore potrebbe rimanere ferito nel combattimento. Ciò significa che un terzo uccello, che ha assistito astutamente al combattimento senza rimanerne ferito, può entrare opportunisticamente nella lotta e sconfiggere il vincitore ormai in difficoltà. Non è di certo un buon affare per i primi due.

Il conflitto e il territorio

Nel corso dei millenni, gli animali costretti a condividere il loro territorio con altri individui hanno quindi imparato molti trucchi per stabilire il proprio dominio e per limitare al contempo i danni. Un lupo sconfitto, per esempio, rotolerà sulla schiena, esponendo la gola al vincitore, che non si degnerà di dilaniarla. Il lupo ora dominante può ancora aver bisogno di un compagno di caccia, persino di uno patetico come il nemico sconfitto. Le

pogone, lucertole con una notevole organizzazione sociale, agitano pacificamente le zampe anteriori per indicare il loro desiderio di armonia sociale. I delfini producono impulsi sonori specifici durante la caccia e in altri momenti di grande eccitazione, per ridurre il potenziale conflitto tra i membri dominanti e quelli subordinati del gruppo. Questo comportamento è endemico nella comunità globale dei viventi.

Le aragoste che scorrazzano sul fondo dell'oceano non fanno eccezione.⁵ Se ne catturi qualche decina e le trasporti altrove, puoi osservare i loro rituali e le loro tecniche di acquisizione dello status sociale. Ogni aragosta inizierà a esplorare il nuovo territorio, in parte per mapparne i dettagli e in parte per trovare un buon riparo. Le aragoste imparano molto sul luogo in cui vivono e ricordano ciò che imparano. Se ne spaventi una che è in prossimità della tana, tornerà rapidamente indietro e si nasconderà lì. Se la spaventi quando si trova a una certa distanza, tuttavia, immediatamente sfreccerà verso il rifugio migliore presente nelle vicinanze, che in precedenza aveva individuato e ora ricorda.

Un'aragosta ha bisogno di un nascondiglio sicuro dove riposare al sicuro dai predatori e dalle forze della natura, specie durante la crescita quando, durante la muta, si libera della corazza, restando vulnerabile per lunghi periodi di tempo. Una tana sotto una roccia può rappresentare una buona casa, in particolare se si trova in prossimità di conchiglie e altri detriti che potrà trascinare per coprire l'ingresso una volta che si sarà comodamente posizionata all'interno. È possibile, però, che ci sia solo un ristretto numero di rifugi o di nascondigli di buona qualità in ogni nuovo territorio. Sono scarsi e preziosi. Le altre aragoste ne sono sempre in cerca.

Ciò significa che questi crostacei s'incontrano spesso mentre sono in esplorazione. I ricercatori hanno dimostrato che anche un'aragosta cresciuta in isolamento sa cosa fare quando accade qualcosa del genere.⁶ Assume comportamenti difensivi e aggressivi complessi che sono registrati nel suo sistema nervoso. Comincia a danzare intorno al nemico come un pugile, aprendo e sollevando le chele, spostandosi all'indietro e poi in avanti e da un lato all'altro, imitando le mosse dell'avversario, sempre agitando le tenaglie aperte. Allo stesso tempo, dalla zona sotto gli occhi emette zampilli di liquido verso l'antagonista. Il liquido contiene un mix di sostanze chimiche che indicano all'altra aragosta quali sono le dimensioni, il sesso, la salute e l'umore del nemico.

A volte un’aragosta può capire immediatamente, dalle dimensioni delle chele, di essere molto più piccola del proprio avversario, allora si ritira senza combattere. Le informazioni chimiche scambiate attraverso il liquido possono avere lo stesso effetto e convincere un’aragosta meno in forma o meno aggressiva a ritirarsi. È il Livello 1 di risoluzione delle controversie.⁷ Se le due aragoste sono molto simili per dimensioni e capacità apparenti, però, oppure se lo scambio di liquidi non ha fornito sufficienti informazioni, procedono al Livello 2 dell’iter di risoluzione delle controversie. Con le antenne che si muovono all’impazzata e le chele piegate verso il basso, una avanza e l’altra retrocede e viceversa. Dopo un po’, la più nervosa delle aragoste può ritenere che continuare non sia nel proprio interesse. Scuote di riflesso la coda, guizza all’indietro e scompare, per tentare la fortuna altrove. Se nessuna delle due si allontana, però, le aragoste raggiungono il Livello 3, che implica un vero e proprio combattimento.

Adesso le aragoste, infuriate, si avvicinano l’una all’altra con atteggiamento aggressivo e con le chele protese, pronte a combattere. Ognuna cerca di ribaltare l’altra sulla schiena. Un’aragosta ribaltata è consapevole che l’avversario è in grado di infliggerle gravi danni. Generalmente si arrende e se ne va, nutrendo in sé un intenso risentimento e continuando poi a malignare alle spalle del vincitore. Se nessuna delle due riesce a capovolgere l’altra o nessuna si arrende, si arriva al Livello 4. A questo punto i due esemplari affrontano un rischio estremo: una o entrambe le aragoste possono uscire dal combattimento ferite, forse letalmente.

I due crostacei procedono l’uno verso l’altro, a velocità crescente. Le loro chele sono aperte, per afferrare una zampa, un’antenna, un bulbo oculare o qualsiasi altra cosa esposta e vulnerabile. Una volta che una parte del corpo è stata afferrata con successo, l’assalitore dà un colpo di coda all’indietro, bruscamente, sempre stringendo la preda con la chela, cercando così di strapparla via l’arto. Le controversie che degenerano fino a questo livello tipicamente si concludono con una netta vittoria di una delle due parti. È improbabile che il perdente sopravviva, in particolare se rimane nel territorio occupato dal vincitore, colui che ora è un nemico mortale.

All’indomani di una battaglia persa, a prescindere dall’aggressività mostrata in combattimento, l’aragosta è refrattaria a ingaggiare un nuovo combattimento, anche contro un qualsiasi altro avversario che in precedenza era riuscita a sconfiggere. Un contendente sconfitto perde fiducia, a volte per giorni. Altre volte la sconfitta può avere conseguenze

ancora più gravi. Se un’aragosta dominante è sconfitta, il suo cervello in pratica si resetta. Sviluppa allora un nuovo cervello da individuo subordinato, più adatto alla nuova e modesta posizione sociale.⁸ Semplicemente, il cervello originario non è sofisticato al punto da gestire il passaggio da re a schiavo senza resettarsi ed essere reimpostato. Chiunque abbia sperimentato una trasformazione dolorosa conseguente a una grave delusione sentimentale o lavorativa può sentire una certa affinità con il crostaceo che un tempo aveva una posizione di successo.

La neurochimica della sconfitta e della vittoria

La chimica del cervello di un’aragosta perdente differisce in maniera significativa da quella di un’aragosta vincente. Ciò si riflette nelle loro relative posture corporee. Se un’aragosta è sicura di sé o sottomessa dipende dal rapporto tra due sostanze chimiche che modulano la comunicazione tra i neuroni dell’aragosta: la serotonina e l’octopamina. La vittoria modifica le loro proporzioni, rendendo la prima predominante sulla seconda.

Un’aragosta con elevati livelli di serotonina e bassi livelli di octopamina è arrogante e impetuosa, e ci sono pochissime probabilità che si tiri indietro se sfidata. Ciò accade perché la serotonina aiuta a regolare l’estensione e la flessione posturale. Un’aragosta in grado di estendersi protende le proprie appendici per sembrare alta e pericolosa, come Clint Eastwood in uno Spaghetti Western. Se un’aragosta che ha appena perso una battaglia è esposta alla serotonina, si allunga, avanza anche verso i precedenti vincitori e combatte più a lungo e con maggior resistenza.⁹ I farmaci prescritti agli esseri umani che soffrono di depressione sono inibitori selettivi del riassorbimento della serotonina e hanno praticamente lo stesso effetto chimico e comportamentale. In una delle più impressionanti dimostrazioni della continuità evolutiva della vita sulla Terra, il Prozac mette di buon umore persino le aragoste.¹⁰

Livelli elevati di serotonina e bassi di octopamina sono caratteristici del vincitore. La configurazione neurochimica opposta è invece caratteristica di un’aragosta dall’aspetto perdente, risentita, debole, che si aggira furtiva, bighellona agli angoli delle strade e svanisce al primo accenno di problema. La serotonina e l’octopamina regolano inoltre il riflesso del colpo di coda, che serve a spingere rapidamente un’aragosta all’indietro in caso di necessità di fuga. Per innescare il riflesso in un’aragosta sconfitta, è

sufficiente la minima provocazione. Possiamo ritrovare una reazione simile nel riflesso di trasalimento accentuato, caratteristico dei bambini-soldato o dei bambini maltrattati che soffrono di disturbo da stress post traumatico.

Il principio della distribuzione diseguale

Quando un’aragosta sconfitta ritrova il coraggio e osa lottare di nuovo, è più probabile che perda di nuovo di quanto non sia possibile prevedere, statisticamente, osservando le battaglie precedenti. L’avversario vittorioso, d’altra parte, ha maggiori probabilità di vincere ancora. È la legge del “chi vince prende tutto” del mondo delle aragoste, analoga a quella che vige nel mondo umano, dove l’1 per cento più ricco possiede quanto il 50 per cento più povero¹¹ e dove le ottantacinque persone più benestanti hanno la stessa quantità di ricchezza dei tre miliardi e mezzo di persone più povere messe insieme.

Lo stesso crudele principio di distribuzione iniqua si applica al di fuori dell’ambito finanziario, anzi, ovunque sia necessaria una produzione creativa. La maggior parte delle pubblicazioni scientifiche è curata da un gruppo molto ristretto di scienziati. Una piccola percentuale di musicisti produce quasi tutta la musica commerciale registrata. Una manciata di autori scrive i libri più venduti. Ogni anno, negli Stati Uniti, si vende un milione e mezzo di titoli diversi. Di questo gran numero di titoli, però, solo cinquecento vendono più di centomila copie.¹² Analogamente, solo quattro compositori classici (Bach, Beethoven, Mozart e Čiajkovskij) hanno scritto quasi tutta la musica che viene suonata oggi dalle orchestre moderne. La produzione di Bach, in particolare, è tanto prolifica che ci vorrebbero decenni di lavoro per trascriverne a mano le partiture. Solo un ristretto numero delle sue opere, però, è comunemente eseguito. Lo stesso vale per la produzione degli altri tre compositori dominanti. Quindi, solo una piccola parte della musica composta da una piccola parte di tutti i compositori classici di ogni tempo costituisce quasi tutta la musica classica che il mondo conosce e ama.

Il principio è talvolta noto come Equazione di Price, dal nome di Derek J. de Solla Price,¹³ il ricercatore che ha proposto un’applicabilità scientifica del teorema. Può essere rappresentato con un grafico che approssimativamente ha una forma a L, sul cui asse verticale indichiamo il numero delle persone e sull’asse orizzontale la loro produttività o le loro risorse. Il principio di base era stato scoperto molto prima. All’inizio del

XX secolo, Vilfredo Pareto, ingegnere ed economista italiano, notò che il principio era applicabile alla distribuzione della ricchezza e che sembrava valido per ogni società studiata fino a quel momento, a prescindere dalla forma di governo. Si applica anche alla popolazione delle città (in pochi centri urbani si concentra la quasi totalità delle persone), alla massa dei corpi celesti (un numero molto piccolo accumula tutta la materia) e alla frequenza delle parole in una lingua (il 90 per cento della comunicazione avviene usando solo cinquecento parole), solo per citare qualche esempio. A volte è noto come Effetto San Matteo (da Matteo 25:29), che prende il nome da quella che potrebbe essere la più dura affermazione mai attribuita a Cristo: “Poiché a chiunque ha, sarà dato tanto che possederà in abbondanza; ma a chi non ha, sarà tolto anche quello che ha”.

E possiamo veramente definirci figli di Dio se le massime che ci riguardano si applicano anche ai crostacei.

Ma torniamo agli irascibili crostacei: non passa molto tempo prima che le aragoste, dopo essersi confrontate a vicenda, capiscano chi possono infastidire e da chi tenersi alla larga. Una volta stabilito, la gerarchia che ne risulta è estremamente stabile. Dopo il combattimento, il vincitore può limitarsi a scuotere le antenne minacciosamente, e chi in precedenza si è scontrato con lui si dileguerà in una nuvola di sabbia davanti ai suoi occhi. Un’aragosta più debole smetterà di cercare lo scontro, accetterà il suo umile status e manterrà un atteggiamento sottomesso. L’aragosta dominante, al contrario, occuperà la tana migliore, si riposerà a dovere, consumerà ottimi pasti, e così ostenterà il proprio dominio sul territorio, tirando fuori dai loro rifugi, durante la notte, le aragoste subordinate, solo per ricordare loro chi comanda.

Tutte le ragazze

Le aragoste femmine, che combattono anch’esse duramente per il territorio durante il periodo della maternità,¹⁴ individuano rapidamente il maschio alfa e sono subito attratte in modo irresistibile da lui. A mio parere è una strategia brillante, messa in atto dalle femmine di molte altre specie, umane comprese. Invece di impegnarsi nel difficile compito di identificare il maschio migliore, le femmine appaltano il problema. Lasciano che i maschi combattano tra loro per decidere chi è il più forte e spogliano gli avversari della loro corazza, dalla testa alla coda. È molto più di quello che succede

con i prezzi del mercato azionario, in cui il valore di ogni particolare impresa è determinato dalla concorrenza.

Quando le femmine sono pronte a lasciar cadere la loro corazza e ad ammorbardarsi un po', s'interessano all'accoppiamento. Cominciano a gironzolare attorno alla tana del maschio di aragosta dominante, spruzzando odori afrodisiaci verso di lui, cercando di sedurlo e attrarlo. L'aggressività l'ha reso un esemplare di successo, quindi è probabile che reagisca in modo dominante. Inoltre, è grande, sano e potente. Non è un compito facile spostarne l'attenzione dai combattimenti all'accoppiamento. Se affascinato, però, il maschio si dirige verso la femmina. È l'equivalente, nel mondo delle aragoste, di *Cinquanta sfumature di grigio*, il celebre best seller, e di *La bella e la bestia*, l'eterna storia d'amore archetipica. Questo modello comportamentale è rappresentato di continuo nelle fantasie letterarie, che sono tanto popolari tra le donne così come le immagini provocanti lo sono tra gli uomini.

Va sottolineato, però, che la sola forza fisica è una base insufficiente su cui fondare un predominio durevole, come il primatologo olandese Frans de Waal¹⁵ si è preso la briga di dimostrare. Tra i gruppi di scimpanzé che ha studiato, i maschi che hanno avuto successo sul lungo termine hanno dovuto integrare le loro capacità fisiche con doti più sofisticate. Anche il più brutale despota degli scimpanzé può essere abbattuto, in fin dei conti, da due avversari, meno forti e determinati di lui. Di conseguenza, i maschi che rimangono al vertice dell'organizzazione più a lungo sono quelli che formano alleanze con i loro compagni di status inferiore e che prestano attenzione alle femmine del gruppo e ai loro figli piccoli. Lo stratagemma che usano i politici quando baciano qualche bambino davanti alle telecamere è vecchio di milioni di anni. Ma le aragoste sono ancora relativamente primitive, quindi la trama de *La bella e la bestia* è sufficiente per spiegare i loro comportamenti.

Una volta che la bestia è stata sedotta con successo, l'aragosta femmina che è riuscita nell'impresa si spoglierà, togliendosi la corazza e rendendosi pericolosamente morbida, vulnerabile e pronta ad accoppiarsi. Al momento giusto il maschio, ora trasformatosi in un amante attento, deposita un pacchetto di spermatozoi nel ricettacolo appropriato. In seguito, la femmina si blocca e si irrigidisce per un paio di settimane (un altro fenomeno non del tutto estraneo agli esseri umani). Al momento opportuno, la femmina torna alla tana, carica di uova fecondate. A questo punto un'altra femmina tenterà

la stessa impresa, e così via. Il maschio dominante, con la postura eretta e sicura, non solo ottiene la tana migliore e l'accesso più facile ai terreni di caccia. Ha anche tutte le ragazze a sua disposizione. Il raggiungimento del successo ti dà risultati esponenziali, se sei un'aragosta maschio.

Perché tutto questo è importante? Per una quantità incredibile di ragioni, a parte il fatto che è divertente. In primo luogo, sappiamo che le aragoste esistono, in una forma o nell'altra, da più di Trecentocinquanta milioni di anni.¹⁶ È un tempo molto lungo. Sessantacinque milioni di anni fa c'erano ancora alcuni dinosauri. Per noi, è un passato tanto lontano da risultare inimmaginabile. Per le aragoste, tuttavia, i dinosauri erano i "nuovi ricchi", apparsi e scomparsi nel flusso di un tempo quasi eterno. Ciò significa che le gerarchie di dominio sono una caratteristica essenzialmente permanente dell'ambiente, cui si è adattata tutta la vita complessa. Trecentocinquanta milioni di anni fa, i cervelli e i sistemi nervosi erano relativamente semplici. Ciononostante, possedevano già la struttura e la neurochimica necessarie per elaborare le informazioni sullo status e sulla società. L'importanza di ciò non può essere sottovalutata.

La natura della natura

È un'evidenza della biologia che l'evoluzione sia conservativa. Quando qualcosa si evolve, deve comunque basarsi su ciò che la natura ha già prodotto. Si aggiungono nuove funzionalità e quelle vecchie possono subire alcune modifiche, ma la maggior parte delle caratteristiche rimane inalterata. Proprio per questa ragione le ali dei pipistrelli, le mani degli esseri umani e le pinne delle balene appaiono sorprendentemente simili a livello di impianto scheletrico. Hanno persino lo stesso numero di ossa. L'evoluzione ha posto i capisaldi della fisiologia di base, molto tempo fa.

Ora, l'evoluzione funziona, in gran parte, attraverso la variazione e la selezione naturale. La variazione può avere diverse cause, tra cui il mescolamento dei geni, per dirla con parole semplici, e la mutazione casuale. All'interno di una specie, gli individui differiscono gli uni dagli altri per questi motivi. La natura, nel tempo, li seleziona. La teoria, come detto, sembra spiegare la continua alterazione delle forme di vita nel corso dei millenni. Ma un'altra domanda è in agguato sotto la superficie: che cos'è esattamente la "natura", nella "selezione naturale"? Che cosa s'intende esattamente per "ambiente", al quale gli animali si adattano? Facciamo molte supposizioni sulla natura e sull'ambiente, che implicano

alcune conseguenze. Mark Twain una volta disse: “Non sono le cose che non sai a metterti nei guai ma quelle che dai per certo.”

Primo. È facile supporre che la natura sia qualcosa dotato di una sua essenza definita, qualcosa di statico. Ma non è così: almeno non è così semplice. È statica e dinamica allo stesso tempo. L’ambiente, ovvero la natura che seleziona, si trasforma anch’esso. I famosi simboli taoisti dello yin e dello yang incarnano magnificamente questo concetto. L’Essere, che per i taoisti è la realtà, è composto da due principi opposti, spesso indicati come femminile e maschile o, in alcuni casi, come femmina e maschio. È più facile, però, comprendere lo yin e lo yang se li intendiamo come caos e ordine. Il simbolo taoista è un cerchio che racchiude due serpenti gemelli, con testa e coda unite. Il serpente nero, il caos, ha un punto bianco al centro del capo. Il serpente bianco, l’ordine, ha un punto nero. Il caos e l’ordine sono, infatti, intercambiabili, oltre che eternamente giustapposti. Non c’è nulla di così certo da non poter cambiare. Anche il sole stesso ha cicli di instabilità. Similmente, non c’è nulla di tanto mutevole da non poter essere sistemato. Ogni rivoluzione produce un nuovo ordine. Ogni morte è, contemporaneamente, una metamorfosi.

Considerare la natura come puramente statica produce gravi errori di comprensione. La natura seleziona. L’idea di selezione contiene implicitamente, annidata dentro di sé, l’idea di adattamento. È l’adattamento a essere selezionato. L’adattamento corrisponde, più o meno, alla probabilità che un dato organismo affiderà al mondo la propria progenie, alla capacità di propagare i suoi geni nel tempo. Indica quindi la corrispondenza tra la caratteristica dell’organismo e la domanda ambientale. Se la domanda è concepita come statica, se cioè la natura è concepita come eterna e immutabile, allora l’evoluzione è una serie infinita di miglioramenti lineari, e l’adattamento è qualcosa cui ci si può avvicinare sempre più nel tempo. L’idea vittoriana, che riscuote ancora consensi, del progresso evolutivo, al cui apice si trova l’uomo, è una conseguenza parziale di un simile modello di natura. E genera l’errata convinzione che nella selezione naturale esista un obiettivo, relativo all’adattamento ambientale, che può essere considerato come un dato di fatto.

Ma la natura, l’agente che seleziona, non è un selettori statico, almeno non in senso stretto. La natura si veste in maniera diversa in ogni occasione. La natura varia come una partitura musicale e ciò spiega, in parte, perché la musica sia in grado di provocare una pur lontana intuizione di un senso

generale. Quando l'ambiente che favorisce una specie si trasforma e cambia, anche le caratteristiche che rendono un certo individuo adatto alla sopravvivenza e alla riproduzione si trasformano e cambiano. Quindi, la teoria della selezione naturale non sostiene che le creature corrispondano sempre più precisamente a un modello specifico proposto dal mondo, ma piuttosto che siano impegnate in una danza con la natura, anche se questa porta alla morte. “Nel mio regno” come dice la Regina di Cuori in *Alice nel Paese delle Meraviglie*, “devi correre più che puoi per restare nello stesso posto”. Chi rimane immobile non può trionfare, a prescindere da quanto sia forte.

La natura, però, non è nemmeno semplicemente dinamica. Alcune cose cambiano rapidamente, ma sono inserite all'interno di altre che si modificano meno velocemente; la musica spesso riproduce anche questa caratteristica. Le foglie cambiano più rapidamente degli alberi e gli alberi cambiano più rapidamente dei boschi. Il tempo cambia più velocemente del clima. Se non fosse così, allora il conservatorismo dell'evoluzione non funzionerebbe, perché la morfologia di base delle braccia e delle mani si modificherebbe tanto velocemente quanto la lunghezza delle ossa del braccio e la funzionalità delle dita. È il caos, nell'ordine, nel caos, nell'ordine più elevato. L'ordine più reale è quello più immutabile e non necessariamente quello più facilmente visibile. La foglia, se osservata, potrebbe oscurare all'osservatore la vista dell'albero. L'albero può oscurare la vista della foresta. E alcuni aspetti più reali, come la sempre presente gerarchia di dominanza, possono non essere “notati” per nulla.

È un errore anche concepire la natura secondo una prospettiva romantica. I ricchi e moderni abitanti delle città, circondati da cemento caldo e rovente, immaginano che l'ambiente sia qualcosa di incontaminato e paradisiaco, come un paesaggio impressionista francese. Gli attivisti dell'ecologia, ancor più idealisti nella loro prospettiva, immaginano la natura armoniosamente in equilibrio e perfetta, esente dalle perturbazioni e dalle depredazioni dell'umanità. Sfortunatamente, l'ambiente è anche elefantiasi e vermi di Guinea (meglio non approfondire), zanzare anofele e malaria, AIDS e peste nera, siccità che causa carestie. Noi non fantastichiamo sulla bellezza di questi aspetti della natura, sebbene siano reali tanto quanto le controparti paradisiache. È proprio per via di questi aspetti, naturalmente, che tentiamo di modificare l'ambiente circostante, di proteggere i nostri figli, costruire città e sistemi di trasporto, coltivare cibo e

generare energia. Se Madre Natura non fosse così impetuosa nel distruggerci, sarebbe più facile per noi vivere in semplice armonia con i suoi dettami.

E ciò ci porta a un terzo concetto erroneo: che la natura sia qualcosa di nettamente distinto dai costrutti culturali che sono emersi al suo interno. L'ordine interno al caos e l'ordine dell'Essere sono tanto più naturali quanto più sono duraturi. Questo accade perché la natura è l'agente che seleziona, e più a lungo una caratteristica dura nel tempo, più tempo è stato necessario per selezionarla e per dare forma alla vita. Non importa se quella caratteristica sia fisica e biologica, o sociale e culturale. Tutto ciò che conta, da una prospettiva darwiniana, è che la permanenza e la gerarchia di dominanza, anche in ambito sociale o culturale, vantino un'esistenza di almeno mezzo miliardo di anni. Se è permanente, è reale. La gerarchia di dominanza non è il capitalismo. Non è nemmeno comunismo, del resto. Non è il complesso militare-industriale. Non è il patriarcato, quel costrutto culturale usa e getta, malleabile e arbitrario. Non è nemmeno una creazione umana; non nel senso più profondo. È invece un aspetto quasi eterno dell'ambiente, e gran parte di ciò che viene criticato di queste manifestazioni più effimere è una conseguenza della sua esistenza immutabile. Noi, intendo il "noi" che esiste fin dal principio della vita, abbiamo vissuto all'interno di una gerarchia di dominanza per molto, molto tempo. Lottavamo per conquistare uno status anche prima che avessimo pelle, mani, polmoni o ossa. Pochissime cose sono più naturali della cultura. Le gerarchie di dominanza sono più antiche degli alberi.

La parte del cervello che tiene traccia della nostra posizione nella gerarchia di dominanza è quindi eccezionalmente atavica ed essenziale.¹⁷ È un sistema di controllo primario, che modula le nostre percezioni, i valori, le emozioni, i pensieri e le azioni. Ha un fortissimo impatto su ogni aspetto del nostro essere, conscio e inconscio. Perciò, quando siamo sconfitti, agiamo in maniera molto simile alle aragoste che hanno perso un combattimento. La nostra postura cede. Camminiamo guardando a terra. Ci sentiamo minacciati, feriti, ansiosi e deboli. Se le cose non migliorano, subentra la depressione cronica. In simili condizioni, non possiamo sostenere agevolmente il tipo di lotta che la vita richiede e diventiamo facili bersagli per i bulli dalla corazza più dura. E non sono solo le somiglianze comportamentali ed esperienziali a colpire. Gran parte della neurochimica di base è la stessa.

Prendiamo in esame la serotonina, la sostanza chimica che regola la postura e la risposta di fuga nell’aragosta. Le aragoste che occupano i gradini inferiori della scala sociale producono livelli relativamente bassi di serotonina. Vale anche per gli esseri umani di più umile condizione e i livelli già modesti si abbassano sempre più, a ogni sconfitta. Livelli bassi di serotonina corrispondono a una perdita della fiducia in se stessi. Portano anche a una migliore risposta di stress e a investire più risorse per tenersi pronti ad affrontare l’emergenza, in un costante stato di allerta: infatti, può accadere qualsiasi cosa, in qualsiasi momento, se si occupano i gradini inferiori della gerarchia di dominanza, e raramente è qualcosa di buono. Livelli bassi di serotonina significano meno felicità, più dolore e ansia, più malattie e una vita più breve, tra gli umani proprio come tra i crostacei. Gli strati più elevati nella gerarchia di dominanza e i livelli più alti di serotonina tipici di chi occupa questi strati corrispondono a meno malattie, a miseria e a morte, anche se si mantengono costanti fattori come il reddito assoluto. L’importanza di ciò non può essere sottovalutata.

Le stelle e le stalle

Nel profondo di te, alla base del tuo cervello, molto al di sotto dei pensieri e dei sentimenti, esiste un sistema estremamente primordiale che monitora con esattezza la posizione che occupi nella società. Se sei un numero uno e occupi la posizione più elevata, hai un successo travolgente. Nel caso tu sia un maschio, hai accesso preferenziale ai migliori posti in cui vivere e al cibo di qualità più elevata. Gli altri competono tra loro per farti favori. Hai illimitate opportunità di incontri romantici e sessuali. Sei un’aragosta di successo, le femmine più desiderabili si mettono in fila e gareggiano per ottenere la tua attenzione.¹⁸

Se invece sei femmina, hai a disposizione molti pretendenti di valore: alti, forti e armonici; creativi, affidabili, onesti e generosi. E, come la tua controparte maschile dominante, competerai ferocemente, anche senza pietà, per mantenere o per migliorare la tua posizione nell’altrettanto competitiva gerarchia dell’accoppiamento femminile. Probabilmente non ti servirai della forza fisica perché hai molti trucchi e strategie verbali efficaci a disposizione, tra cui il disprezzo degli avversari, di cui forse sei un’esperta.

Se occupi una tra le posizioni inferiori, al contrario, non puoi aspirare a un bel posto in cui vivere, che tu sia maschio o femmina. Il cibo di cui ti

nutri, quando non soffi la fame, è terribile. Sei in cattive condizioni fisiche e mentali. Dal punto di vista sentimentale, rivesti scarso interesse per chiunque, a meno che questo non sia disperato come te. Hai più probabilità di ammalarti, invecchiare rapidamente e morire giovane: e saranno in pochi, se non nessuno, a piangerti.¹⁹ Persino il denaro stesso potrebbe rivelarsi poco utile. Non sapresti come utilizzarlo, perché è difficile usare il denaro correttamente, in particolare se non lo conosci. Il denaro ti renderà soggetto alle pericolose tentazioni delle droghe e dell'alcol, che risultano molto più gratificanti se non provi piacere da molto tempo a questa parte. Il denaro ti renderà inoltre un bersaglio per predatori e psicopatici, che prosperano sfruttando le persone che vivono nei ranghi più bassi della società. Il fondo della gerarchia di dominanza è un posto terribile e pericoloso.

La parte atavica del tuo cervello, che è specializzata nel valutare il potere e il dominio, osserva come sei trattato dalle altre persone. A partire da questi dati, elabora un calcolo del tuo valore e ti assegna uno status. Se i tuoi pari ti giudicano di poco valore, il calcolatore limita l'erogazione di serotonina. Ciò ti rende molto più reattivo, fisicamente e psicologicamente, a qualsiasi circostanza o evento che produce emozioni, in particolare se negative. Hai bisogno di quella reattività. Le emergenze sono frequenti, ai livelli più bassi della scala sociale, e tu devi essere pronto a sopravvivere.

Sfortunatamente, l'iperreattività fisica, il costante stato di allerta, brucia molta energia e molte preziose risorse fisiche. Produce, a tutti gli effetti, ciò che chiamiamo stress, che non è affatto soltanto o principalmente psicologico. È un riflesso dei veri limiti delle circostanze sfortunate. Se viviamo al fondo della scala sociale, il sistema di controllo nella parte antica del nostro cervello lavora basandosi sull'assunto che anche il più piccolo imprevisto possa produrre una catena incontrollabile di eventi negativi, che dovremo gestire da soli perché ai margini della società gli amici utili sono davvero rari. Brucerai quindi continuamente quelle risorse fisiche destinate a essere immagazzinate per il futuro, consumandole per mantenere un più elevato stato di allerta e la capacità di rispondere con un'azione immediata e guidata dal panico. Quando non sai cosa fare devi essere preparato a fare tutto, nel caso sia necessario. È come essere alla guida di un'auto e schiacciare a tavoletta i pedali dell'acceleratore e del freno, contemporaneamente. Se vivi troppo a lungo in questo stato, tutto crolla. L'antico calcolatore silenzierà anche il tuo sistema immunitario, consumando energia nell'immediato, e le risorse necessarie a preservare la

salute, usate per far fronte alle crisi del presente. La situazione ti renderà impulsivo²⁰ e ti porterà, per esempio, a imbarcarti in qualsiasi opportunità di accoppiamento a breve termine, o in qualsiasi occasione che porti al piacere, a prescindere da quanto sia inferiore ai tuoi standard, disonorevole o illegale. Sarai molto più propenso a vivere, o a morire, senza dare troppo peso agli eventi, pronto solo a cogliere una rara opportunità di piacere non appena questa si manifesta. La richiesta fisica di un costante stato di allerta in vista di un'emergenza ti logora sotto molteplici punti di vista.²¹

Se invece rivesti uno status elevato, i meccanismi freddi e prerettiani del calcolatore interiore suppongono che la tua nicchia sia sicura e produttiva e che tu abbia un buon sostegno sociale. Il calcolatore deduce che la possibilità che qualcosa ti danneggi sia bassa e che possa essere tranquillamente ignorata. Il cambiamento può essere un'opportunità, anziché un disastro. La serotonina scorre in abbondanza. Ciò ti rende sicuro e calmo, con una postura diritta, a testa alta, e non in costante allerta. Dal momento che la tua posizione è sicura, è probabile che il futuro davanti a te sia radioso. Vale la pena pensare a lungo termine e pianificare un domani migliore. Non hai bisogno di afferrare impulsivamente qualunque briciola cada sulla tua strada, perché puoi realisticamente aspettarti di avere a disposizione cose buone anche in futuro. Puoi ritardare il momento della gratificazione, senza rinunciarci per sempre. Puoi permetterti di essere un cittadino affidabile e attento.

Il malfunzionamento

A volte, però, il meccanismo del calcolatore primordiale può incepparsi. Abitudini di sonno irregolari e un'alimentazione scorretta possono interferire con la sua funzionalità. L'incertezza può costituire un fattore sorpresa. Il corpo, con le sue diverse parti, ha bisogno di funzionare come un'orchestra ben armonizzata. Ogni sistema deve svolgere il proprio ruolo in maniera adeguata e al momento giusto, perché in caso contrario subentrano rumore e caos. Perciò la routine è tanto necessaria. Le azioni che ripetiamo ogni giorno devono essere automatizzate. Devono trasformarsi in abitudini stabili e affidabili, per perdere la loro complessità e diventare prevedibili e semplici. Questo può essere percepito più chiaramente nel caso dei bambini piccoli, che sono deliziosi, buffi e giocosi se la loro routine di sonno e alimentazione è stabile, mentre diventano orribili, lamentosi e cattivi se hanno a che fare con orari imprevedibili.

Per questa ragione la prima cosa che chiedo alle persone che si rivolgono a me è innanzitutto come dormono. La mattina si svegliano approssimativamente all'orario in cui si sveglia la maggior parte delle persone e alla stessa ora tutti i giorni? Se la risposta è no, prima di tutto consiglio loro di correggersi. Non importa tanto che vadano a letto ogni sera alla stessa ora, ma svegliarsi sempre alla stessa ora è una necessità. L'ansia e la depressione non possono essere trattate facilmente se la persona che ne soffre ha una routine quotidiana imprevedibile. I sistemi che si occupano di stemperare le emozioni negative sono strettamente legati alla tipica ciclicità dei ritmi circadiani.

Poi m'informo su ciò che mangiano per colazione. Consiglio ai miei clienti di consumare una colazione ricca di grassi e proteine il prima possibile dopo il risveglio (niente carboidrati semplici e zuccheri, perché vengono digeriti troppo rapidamente e producono un picco glicemico nel sangue, seguito poi da un rapido calo). Le persone ansiose e deppresse, infatti, sono già stressate, soprattutto se per un bel po' di tempo non hanno tenuto sotto controllo le loro abitudini. Il loro corpo è quindi subito pronto a secernere una quantità eccessiva di insulina quando si dedicano ad attività complesse o impegnative. Se lo fanno dopo aver digiunato tutta la notte e prima di mangiare, l'eccesso di insulina nel sangue spazza via tutto lo zucchero presente. Poi diventano ipoglicemici e psicofisiologicamente instabili.²² Per l'intera giornata. I loro sistemi si ripristinano solo con altro sonno. In molti miei clienti l'ansia si è ridotta a livelli tollerabili solo perché hanno iniziato a dormire a orari prevedibili e costanti e a fare colazione.

Altre cattive abitudini possono interferire con la precisione del calcolatore. A volte accade direttamente, per ragioni biologiche che capiamo poco, e qualche volta si verifica perché quelle abitudini danno inizio a un complesso ciclo di feedback positivo. Un ciclo di feedback positivo richiede un rilevatore di ingresso, un amplificatore e una qualche forma di uscita. Immagina un segnale captato dal rilevatore di ingresso, amplificato e quindi emesso in forma amplificata. Fin qui tutto bene. Il problema inizia quando il rilevatore di ingresso coglie il segnale in uscita e lo riprocesso attraverso il sistema, amplificandolo ed emettendolo di nuovo. Con alcuni di questi cicli, la situazione va pericolosamente fuori controllo.

Quasi tutti abbiamo sperimentato il rumore assordante dell'effetto di ritorno durante i concerti, quando le casse stridono in maniera incredibilmente fastidiosa. Il microfono invia un segnale agli altoparlanti.

Gli altoparlanti quindi emettono il segnale che può essere rilevato dal microfono e inviato nuovamente attraverso il sistema, se il suono è troppo forte o se il microfono è troppo vicino agli altoparlanti. Il suono si amplifica rapidamente fino a livelli insopportabili, che arrivano anche a distruggere le casse, se la situazione perdura.

Lo stesso ciclo distruttivo caratterizza la vita umana. La maggior parte delle volte lo definiamo come malattia mentale, anche se non riguarda solamente, o addirittura per nulla, la psiche delle persone. La dipendenza dall'alcol o da qualunque altra sostanza che alteri l'umore è un comune effetto di ritorno. Immagina una persona che ami l'alcol, forse un po' troppo. Beve tre o quattro bicchierini. Il livello di alcol nel sangue s'innalza bruscamente. Può essere molto inebriante, in particolare per chi ha una predisposizione genetica all'alcolismo.²³ Ma si verifica solo se i livelli di alcol nel sangue continuano ad aumentare, quindi solo se il bevitore continua a bere. Se smette, il livello di alcol nel sangue inizia a calare. Il corpo, inoltre, produce una varietà di tossine, perché metabolizza l'etanolo assunto. Il bevitore comincia anche a sperimentare l'astinenza da alcol, perché il meccanismo che genera l'ansia, inizialmente sedato, durante l'intossicazione inizia a dare una risposta aumentata. A questo punto rimane la crisi d'astinenza, che comincia subito dopo che si è smesso di bere e che frequentemente uccide gli alcolizzati. Per prolungare la sensazione di benessere e allontanare le spiacevoli conseguenze, il bevitore può semplicemente continuare a bere, fino a esaurire ogni scorta, fino alla chiusura dei bar e dopo aver dilapidato tutte le proprie risorse.

Il giorno successivo, il bevitore si sveglia con forti postumi della sbornia. Finora, abbiamo descritto una situazione semplicemente triste. Il vero problema inizia quando egli scopre che può "curare" i postumi bevendo, la mattina successiva, qualche altro bicchiere. È naturalmente un rimedio temporaneo, perché si limita a rimandare un po' i sintomi dell'astinenza. Ma forse è proprio ciò di cui il bevitore ha bisogno, nel breve termine, se la sofferenza è molto acuta. Così ora ha imparato a bere per curare i postumi della sbornia. Se la cura è causa della malattia, si è instaurato un ciclo di feedback, più precisamente di *retroazione positiva*. In queste condizioni si può sviluppare rapidamente la sindrome dell'alcolismo.

Qualcosa di simile accade spesso alle persone che sviluppano un disturbo legato all'ansia, come l'agorafobia. Le persone che soffrono di agorafobia possono sentirsi tanto sopraffatte dalla paura da non riuscire più

a uscire di casa. L'agorafobia è la conseguenza di un processo analogo all'alcolismo. Il primo evento a far precipitare il disturbo è spesso un attacco di panico. Chi ne soffre tipicamente è una donna di mezza età che è stata troppo dipendente da altre persone. Forse è passata direttamente dall'eccessiva dipendenza nei confronti del padre a una relazione con un fidanzato o un marito più anziano e relativamente dominante, senza pause significative in cui ha sperimentato un'esistenza indipendente.

Nelle settimane che precedono l'insorgere dell'agorafobia, una donna del genere sperimenta solitamente un evento inaspettato e anomalo. Potrebbe essere qualcosa di fisiologico, come palpitazioni cardiache, che sono comuni in ogni caso simile e la cui probabilità aumenta durante la menopausa, quando i livelli di ormoni che regolano l'esperienza psicologica di una donna fluttuano imprevedibilmente. Qualsiasi alterazione percettibile della frequenza cardiaca può innescare sia la paura di un infarto sia il timore di una sofferenza, vissuta come troppo evidente e imbarazzante, conseguente all'infarto; la morte e l'umiliazione sociale costituiscono le due paure più basilari. L'evento inaspettato potrebbe invece essere un conflitto di coppia o la malattia o la morte del coniuge. Potrebbe essere il divorzio o il ricovero in ospedale di un caro amico. Qualche evento reale in genere fa schizzare alle stelle la paura della morte e del giudizio sociale.²⁴

Dopo lo shock, forse, la donna che sta per sperimentare una crisi di agorafobia lascia la propria casa e si dirige al centro commerciale. C'è molto traffico ed è difficile trovare parcheggio. La situazione la rende ancora più stressata. Pensieri di vulnerabilità si affollano nella sua mente, mentre la recente esperienza spiacevole affiora in superficie. I pensieri innescano l'ansia. Il battito cardiaco aumenta. La donna comincia a respirare in maniera superficiale e contratta. Sente il cuore che corre e comincia a chiedersi se stia avendo un infarto. Il pensiero innesca ancora più ansia. Il respiro si fa più superficiale e i livelli di anidride carbonica nel sangue aumentano. Il battito cardiaco continua a crescere, per la nuova paura. La donna se ne accorge e il battito continua ad aumentare.

Ecco come si verifica un ciclo di feedback positivo. Rapidamente l'ansia si trasforma in panico, che è regolato da un diverso sistema cerebrale, progettato per affrontare la più grave delle minacce, ma che può essere anche innescato da una paura eccessiva. La donna è sopraffatta dai propri sintomi e si dirige al Pronto soccorso dove, dopo un'attesa carica di ansia, si

sottopone a un controllo della funzionalità cardiaca. Non c'è niente che non vada, ma lei non si sente rassicurata.

Ci vuole un altro ciclo di feedback per trasformare anche quella spiacevole esperienza in agorafobia in piena regola. Quando ha di nuovo bisogno di recarsi al centro commerciale, la persona preagorafobica diventa ansiosa, perché ricorda quanto successo la volta precedente. Decide comunque di andare. Per strada, riesce a sentire il cuore che batte forte. Ciò scatena un altro ciclo di ansia e preoccupazione. Per prevenire il panico, evita quindi lo stress del centro commerciale e torna a casa. Ma ora i sistemi di ansia nel cervello notano che è scappata dal centro commerciale e giungono alla conclusione che quell'uscita era veramente pericolosa. I nostri sistemi di regolazione dell'ansia sono molto pratici: decidono che, se noi scappiamo da una situazione, questa è pericolosa. La prova di ciò è, ovviamente, il fatto che siamo scappati.

Così, adesso, il centro commerciale è etichettato come troppo pericoloso da avvicinare, oppure l'agorafobico in erba etichetta se stesso come troppo fragile per avvicinarsi al centro commerciale. Forse non è ancora un vero problema: ci sono altri posti dove fare acquisti. Ma forse il vicino supermercato è abbastanza somigliante a un centro commerciale per innescare una risposta simile, quindi la donna si allontana anche da questo. Adesso il supermercato è classificato come il centro commerciale. Quindi è la volta del negozio all'angolo. Poi ci sono autobus, taxi e metropolitane. Presto si tratta di ogni luogo. L'agorafobico finirà per avere paura della sua stessa casa e se potesse scapperebbe anche da lì. Ma non può. Presto si ritrova bloccato in casa propria. La ritirata provocata dall'ansia fa sì che ci allontaniamo da tutto ciò che potrebbe causarci angoscia. Riduce i confini del nostro sé e fa sì che il mondo diventi sempre più pericoloso e sempre più grande.

Sono molti i sistemi di interazione tra cervello, corpo e mondo sociale che possono rimanere intrappolati in cicli di feedback positivo. Le persone depresse, per esempio, possono iniziare a sentirsi inutili e pesanti per gli altri, oltre che afflitte e sofferenti. Ciò le porta a ritirarsi dal contatto con gli amici e i familiari. Quindi il ritiro le rende più solitarie e isolate, e più inclini a sentirsi inutili e pesanti. Quindi, si chiudono ancora di più. Così, la depressione cresce a spirale e si amplifica.

Se qualcuno, a un certo punto della vita, viene ferito profondamente o traumatizzato, il calcolatore della posizione gerarchica può cambiarne la

percezione, tanto da accrescere la probabilità che quella persona sperimenti nuovo dolore. Ciò accade spesso nel caso di persone, adulte, che sono state vittime di bullismo durante l'infanzia o l'adolescenza. Diventano ansiose e fragili. Cercano di proteggersi chiudendosi in se stesse ed evitano il contatto visivo diretto, che può essere interpretato come una sfida per decidere chi sia in posizione dominante.

Ciò significa che il danno causato dal bullismo, cioè l'abbassamento dello status e della fiducia in se stessi, può continuare a prendersi spazio anche dopo che gli atti si sono conclusi.²⁵ Nei casi più semplici, le persone che un tempo erano in posizione subalterna sono cresciute e hanno raggiunto posti nuovi e di maggior successo. Ma non se ne rendono del tutto conto. I loro adattamenti fisiologici alla realtà di un tempo rimangono, anche se adesso sono controproducenti, ed essi sono ora più stressati e insicuri del normale. Nei casi più complessi, se la persona dà abitualmente per scontata la sua subordinazione, si ritrova più stressata e insicura del dovuto e la sua postura, che solitamente denota sottomissione, continua ad attrarre l'attenzione negativa di uno o più dei pochi e generalmente meno efficaci bulli ancora rimasti nel mondo degli adulti. In situazioni simili, le conseguenze psicologiche del bullismo sperimentato in precedenza aumentano la probabilità di continuare a subire nuovi episodi, anche se a rigor di logica non dovrebbe essere così perché la persona è maturata, spesso ha cambiato città, ha ricevuto un'istruzione e ha migliorato oggettivamente il proprio status.

Ribellarsi

Alcune persone sono vittime di bullismo perché non riescono a reagire. È il caso, per esempio, di chi è fisicamente più debole del proprio avversario. Ed è una delle ragioni più comuni per cui il bullismo riguarda i bambini. Anche il più forte tra i bambini di sei anni non riuscirà a opporsi a uno di nove. Lo squilibrio nella forza fisica scompare, in gran parte, in età adulta, grazie al raggiungimento di dimensioni fisiche simili (a eccezione del rapporto tra uomini e donne, in cui i primi tipicamente sono più grandi e più forti, soprattutto nella parte superiore del corpo) e alla severità delle pene che colpiscono chi, ormai maggiorenne, insiste nel praticare l'intimidazione fisica.

Ma, altrettanto spesso, le persone sono vittime di bullismo perché non reagiscono. Accade non di rado alle persone che per temperamento sono

empatiche e altruiste, in particolare se sono anche soggette a emozioni negative e hanno una reazione di sofferenza che gratifica chi le tratta sadicamente: i bambini che piangono più facilmente, per esempio, sono più frequentemente vittime di bullismo.²⁶ Si trovano in una simile situazione anche le persone che hanno deciso, per una ragione o per l'altra, che tutte le forme di aggressione, compresi i sentimenti di rabbia, sono moralmente sbagliate. Ho visto persone particolarmente sensibili ai soprusi e alla competitività troppo aggressiva trattenere in sé tutte le emozioni che avrebbero potuto sfociare in sentimenti negativi. Spesso sono persone i cui padri erano rabbiosi e dispotici. Le forze psicologiche non sono mai univoche, tuttavia, e la capacità davvero sconvolgente della rabbia e dell'istinto violento di generare crudeltà e caos è bilanciata dalla capacità di quelle forze primordiali di respingere il dolore, di dire la verità e di motivare una reazione in caso di conflitto, incertezza e pericolo.

Con un istinto di reazione eccessivamente limitato da una moralità troppo rigida, chi è semplicemente compassionevole e altruista, oltre che ingenuo e sfruttabile, non riesce a risvegliare in sé la rabbia genuina, giusta e autoprotettiva necessaria a difendersi. Se sei in grado di mordere, generalmente non ti è necessario farlo. Se sapientemente integrata, la capacità di rispondere con determinazione e violenza diminuisce la probabilità che si verifichi un effettivo atto di aggressività, invece di aumentarla. Se dici di no all'inizio del ciclo dell'oppressione, affermando e sostenendo il tuo rifiuto senza mezzi termini, allora la possibilità di riuscita dell'oppressore rimarrà debitamente limitata e circoscritta. Le forze della sopraffazione si espandono inesorabilmente a riempire lo spazio che hanno a disposizione. Le persone che rifiutano di dare risposte autoprotettive appropriate si aprono allo sfruttamento tanto quanto chi non riesce a difendere i propri diritti a causa di un'incapacità dovuta a ragioni costitutive o di un vero squilibrio di forze.

Le persone ingenue e inoffensive di solito orientano le proprie percezioni e azioni su pochi semplici assiomi: le persone sono fondamentalmente buone; nessuno vuole davvero ferire qualcun altro; la minaccia e l'uso della forza, fisica o meno, sono sbagliate. Questi assiomi si rivelano nulli in presenza di individui che sono autenticamente maligni²⁷ e, ancora peggio, possono diventare un invito all'abuso, perché chi mira a nuocere si è specializzato nel depredare le persone che la pensano proprio così. In simili condizioni, le convinzioni che portano a un agire inoffensivo devono essere

riviste e sisteme. Nei colloqui clinici porto spesso l'attenzione di chi pensa che le persone buone non si devono arrabbiare mai sulla cruda realtà del proprio risentimento.

A nessuno piace essere preso in giro, ma spesso le persone lo sopportano per troppo tempo. Quindi, faccio in maniera che si accorgano del risentimento che provano e lo percepiscano, prima come un'espressione di rabbia, e poi come un indicatore della necessità di dire, se non di fare qualcosa, anche perché è l'onestà a richiederlo. Poi evidenzio come queste azioni siano una componente della forza che tiene a bada i soprusi, tanto a livello sociale quanto individuale. All'interno di molti sistemi basati sulla burocrazia ci sono piccole sacche di autoritarismo, che creano regole e procedure inutili semplicemente per esprimere e rafforzare il proprio potere. Alcune persone generano potenti correnti sotterranee di risentimento intorno a sé che, se esternate, limiterebbero la loro espressione di potere patologico. È così che la decisione dell'individuo di difendere se stesso protegge tutti dalla corruzione della società.

Nel momento in cui le persone ingenue scoprono la capacità di provare rabbia dentro di sé ne sono scioccate, a volte profondamente. Un esempio importante di ciò si può trovare nella vulnerabilità dei nuovi soldati al disturbo da stress post traumatico, che spesso nasce in reazione a qualcosa che si sono visti fare in prima persona piuttosto che a qualcosa che è accaduto loro. Essi reagiscono trasformandosi in quelle figure mostruose che sono stati capaci di diventare sul campo di battaglia, in condizioni estreme, e la rivelazione di quella capacità annulla il loro mondo. E non c'è da meravigliarsi. Forse fino a quel momento pensavano che tutte le persone che nella storia hanno compiuto azioni orribili fossero totalmente diverse da loro. Forse non erano mai stati in grado di vedere dentro di sé la capacità di opprimere e di compiere atti di bullismo, né forse la loro capacità di affermarsi e ottenere successo. Ho avuto clienti che per anni, tutti i giorni, sono stati terrorizzati e hanno avuto letteralmente convulsioni isteriche semplicemente per lo sguardo cattivo che leggevano sui volti dei loro aggressori. Simili individui di solito provengono da famiglie iperprotettive, dove non può accadere nulla di terribile, e tutto è meraviglioso come nelle fiabe.

Quando queste persone si risvegliano, quando cioè le persone, un tempo ingenue, riconoscono in se stesse i semi del male e della mostruosità e si vedono come pericolose (almeno potenzialmente), la loro paura diminuisce.

Sviluppano un maggiore rispetto per se stesse. Allora, forse, cominciano a opporsi all'oppressione. Vedono che hanno la capacità di resistere, perché anche loro sono terrificanti. Vedono che possono e devono alzarsi in piedi, perché cominciano a capire quanto diventeranno realmente mostruose, altrimenti si alimenteranno del loro risentimento, trasformandolo nei desideri più distruttivi. Diciamolo ancora: c'è poca differenza tra una capacità, insita in una persona, di creare disordine e distruzione, e la forza di carattere. È una delle lezioni più difficili della vita.

Forse sei un perdente. E forse non lo sei, ma se lo sei non devi continuare a comportarti così. Forse hai solo preso una brutta abitudine. Forse sei un collezionista di brutte abitudini. Tuttavia, non è detto che il tuo atteggiamento sia appropriato alla condizione attuale, anche se ti sei ritrovato naturalmente ad assumere quella postura dimessa, anche se eri impopolare, sei stato vittima di bullismo a scuola o di maltrattamento a casa.²⁸ Le circostanze cambiano. Se cammini con le spalle basse, con lo stesso portamento che caratterizza un'aragosta sconfitta, le persone ti assegneranno uno status inferiore, e il vecchio calcolatore che condividi con i crostacei e che si trova alla base del cervello ti assegnerà un basso gradino nella scala sociale. Allora il cervello non produrrà più serotonina. Sarai meno felice, più ansioso e triste, e sarà più probabile che ti tirerà indietro quando invece dovrà difenderti. Ridurrà anche la probabilità che tu possa vivere in un bel quartiere, avere accesso a risorse di alta qualità e conquistare qualcuno che sia sano e desiderabile. Ti renderà più incline all'abuso di cocaina e di alcol, mentre vivrai pieno di incertezze per il futuro. Aumenterà la tua predisposizione alle malattie cardiache, al cancro e alla demenza. Tutto sommato, non va molto bene.

Le circostanze cambiano e puoi farlo anche tu. I cicli di feedback positivi, sommando gli effetti l'uno all'altro, possono formare una spirale controproducente, ma possono anche farti progredire. È l'altra lezione, molto più ottimistica, dell'Equazione di Price e della distribuzione di Pareto: quelli che cominciano a conquistare qualcosa probabilmente otterranno di più. Alcune di queste spirali che si muovono verso l'alto possono verificarsi nel tuo spazio privato e soggettivo. Le alterazioni del linguaggio corporeo offrono un esempio importante. Se, partecipando a un esperimento, ti venisse chiesto da un ricercatore di muovere i muscoli facciali, uno alla volta, in modo da riprodurre un'espressione triste, riferiresti di sentirti più triste e, al contrario, assumendo una mimica di

felicità, riferiresti di sentirti più felice. L'emozione è in parte un'espressione corporea e può essere amplificata o attenuata da quella stessa espressione.²⁹ Alcuni dei cicli di feedback positivi espressi anche dal linguaggio del corpo possono travalicare i confini dell'esperienza soggettiva, per manifestarsi nello spazio sociale che condividi con altre persone. Se la tua postura è dimessa, per esempio, abbattuta, con le spalle in avanti e incurvate, il petto in dentro, la testa che ciondola verso il basso; se hai un aspetto fragile, sconfitto e inefficace, allora ti sentirai fragile, sconfitto e inefficace. Le reazioni degli altri aggraveranno la situazione. Le persone, come le aragoste, si misurano a vicenda, in parte in conseguenza del loro atteggiamento. Se ti presenti come una persona sconfitta, le persone ti tratteranno come se fossi un perdente. Se inizi a raddrizzare la postura, le persone ti guarderanno e ti tratteranno diversamente.

Forse obietterai che una bassa posizione nella scala sociale è reale. Una semplice trasformazione della postura non basta per cambiare tutto ciò. Se sei nella posizione numero dieci e stai in piedi diritto, con un atteggiamento dominante, forse ti ritroverai ad attirare l'attenzione di chi vuole, ancora una volta, buttarti giù. Va bene. Ma stare dritti con le spalle indietro non è semplicemente un atteggiamento fisico, perché non sei solo un corpo. Sei uno spirito, per così dire, una psiche. Stare fisicamente diritti significa, implica e sottolinea lo stare diritti metafisicamente. Stare diritti significa accettare volontariamente il fardello dell'Essere. Il sistema nervoso risponde in maniera completamente diversa se affronti con spirito di iniziativa le richieste della vita. Rispondi a una sfida, invece di prepararti a una catastrofe. Vedi l'oro che il drago custodisce, invece di farti piccolo piccolo alla vista del temibile drago. Ti fai avanti per prendere il tuo posto nella gerarchia della dominanza e occupare il territorio, manifestando la volontà di difenderlo, espanderlo e trasformarlo. Tutto ciò può avvenire praticamente o simbolicamente, come riorganizzazione fisica o concettuale. Stare diritti con le spalle indietro significa accettare la terribile responsabilità della vita, con gli occhi ben aperti. Significa decidere di trasformare volontariamente il caos del potenziale nella realtà dell'ordine quotidiano. Significa assumerti il peso della consapevolezza di sé e accettare la fine del paradiso inconscio dell'infanzia, dove la finitezza e la mortalità sono comprese solo come concetti vaghi. Significa intraprendere volontariamente i sacrifici necessari per creare una realtà produttiva e significativa, agire secondo il volere di Dio, per dirla con parole antiche.

Stare diritti con le spalle indietro significa costruire l'arca che protegge il mondo dall'inondazione, guidare la tua gente attraverso il deserto dopo la fuga dalla tirannia, allontanarsi dalla confortevole casa e dal proprio Paese e annunciare la parola profetica a chi trascura le vedove e i bambini. Significa assumere sulle proprie spalle la croce che segna la X, il luogo in cui tu e l'Essere vi intersecate inscindibilmente. Significa gettare l'ordine morto, rigido e troppo tirannico nel caos da cui è stato generato; significa resistere all'incertezza che ne consegue e stabilire, poi, un ordine migliore, più ricco di significato e più produttivo.

Quindi, cura con attenzione la postura. Smetti di chiuderti nelle spalle e di ingobbirti. Esprimi la tua opinione. Metti i tuoi desideri davanti a tutto, come se ne avessi diritto, almeno lo stesso diritto che hanno gli altri. Cammina con la testa alta e guarda diritto in avanti. Osa essere pericoloso. Incoraggia la serotonina a fluire abbondantemente attraverso i percorsi neuronali ricercandone disperatamente l'azione calmante.

Le persone, incluso te stesso, inizieranno a pensare che sei competente e capace o almeno non penseranno subito il contrario. Incoraggiato dalle risposte positive che ricevi, inizierai a essere meno ansioso. Troverai quindi più facile prestare attenzione ai sottili indizi sociali che le persone si scambiano mentre comunicano. Le tue conversazioni saranno più sciolte, con meno pause imbarazzanti. Ti sarà più semplice conoscere nuove persone, interagire con loro e fare buona impressione. Ciò non solo aumenterà la probabilità che ti accadano cose positive, ma farà anche sì che le cose buone abbiano effetti più duraturi.

Così rafforzato e rincuorato, puoi scegliere di abbracciare l'Essere e di impegnarti perché progredisca e migliori. Così rafforzato, sei in grado di stare in piedi anche durante la malattia di una persona cara, anche nella morte di un genitore, e di permettere agli altri di trovare forza al tuo fianco, invece di lasciarsi sopraffare dalla disperazione. Così rincuorato, ti imbarcherai nel viaggio della vita, lascerai che la tua luce brilli, per così dire, sul colle celeste, e perseguirai il tuo legittimo destino. Allora l'importanza e il significato della tua vita possono essere sufficienti a tenere a bada l'influenza coruttrice della disperazione mortale.

Allora puoi essere in grado di farti carico del terribile fardello del Mondo e trovare la gioia.

Trai ispirazione dall'aragosta vittoriosa, che vanta trecentocinquanta milioni d'anni di saggezza pratica. Stai diritto, con le spalle bene indietro.



REGOLA 2

TRATTA TE STESSO COME FAI CON CHI SI AFFIDA A TE

PERCHÉ NON PRENDI LE TUE CAVOLO DI PILLOLE?

Immagina che a cento persone sia prescritto un farmaco. Ecco cosa succederà. Un terzo di loro non seguirà la prescrizione.³⁰ La metà degli altri sessantasette lo farà, ma non seguirà le indicazioni mediche correttamente. Salterà qualche dose e presto smetterà di prenderlo. Forse non lo prenderà affatto.

I medici e i farmacisti tendono a incolpare i pazienti per la loro mancanza di disciplina, per l'indolenza e gli errori che commettono. "Puoi portare un cavallo alla sorgente d'acqua, ma non puoi costringerlo a bere" obiettano. Gli psicologi solitamente pensano che questo giudizio sia semplicistico. Siamo infatti portati a pensare che l'incapacità dei pazienti di seguire un consiglio sia colpa del medico, non del paziente. Riteniamo che sia compito del dottore trasmettere i consigli e le indicazioni in modo tale che siano seguiti. È il medico a dover mettere a punto un programma che il paziente sia in grado di rispettare fino al raggiungimento del risultato e assicurarsi che tutto proceda correttamente. È solo uno dei tanti aspetti che rendono gli psicologi meravigliosi. Mi sembra ovvio, con i nostri clienti

abbiamo il lusso del tempo, mentre gli altri professionisti della salute devono agire tempestivamente e si domandano perché i malati non assumano le medicine. Perché si comportano così? Non vogliono stare meglio?

Ecco una situazione ancora più spiacevole. Immagina che qualcuno riceva un trapianto d'organo. Immagina che sia un rene. Un trapianto, in genere, avviene dopo un lungo periodo di ansiosa attesa da parte del destinatario. Una ristretta minoranza di persone dona gli organi in punto di morte (e sono ancora meno quelli che decidono di farlo mentre sono ancora in vita). Solo un modestissimo numero di organi è compatibile con le persone in lista d'attesa. Ciò significa che, in genere, la persona che riceve un trapianto di reni si è sottoposta per anni a emodialisi come unica alternativa. L'emodialisi consiste nel far scorrere tutto il sangue del paziente fuori dal corpo, attraverso una macchina-filtro, per eliminare le sostanze tossiche e poi rimetterlo in circolazione. È un trattamento difficile, miracoloso ed efficace, ma non è piacevole. Deve essere eseguito dalle cinque alle sette volte a settimana, per otto ore ogni volta. Praticamente, sarebbe da fare ogni volta che il paziente dorme. È troppo. Nessuno vuole rimanere in dialisi a vita.

Ora, una delle complicazioni del trapianto è il rigetto. Il corpo non ama ricevere parti estranee. Il sistema immunitario cerca di attaccare e distruggere gli elementi non riconosciuti, anche se questi sono cruciali per la sopravvivenza. Per evitare che ciò accada, è necessario assumere farmaci antirigetto, che indeboliscono le difese immunitarie e accrescono la predisposizione alle malattie infettive. La maggior parte delle persone accetta di buon grado il compromesso. Chi riceve un trapianto continua a risentire negativamente degli effetti del rigetto d'organo, nonostante i farmaci. Non è perché i farmaci non funzionino, anche se a volte accade. Più spesso questo fenomeno si verifica perché le persone non prendono i medicinali prescritti. Si stenta a crederci. Il malfunzionamento dei reni è un problema serio. La dialisi non è una passeggiata. Il trapianto avviene dopo una lunga attesa, che comporta un rischio elevato e una spesa ingente. Metti tutto a rischio perché preferisci non prendere i farmaci? Com'è possibile che le persone si comportino così con se stesse? Come può accadere?

È complicato, siamo sinceri. Molti soggetti che ricevono un trapianto d'organo sono soli o non in perfetta salute (per non parlare dei disagi personali legati alla disoccupazione o alla situazione familiare). Possono

soffrire di disturbi mentali o di depressione. Forse non si fidano del tutto del proprio medico o non capiscono la necessità di seguire una certa terapia. Forse riescono a stento ad acquistare i medicinali prescritti e così cercano di razionarli, disperatamente e senza risultato.

Ma – ed è l’aspetto incredibile – immagina che non sia tu a sentirti male. È il tuo cane. Quindi lo porti dal veterinario, che ti dà una prescrizione. Cosa succede, a questo punto? Hai altrettanti motivi per diffidare del veterinario di quanti ne abbia nei confronti del medico. Inoltre, se ti fosse importato così poco del tuo cane da non preoccuparti che gli potesse essere prescritto un farmaco inadatto o sbagliato, non lo avresti nemmeno portato dal veterinario. Quindi, ti importa. Le tue azioni lo dimostrano. In effetti, secondo le statistiche, è possibile che ti importi più del cane che di te. Le persone sono più brave a seguire le prescrizioni e a somministrare correttamente le terapie ai loro animali domestici che a se stesse. Non va bene. Anche dal punto di vista del tuo animale domestico, non va bene. Il tuo cane probabilmente ti ama e sarebbe più felice se anche tu prendessi le medicine.

È difficile trarre una qualche conclusione da questi fatti, se non che pare che le persone amino i loro cani, gatti, furetti e uccelli, forse anche le loro lucertole, più di se stesse. Non è tremendo? Non c’è da vergognarsi? Cosa porta qualcuno a preferire un animale domestico a se stesso?

Un racconto antico, narrato nel Libro della Genesi, il primo libro dell’Antico Testamento, mi ha aiutato a trovare una risposta a questa sconcertante domanda.

Il racconto più antico e la natura del mondo

Nella Genesi si intrecciano due miti della creazione provenienti da due diverse fonti mediorientali. Secondo il primo in ordine cronologico, anche se storicamente più recente – noto come “sacerdotale” –, Dio creò il cosmo usando il Verbo divino: con la parola portò a esistere la luce, l’acqua e la terra, poi le piante e i corpi celesti. Quindi, sempre con il Verbo, creò uccelli, animali e pesci e concluse con gli esseri umani, maschio e femmina, entrambi formati a sua immagine e somiglianza. Ecco quanto è narrato in Genesi 1. Nel secondo racconto, più antico, quello “jahvista”, troviamo un’altra narrazione cosmologica che vede al centro Adamo ed Eva (in cui i dettagli della creazione in parte differiscono), così come le storie di Caino e Abele, di Noè e della Torre di Babele. Ecco quanto è narrato in Genesi 2.

Per comprendere Genesi 1 e la sua insistenza sul Verbo come forza creatrice è prima necessario rivedere alcuni antichi assunti di base. Sono del tutto diversi, per tipo e intento, dagli assunti della scienza, che furono esplicitati solo cinquecento anni fa con l'opera di Francis Bacon, René Descartes e Isaac Newton. In qualsiasi modo i nostri antenati interpretarono il mondo, ben prima di questi principi, non fu certo da una prospettiva scientifica (non più di quanto riuscissero a vedere la Luna e le stelle senza le lenti del telescopio, invenzione altrettanto recente). Dal momento che adesso abbiamo una mentalità tanto scientifica – e così risolutamente materialista – è molto difficile per noi anche solo capire che possano esistere e che esistano altri modi di vedere. Ma chi visse nella lontana epoca in cui sorse le fondamenta epiche della nostra cultura era molto più interessato alle azioni che portavano alla sopravvivenza, e quindi a interpretare il mondo nell'ottica di questo obiettivo, che a tutto quello che ora intendiamo come verità oggettiva.

Prima che si delineasse una visione scientifica del mondo, la realtà era interpretata diversamente. L'Essere era visto come il luogo dell'azione, non il luogo delle cose.³¹ Qualcosa di simile a un racconto o a una rappresentazione teatrale, che si manifestava come un'esperienza viva e soggettiva, vissuta attimo dopo attimo, nella coscienza di ognuno. Qualcosa di simile alle storie che ci raccontiamo reciprocamente sulla nostra vita e sul suo significato. Qualcosa di simile alle vicende che i romanzieri descrivono quando catturano l'esistenza nelle pagine dei loro libri. L'esperienza soggettiva include oggetti familiari, come alberi e nuvole, ma anche e soprattutto emozioni e sogni, nonché sensazioni come fame, sete e dolore. Sono questi aspetti, vissuti personalmente, gli elementi essenziali della vita umana, secondo la prospettiva arcaica. E non sono facilmente riducibili a qualcosa di oggettivo e distinto da noi: nemmeno la moderna mente riduzionista e materialista riesce a farlo. Il dolore, per esempio, è soggettivo. È qualcosa di tanto reale che non riusciamo a portare nessuna argomentazione a sostegno della sua non-esistenza. Tutti agiscono come se il loro dolore fosse reale: sostanzialmente e definitivamente reale. Il dolore conta, più della materia. È per questa ragione, io credo, che così tante tradizioni nel mondo ritengono che la sofferenza connessa all'esistenza sia l'irriducibile verità dell'Essere.

In ogni caso, ciò che esperiamo soggettivamente può essere paragonato molto più a un romanzo o a un film che a una descrizione scientifica del

reale. È il dramma dell'esperienza vissuta: la morte unica, tragica e personale, di tuo padre, diversa dalla morte impersonale elencata nei registri dell'ospedale; la delusione per il tuo primo amore; la sofferenza per le speranze infrante; la gioia che accompagna il successo di un figlio.

Il dominio, non della materia, ma di ciò che conta

Il regno scientifico della materia può essere ridotto, in un certo senso, ai suoi elementi basilari: molecole, atomi e persino quark. Anche il mondo dell'esperienza, però, ha i propri costituenti primari. Sono gli elementi necessari le cui interazioni definiscono la rappresentazione e il racconto. Uno di questi è il caos. Un altro è l'ordine. Il terzo (perché ce ne sono tre) è il processo che media tra i due e che sembra corrispondere a ciò che le persone oggi chiamano "coscienza". È il nostro eterno assoggettamento ai primi due che ci fa dubitare dell'autenticità dell'esistenza, ci fa disperare e fa sì che non ci si prenda cura di sé come si dovrebbe. È la corretta comprensione del terzo elemento che ci consente di avere una scappatoia.

Il caos è il dominio dell'ignoranza. È il territorio inesplorato. Il caos è ciò che si estende, eternamente e senza limiti, oltre i confini di tutti gli Stati, di tutte le idee e di tutte le regole. È lo straniero, l'estraneo, il membro di un'altra banda, il fruscio tra i cespugli nella notte, il mostro sotto il letto, la rabbia nascosta della madre e la malattia del figlio. Il caos è la disperazione e l'orrore che provi quando sei stato tradito nel profondo. È il posto in cui finisci quando tutto si sgretola; quando i tuoi sogni s'infrangono, il tuo lavoro tracolla o il tuo matrimonio finisce. È il mondo sotterraneo della fiaba e del mito, dove il drago e l'oro che esso custodisce coesistono eternamente. Il caos è il luogo in cui ci troviamo quando non sappiamo dove siamo né cosa stiamo facendo. In breve, coincide con tutto quello che non conosciamo né comprendiamo.

Il caos è anche il potenziale informe da cui, all'alba dei tempi, il Dio di Genesi 1 ha creato ordine usando il linguaggio. È lo stesso potenziale da cui noi, fatti a immagine e somiglianza di Dio, facciamo emergere il racconto e i momenti sempre mutevoli delle nostre vite. E il caos è anche libertà, terribile libertà.

L'ordine, al contrario, è il territorio noto. È la gerarchia di luogo, posizione sociale e autorità, che esiste da centinaia di milioni di anni. È la struttura della società. È anche la definizione che ci viene fornita dalla biologia, in particolare nella misura in cui ci siamo adattati alla società.

L'ordine è tribù, religione, focolare, casa e Paese. È il soggiorno accogliente e sicuro riscaldato dal camino e in cui i bambini giocano. È la bandiera nazionale. È il valore della moneta. L'ordine è il terreno sotto i piedi e il programma della giornata. È la magnificenza della tradizione, i banchi in fila in un'aula scolastica, i treni che partono in orario, il calendario e l'orologio. L'ordine è la facciata pubblica che siamo chiamati a rivestire, la cortesia tra estranei civilizzati che s'incontrano e il ghiaccio sottile su cui tutti pattiniamo. L'ordine è il luogo in cui il comportamento del mondo esterno corrisponde alle nostre aspettative e ai nostri desideri; il luogo in cui tutte le cose sono come le vogliamo. Ma l'ordine a volte è anche sopruso e annullamento, se la richiesta di certezza, uniformità e purezza diventa troppo unilaterale.

Dove tutto è certo, siamo nell'ordine. Ci siamo quando le cose vanno secondo i piani e nulla è nuovo e inquietante. Nel mondo dell'ordine tutto procede secondo le intenzioni di Dio. Ci piace trovarci lì. Gli ambienti familiari ci sono congeniali. Nell'ordine siamo in grado di pensare a lungo termine. Lì le cose funzionano e noi siamo equilibrati, calmi e competenti. Perciò raramente lasciamo luoghi – geografici o concettuali – che conosciamo e comprendiamo, e di certo non siamo contenti se ci troviamo costretti a farlo o se accade accidentalmente.

Vivi nell'ordine se hai un amico fedele, un alleato affidabile. Se la stessa persona ti tradisce e ti inganna, ti sposti dal mondo diurno fatto di luce e chiarezza verso l'oscuro mondo sotterraneo del caos, della confusione e della disperazione. E, similmente, ti sposti nello stesso luogo quando l'azienda per cui lavori rischia il fallimento e il tuo posto di lavoro diventa incerto. Quando hai presentato la dichiarazione dei redditi, sei nel mondo dell'ordine. Quando sei oggetto di un accertamento tributario, è il caos. La maggior parte delle persone preferirebbe essere aggredita piuttosto che sottoporsi a un'ispezione. Prima che fossero abbattute le Torri Gemelle, quello era l'ordine. In seguito si manifestò il caos. Tutti l'avvertirono. L'aria stessa divenne incerta. Che cosa era stato abbattuto esattamente? Domanda sbagliata. Che cosa era rimasto in piedi esattamente? Ecco il punto della questione.

Quando il ghiaccio su cui stai pattinando è solido, ecco l'ordine. Quando la superficie si frantuma, tutto si sgretola e tu cadi nell'acqua ghiacciata, quello è il caos. L'ordine è la Contea degli Hobbit di Tolkien: pacifica, fertile e sicura, anche per gli ingenui. Il caos è il regno sotterraneo dei Nani,

usurpato da Smaug, il drago che si accaparra il tesoro. Il caos è il profondo fondale oceanico che Pinocchio attraversa per salvare il padre dalla balena. Quel viaggio nell'oscurità e verso la salvezza è l'avventura più difficile che un burattino deve vivere, se vuole essere reale; se vuole sottrarsi alle tentazioni dell'inganno, della finzione, del vittimismo, del piacere impulsivo e della sottomissione totalitaria; se vuole prendere il proprio posto nel mondo come essere autentico.

L'ordine è la stabilità del matrimonio, sostenuto dalle tradizioni del passato e dalle tue aspettative, che affondano le proprie radici, anche se non ne sei consapevole, in quelle stesse tradizioni. Il caos è la stabilità che ti si sgretola sotto i piedi quando scopri l'infedeltà del partner. Il caos è l'esperienza del vacillare privo di legami e di sostegno, quando le abitudini e le tradizioni che ti hanno guidato fino a quel momento franano.

L'ordine è il luogo e il tempo in cui gli assiomi su cui si basa la tua vita (spesso in maniera impercepibile) organizzano la tua esperienza e le tue azioni affinché ciò che dovrebbe accadere accada. Il caos è il nuovo spazio e il nuovo tempo che emergono quando qualcosa di sgradevole ti colpisce all'improvviso o quando l'ostilità rivela il proprio volto paralizzante, anche all'interno della tua stessa casa. Ogni volta che stabilisci un programma può avvenire qualcosa di inaspettato, a prescindere da quanto familiari siano le circostanze. Quando ciò accade, il tuo territorio cambia. Non farti ingannare: lo spazio apparente potrebbe essere lo stesso. Ma noi viviamo nel tempo, oltre che nello spazio. Di conseguenza, anche i luoghi più antichi e familiari conservano l'intrinseca capacità di sorprenderti. Potresti essere felicemente alla guida dell'automobile che usi e ami da anni. Ma il tempo passa. I freni potrebbero incepparsi. Puoi camminare per strada grazie al corpo che conosci da sempre. Ma se il tuo cuore funziona male, anche solo per un attimo, tutto cambia. Anche i cani vecchi e amichevoli possono sempre morderti, così come gli amici fidati possono ingannarti. Nuove idee possono distruggere le vecchie e confortevoli certezze. Ed è un cambiamento determinante, reale.

Il nostro cervello reagisce istantaneamente al manifestarsi del caos, con connessioni e circuiti semplici e velocissimi, formatisi in tempi antichi, quando i nostri antenati abitavano sugli alberi e i serpenti ti potevano attaccare senza che neanche te ne accorgessi.³² Dopo questa reazione immediata, ovvero il riflesso fisico, arrivano le risposte più complesse ma più lente delle emozioni, che sono radicate in una seconda fase

dell’evoluzione. E in seguito arriva il pensiero, di ordine superiore, che può estendersi per secondi, minuti o anni. Tutte queste risposte, in un certo senso, sono istintive, ma lo sono in misura maggiore quanto più sono veloci.

Caos e ordine: personalità, femminile e maschile

Il caos e l’ordine sono due degli elementi più basilari che sperimentiamo, due delle suddivisioni più elementari dell’Essere stesso. Ma, dato che non si tratta di cose né di oggetti, non li sperimentiamo come tali. Le cose o gli oggetti sono parte del mondo oggettivo. Sono inanimati, privi di spirito. Sono inerti. Non è così per il caos e per l’ordine. Essi sono percepiti, vissuti e compresi (laddove lo siano) come esseri dotati di una propria personalità. È così fin dai tempi antichi, solo che gli uomini moderni non se ne rendono conto.

Ordine e caos non vengono percepiti inizialmente come cose o oggetti, e personificati solo in un secondo momento. Ciò avverrebbe solo se prima percepissimo una realtà oggettiva e poi ne deducessimo l’intento e lo scopo. Ma non è così che funziona, nonostante i nostri preconcetti. Percepiamo le cose in quanto strumenti, per esempio, contemporaneamente o prima ancora di avvertirle come oggetti. Comprendiamo la funzione delle cose altrettanto o più velocemente di quanto capiamo ciò che esse sono.³³ Anche la percezione delle cose come entità dotate di personalità avviene d’acchito. Ciò è particolarmente vero in riferimento alle azioni degli altri esseri viventi.³⁴ Noi vediamo però anche il mondo oggettivo e non vivente come animato, dotato di un proprio scopo e di un intento ben preciso. Si deve al funzionamento di ciò che gli psicologi chiamano “l’iperattivo rilevatore di azioni” che si trova dentro ognuno di noi.³⁵ Ci siamo evoluti, nel corso di millenni, in circostanze fortemente sociali. Ciò significa che gli elementi più significativi del nostro ambiente originario erano le personalità, non le cose, gli oggetti o le situazioni.

Le personalità che siamo arrivati a distinguere nel corso dell’evoluzione esistono, in una forma prevedibile e in configurazioni tipiche, gerarchiche, che coprono ogni tipo di scopo e di motivazione. Sono maschi o femmine, per esempio, da circa un miliardo di anni. È davvero molto tempo. La distinzione delle forme di vita tra un sesso e l’altro si è verificata anche prima che si evolvessero gli organismi multicellulari. Solo nell’ultima fase di questo periodo, l’ultimo quinto, sono comparsi i mammiferi, che si

prendono cura dei loro piccoli. Quindi, le categorie di genitore e di figlio esistono da circa 200 milioni di anni. Esistono da più tempo degli uccelli. Esistono da più tempo dei fiori. Non è un miliardo di anni, ma è comunque un tempo molto lungo, sufficiente perché maschio e femmina, genitore e figlio diventassero componenti vitali e fondamentali dell'ambiente a cui ci siamo adattati. Ciò significa che sono categorie naturali, profondamente radicate nelle nostre strutture percettive, emotive e motivazionali.

Il nostro cervello è profondamente sociale. Altre creature, soprattutto umane, sono state di importanza fondamentale per noi, per la nostra vita, l'accoppiamento e l'evoluzione. Quelle creature sono state letteralmente il nostro habitat naturale, il nostro ambiente. Da una prospettiva darwiniana, la natura – la realtà stessa, l'ambiente – è l'agente che seleziona. L'ambiente non può essere definito più semplicemente. Non è una mera materia inerte. La realtà stessa è ciò con cui ci confrontiamo e contro cui combattiamo nella nostra lotta per la sopravvivenza e la riproduzione. Gran parte della realtà è costituita da altri esseri, da quello che pensano di noi e dalle loro comunità. E questo è quanto.

Nel corso dei millenni, a mano a mano che le nostre facoltà cerebrali si sono potenziate e mentre sviluppavamo curiosità in abbondanza, siamo diventati sempre più consapevoli e interessati alla natura del mondo, motivati cioè a comprendere ciò che alla fine abbiamo concettualizzato come mondo oggettivo, qualcosa che va al di là delle personalità della nostra famiglia e del nostro gruppo. E per al di là non intendiamo semplicemente un territorio fisicamente inesplorato, bensì ancora da comprendere. Per farlo è necessario rappresentarlo oggettivamente, ma soprattutto relazionarsi a esso e affrontarlo. Dato che il nostro cervello però si era a lungo concentrato sulle persone, ci siamo probabilmente approcciati al mondo sconosciuto, caotico, non umano, con le categorie innate del nostro cervello sociale.³⁶ Tuttavia anche questo è un errore: nel momento in cui abbiamo iniziato a percepire il mondo sconosciuto, caotico e non umano, abbiamo usato il modello di rappresentazione originariamente creato per il *mondo sociale animale preumano*. Le nostre menti sono molto più antiche dell'umanità vera e propria. Le nostre categorie si sono sviluppate molto prima della nostra specie. La più elementare, in un certo senso la più antica, come l'atto sessuale stesso, pare essere quella di genere sessuale, maschile e femminile. Sembra che abbiamo appreso la conoscenza

primordiale di un’opposizione strutturata e creativa e abbiamo cominciato a interpretare tutto attraverso quella lente.³⁷

L’ordine, il conosciuto, appare simbolicamente associato alla mascolinità, come nel già citato yang del simbolo taoista dello yin e dello yang. È così forse perché la struttura gerarchica primaria della società umana è maschile, come lo è per la maggior parte degli animali, inclusi gli scimpanzé, gli animali più simili a noi dal punto di vista genetico e probabilmente anche comportamentale. È perché gli uomini sono, e sono stati nel corso della storia, i costruttori di città, gli ingegneri, gli scultori, i muratori, i boscaioli, gli addetti ai macchinari pesanti.³⁸ L’ordine è Dio Padre, l’eterno giudice, detentore del libro mastro e dispensatore di ricompense e punizioni. L’ordine è l’esercito di poliziotti e soldati in tempo di pace. È la cultura politica, l’ambiente aziendale e il sistema. È il soggetto di “pensano” in “Sai come la pensano”. Sono le carte di credito, le aule scolastiche, le code alla cassa del supermercato, il rispetto dei turni, i semafori e i tragitti quotidiani dei pendolari. L’ordine, se esasperato, se squilibrato, può manifestarsi anche con distruttività e terrore. Lo fa nelle migrazioni forzate, nei campi di concentramento e nell’uniformità, che consuma l’anima, da marcia militare.

Il caos, l’ignoto, è simbolicamente associato al femminile. In parte è così perché tutte le cose che abbiamo imparato a conoscere sono nate, in origine, dall’ignoto, proprio come tutti gli esseri che incontriamo sono nati da una madre. Il caos è *mater*, origine, fonte, madre, materia, la sostanza di cui tutte le cose sono fatte. È anche ciò che conta, l’argomento stesso del pensiero e della comunicazione. Nella versione positiva, il caos è la possibilità stessa, la sorgente delle idee, il misterioso regno della gestazione e della nascita. Come forza negativa, è l’oscurità impenetrabile di una grotta e l’incidente sul ciglio della strada. È la madre grizzly, così attenta ai propri cuccioli, che ti individua come potenziale predatore e ti fa a pezzi.

Il caos, l’eterno femminino, è anche la forza schiacciante della selezione sessuale. Le donne sono compagne esigenti (a differenza degli scimpanzé femmine, le loro controparti animali più simili³⁹). La maggior parte degli uomini non soddisfa gli standard delle donne. È per questo che le donne attive nei siti di incontri giudicano l’85 per cento degli uomini inferiore alla media, quanto ad avvenenza.⁴⁰ È per questo che complessivamente abbiamo un numero di antenati femminili doppio rispetto agli antenati

maschili.⁴¹ È donna la natura che guarda metà degli uomini e dice: “No!”. Per gli uomini è un incontro diretto con il caos, che si verifica con forza devastante ogni volta che ricevono un rifiuto a una richiesta di appuntamento. La selettività delle donne è ciò che ci differenzia molto dall’antenato che abbiamo in comune con gli scimpanzé. La tendenza delle donne a dire di no, più di ogni altra forza, ha spinto la nostra specie a evolversi verso creature creative, industriose, erette e dal grande cervello, quindi competitive, aggressive e prepotenti, corrispondenti a ciò che siamo oggi.⁴² La natura è la donna che dice: “Ehi, sei un buon amico ma ciò che ho visto finora di te non mi ha mai rivelato che il tuo corredo genetico sia idoneo per la propagazione della specie.”

I simboli religiosi più sentiti basano gran parte della loro forza su questa classificazione concettuale essenzialmente bilaterale. La stella di David è, per esempio, l’unione del triangolo rivolto verso il basso, simbolo della femminilità, e del triangolo che punta verso l’alto, simbolo del maschile.* È lo stesso per lo *yoni* e il *lingam* dell’induismo, che sono ricoperti di serpenti, nostri antichi avversari e provocatori: lo Shiva Linga è raffigurato attorniato da divinità serpenti chiamate Naga. Gli antichi egizi rappresentavano Osiride, dio della civiltà, e Iside, dea degli inferi, come due cobra con la coda annodata insieme. Lo stesso simbolo è stato usato in Cina per ritrarre Fuxi e Nuwa, creatori dell’umanità e della scrittura. Le rappresentazioni cristiane sono meno astratte, più simili a personalità umane, ma le familiari immagini occidentali della Vergine Maria con il Cristo bambino e della Pietà esprimono entrambe la duplice unità di femminile e maschile, così come la tradizionale raffigurazione androgina di Cristo.⁴³

Va inoltre notato, infine, che la stessa struttura morfologica del cervello umano sembra riflettere questa dualità. Ciò per me indica la realtà fondamentale, oltre la metafora, della ripartizione simbolica tra femminile e maschile, dal momento che il cervello si adatta, per definizione, alla realtà stessa, ovvero alla realtà concettualizzata secondo questa prospettiva, quasi darwiniana. Elkhonon Goldberg, allievo del grande neuropsicologo russo Alexander Luria, sostenne con lucidità e chiarezza che la struttura emisferica della corteccia riflette la divisione fondamentale tra novità (l’ignoto o il caos) e l’abitudine (l’ordine noto).⁴⁴ Goldberg non citava a supporto della propria teoria dei simboli che rappresentano la struttura del

mondo, ma questo è tanto di guadagnato: un'idea è più credibile se emerge come conseguenza di indagini condotte in diversi campi.⁴⁵

Lo sappiamo già, ma non sappiamo di saperlo. Lo comprendiamo immediatamente, però, se è articolato così. Tutti comprendono l'ordine e il caos, il mondo diurno e il mondo sotterraneo, se spiegati in questo modo. Abbiamo tutti una palpabile sensazione del caos che è in agguato dietro ogni cosa familiare. Ecco perché comprendiamo le storie strane e surreali di "Pinocchio", "La bella addormentata", "Il Re Leone", "La Sirenetta" e "La Bella e la Bestia", con i loro paesaggi eterni di noto e ignoto, mondo diurno e mondo sotterraneo. Tutti siamo stati in questi luoghi, a volte per caso, a volte per scelta.

Molte cose cominciano a trovare una propria collocazione, se inizi a comprendere consapevolmente il mondo secondo questa prospettiva. È come se il sapere del corpo e dell'anima si allineasse alla conoscenza intellettuale. E c'è di più: questo sapere è prescrittivo, oltre che descrittivo. È il tipo di conoscenza da cui si capisce come tutto è e come tutto dovrebbe essere. La giustapposizione taoista di yin e yang, per esempio, non rappresenta semplicemente il caos e l'ordine come elementi fondamentali dell'Essere, ma indica anche come agire. La Via, il sentiero taoista della vita, è rappresentata sulla linea di contatto tra i serpenti gemelli, è il percorso dell'Essere giusto. È la stessa via cui si riferisce Cristo in Giovanni 14:6: "Io sono la via, la verità e la vita". La stessa idea è espressa in Matteo 7:14: "Perché stretta è la porta e angusta la via che conduce alla vita, e soltanto pochi la trovano".

Abitiamo eternamente un ordine circondato dal caos. Occupiamo eternamente un territorio conosciuto circondato dall'ignoto. Se riusciamo a mediare adeguatamente tra questi aspetti, sperimentiamo un coinvolgimento importante. Siamo adattati, nel più profondo senso darwiniano, non al mondo degli oggetti, ma alle metarealtà dell'ordine e del caos, dello yang e dello yin, che costituiscono l'ambiente eterno e trascendente dei vivi.

Stare nell'ambito di quella fondamentale dualità significa essere equilibrati: avere un piede saldamente piantato nell'ordine e nella sicurezza e l'altro nel caos, nella possibilità, nella crescita e nell'avventura. Quando la vita si rivela all'improvviso intensa, avvincente e piena di senso, quando il tempo passa e sei così assorbito da quello che stai facendo da non accorgertene: è lì allora che ti trovi esattamente al confine tra ordine e caos. Il significato soggettivo che incontriamo in quel luogo è la risposta del

nostro essere più profondo, il nostro sé istintivo, radicato neurologicamente ed evolutivamente, che indica che ci impegniamo per mantenere la stabilità ma anche per espandere il territorio abitabile, produttivo, dello spazio che è personale, sociale e naturale. È il posto giusto dove essere, in tutti i sensi. Ci sei quando e dove conta. È ciò che ti dice anche la musica, quando la ascolti e forse ancor di più se la balli, nel momento in cui l'alternarsi di schemi prevedibili e imprevisti fa scaturire il significato stesso dalle profondità più abissali del tuo essere.

Il caos e l'ordine sono elementi fondamentali, perché ogni situazione vissuta, o persino concepibile, è composta da entrambi. A prescindere da dove ci troviamo, ci confrontiamo con alcune cose che possiamo identificare, utilizzare e prevedere, e con altre che non conosciamo né comprendiamo. Non importa chi siamo, se un abitante del deserto del Kalahari o un banchiere di Wall Street, alcuni aspetti della realtà sono sotto il nostro controllo e altri no. Ecco perché in entrambi i casi possiamo comprendere le stesse storie e abitare entro i confini delle stesse verità eterne. Infine, il caos e l'ordine sono reali agli occhi di tutto ciò che è vivo, non solo per noi. Gli esseri viventi si trovano sempre in situazioni che riescono a dominare, circondati da altre che li rendono vulnerabili.

L'ordine non è abbastanza. Non puoi limitarti a essere equilibrato, sicuro e inscalfibile, perché ci sono ancora cose nuove fondamentali e importanti da imparare. Il caos, però, può essere troppo. Non puoi sopportare a lungo di essere travolto e sopraffatto oltre la tua capacità di resistenza, mentre impari ciò che hai ancora bisogno di conoscere. Quindi, devi poggiare un piede su ciò che hai imparato e compreso e l'altro su ciò che, al momento, stai esplorando e imparando a padroneggiare. Adesso ti trovi in quel territorio in cui l'angoscia esistenziale è sotto controllo, sei al sicuro ma allo stesso tempo attento e coinvolto. Qui c'è qualcosa di nuovo che puoi imparare a controllare, ed è qui che puoi migliorare. È qui che si trova il significato.

Il giardino dell'Eden

Come abbiamo detto in precedenza, le storie della Genesi provengono da diverse fonti. Dopo il più recente racconto "sacerdotale" di Genesi 1, che narra di come l'ordine sia emerso dal caos, arriva la seconda, e più antica, narrazione "jahvista", che inizia, essenzialmente, con Genesi 2. Questo racconto, che utilizza il tetragramma YHWH (Jahvè) per indicare Dio,

presenta la storia di Adamo ed Eva, insieme a una spiegazione molto più completa degli eventi del sesto giorno cui si fa riferimento nel capitolo precedente. La continuità tra le storie sembra essere il risultato di un accurato lavoro da parte di coloro che sono conosciuti dagli studiosi della Bibbia come “redattori” e che hanno intessuto le storie insieme, magari in seguito all’unione di due popoli di diverse tradizioni. L’illogicità che risultava dalla combinazione delle storie, che nel tempo continuava a moltiplicarsi, infastidì qualche studioso cosciente, coraggioso e ossessionato dalla coerenza.

Secondo la fonte “jahvista”, Dio crea in un primo momento l’Eden, che in aramaico – la presunta lingua di Gesù – significa luogo ben irrigato, o il Paradiso, da *pairidaeza*, che nell’antico iraniano o avestico, corrisponde a spazio circoscritto, giardino recintato o protetto. All’interno pone Adamo, circondato da ogni tipo di alberi da frutto, due dei quali sono distinti dagli altri: l’albero della vita e l’albero della conoscenza del bene e del male. Dio dice quindi ad Adamo che il giardino è colmo di tutta la frutta che desidera, ma aggiunge che il frutto dell’albero della conoscenza del bene e del male è proibito. In seguito, Dio crea Eva come compagna per Adamo.*

Adamo ed Eva non sembrano molto consapevoli di quanto accade, all’inizio, quando vengono posti per la prima volta in Paradiso, e certamente non hanno coscienza di loro stessi. Come il racconto sottolinea, i genitori originari sono nudi, ma non provano vergogna. Tale affermazione implica innanzitutto che è perfettamente naturale e normale che le persone si vergognino della propria nudità, altrimenti non ci sarebbe nulla da dire sulla sua assenza, e in secondo luogo che c’è comunque qualcosa di sbagliato, nel bene e nel male, nella coppia originaria. Anche se ci sono eccezioni, le uniche persone che ora non si vergognerebbero trovandosi improvvisamente nude in un luogo pubblico sono i bambini di età inferiore ai tre anni. Infatti, un incubo comune a molti riguarda l’improvvisa apparizione di loro stessi, nudi, di fronte a un gran numero di persone.

Nel terzo capitolo della Genesi appare un serpente che in un primo momento, probabilmente, aveva le zampe. Dio solo sa perché abbia permesso che una tale creatura entrasse nel giardino, o perché ce l’abbia messa. Ho riflettuto molto sul senso della vicenda. In parte, sembra un riflesso della dicotomia ordine-caos che caratterizza tutta l’esperienza, in cui il Paradiso rappresenta l’ordine abitabile e il serpente recita il ruolo del caos. Il serpente nell’Eden riveste quindi la stessa funzione del punto nero

nel lato yang del simbolo taoista, cioè la possibilità che l'ignoto e il rivoluzionario si manifestino all'improvviso dove tutto appare calmo. Non sembra possibile, neppure per Dio stesso, concepire uno spazio circoscritto completamente protetto dall'esterno: non nel mondo reale, con i suoi necessari confini, circondato dal trascendente. L'esterno, il caos, s'insinua sempre all'interno, perché nulla può essere completamente isolato dal resto della realtà. Quindi anche il luogo più protetto ospita inevitabilmente un serpente. C'erano sempre veri e propri serpenti, ogni giorno nell'erba e tra gli alberi del nostro primordiale paradiso africano.⁴⁶ Anche se si fosse trovato un modo per cacciare tutti i serpenti, grazie all'opera di qualche primordiale san Giorgio, queste entità sarebbero tuttavia sopravvissute sotto le sembianze dei nostri primitivi rivali umani (nemici secondo le nostre limitate prospettive, sviluppate all'interno del gruppo di appartenenza e tenute insieme da legami di parentela e affinità). Dopotutto, tra i nostri antenati non mancavano conflitti e guerre, tribali o meno.⁴⁷

E anche se avessimo sconfitto tutti i serpenti, rettili o umani, che ci assalivano dall'esterno, non saremmo comunque stati al sicuro. Né lo siamo ora. Del resto abbiamo visto che il nemico è in noi. Il serpente abita in ciascuna delle nostre anime. È il motivo, per quanto posso dire, della strana insistenza cristiana, resa più esplicita da John Milton, sul fatto che il serpente nel giardino dell'Eden fosse allo stesso tempo Satana, lo spirito del male stesso. L'importanza dell'identificazione simbolica, col suo incredibile splendore, non può di certo essere sottovalutata. È attraverso questo millenario esercizio di immaginazione che si è sviluppata l'idea dei concetti morali astratti, con tutto ciò che essi comportano. Un impegno che supera la comprensione è stato profuso nel formulare l'idea di bene e di male, in questa metafora che assomiglia a un sogno. Il peggiore di tutti i serpenti possibili è l'eterna propensione umana verso il male. Il peggiore di tutti i serpenti possibili è psicologico, spirituale, personale e interiore. Nessun muro, per quanto alto, lo terrà fuori. Anche se la fortezza fosse abbastanza massiccia da fermare tutto ciò che è male, esso riapparirebbe immediatamente all'interno. Come sottolineò il grande scrittore russo Aleksandr Solženicyn, la linea che separa il bene dal male attraversa il cuore di ogni essere umano.⁴⁸

Non è proprio possibile arginare con un muro una parte di realtà e rendere tutto ciò che è all'interno prevedibile e sicuro per sempre. Parte di ciò che è stato espulso dalla porta, seppur attentamente e con grande cura,

rienterà sempre dalla finestra. Un serpente, metaforicamente parlando, apparirà inevitabilmente. Il più attento dei genitori non può proteggere del tutto i propri figli, anche se li chiude in cantina, lontani dalle droghe, dall'alcol e dal porno online. In questo caso estremo, il genitore troppo prudente e troppo premuroso si limita a mettere se stesso al posto degli altri terribili problemi della vita. È il grande incubo edipico freudiano.⁴⁹ È molto meglio responsabilizzare gli esseri che sono affidati alla tua cura piuttosto che proteggerli.

E anche se fosse possibile bandire per sempre tutto ciò che è minaccioso, tutto ciò che è pericoloso (e, quindi, ogni cosa impegnativa e interessante), ciò farebbe solo emergere un altro pericolo, quello dell'infantilismo permanente e dell'assoluta inutilità. Come potrebbe la natura umana raggiungere il pieno potenziale, in assenza di sfide o pericoli? Quanto diventeremmo noiosi e spregevoli se non avessimo più niente a cui prestare attenzione? Forse Dio ritenne che la nuova creazione sarebbe stata in grado di affrontare il serpente e considerò quella presenza il minore dei due mali.

Una domanda per i genitori: vuoi che i tuoi figli siano al sicuro o che siano forti?

In ogni caso, secondo il racconto antico c'è un serpente in giardino ed è una bestia astuta: difficile da vedere, inafferrabile, ingegnosa, ingannevole e traditrice. Pertanto non sorprende che decida di giocare un brutto tiro a Eva. Perché Eva, invece di Adamo? Potrebbe essere solo un caso. Le possibilità che il serpente scegliesse Eva erano del 50 per cento, statisticamente parlando, e quindi piuttosto alte. Ma ho imparato che le vecchie storie non contengono nulla di superfluo. Qualunque dettaglio accidentale, qualsiasi cosa non serva alla trama, viene presto lasciato cadere nel passaparola. Come afferma il drammaturgo russo Anton Cechov: "Se nel primo atto c'è un fucile appeso al muro, ci sarà uno sparo nell'atto successivo. Altrimenti non avrebbe motivo di esserci."⁵⁰ Forse l'Eva primordiale aveva qualche motivo in più per prestare attenzione ai serpenti di quanti ne avesse Adamo. Forse i serpenti erano più propensi, per esempio, a mordere i suoi bambini che vivevano sugli alberi. Forse è per questo che, ancora oggi, le figlie di Eva sono più protettive, consapevoli, paurose e nervose, anche e soprattutto nella più egualitaria delle moderne società umane.⁵¹ In ogni caso, il serpente dice a Eva che, se mangerà il frutto proibito, non morirà. Al contrario, i suoi occhi si apriranno. Diventerà come Dio, in grado di distinguere il bene dal male. Certo, il serpente non le dice che lei assomiglierà a Dio solo sotto

quel punto di vista. Ma è un serpente, dopotutto. Eva è umana, vuole sapere di più, così decide di mangiare il frutto. E di colpo si sveglia: è cosciente, o forse consapevole di sé, per la prima volta.

Be', nessuna donna consapevole e sveglia tollera un uomo che lo non sia. Eva, quindi, condivide immediatamente il frutto con Adamo. Così anche Adamo diventa consapevole di sé. Poco è cambiato. Le donne svegliano e rendono gli uomini consapevoli di sé fin dall'alba dei tempi. Lo fanno principalmente rifiutandoli, ma anche rimproverandoli, se gli uomini non si prendono le proprie responsabilità. Non c'è da meravigliarsi, dal momento che le donne si assumono il fardello maggiore nell'ambito della riproduzione. È molto difficile immaginare come potrebbe essere altrimenti. Ma la capacità delle donne di criticare gli uomini e renderli consapevoli di sé, anche mettendoli a disagio, è ancora una forza primordiale della natura.

Ora, forse ti chiederai che c'entrano i serpenti con questa situazione. Bene, in primo luogo, è chiaramente di una certa importanza che tu li veda, perché potrebbero attaccarti, in particolare quando sei piccolo e vivi sugli alberi, come i nostri antenati arboricoli. La dottoressa Lynne Isbell, professoressa di antropologia ed etologia all'Università della California, ha suggerito che la vista straordinariamente acuta che è caratteristica quasi esclusiva degli esseri umani sia un adattamento generatosi in noi decine di milioni di anni fa dalla necessità di rilevare ed evitare il terribile pericolo dei serpenti, con i quali i nostri antenati erano costretti a convivere.⁵² È forse una delle ragioni per cui il serpente figura nel giardino del Paradiso come la creatura che ci ha dato la vista di Dio, oltre a servire come personificazione del nemico ancestrale ed eterno dell'umanità. È forse uno dei motivi per cui Maria, l'eterna madre archetipica, una Eva perfezionata, è comunemente raffigurata nell'iconografia medievale e rinascimentale mentre solleva il Cristo bambino, per allontanarlo il più possibile da un rettile predatore, che lei ha fermamente bloccato e incastrato sotto il piede.⁵³ E c'è di più. È un frutto quello che il serpente offre, e il frutto è associato anche a una trasformazione della vista, in quanto la nostra capacità di vedere il colore è un adattamento che ci consente di riconoscere rapidamente i frutti maturi e quindi commestibili degli alberi.⁵⁴

I nostri genitori primordiali ascoltarono il serpente e mangiarono il frutto. I loro occhi si aprirono. Entrambi si sveglierono. Forse penserai, come Eva all'inizio, che sia stata una buona cosa. A volte, però, mezzo regalo è peggio di nessun regalo. Adamo ed Eva si svegliano, va bene, ma

solo quanto basta per scoprire cose terribili. Prima di tutto, si accorgono di essere nudi.

La scimmia nuda

Mio figlio iniziò a percepire la propria nudità prima di compiere tre anni. Voleva vestirsi da solo. Teneva la porta del bagno ben chiusa. Non si presentava in pubblico senza vestiti addosso. Non riuscivo assolutamente a capire come ciò potesse avere a che fare con l'educazione che aveva ricevuto. Era una sua scoperta, una sua presa di coscienza ed era lui a scegliere come agire. Mi sembrava qualcosa di innato.

Cosa significa sapere che sei nudo o, anche peggio, sapere che tu e il tuo partner siete nudi? Ogni sorta di cose terribili, che sono state espresse in maniera alquanto terrificante, per esempio, dal pittore rinascimentale Hans Baldung Grien. Nudo significa vulnerabile e facilmente attaccabile. Nudo significa esposto alle critiche per quanto riguarda la bellezza e la salute. Nudo significa indifeso e disarmato nella giungla della natura e dell'uomo. È il motivo per cui Adamo ed Eva si vergognarono, subito dopo che i loro occhi furono aperti. Erano in grado di vedere, e videro per prima cosa loro stessi. I loro difetti risaltavano. La loro vulnerabilità era in mostra. A differenza di altri mammiferi, il cui delicato addome è protetto da corazze dorsali simili ad armature, loro erano eretti, con le parti più vulnerabili del corpo esposte al mondo. E il peggio doveva ancora venire. Adamo ed Eva fabbricarono subito dei perizomi per coprire i loro corpi fragili e per proteggere il loro ego. Poi si affrettarono a nascondersi. Nella loro vulnerabilità, ora pienamente compresa, si sentivano indegni di stare davanti a Dio.

Se non riesci a identificarti con il sentimento provato da Adamo, significa che non ci stai pensando. La bellezza getta nella vergogna il brutto. La forza fa vergognare i deboli. La morte provoca vergogna ai vivi. L'ideale riempie di vergogna tutti noi. Quindi lo temiamo, lo offendiamo, arriviamo persino a odiarlo (e, naturalmente, è proprio il tema affrontato subito dopo nella Genesi, con la storia di Caino e Abele). Cosa dobbiamo fare? Abbandonare tutti gli ideali di bellezza, salute, intelligenza e forza? Non è una buona soluzione. Ciò riuscirebbe solo a garantirci un'eterna vergogna e a confermarci che ci meriteremmo ancora più giustamente la nostra condizione. Non pretendo certo che le donne capaci di lasciarci a bocca aperta con la loro sola presenza scompaiano, così da non metterci di

fronte alla nostra autocoscienza. Non pretendo certo che geni come John von Neumann svaniscano, solo perché io comprendo a stento la matematica. All'età di diciannove anni, egli ridefinì i numeri ordinali.⁵⁵ Ringrazio Dio per l'esistenza di John von Neumann. Grazie a Dio per Grace Kelly e Anita Ekberg e Monica Bellucci. Sono orgoglioso di sentirmi indegno in presenza di persone così. È il prezzo che tutti paghiamo per avere obiettivi, risultati e ambizioni. Ma non c'è da meravigliarsi che Adamo ed Eva si siano coperti.

Il seguito della storia è decisamente farsesco, a mio parere, ma anche tragico e terribile. Quella sera, quando nell'Eden scende il fresco, Dio esce per una passeggiata. Ma Adamo non c'è. L'assenza lascia perplesso Dio, che è abituato a camminare insieme a lui. "Adamo" chiama Dio, in apparenza dimenticando di essere in grado di vedere attraverso i cespugli. "Dove sei?". Adamo si mostra immediatamente, ma in maniera pessima: prima come un nevrotico; poi, come uno spione. Il creatore di tutto l'universo chiama e Adamo risponde: "Ti ho sentito, Dio. Ma ero nudo e mi sono nascosto." Che cosa significa? Significa che le persone, sconvolte dalla propria vulnerabilità, temono di dire la verità, di mediare tra il caos e l'ordine e di manifestare il proprio destino. In altre parole, hanno paura di camminare insieme a Dio. Non è forse particolarmente degno di ammirazione, ma di sicuro è comprensibile. Dio è un padre che giudica secondo standard elevati: è difficile da accontentare.

Dio domanda: "Chi ti ha detto che eri nudo? Hai mangiato qualcosa che non dovevi?". E Adamo, nella sua meschinità, punta il dito verso Eva, il suo amore, la compagna, l'anima gemella, e fa la spia. Poi incolpa Dio. Dice: "La donna che mi hai messo accanto me l'ha dato (e allora l'ho mangiato)." Patetico e preciso. La prima donna ha reso il primo uomo consapevole di sé e pieno di risentimento. Quindi il primo uomo ha accusato la sua compagna. E poi ha accusato Dio. È esattamente così che si sente, ancora oggi, ogni maschio respinto. In primo luogo, si sente piccolo, di fronte al potenziale oggetto del proprio amore, dopo che lei ha screditato la sua adeguatezza alla riproduzione. Poi maledice Dio per aver creato lei così stronza, lui stesso tanto inutile e forse anche privo di senso e l'Essere così profondamente imperfetto. Quindi si lascia andare a pensieri di vendetta. Reazioni profondamente spregevoli ma assolutamente comprensibili. Almeno la donna ha incolpato il serpente e più tardi è risultato che il serpente era Satana stesso, per quanto sembrasse improbabile. Pertanto, riusciamo a

capire e a simpatizzare con l'errore di Eva. È stata ingannata da qualcuno di molto potente. Ma Adamo no. Nessuno l'ha forzato a pronunciare quelle parole.

Sfortunatamente, il peggio deve ancora venire, per l'Uomo o per la Bestia. Prima di tutto, Dio maledice il serpente, dicendogli che ora dovrà strisciare, senza zampe, per sempre a rischio di essere calpestato dagli umani arrabbiati. Poi dice alla donna che partorirà figli con dolore e desidererà un uomo indegno, a volte pieno di risentimento, che quindi le imporrà il suo destino biologico, per sempre. Cosa potrebbe significare? Forse rivela semplicemente che Dio è un tiranno maschilista, come evidenziano le interpretazioni politicamente orientate della storia antica. Io però penso che sia semplicemente una mera constatazione. Ed ecco perché: a mano a mano che gli esseri umani si evolvevano, il cervello che alla fine ha dato origine all'autocoscienza si è espanso moltissimo. Ciò ha provocato una "corsa evolutiva" giocata tra la testa del feto e il bacino femminile.⁵⁶ La femmina allargò graziosamente i propri fianchi, quasi al punto da non riuscire più a correre. Il bambino, da parte sua, cominciò a nascere con più di un anno di anticipo rispetto ad altri mammiferi della stessa taglia e sviluppò una testa semireclinabile.⁵⁷ Fu ed è tuttora un adattamento doloroso per entrambi. Il bambino è quasi completamente dipendente dalla madre nel primo anno di vita. Il fatto che il suo grande cervello sia programmabile significa che, prima di essere spinto ad abbandonare il nido, deve ricevere una formazione fino all'età di diciotto (o trenta) anni. E non abbiamo ancora detto nulla del dolore che prova la donna durante il parto e dell'alto rischio di morte per lei e il bambino. Tutto ciò significa che le donne pagano un prezzo molto elevato per la gravidanza e per la crescita dei figli, in particolare nelle prime fasi, e che una delle conseguenze inevitabili è una maggiore dipendenza dall'aiuto, talvolta inaffidabile e sempre problematico, degli uomini.

Dopo che Dio ha rivelato a Eva cosa sta per accadere, ora che si è risvegliata, si rivolge ad Adamo, che, insieme ai discendenti maschi, non se la cava di certo meglio. Dio dice qualcosa del tipo: "Uomo, poiché hai dato ascolto alla donna, i tuoi occhi sono stati aperti. La vista, simile a quella divina, che ti è stata donata dal serpente, dal frutto e dall'amata, ti permette di guardare lontano, anche nel futuro. Ma quelli che vedono nel futuro riescono a vedere anche i continui problemi che si presenteranno, e devono quindi prepararsi a ogni eventualità e a ogni possibilità. Perciò dovrai

sacrificare eternamente il presente per il futuro. Dovrai mettere da parte il piacere per garantirti la sicurezza. In breve: sarai costretto a lavorare. E sarà difficile. Spero che ti piacciono le spine e i rovi, perché ne dovrai estirpare molti.”

Poi Dio scaccia il primo uomo e la prima donna dal Paradiso, fuori dall’infanzia, dal mondo animale inconscio, verso gli orrori della storia. E mette dei cherubini dotati di una spada fiammeggiante davanti alla porta dell’Eden, per impedire loro di mangiare il frutto dell’albero della vita. Questa decisione, in particolare, appare piuttosto meschina. Perché non rendere subito immortali i poveri umani, soprattutto se comunque, a quanto si dice, questo è il programma per il futuro ultimo? Ma chi oserebbe mettere in discussione l’operato di Dio?

Forse il Cielo è qualcosa che dobbiamo costruire, e l’immortalità qualcosa che dobbiamo guadagnarci.

E così torniamo alla nostra domanda originale: perché qualcuno dovrebbe comprare i farmaci che gli sono stati prescritti per il cane, e quindi curarlo con tanta attenzione, e non fare lo stesso per sé? Ora hai la risposta, che abbiamo tratto da uno dei testi fondamentali dell’umanità. Perché qualcuno dovrebbe prendersi cura di qualcosa di nudo, brutto, pieno di vergogna, spaventato, senza valore, codardo, risentito, sulla difensiva e accusatore, come un discendente di Adamo? Anche se quella cosa, quell’essere, è lui stesso? E così dicendo, non intendo affatto escludere le donne.

Tutte le ragioni sopraelencate, che ci portano ad avere una scarsa opinione dell’umanità, sono applicabili a noi stessi nella stessa misura con cui lo sono agli altri. Sono generalizzazioni sulla natura umana, niente di più specifico. Ma tu sai molto di più sul tuo conto. Hai diversi limiti, come tutti gli altri. Ma solo tu conosci l’intera gamma dei tuoi peccati, delle mancanze e delle inadeguatezze segrete. Nessuno conosce più di te tutte le imperfezioni della tua mente e del tuo corpo. Nessuno ha più motivi di te per disprezzarti e vedere quanto sei patetico: se ti neghi qualcosa che potrebbe farti del bene, riesci a punirti per tutti i tuoi fallimenti. Un cane, un cane innocuo, innocente, spontaneo, è chiaramente più meritevole.

Ma se non ne sei ancora convinto, prendiamo in considerazione un altro aspetto fondamentale. Ordine, caos, vita, morte, peccato, visione, lavoro e sofferenza: non bastano agli autori della Genesi, né all’umanità stessa. La storia continua, in tutto il suo caos e dolore, e le persone coinvolte, che

siamo noi, devono fare i conti con un altro doloroso risveglio. Da quel momento in poi siamo destinati a riflettere sulla moralità stessa.

Il bene e il male

Adesso che i loro occhi sono aperti, Adamo ed Eva comprendono qualcosa che va oltre la nudità e la necessità di lavorare duramente. Arrivano anche a conoscere il bene e il male. Il serpente, riferendosi al frutto, dice: "Perché Dio sa che nel giorno in cui ne mangerete, allora i vostri occhi si apriranno e voi sarete come dèi, capaci di riconoscere il bene e il male". Cosa potrebbe significare? Cosa potrebbe essere rimasto da esplorare e a cui rapportarsi? Be', il contesto indica che deve avere a che fare con giardini, serpenti, disobbedienza, frutta, sessualità e nudità. È stato l'ultimo aspetto, la nudità, ad avermi messo sulla giusta strada. Mi ci sono voluti anni.

I cani sono predatori. E lo sono anche i gatti: uccidono per mangiare. Non è una cosa carina. Ma noi, a prescindere da questo aspetto, li accoglieremo comunque come animali domestici, li cureremo e daremo loro le medicine se sono malati. Perché? Sono predatori, ma è la loro natura: non ne hanno colpa. Sono affamati, non malvagi. Non hanno la presenza mentale, la creatività e, soprattutto, la coscienza di sé necessarie per arrivare ai vertici ispirati della crudeltà umana.

Perché no? È semplice. A differenza nostra, i predatori ignorano la loro fondamentale debolezza, la loro basilare vulnerabilità e la loro stessa schiavitù nei confronti del dolore e della morte. Invece noi sappiamo esattamente come e dove possiamo essere feriti, e perché. È una buona definizione di consapevolezza di sé. Siamo consapevoli della nostra incapacità di difenderci, della nostra finitezza e mortalità. Riusciamo a provare dolore, disgusto di noi, vergogna e orrore, e lo sappiamo. Sappiamo cosa ci fa soffrire. Sappiamo come possono esserci inflitti terrore e dolore, e ciò significa che sappiamo esattamente come infliggerli agli altri. Conosciamo la nostra nudità e sappiamo come sfruttarla, e a maggior ragione lo sappiamo fare con gli altri.

Possiamo terrorizzare le altre persone, consapevolmente. Possiamo ferirle e umiliarle per difetti che capiamo fin troppo bene. Possiamo torturarle, letteralmente, lentamente, abilmente e terribilmente. È molto più che cacciare una preda. È un cambiamento qualitativo nella nostra comprensione. È uno sconvolgimento altrettanto grande quanto lo sviluppo della stessa autocoscienza. È l'entrata in gioco, nel mondo, della

conoscenza del bene e del male. È una seconda frattura non ancora guarita nella struttura dell'esistenza. È la trasformazione dell'Essere stesso in un'impresa morale, e riguarda unicamente lo sviluppo di un'autocoscienza sofisticata.

Solo l'uomo poteva concepire strumenti di tortura come il cavalletto, la vergine di Norimberga e il serrapollici. Solo l'uomo infligge sofferenza fine a se stessa. È la migliore definizione di male che sono riuscito a formulare. Gli animali non ci riescono, ma gli umani, con le loro capacità atroci e semidivine, possono certamente farlo. E sapendo ciò, abbiamo la legittimazione quasi completa dell'idea, molto impopolare nei circoli intellettuali moderni, del peccato originale. E chi oserebbe dire che non ci sia stata una scelta volontaria alla base della nostra trasformazione evolutiva, individuale e teologica? I nostri antenati scelsero i propri partner sessuali e li selezionarono in base alla loro consapevolezza? Alla consapevolezza di sé? Alla coscienza morale? E chi può negare il senso di colpa esistenziale che pervade l'esperienza umana? Chi non sarebbe pronto a riconoscere che senza quella colpa, senza quel senso di corruttibilità intrinseca e di capacità di trasgressione, un uomo si troverebbe a un passo dal diventare psicopatico?

Gli esseri umani hanno una grande capacità di agire in maniera ingiusta. È una caratteristica unica fra i viventi. Possiamo peggiorare le cose, e lo facciamo, volontariamente, con la piena consapevolezza di ciò che stiamo facendo, oltre che per disattenzione e cercando di non vedere. Data la nostra terribile capacità, l'inclinazione a compiere azioni malvagie, c'è da stupirsi che abbiamo difficoltà a prenderci cura di noi stessi o degli altri, o anche che dubitiamo del valore dell'intera umanità? E siamo stati diffidenti nei nostri stessi confronti, per una buona ragione e per un tempo molto lungo. Migliaia di anni fa, gli antichi abitanti della Mesopotamia credevano, per esempio, che l'umanità fosse stata creata dal sangue di Kingu, il mostro più terribile che la grande Dea del Caos potesse produrre, nei suoi momenti più vendicativi e distruttivi.⁵⁸ Dopo aver tratto queste conclusioni, come non mettere in discussione il valore del nostro essere e persino dell'Essere stesso? Chi potrebbe quindi affrontare la malattia, in se stesso o in un'altra persona, senza dubitare dell'utilità morale della prescrizione di una sostanza curativa? E nessuno comprende l'oscurità di un individuo meglio dell'individuo stesso. Chi, quindi, quando è malato, s'impegnerà pienamente nel curarsi?

Forse l'uomo è qualcosa che non sarebbe mai dovuto esistere. Forse il mondo dovrebbe essere persino purificato da ogni presenza umana, perché l'Essere e la coscienza possano far ritorno alla brutale innocenza dell'animale. Credo che le persone che affermano di non aver mai desiderato una cosa del genere non usino la loro memoria né affrontino le loro fantasie più oscure.

Che cosa dobbiamo fare, quindi?

Una scintilla divina

In Genesi 1, Dio crea il mondo con il Verbo divino e infuso di verità, generando l'ordine abitabile e paradisiaco dal caos pre cosmogonico. Egli crea quindi l'uomo e la donna a propria immagine e somiglianza, infondendo in loro la capacità di fare lo stesso, ossia di creare ordine dal caos e continuare così la sua opera. In ogni fase della creazione, compresa la formazione della prima coppia, Dio riflette su ciò che è stato generato e lo reputa "buono".

La giustapposizione di Genesi 1 e di Genesi 2 e 3, in cui si delineava la caduta dell'uomo, spiegando perché il nostro destino è così tragicamente tormentato ed eticamente tortuoso, produce una sequenza narrativa quasi insopportabile nella sua profondità. La morale di Genesi 1 è che l'Essere creato attraverso la vera parola è buono. E ciò è vero anche per l'uomo stesso, prima della separazione da Dio. La bontà viene terribilmente sconvolta dagli eventi della caduta e in seguito dalle vicende di Caino e Abele, del Diluvio universale e della Torre di Babele, però conserviamo in noi un accenno di come eravamo prima della caduta. Ricordiamo, per così dire. Portiamo sempre in noi la nostalgia per l'innocenza infantile, per l'essenza divina e inconscia degli animali e per la foresta primordiale ancora intatta, simile a una cattedrale. Troviamo sollievo in queste cose. Le adoriamo, anche se poi ci proclamiamo antumanisti ecologisti e miscredenti della peggior specie. Lo stato originario della natura, così concepito, è paradisiaco. Ma noi non siamo più un tutt'uno con Dio e con la natura, e non è possibile tornare semplicemente indietro.

L'uomo e la donna originari, che formavano un'unità ininterrotta con il loro creatore, non sembravano coscienti e di certo non erano consapevoli di sé. I loro occhi non erano aperti. Ma, nella loro perfezione, valevano meno, non di più, delle loro controparti successive alla caduta. La loro bontà era qualcosa che avevano ricevuto in dono, piuttosto che meritato o

conquistato. Non avevano compiuto alcuna scelta. Dio sa se non sia più facile così. Ma forse non è meglio, per esempio, della bontà conquistata sinceramente. Forse, anche in un certo senso cosmico, assumendo che la coscienza stessa sia un fenomeno di significato cosmico, la libera scelta conta. Chi può parlare con certezza di queste cose? Non sono disposto però a non considerare questi interrogativi solo perché sono difficili da affrontare. Quindi, ecco cosa possiamo affermare: forse non è solo l'emergere dell'autocoscienza e la consapevolezza morale della morte e della caduta ad assillarci e a farci mettere in discussione il nostro valore. Forse è invece la nostra riluttanza (che si riflette nel nascondersi vergognoso di Adamo) a camminare con Dio, nonostante la nostra fragilità e la propensione al male.

L'intera Bibbia è strutturata in maniera che ogni cosa successiva alla caduta – dalla storia di Israele, ai profeti, alla venuta di Cristo – sia presentata come un rimedio a quella caduta, una via per uscire dal male. L'inizio della storia cosciente, l'ascesa dell'idea di Stato e di tutte le sue problematiche legate all'orgoglio e alla rigidità, l'emergere di grandi figure morali che cercano di rimettere le cose a posto e che culminano nel Messia stesso: è tutto parte del tentativo che l'umanità fa, se Dio vuole, di sistemare la propria situazione. Che cosa significa?

La sorprendente risposta è già implicita in Genesi 1. Dobbiamo incarnare l'immagine di Dio per far emergere, con la nostra parola, l'Essere che è buono dal caos, ma farlo consapevolmente, per nostra libera scelta. “All'indietro” è la via in avanti, come T. S. Eliot ha giustamente sottolineato, ma all'indietro come un essere risvegliato, scegliendo correttamente, invece di cadere di nuovo nel sonno:

*Noi non cesseremo l'esplorazione
e la fine di tutto il nostro esplorare
sarà giungere là dove partimmo
e conoscere il luogo per la prima volta.
Attraverso l'ignoto rimembrato
cancello dove l'ultima terra da conoscere
è quella che era il principio;
alle sorgenti del più lungo fiume
la voce della cascata nascosta
e i bambini tra i rami del melo*

*non noti, poiché non attesi
ma uditi, quasi uditi nel silenzio
tra due onde del mare. Su*

*presto, qui, ora sempre –
Una condizione di completa
semplicità (che costa
non meno di ogni cosa) e tutto
sarà bene e ogni genere di cose
sarà bene, quando le lingue di fuoco si
annoderanno
nel nodo di fuoco incoronato
e il fuoco e la rosa saranno una cosa sola.*
(“Little Gidding”, Quattro Quartetti, 1943)

Se desideriamo prenderci cura di noi stessi correttamente dovremmo rispettarci, ma non lo facciamo, perché siamo anche ai nostri occhi creature cadute. Se vivessimo nella verità, se dicessimo la verità, allora potremmo camminare ancora a fianco di Dio e rispettare noi stessi, gli altri e il mondo. Quindi, potremmo trattarci come persone a cui teniamo. Potremmo sforzarci di far andare il mondo per il verso giusto. Potremmo orientarlo verso il Paradiso, dove vorremmo che abitassero le persone che abbiamo amato, invece che verso l'inferno, cui il nostro risentimento e livore condannerebbero sempre tutti.

Nelle aree in cui il cristianesimo emerse, duemila anni fa, le persone erano molto meno evolute di quanto lo siano oggi. Il conflitto era ovunque. Il sacrificio umano, compreso quello dei bambini, era un evento normale, anche nelle società tecnologicamente sofisticate come quella dell'antica Cartagine.⁵⁹ A Roma, i giochi nell'arena erano competizioni mortali, in cui lo spargimento di sangue era abituale. Le probabilità che una persona di oggi, che abita in un Paese realmente democratico, uccida o sia uccisa sono infinitamente basse rispetto a quanto avveniva nelle società del passato o a quanto accade ancora, nelle aree non organizzate e caotiche del mondo.⁶⁰ Allora la principale questione morale con cui la società si confrontava era il controllo dell'egoismo violento e impulsivo e dell'avidità e della brutalità insensate che lo accompagnano. Ci sono anche oggi persone che hanno simili tendenze aggressive. Almeno ora sanno che un tale comportamento non è ottimale e cercano di controllarlo o, se non lo fanno, si trovano di fronte a grandi ostacoli sociali.

Ma adesso è sorto anche un altro problema, che forse nei più difficili tempi passati era meno comune. È facile credere che le persone siano arroganti ed egoiste e si prendano cura solo di se stesse. Il cinismo che rende questa opinione una verità universale è diffuso e alla moda. Ma un

tale approccio al mondo non è affatto comune ai più, i quali invece hanno il problema opposto: sopportano carichi intollerabili di disgusto e disprezzo di sé, vergogna e imbarazzo. Quindi, anziché pavoneggiarsi narcisisticamente, non si apprezzano affatto e non si prendono cura di loro stessi con sufficiente attenzione e competenza. Sembra che spesso non credano di meritare davvero le migliori cure. Sono terribilmente consapevoli dei propri difetti e delle proprie mancanze, reali oppure ingigantite, e si vergognano dubitando del proprio valore. Credono che le altre persone non dovrebbero soffrire e lavorano diligentemente e altruisticamente per aiutarle ad alleviare la loro sofferenza. Estendono questa stessa premura anche agli animali, ma non la applicano altrettanto facilmente a se stessi.

È vero che l'idea del sacrificio virtuoso è profondamente radicata nella cultura occidentale, almeno nella misura in cui l'Occidente risente dell'influsso del cristianesimo, che si basa sull'imitazione di qualcuno che ha compiuto l'atto supremo del sacrificio di sé. Qualunque affermazione secondo cui la regola d'oro non significa immolarsi per gli altri potrebbe quindi apparire dubbia. Ma la morte archetipica di Cristo è un esempio che ci mostra come accettare eroicamente la finitezza, il tradimento e il sopruso, come camminare insieme a Dio nonostante la tragedia dell'autocoscienza, e non una direttiva che ci impone di accanirci su noi stessi in favore degli altri. Sacrificarsi a Dio o al bene supremo, se si preferisce, non significa soffrire in silenzio e volontariamente quando qualche persona o azienda esigono in continuazione da noi più di quello che sono capaci di darci in cambio. Ciò significa che stiamo sopportando il sopruso e che permettiamo a noi stessi di essere trattati come schiavi. Non è virtuoso lasciarsi vittimizzare da un bullo, anche se quel bullo siamo noi stessi.

Ho appreso due lezioni molto importanti da Carl Jung, il famoso psicologo svizzero dell'inconscio, sul "fare agli altri ciò che vorresti fosse fatto a te" o sull'"amare il prossimo tuo come te stesso". La prima lezione è che nessuna di queste affermazioni ha qualcosa a che fare con la gentilezza. La seconda è che entrambe le affermazioni sono equazioni, piuttosto che ingiunzioni. Se sono amico di qualcuno, se siamo parte della stessa famiglia o se siamo amanti, allora sono moralmente obbligato a negoziare a mio favore tanto quanto l'altra persona fa per sé. Se non ci riuscirò, finirò schiavo e l'altra persona diventerà un tiranno. Che senso ha? È molto meglio, nell'ambito di qualsiasi tipo di relazione, se entrambe le parti sono forti. Inoltre, c'è poca differenza tra difenderti e far sentire la tua voce

quando sei vittima di bullismo o assillato o asservito e aiutare qualcun altro e parlare in sua difesa. Come sottolinea Jung, ciò significa abbracciare e amare il peccatore che è in te tanto quanto perdonare e aiutare qualcun altro che sta commettendo un passo falso ed è imperfetto.

Come afferma Dio stesso (così si dice): “A me la vendetta, sono io che ricambierò”. Secondo questa filosofia, noi non apparteniamo semplicemente a noi stessi. Non sei semplicemente un oggetto di tua proprietà da rovinare e maltrattare a tuo piacimento. Ciò accade in parte perché il tuo essere è inesorabilmente legato a quello degli altri e, se maltratti te stesso, possono esserci conseguenze catastrofiche per gli altri. È forse evidente in maniera palese in seguito al suicidio di una persona, quando quelli che sono rimasti si ritrovano spesso disperati e traumatizzati. Ma, metaoricamente parlando, devi sapere anche questo: dentro di te c’è una scintilla divina, che non appartiene alla tua persona ma a Dio. Dopo tutto, secondo la Genesi, siamo fatti a sua immagine e somiglianza. Abbiamo la capacità semidivina della consapevolezza. La nostra consapevolezza concorre alla creazione dell’Essere tramite la parola. Siamo versioni kenotiche, a bassa risoluzione, di Dio. Possiamo creare l’ordine dal caos e viceversa nel nostro mondo, con le nostre parole. Quindi, anche se non siamo esattamente Dio, non si può certo dire che siamo privi di valore.

Nei miei periodi di buio, nel mondo sotterraneo dell’anima, mi trovo spesso sopraffatto e stupito dalla capacità delle persone di amarsi l’un l’altra, di amare i loro partner, i genitori e i figli, e di fare ciò che devono per mantenere in funzione la macchina del mondo. Conoscevo un uomo, ferito e reso invalido da un incidente d’auto, che lavorava per un’azienda di distribuzione dell’energia elettrica. Per anni dopo l’incidente aveva lavorato fianco a fianco con un altro uomo, che invece soffriva di una malattia neurodegenerativa. Collaboravano insieme quando dovevano riparare le linee e ognuno compensava le mancanze dell’altro. Questa sorta di eroismo quotidiano è la regola, credo, piuttosto che l’eccezione. La maggior parte delle persone affronta uno o più problemi di salute, lavorando produttivamente e senza lamentarsi. Se qualcuno è abbastanza fortunato da trovarsi personalmente in un raro periodo di grazia e salute, in genere ha almeno un parente stretto che sta vivendo una situazione difficile. Eppure le persone trionfano e riescono a svolgere compiti complessi e impegnativi per tenere insieme se stesse, le loro famiglie e la società. Per me è miracoloso, al punto che una sbalordita gratitudine è l’unica risposta appropriata. Le

cose intorno a noi possono andare in pezzi o non funzionare del tutto in moltissimi modi diversi, e sono sempre persone ferite a tenerle insieme. Queste persone meritano un'ammirazione vera e autentica. È un continuo miracolo di coraggio e perseveranza.

Nella mia pratica clinica incoraggio i miei assistiti a riconoscere a se stessi e a chi li circonda il merito di agire produttivamente e con attenzione e a dare un valore alla genuina preoccupazione e premura che manifestano nei confronti degli altri. Le persone sono tanto tormentate dalle limitazioni e dai vincoli dell'esistenza che mi stupisco che abbiano mai agito correttamente o che guardino al di là di loro stesse. Ma ciò accade in maniera sufficiente da rendere possibile avere il riscaldamento centralizzato e l'acqua corrente, il gas e l'elettricità, cibo a sufficienza per tutti e persino la capacità di contemplare il destino della più ampia società e della stessa, terribile, natura. Tutta quella complessa organizzazione che ci protegge dal congelamento, dalla fame e dalla morte per mancanza d'acqua tende incessantemente al malfunzionamento attraverso l'entropia, ed è solo una cura costante a farla funzionare così incredibilmente bene. Alcuni degenerano nell'inferno del risentimento e del livore per l'Essere, ma la maggior parte si rifiuta di farlo, nonostante la sofferenza, le delusioni, le perdite, le mancanze e la bruttezza, e, ancora una volta, questo è un miracolo per chi ha gli occhi per vedere.

L'umanità in toto merita empatia per lo spaventoso fardello che è costretta a portare e che la fa barcollare; merita altrettanta comprensione per la sua sottomissione alla vulnerabilità di fronte alla morte, alla tirannia dello Stato e alla durezza della natura. È una situazione esistenziale che nessun animale sperimenta né sopporta ed è di una gravità tale che solo un'entità divina potrebbe sopportarla. La compassione dovrebbe essere la giusta medicina per il disprezzo di sé, che ha una propria giustificazione, ma è solo metà della storia intera e corretta. L'odio per se stessi e per l'umanità deve essere bilanciato dalla gratitudine per la tradizione e per lo Stato e dallo stupore davanti a ciò che la gente normale compie ogni giorno, per non parlare delle incredibili e notevoli conquiste del sapere e della tecnica.

Meritiamo un po' di rispetto. Meriti un po' di rispetto. Sei importante per gli altri tanto quanto lo sei per te stesso. Hai un ruolo vitale da svolgere per il destino in continua evoluzione del mondo. Pertanto sei moralmente obbligato a prenderti cura di te stesso. Dovresti prenderti cura ed essere buono con te stesso, proprio come ti prendi cura, aiuti e sei buono con

qualcuno che ami e apprezzi. Dovresti agire abitualmente nel rispetto del tuo essere, con una sufficiente equità. Ma le persone non sono all'altezza della gloria di Dio. Ognuno è profondamente imperfetto. Se, però, questo dato di fatto significasse che non abbiamo alcuna responsabilità di cui preoccuparci, nei confronti di noi stessi tanto quanto degli altri, allora tutti sarebbero duramente puniti, in ogni momento. Non sarebbe una cosa buona. Ciò renderebbe i limiti del mondo, che possono portare ogni persona che vi riflette sinceramente a metterne in discussione la giustizia, peggiori sotto ogni punto di vista. Proprio non può essere la strada giusta verso il progresso.

Trattare te stesso come se fossi qualcuno che si affida a te significa, invece, pensare a ciò che sarebbe veramente buono per la tua persona. Non si tratta di ciò che vuoi. Non è nemmeno ciò che ti renderebbe felice. Ogni volta che dai a un bambino qualcosa di dolce, lo rendi felice. Ciò non significa che l'unica cosa che puoi fare per un bambino è dargli una caramella dietro l'altra. Devi fare in modo che si lavi i denti e che sia ben coperto se esce al freddo, anche se potrebbe opporsi con forza. Devi aiutarlo a diventare un adulto serio, responsabile, sveglio e capace di piena reciprocità, in grado di prendersi cura di sé e degli altri e di crescere bene mentre lo fa. Perché pensi che sia accettabile fare qualcosa di meno per te stesso?

Devi considerare il futuro e pensare: "Che aspetto potrebbe avere la mia vita, se mi prendessi cura di me stesso? Quale tipo di lavoro sarà per me stimolante, mi renderà produttivo e utile, perché possa sopportare la mia parte del carico e goderne i frutti? Cosa dovrei fare, quando ho un po' di tempo libero, per migliorare la mia salute, ampliare le mie conoscenze e rinforzare il mio corpo?". Hai bisogno di sapere dove ti trovi, per iniziare a tracciare il tuo percorso. Devi sapere chi sei, per comprendere quali strumenti hai a disposizione e potenziarti nel pieno rispetto dei tuoi limiti. Devi sapere dove stai andando, per limitare l'estensione del caos nella tua vita, per ripristinare l'ordine e usare la forza divina della speranza per cambiare il mondo.

Devi decidere dove andare per riuscire a negoziare a tuo favore, così non ti ritroverai pieno di risentimento, rancoroso e crudele. Devi chiarire quali sono i tuoi principi, per difenderti da chi ti sfrutta ingiustamente, in modo da essere al sicuro mentre lavori e ti diverti. Devi saperti regolare con attenzione. Devi mantenere le promesse che fai a te stesso e premiarti, per

fidarti di te e motivarti. Devi determinare come comportarti verso te stesso per diventare e rimanere una brava persona. Sarebbe bello rendere il mondo un posto migliore. Il Paradiso, dopo tutto, non arriverà da solo. Devi lavorare per realizzarlo, e rafforzarti, così da resistere agli angeli mortali e alla spada fiammeggiante del giudizio che Dio ha usato per presidiarne l'ingresso.

Non sottovalutare il potere della visione e della direzione. Sono forze irresistibili, in grado di trasformare quelli che potrebbero sembrare ostacoli invincibili in strade aperte e in opportunità di crescita. Valorizza l'individualità. Inizia con te stesso. Prenditi cura di te. Definisci chi sei. Affina la tua personalità. Scegli la tua destinazione e disegna il tuo essere. Come il magnifico filosofo tedesco del XIX secolo, Friedrich Nietzsche, notò brillantemente: “Chi ha una ragione per vivere riesce a sopportare quasi ogni cosa.”⁶¹

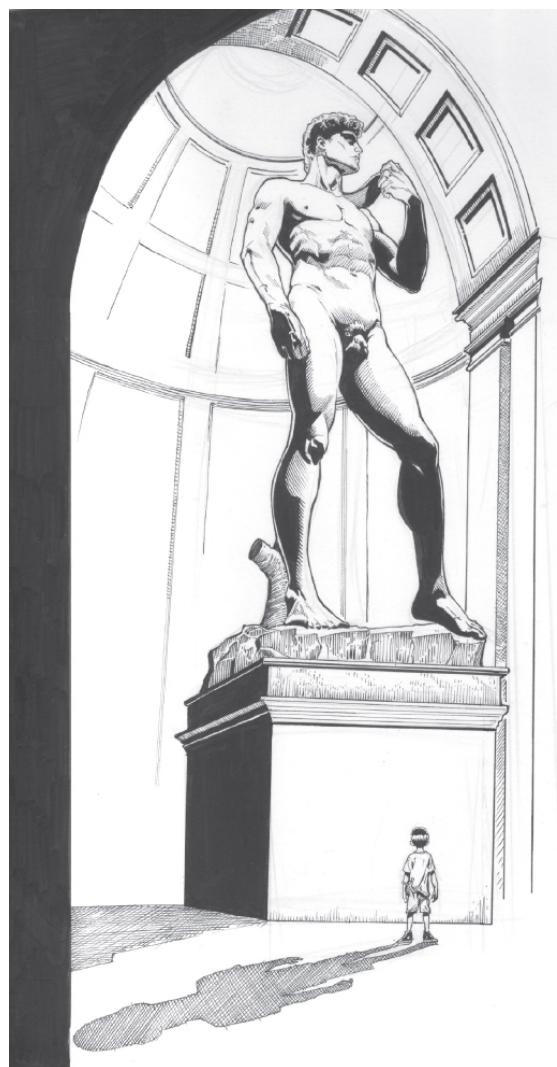
Potresti aiutare a orientare il mondo, nella sua traiettoria incerta, un po' più verso il Cielo e un po' più lontano dall'inferno. Una volta che avrai capito l'inferno, e avrai indagato, per così dire, il tuo inferno personale, potresti decidere di non volerci stare e di non volerlo creare. Potresti avere altri obiettivi. Forse sceglierai, infatti, di dedicare la vita a questo obiettivo. Ti darebbe un Significato, con la “s” maiuscola. Giustificherebbe la tua triste esistenza. Espieresti così la natura di peccatore e sostituiresti la vergogna e l'imbarazzo con l'orgoglio spontaneo e la sicurezza schietta di qualcuno che ha imparato, di nuovo, a camminare al fianco di Dio nel giardino dell'Eden.

Potresti iniziare trattando te stesso come faresti con qualcuno che si è affidato a te.

* È di grande interesse, a questo proposito, notare che il *taijitu*, composto da cinque parti (di cui si è parlato nel Capitolo 1 e fonte del più semplice simbolo yin/yang), indica come l'origine del cosmo, primariamente, abbia avuto luogo nell'assoluto indifferenziato, per poi dividersi in yin e yang (caos/ordine, maschile/femminile), successivamente nei cinque elementi (legno, fuoco, terra, metallo, acqua) e quindi, per dirla in breve, “nelle diecimila cose”. La Stella di David (caos/ordine, maschile/femminile) dà origine allo stesso modo ai quattro elementi di base: fuoco, aria, acqua e terra, da cui si forma tutto il resto. Un esagramma simile è usato dagli indù. Il triangolo con la punta rivolta verso il basso simboleggia Shakti, il femminile; il triangolo rivolto verso l'alto, Shiva, il maschile. I due componenti in sanscrito sono noti come *om* e *hrim*. Ecco alcuni esempi notevoli di parallelismo concettuale.

* Secondo un'altra interpretazione, Dio divise l'individuo androgino originario in due parti, maschio e femmina. In questa prospettiva Cristo, il “secondo Adamo”, è anche l'Uomo originario, antecedente la suddivisione sessuale. Il significato simbolico dovrebbe essere chiaro a chi ha seguito l'argomento finora.





REGOLA 3

SCEGLI AMICI CHE VOGLIONO IL MEGLIO PER TE

LA CARA E VECCHIA CITTÀ NATIA

La città in cui sono cresciuto era stata sottratta solo cinquant'anni prima alla sconfinata prateria del Nord. Fairview, nella regione di Alberta, era una terra di frontiera e i bar per cowboy lo dimostravano. I grandi magazzini locali compravano ancora pellicce di castoro, lupo e coyote direttamente dai cacciatori. Ci abitavano tremila persone, a 400 miglia dalla città più vicina. TV via cavo, videogiochi e internet non esistevano. Non era facile trovare un passatempo innocente a Fairview, in particolare durante i cinque mesi invernali, nei lunghi periodi in cui le temperature diurne scendevano di norma a -40 °C e le notti erano ancora più fredde.

Il mondo è un luogo a parte quando fa così freddo. Gli ubriachi nella nostra città terminavano presto le loro tristi vite. Perdevano i sensi cadendo sopra cumuli di neve alle tre del mattino e morivano congelati. Non si esce semplicemente per fare un giro, quando ci sono -40 °C. Al primo respiro, l'arida aria del deserto ti stritola i polmoni. Ti si forma del ghiaccio sulle ciglia e le palpebre si attaccano l'una all'altra. I capelli lunghi, umidi dopo la doccia, si solidificano e poi, quando entri in una casa riscaldata, iniziano

a scongelarsi e, carichi di elettricità, ti si drizzano sulla testa, simili a quelli di uno spettro. I bambini osano appoggiare la lingua sulle altalene in acciaio dei parco giochi un'unica volta nella loro vita. Il fumo fuoriesce dai camini ma non arriva fino al cielo. Sconfitto dal freddo, scivola verso il basso e si raccoglie come nebbia sui tetti e nei cortili innevati. Di notte le auto devono essere collegate a un cavo elettrico per riscaldarne il motore affinché la benzina e l'olio non si ghiaccino, altrimenti al mattino non ripartirebbero. A volte non lo fanno comunque. A quel punto continui a girare la chiave d'accensione inutilmente fino a quando non senti più alcun rumore e la macchina si spegne. Quindi rimuovi la batteria congelata dall'auto, allentando i bulloni con le dita irrigidite dal freddo, e la porti in casa. La lasci lì per ore, finché non si scalda abbastanza da reggere una carica decente. E non riesci nemmeno a vedere nulla dal lunotto posteriore dell'auto. Si ghiaccia a novembre e rimane così fino a maggio. Se provi a raschiare via la neve, ottieni solo l'effetto di inumidire il lunotto termico, così si ghiaccia anche quello. Una sera, mentre andavo a trovare un amico, rimasi seduto per due ore sul bordo del sedile del passeggero di un vecchio Dodge Challenger, schiacciato contro la leva del cambio, mentre con uno straccio imbevuto di vodka tenevo pulito l'interno del parabrezza anteriore davanti all'autista perché il riscaldamento dell'auto si era bloccato. Fermarsi non era nemmeno da prendere in considerazione. Non c'era nessun posto dove fare sosta.

Per i gatti domestici era un inferno. I felini di Fairview avevano orecchie e coda corte perché avevano perso la punta di entrambe per congelamento. Assomigliavano alle volpi artiche, che hanno sviluppato quelle caratteristiche per affrontare il freddo intenso. Un giorno il nostro gatto uscì di casa senza che nessuno se ne accorgesse. Lo trovammo, più tardi, con la pelliccia che si era velocemente congelata sui freddi e duri gradini in cemento della porta sul retro, dove si era seduto. Staccammo con cautela il gatto dal cemento evitando che riportasse danni permanenti, tranne che all'orgoglio. In inverno i gatti di Fairview correva un grande pericolo anche a causa delle auto, ma non per i motivi che potresti pensare. Non perché le automobili scivolavano sulle strade ghiacciate e li investivano. Solo i gatti sfogati morivano così. Il pericolo erano le auto appena parcheggiate. Un gatto infreddolito poteva arrampicarsi fin nel vano motore ancora caldo. Ma cosa succedeva se l'autista decideva di utilizzare nuovamente l'auto, prima che il gatto si fosse allontanato? Diciamo solo

che gli animali domestici in cerca di calore e le ventole del radiatore non vanno molto d'accordo.

Dato che vivevamo tanto a nord, i pungenti inverni erano anche molto bui. A dicembre il sole non sorgeva fino alle 9.30 del mattino. Camminavamo a tentoni fino a scuola, nel buio pesto. Non era molto più chiaro quando rientravamo a casa, poco prima del tramonto. Per i giovani di Fairview non c'era molto da fare, nemmeno in estate. Ma gli inverni erano peggio. Allora gli amici erano importanti. Più di ogni altra cosa.

Il mio amico Chris e suo cugino

In quel periodo avevo un amico. Lo chiameremo Chris. Era un ragazzo intelligente: aveva letto tantissimi libri. Gli piacevano gli scrittori di fantascienza che amavo anch'io: Bradbury, Heinlein, Clarke. Era ingegnoso, interessato alle schede elettriche, agli ingranaggi e ai motori. Era un ingegnere nato. Tutto ciò veniva però oscurato da qualcosa che non andava nella sua famiglia. Non so cosa fosse. Le sorelle erano in gamba, il padre non alzava mai la voce e la madre era gentile. Le ragazze sembravano a posto, ma Chris era trascurato in qualche maniera che lui percepiva come molto importante. Nonostante l'intelligenza e la curiosità, era rancoroso, pieno di risentimento e anche disperato.

Tutto ciò si manifestò in forma oggettiva nelle sembianze del suo vecchio pickup Ford blu. Quel famigerato veicolo era costellato di ammaccature. Ancora peggio, riportava un numero equivalente di danni all'interno. Erano il risultato dell'impatto dei corpi degli amici di Chris contro le superfici interne dell'auto in seguito ai continui incidenti che avevano provocato le ammaccature esterne. Il pickup di Chris era l'esoscheletro di un nichilista. Sul paraurti c'era un adesivo perfetto: "Attenzione! C'è bisogno di gente all'erta" che, in evidente contrasto con le ammaccature, dava vita a un'ironia tipica del teatro dell'assurdo. In tutto questo c'era poco di casuale.

Ogni volta che Chris si schiantava a bordo del proprio pickup, il padre lo riparava e gli comprava un altro mezzo. Ricevette una moto e un furgone per vendere gelati. Non gli importò nulla della moto. Non vendette gelati. Spesso esprimeva insoddisfazione nei confronti del padre e del loro rapporto. Ma il padre era vecchio e non stava bene: la malattia però gli fu diagnosticata solo molti anni dopo. Non aveva molta energia e forse non

riusciva a prestare al figlio l'attenzione che avrebbe dovuto. Magari era solo per questo motivo che la loro relazione si era guastata.

Chris aveva un cugino, Ed, di circa due anni più giovane. Mi piaceva, per quanto ti possa piacere il cugino più giovane di un amico adolescente. Era un ragazzo alto, intelligente, affascinante e di bell'aspetto. Anche lui era spiritoso. Se lo avessi incontrato quando aveva dodici anni, avresti pensato che lo attendeva una vita ricca di soddisfazioni. Ma Ed scivolò lentamente in uno stile di vita da sbandato e quasi alla deriva. Non diventò rancoroso tanto quanto Chris, ma era altrettanto confuso. Se avessi conosciuto gli amici di Ed, avresti detto che era stata l'influenza dei compagni ad averlo portato sulla cattiva strada. Ma i suoi amici non erano più persi o delinquenti di lui, anche se in genere erano un po' meno brillanti. La scoperta della marijuana, inoltre, non migliorò certo la situazione di Ed e Chris. La marijuana non è certo peggio dell'alcol. A volte sembra persino migliorare le persone. Ma non fu il caso dei due cugini.

Per divertirci nelle lunghe notti canadesi, Chris, io, Ed e gli altri amici andavamo in giro a bordo delle nostre auto e dei nostri pickup. Percorrevamo il viale principale, fino all'estremità nord della città, poi proseguivamo verso ovest o ritornavamo sul viale, per fare il giro inverso, e così via, all'infinito. Se non eravamo in città, guidavamo sulle strade di campagna. Un secolo prima, i topografi avevano tracciato una vasta rete stradale che attraversava l'intera distesa di 300.000 chilometri quadrati della grande prateria occidentale. Ogni paio di miglia a nord, una strada sterrata si estendeva all'infinito, collegando l'est con l'ovest. Ogni miglio verso ovest, s'incontrava un'altra strada che andava da nord a sud. Non ci ritrovammo mai a corto di strade.

La terra desolata dell'adolescenza

Se non stavamo girando per la città e per la campagna, eravamo a qualche festa. Alcuni adulti piuttosto giovani, o alcuni adulti non più giovani e piuttosto discutibili, aprivano agli amici le porte della propria casa, che diventava quindi una temporanea base per imbucati di ogni genere, molti dei quali erano davvero sgradevoli o lo diventavano rapidamente quando iniziavano a bere. Una festa poteva aver luogo anche per caso, quando i genitori inconsapevoli di un qualche adolescente lasciavano la città. In quel caso, chi era alla guida delle auto o dei pickup che giravano senza sosta per la città e per la campagna notava che in casa le luci erano accese ma l'auto

di famiglia non era nel parcheggio. Non era una bella situazione: poteva degenerare al di là di ogni controllo.

Non mi piacevano le feste adolescenziali, non le ricordo con nostalgia. Erano squallide. Le luci erano soffuse e ciò contribuiva a ridurre ai minimi termini la consapevolezza di sé. La musica assordante rendeva impossibile la conversazione. C'era poco di cui parlare, comunque. C'era sempre qualche psicopatico della città che partecipava al party. Tutti bevevano e fumavano troppo. Su queste situazioni gravava un senso di assenza di direzione, cupo e opprimente, e non accadeva mai nulla, a parte il momento in cui il mio tranquillissimo compagno di classe brandì il suo fucile calibro 12, completamente carico, oppure quando la ragazza che più tardi diventò mia moglie insultò con disprezzo qualcuno mentre questo la minacciava con un coltello, o ancora il momento in cui un altro nostro amico si arrampicò su un grande albero, si lasciò dondolare su un ramo e cadde sulla schiena, mezzo morto, proprio accanto al fuoco che avevamo acceso, seguito, esattamente un minuto dopo, dal suo amico mezzo scemo.

Nessuno sapeva perché diavolo si facessero quelle feste. Speravamo di incontrare una cheerleader? Aspettavamo Godot? Anche se avremmo preferito, senza esitazioni, la prima soluzione, la seconda si avvicinava maggiormente alla verità. Sarebbe più romantico, suppongo, suggerire che avremmo tutti colto al volo l'occasione di impegnarci in qualcosa di più produttivo, annoiati a morte come eravamo. Ma non è vero. Eravamo tutti troppo prematuramente cinici, stanchi del mondo e restii ad assumerci responsabilità, a frequentare gruppi di discussione, a studiare per diventare cadetti dell'aviazione o a interessarci a uno qualsiasi degli sport che gli adulti intorno a noi cercavano di organizzare. Non fare nulla non era divertente. Non so come fosse la vita adolescenziale prima che i rivoluzionari della fine degli anni Sessanta suggerissero a tutti i giovani di trovare la propria strada, aprire le porte della percezione e abbandonare gli studi. Era accettabile, nel 1955, che un adolescente aderisse con tutto se stesso a un club? Certamente non lo era vent'anni dopo. Molti di noi aprirono le porte della percezione e abbandonarono gli studi. Ma non molti trovarono la propria strada.

Volevo essere altrove. E non ero l'unico. Tutti quelli che alla fine lasciarono la Fairview in cui eravamo cresciuti sapevano già all'età di dodici anni che se ne sarebbero andati. Io lo sapevo. Mia moglie, che crebbe con me nella strada in cui abitavano entrambe le nostre famiglie, lo

sapeva. Anche gli amici che avevo allora e che se ne andarono o quelli che non lo fecero lo sapevano, a prescindere dalla strada su cui si trovavano. C'era una tale aspettativa implicita nelle famiglie dei ragazzi che avrebbero frequentato l'università che non era possibile sbagliarsi. Per chi proveniva da famiglie meno istruite, un futuro che includesse l'università non era nemmeno pensabile. Il problema non era la mancanza di denaro. I costi per l'istruzione universitaria erano molto bassi a quel tempo e i posti di lavoro ad Alberta erano tanti e ben pagati. Guadagnai più nel 1980, lavorando in una fabbrica di compensato, di quanto ricavai nei successivi vent'anni impegnandomi nelle occupazioni più svariate. Nell'Alberta ricca di petrolio degli anni Settanta, nessuno sceglieva di non frequentare l'università per motivi economici.

Alcuni amici di un tipo, alcuni amici di un altro

Al liceo, dopo che il mio primo gruppo di amici si ritirò dagli studi, strinsi amicizia con un paio di nuovi arrivati. Venivano da fuori e alloggiavano al pensionato studentesco di Fairview. Nella loro città natale, ancor più isolata e dall'appropriato nome di Bear Canyon [Gola dell'Orso], non c'erano scuole superiori. Erano due tipi ambiziosi, se paragonati agli altri liceali; semplici e affidabili, ma anche interessanti e molto divertenti. Quando lasciai la città per frequentare il Grande Prairie Regional College, a 150 chilometri di distanza, uno di loro divenne il mio coinquilino. L'altro proseguì gli studi in un'altra università. Entrambi puntavano in alto. La loro determinazione in tal senso rafforzò la mia motivazione.

Al mio arrivo al college ero felice come un fringuello. Trovai un altro gruppo di amici, piuttosto numeroso, con cui m'intendeva bene, cui si unì anche il mio compagno di Bear Canyon. Eravamo tutti affascinati dalla letteratura e dalla filosofia. Gestivamo un'associazione studentesca. La rendemmo redditizia, per la prima volta nella storia, ospitando balli universitari. Com'è possibile non guadagnarci vendendo birra ai ragazzi del college? Fondammo un giornale. Conoscemmo meglio i nostri professori di scienze politiche, biologia e letteratura inglese nei seminari a numero chiuso che caratterizzavano il nostro primo anno di studi. I docenti erano grati per il nostro entusiasmo e insegnavano con passione. Ci stavamo costruendo una vita migliore.

Abbandonai molte cose del mio passato. In una piccola città, tutti sanno chi sei. Ti trascini dietro gli anni passati come un cane che corre con una

fila di lattine legate alla coda. Non puoi sfuggire a chi sei stato. Allora non era tutto online, grazie a Dio, ma rimaneva comunque impresso, indelebilmente, nei ricordi e nelle aspettative, espresse e sottintese, di ognuno.

Quando ti trasferisci, tutto è indefinito, almeno per un po'. È stressante, ma nel caos ci sono nuove possibilità. Le persone, te compreso, non riescono a rinchiuderti e a ingabbiarti nelle loro vecchie opinioni. Vieni scosso e portato fuori dal tracciato, puoi creare uno nuovo e migliore, con persone che ambiscono al meglio. Pensavo che fosse naturale crescere in questo modo. Credevo che ogni persona che si trasferiva avesse avuto (e desiderato) una simile esperienza di caduta e rinascita. Ma non accadeva sempre così.

Una volta, quando avevo all'incirca quindici anni, andai con Chris e un altro amico, Carl, a Edmonton, una città di seicentomila persone. John non era mai stato in una grande città, e non era un caso raro. Il viaggio di andata e ritorno da Fairview a Edmonton era di circa 1.300 chilometri. L'avevo fatto spesso, a volte con i miei genitori, a volte senza. Mi piaceva l'anonimato della città. Mi piacevano i nuovi inizi. Mi piaceva la fuga dalla squallida e soffocante cultura adolescenziale della mia città natale. Quindi, convinsi i miei due amici a fare quel viaggio. Ma la loro esperienza fu diversa dalla mia. Appena arrivati, Chris e Carl decisero che volevano comprare un po' d'erba. Ci dirigemmo verso quei quartieri di Edmonton che erano proprio come il peggio di Fairview. Lì trovammo gli stessi furtivi pusher di marijuana. Trascorremmo il fine settimana a bere nella camera d'albergo. Sebbene avessimo affrontato un lungo viaggio, non eravamo andati da nessuna parte.

Qualche anno dopo assistetti a un esempio ancora più eclatante di questa situazione. Mi ero trasferito a Edmonton per completare il mio corso di laurea. Avevo preso in affitto un appartamento con mia sorella, che stava studiando per diventare infermiera ed era anche una persona un po' folle. Non molti anni più tardi avrebbe avviato una piantagione di fragole in Norvegia, organizzato safari in Africa, contrabbandato camion attraverso il deserto del Sahara minacciato dai Tuareg e fatto da babysitter ai gorilla orfani in Congo. Avevamo una bella casa in un nuovo palazzo che si affacciava sull'ampia vallata del fiume North Saskatchewan. Vedevamo lo skyline della città sullo sfondo. In un impeto di entusiasmo comprai un

bellissimo pianoforte verticale Yamaha nuovo. Sembrava proprio un bel posto.

Mi giunse voce che Ed, il cugino più giovane di Chris, si era trasferito in città. Pensai fosse una bella notizia. Un giorno mi chiamò e lo invitai a venirmi a trovare. Volevo vedere come se la passasse. Speravo che stesse mettendo a frutto il potenziale che una volta avevo visto in lui. Ma non fu così. Quando Ed si presentò, mi apparve più vecchio, con meno capelli e ingobbito. Era molto più simile a un adulto che non se la cava tanto bene che non a un giovane pieno di possibilità. Gli occhi erano fessure arrossate che rivelavano l'abitudine di assumere droghe. Ed aveva accettato qualche lavoretto di giardinaggio che sarebbe andato bene per uno studente universitario che volesse arrotondare o per qualcuno che non poteva fare di meglio, ma che era invece miseramente scadente come scelta di vita per una persona intelligente.

Ed era accompagnato da un amico.

È l'amico che ricordo davvero. Era fatto, completamente fuori, totalmente sballato. La sua mente e il nostro grazioso e civile appartamento non sembravano appartenere allo stesso universo. C'era anche mia sorella, che conosceva Ed e aveva già assistito a questo genere di situazioni, prima. Non ero contento che Ed avesse portato quel personaggio a casa nostra. Ed si sedette. Anche l'amico si sedette, anche se forse non se ne accorse. Era una farsa: fatto com'era, Ed aveva ancora la capacità di sentirsi in imbarazzo. Sorseggiammo una birra. L'amico di Ed guardò verso l'alto e riuscì a dire: "Le mie particelle sono sparse per tutto il soffitto". Mai furono pronunciate parole più vere.

Presi Ed da parte e gli dissi gentilmente che doveva andarsene. Gli dissi che non avrebbe dovuto portare da noi quell'inutile bastardo del suo amico. Annui. Capì. E ciò rese la situazione ancora più triste. Molto più tardi, suo cugino Chris mi scrisse una lettera a questo proposito. L'ho citata nel mio primo libro, *Maps of Meaning*: "Avevo degli amici" scrisse.⁶² "Prima. Chiunque avesse abbastanza disprezzo per se stesso da potermi perdonare il mio."

Che cosa rendeva Chris, Carl e Ed incapaci o addirittura riluttanti a fare qualcosa o a cambiare amicizie per migliorare le circostanze della loro vita? Era una condizione inevitabile: una conseguenza dei loro limiti, di malattie alla fase iniziale o di traumi del passato? Dopo tutto, le persone sono molto diverse tra loro, in maniere che sembrerebbero sia strutturali sia

deterministiche. Le persone differiscono per intelligenza, che è in gran parte la capacità di apprendere e trasformarsi. Hanno anche personalità molto diverse. Alcune sono attive, altre passive, ansiose o calme. Per ogni individuo motivato a raggiungere degli obiettivi, ne esiste uno indolente. Il grado in cui queste differenze sono immutabilmente parte integrante di qualcuno è maggiore di quanto una persona ottimista possa presumere o desiderare. E poi c'è la malattia, mentale e fisica, diagnosticata o invisibile, che limita ulteriormente e modella le nostre vite.

Chris ebbe un crollo psicotico sulla trentina, dopo aver flirtato con la follia per tanti anni. Non molto tempo dopo, si suicidò. L'uso pesante di marijuana amplificò il problema o fu una cura palliativa? Dopotutto, l'uso di farmaci capaci di sedare il dolore, regolarmente prescritti dai medici, è diminuito negli Stati come il Colorado in seguito alla legalizzazione della marijuana.⁶³ Forse l'erba ha alleviato la situazione di Chris, non l'ha peggiorata. Forse ha ridotto la sua sofferenza, invece di esacerbarne l'instabilità. È stata la filosofia nichilista da lui coltivata a spianare la strada al crollo finale? Quel nichilismo, a sua volta, era una conseguenza di una vera malattia o solo una razionalizzazione della riluttanza di Chris a immergersi responsabilmente nella vita? Perché lui, come il cugino, come altri miei amici, sceglieva continuamente persone e luoghi che non erano positivi per lui?

A volte, quando hanno una bassa opinione del proprio valore o forse quando rifiutano di assumersi la responsabilità della propria vita, le persone si buttano su nuove amicizie, e proprio di quel tipo che già in passato si è rivelato problematico. Non credono di meritare di meglio, quindi non vanno a cercarlo. O, forse, non vogliono affrontare i problemi connessi a questo meglio. Freud la definì una “coazione a ripetere”. La ritenne una pulsione inconscia a replicare le brutture del passato: a volte, forse, per comprendere quegli orrori in maniera più profonda, a volte per tentare di averne una padronanza più attiva e altre volte, forse, perché sembrano non esserci alternative. Le persone creano il proprio mondo con gli strumenti che hanno direttamente a portata di mano. Strumenti difettosi portano a risultati sbagliati. L'uso ripetuto degli stessi strumenti difettosi porta agli stessi risultati sbagliati. È in questo modo che chi non riesce a imparare dal passato si condanna a ripeterlo. In parte è destino. In parte è incapacità. O forse è riluttanza a imparare? È rifiuto di imparare, rifiuto *motivato* di imparare?

Salvare i dannati

Ci sono anche altri motivi per cui i ragazzi scelgono amicizie non positive per loro. A volte perché vogliono salvare qualcuno. Questo è più tipico dei giovani, ma l'impeto permane anche tra gli adulti che sono troppo ben disposti, ingenui o che non vogliono vedere. Qualcuno potrebbe obiettare: "È giusto vedere il meglio nelle persone. La virtù più elevata è il desiderio di aiutare." Ma non tutti quelli che sbagliano sono vittime, e non tutti quelli che si trovano sul fondo desiderano risalire, anche se molti lo vogliono e ci riescono. Nondimeno, le persone spesso accettano o addirittura accrescono la propria sofferenza, così come quella degli altri, se possono esibirla come prova dell'ingiustizia del mondo. Tra gli oppressi non mancano certo gli oppressori, anche se molti di loro sono solo aspiranti tali, data la bassa posizione sulla scala sociale. È la risposta più facile da scegliere, nell'immediato, anche se, nel lungo periodo, è un inferno.

Immagina qualcuno per cui le cose non vadano bene. Ha bisogno di aiuto, e forse lo desidera anche. Ma non è facile distinguere tra qualcuno che vuole veramente un aiuto e ne ha bisogno e qualcuno che sta semplicemente sfruttando chi vuole aiutarlo. Capirlo è difficile anche per chi cerca aiuto. La persona che prova, fallisce e viene perdonata, e poi ci riprova, fallisce e viene perdonata di nuovo è molto spesso anche colei che desidera che tutti credano nell'autenticità dei suoi tentativi.

Quando non si tratta solo di ingenuità, il tentativo di salvare qualcuno è spesso alimentato dalla vanità e dal narcisismo. Qualcosa di simile è descritto nelle parole dolenti del classico dell'incomparabile Fëdor Dostoevskij, *Memorie dal sottosuolo*, che inizia con queste famose battute: "Sono un uomo malato... Sono un uomo cattivo. Sono brutto. Penso che il mio fegato sia malato". È la confessione di un miserabile e arrogante ospite del mondo sotterraneo del caos e della disperazione. Si analizza senza pietà, ma paga in quest'unico modo per cento peccati, nonostante ne commetta mille. Quindi, immaginando di redimersi, l'uomo del sottosuolo commette il peggiore dei peccati. Offre aiuto a una persona davvero sfortunata, Liza, una donna avviata sulla disperata strada della prostituzione del diciannovesimo secolo. Il protagonista la invita ad andarlo a trovare, promettendole che la riporterà sulla giusta strada. Mentre aspetta la donna, le fantasie dell'uomo si fanno sempre più messianiche:

Un giorno passò, intanto, un altro e un altro ancora; lei non veniva e io cominciai a tranquillizzarmi. Riprendevo coraggio di solito dopo le nove, a volte mi trovavo persino a sognare e

con una certa dolcezza: "Io, per esempio, salvo Liza, proprio perché lei viene a trovarmi e io le parlo... L'aiuto a crescere, la educo. Alla fine mi accorgo che lei mi ama, mi ama appassionatamente. Faccio finta di non capire (non so, comunque, perché faccio finta, solo per bellezza, forse). Alla fine tutta confusa, bellissima, tremante e singhiozzante, si getta ai miei piedi e dice che sono il suo salvatore, e che mi ama più di qualsiasi altra cosa al mondo.

Queste fantasie alimentano unicamente il narcisismo dell'uomo del sottosuolo, nient'altro. Liza stessa ne è vittima. La salvezza che l'uomo le offre richiede molto di più, in termini di impegno e maturità, di quanto sia disposto o in grado di offrire. Semplicemente non ha il carattere per andare fino in fondo: se ne accorge presto, e altrettanto rapidamente trova delle giustificazioni. Alla fine Liza arriva nel suo squallido appartamento, contando disperatamente su una via d'uscita, puntando tutto ciò che ha su quell'incontro. Dice all'uomo del sottosuolo di voler lasciare la vita attuale. La risposta dell'uomo?

"Perché sei venuta da me, me lo dici, per favore?" cominciai, con il respiro affannoso e senza pensare al collegamento logico tra le mie parole. Cercavo di dire tutto in una volta, a raffica; non mi ero nemmeno domandato come avrei iniziato. "Perché sei venuta? Rispondi, rispondi" gridai, quasi senza sapere cosa stessi facendo. "Ti dirò, cara mia, perché sei venuta. Sei venuta perché allora ti ho detto parole di compatismo. Quindi ora ti sei ammorbidente come il burro e desideri ancora provare quei bei sentimenti. Allora puoi anche sapere che mi stavo prendendo gioco di te. E lo faccio anche ora. Perché stai rabbividendo? Sì, mi stavo prendendo gioco di te. Ero stato insultato poco prima, a cena, da chi quella sera era arrivato prima di me. Venni da te, con l'intenzione di picchiare uno di loro, un ufficiale; ma non ci riuscii, non lo trovai; dovevo sfogare l'insulto su qualcuno per riavermi; sei arrivata tu, mi sono sfogato su di te e ti ho derisa. Ero stato umiliato, e di conseguenza volevo umiliare qualcuno; ero stato trattato come una pezza da piedi, quindi volevo fare sfoggio del mio potere... Ecco cos'era, e tu hai immaginato che fossi venuto lì apposta per salvarti. Sì? L'hai immaginato? L'hai immaginato?".

Sapevo che forse sarebbe rimasta confusa e non avrebbe compreso tutto esattamente, ma sapevo anche che ne avrebbe afferrato la sostanza, molto bene. E così fece. Diventò bianca come uno straccio, cercò di dire qualcosa con le labbra che si muovevano a fatica; ma si lasciò cadere su una sedia come se fosse stata abbattuta da un'ascia. E in seguito mi ascoltò sempre con le labbra socchiuse e gli occhi spalancati, rabbividendo per il terrore. Il cinismo, il cinismo delle mie parole l'aveva sopraffatta...

L'ostentata arroganza, l'indifferenza e la cattiveria gratuita del protagonista infrangono le ultime speranze di Liza. Lui lo capisce bene. Peggio ancora: qualcosa in lui mira proprio a quello. E lui sa anche questo. Ma un cattivo che si dispera per la propria malvagità non diventa un eroe. Un eroe ha caratteristiche positive, non è semplicemente l'assenza del male.

Potresti obiettare che Cristo stesso abbia stretto amicizia con esattori e prostitute. Come osò demolire le motivazioni di chi cerca di aiutare? Ma

Cristo era l'archetipo dell'uomo perfetto. E tu sei tu. Come fai a sapere che i tuoi tentativi di tirare qualcuno fuori dai guai non lo porteranno invece, o non condurranno te stesso, più in basso? Immagina il caso di qualcuno che supervisiona un'eccezionale squadra di lavoratori, tutti impegnati a raggiungere un obiettivo comune; immaginali laboriosi, brillanti, creativi e uniti. Ma la persona che li supervisiona è responsabile anche di qualcun altro che ha problemi e ottiene risultati scadenti. In un impeto di ispirazione, il manager ben intenzionato sposta quella persona problematica all'interno della squadra eccezionale, sperando di migliorarlo con l'esempio. Che cosa succede? Gli studi di psicologia sono molto chiari, a questo proposito.⁶⁴ L'intruso che è sulla cattiva strada si rialza immediatamente e prende la giusta direzione? No. Al contrario, l'intera squadra degenera. Il nuovo arrivato rimane cinico, arrogante e nevrotico. Si lamenta. Si sottrae al proprio dovere. Salta le riunioni importanti. Il suo lavoro scadente causa ritardi e deve essere rifatto da altri. Viene comunque pagato, proprio come i compagni di squadra. Le altre persone che lavorano seriamente iniziano a sentirsi tradite. "Perché io ce la metto tutta per cercare di portare a termine questo progetto" ognuno pensa, "mentre il nuovo membro del gruppo non fa nessuna fatica?". La stessa cosa accade quando ben intenzionati psicologi scolastici piazzano un adolescente con tendenze criminali tra coetanei relativamente civili. È la delinquenza a diffondersi, non l'equilibrio.⁶⁵ Scendere di livello è molto più facile che salire.

Forse stai cercando di salvare qualcuno perché sei una persona forte, generosa e ben organizzata che vuole fare la cosa giusta. Ma è anche possibile e, forse, più probabile che tu voglia solo attirare l'attenzione sulle tue riserve inesauribili di empatia e buona volontà. O forse stai cercando di salvare qualcuno perché vuoi convincerti che la tua forza di carattere è più di un semplice effetto collaterale della tua fortuna e della tua condizione di nascita. O forse perché è più facile apparire virtuosi quando si è al fianco di qualcuno totalmente irresponsabile.

Supponi innanzitutto che tu stia facendo la cosa più semplice, non la più complessa.

Il tuo alcolismo accanito fa sembrare normale il mio bere smodato. Le nostre lunghe e serie conversazioni sul tuo matrimonio in crisi ci convincono entrambi che tu stia facendo tutto il possibile e che io ti sto aiutando al massimo. Sembra uno sforzo. Sembra un progresso. Ma un vero miglioramento richiederebbe molto di più da entrambi. Sei sicuro che la

persona che chiede a gran voce di essere aiutata non abbia deciso più e più volte di sobbarcarsi il suo inutile e sempre più pesante fardello di sofferenza, semplicemente perché è più facile che assumersi una vera responsabilità? Stai contribuendo ad alimentare un'illusione? È possibile che il tuo disprezzo sarebbe più proficuo della tua compassione?

O forse non hai in mente di salvare qualcuno. Frequenti persone che sono negative per te non perché sia meglio per qualcuno, ma perché è più facile. Lo sai. I tuoi amici lo sanno. Siete tutti legati da un contratto silenzioso: votato al nichilismo, al fallimento e alla sofferenza del tipo più stupido. Avete tutti deciso di sacrificare il futuro al presente. Non ne parlate. Non vi guardate in faccia per dire: "Prendiamo la strada più facile. Crogioliamoci in qualunque cosa ci arrivi dal presente. E stabiliamo, inoltre, di non criticarci a vicenda per questa scelta. Così possiamo dimenticare più facilmente ciò che stiamo facendo." Non dite nulla di tutto ciò, ma voi tutti sapete cosa sta succedendo davvero.

Prima di aiutare qualcuno, dovresti scoprire perché quella persona è nei guai. Non dovresti semplicemente supporre che lui o lei sia una nobile vittima di circostanze ingiuste e dello sfruttamento. È la spiegazione più improbabile, non la più plausibile. Nella mia esperienza, clinica e non, non ho mai incontrato casi così lineari. Inoltre, se accetti la spiegazione che tutto quanto sia accaduto senza responsabilità alcuna da parte della vittima, neghi a quella persona ogni azione compiuta nel passato e, implicitamente, anche nel presente e nel futuro. In questo modo, la spogli di ogni potere.

È molto più probabile che un determinato individuo si sia semplicemente rifiutato di percorrere la strada in salita, a causa della difficoltà. Forse questo dovrebbe addirittura essere il tuo presupposto di base, di fronte a una situazione del genere. È troppo duro, penserai. Potresti avere ragione. Forse è una supposizione eccessiva. Ma considera che il fallimento è facile da comprendere. Non è necessario spiegarne l'esistenza. Allo stesso modo, la paura, il disprezzo, la dipendenza, la promiscuità, il tradimento e l'inganno non richiedono spiegazioni. Non è l'esistenza del vizio, o l'indulgere in esso, a richiedere una spiegazione. Il vizio è facile. Anche il fallimento è facile. È più facile scegliere di non sobbarcarsi un peso sulle spalle. È più facile non pensare, non fare e non preoccuparsi. È più facile rimandare a domani ciò che deve essere fatto oggi e annegare i mesi e gli anni che verranno nei piaceri di poco conto di oggi. Come dice lo scellerato capofamiglia Simpson, immediatamente prima di scolarsi un barattolo di

maionese mista a vodka, “Questo è un problema per l’Homer del futuro. Cielo, non lo invidio proprio!”.⁶⁶

Come faccio a sapere che con la tua sofferenza non mi stai chiedendo di sacrificare le mie risorse, così da potere, per un momento brevissimo, evitare l’inevitabile? Forse hai persino smesso di preoccuparti della rovina imminente, ma non vuoi ancora ammetterlo. Forse il mio aiuto non cambia nulla, non può, ma riesce a tenere lontana quella presa di coscienza troppo terribile, troppo personale. Forse la tua infelicità è una richiesta che mi fai così che anch’io fallisca, così che il divario tra noi, che tu avverti come molto doloroso, possa ridursi, mentre tu degeneri e affondi. Come faccio a sapere che ti rifiuterai di giocare a un gioco del genere? Come faccio a sapere che io stesso non sto semplicemente fingendo di essere responsabile, mentre ti aiuto invano, così da non dover fare qualcosa di veramente complesso, e realmente possibile?

Forse la tua infelicità è lo strumento che brandisci nel disprezzo di chi si eleva verso l’alto mentre tu attendi e affondi. Forse la tua infelicità è un tentativo di dimostrare l’ingiustizia del mondo, invece che l’evidenza del tuo stesso peccato, dell’aver mancato il bersaglio, del rifiuto consapevole di combattere e di vivere. Forse la tua volontà di soffrire nel fallimento è inesauribile, dato che ti servi di quella sofferenza per dimostrarlo. Forse è la tua vendetta nei confronti dell’Essere. Come potrei esserti amico in una situazione del genere? In quale maniera?

Il successo è un mistero. La virtù è inspiegabile. Per fallire, devi semplicemente coltivare alcune cattive abitudini. Devi solo lasciare che il tempo passi. E una volta che qualcuno ha coltivato cattive abitudini e ha lasciato trascorrere un tempo abbastanza lungo, si ritrova parecchio impoverito. Molte opportunità si sono dissipate e gran parte delle sue caratteristiche peggiori adesso sono diventate reali. La situazione tende spontaneamente all’entropia, ma i peccati degli uomini ne accelerano il degrado. E poi arriva il diluvio.

Non sto dicendo che non ci sia speranza di redenzione. Ma è molto più difficile tirare fuori qualcuno da un baratro piuttosto che aiutarlo a rialzarsi da un fosso. E alcuni baratri sono molto profondi. Sul fondo non rimane molto del corpo di chi vi è caduto.

Forse dovrei aspettare ad aiutarti, almeno finché non è chiaro che vuoi essere aiutato. Carl Rogers, il famoso psicologo umanista, riteneva che fosse impossibile iniziare una relazione terapeutica se la persona che aveva

cerca aiuto non era intenzionata a migliorare.⁶⁷ Rogers sosteneva che fosse impossibile convincere qualcuno a cambiare in meglio. Il desiderio di migliorare è, invece, il prerequisito per migliorare. Come psicoterapeuta ho lavorato con soggetti che mi sono stati assegnati dal tribunale giudiziario. Non volevano il mio aiuto ma erano stati costretti a rivolgersi a me. Non ha mai funzionato. È stata una farsa.

Se rimango legato a te, in una relazione malsana, forse è perché sono troppo debole e indeciso per andarmene, ma non voglio riconoscerlo. Continuo, quindi, ad aiutarti e mi consolo con il mio martirio inutile. Forse potrò poi dire di me stesso che sono “Qualcuno che si sacrifica, che è disposto ad aiutare qualcun altro, una brava persona.” Non è così. Potrei semplicemente essere una persona che cerca di apparire buona fingendo di risolvere quello che sembra un problema complicato, invece di agire bene concretamente e affrontare altre circostanze reali.

Forse, invece di mantenere viva la nostra amicizia, dovrei allontanarmi, diventare adulto e dare l'esempio.

E questa non è una giustificazione che ci permette di abbandonare chi ha realmente bisogno, per perseguire la nostra ambizione, cieca e meschina, se è necessario dirlo.

Un patto reciproco

Ecco un aspetto da prendere in considerazione. Se hai un amico che non vorresti frequentasse tua sorella, tuo padre o tuo figlio, perché lo frequenti tu? Potresti dire: per lealtà. Bene, la lealtà non corrisponde alla stupidità. La lealtà deve essere negoziata, in modo equo e onesto. L'amicizia è un patto reciproco. Non sei moralmente obbligato a sostenere qualcuno che rende il mondo un posto peggiore. Piuttosto è vero il contrario. Dovresti scegliere persone che vogliono che il mondo sia migliore, non peggiore. È una decisione buona, non egoistica, attorniarti di persone che sono positive per te. È giusto e lodevole frequentare persone che starebbero meglio se vedessero che tu stai meglio.

Se ti circondi di persone che sostengono i tuoi sforzi per raggiungere obiettivi elevati, non tollereranno cinismo né distruttività. T'incoraggeranno, invece, quando fai del bene a te stesso e agli altri e ti puniranno saggiamente quando ti comporti diversamente. Questa situazione ti rafforzerà nella decisione di fare ciò che è giusto, nella maniera più appropriata e accurata. Le persone che non puntano al meglio faranno il

contrario. Offriranno una sigaretta a un ex fumatore e una birra a un ex alcolista. Saranno invidiose se avrai successo, o se farai qualcosa di puro, e ti faranno mancare la loro presenza o il loro sostegno o ti puniranno. Sminuiranno il tuo risultato confrontandolo con una loro impresa passata, reale o immaginaria. Forse cercheranno di metterti alla prova, per vedere se la tua risoluzione è reale, per capire se sei sincero. Ma soprattutto ti trascineranno verso il basso, perché il tuo avanzamento rende ancora più evidenti le loro mancanze.

È per questo motivo che ogni buon esempio è una sfida fatidica e ogni eroe è un giudice. La meravigliosa scultura in marmo del “David” di Michelangelo grida all’osservatore: “Potresti fare di più.” Quando osi ambire a mete più elevate, riveli le mancanze della situazione presente e sveli la promessa del futuro. Allora turbi gli altri, nel profondo delle loro anime, perché capiscono che il cinismo e l’immobilismo sono ingiustificabili. Sei Abele nei confronti di Caino. Ricordi loro che hanno smesso di impegnarsi non a causa delle brutture della vita, che sono innegabili, ma perché non vogliono assumersi il peso del mondo sulle loro spalle, proprio lì dove deve stare.

Non pensare che sia più facile circondarti di persone positive che di persone malsane. Non lo è. Una persona buona e sana è un ideale. Sono necessarie forza e audacia per stare vicino a una persona simile. Abbi un po’ di umiltà. Abbi un po’ di coraggio. Usa il giudizio e proteggiti da una compassione e da una pietà acritiche.

Scegli amici che vogliono il meglio per te.



REGOLA 4

CONFRONTATI CON CHI ERI IERI INVECE DI PARAGONARTI A QUALCUN ALTRO

IL CRITICO INTERIORE

Quando molti di noi vivevano in piccole comunità rurali, era più facile riuscire bene in qualcosa. C’era chi veniva eletta “reginetta del college”, qualcun altro vinceva la gara di grammatica, era un mago nei calcoli o una star del basket. C’erano solo uno o due meccanici e un paio di insegnanti. All’interno del proprio regno, questi eroi locali godevano di una fiducia in se stessi generata dalle scariche di serotonina tipicamente sperimentate dai vincitori. Forse è proprio per questo motivo che la maggior parte delle persone che si sono distinte proviene da città di modeste dimensioni.⁶⁸ Se vivi in una città da milioni di persone, come la maggior parte di noi ormai, ti troverai circondato da molti individui con le tue stesse capacità. Inoltre, adesso siamo connessi in modo virtuale con tutti e sette i miliardi di abitanti del Pianeta. Gli standard di qualità oggi sono vertiginosamente elevati.

Non importa quanto tu sia bravo in qualcosa, o come valuti i tuoi risultati, c’è qualcuno là fuori che ti fa sembrare incompetente. Sei un bravo

chitarrista, ma non sei Jimmy Page o Jack White. Quasi certamente non arriverai nemmeno a esibirti nel pub di quartiere. Sei un bravo cuoco, ma ci sono molti grandi chef. I piatti di pesce della tua mamma, per quanto rinomati nel suo villaggio, non spiccano al giorno d'oggi, persi tra degustazioni di mousse di pompelmo e gelato allo scotch e tabacco. Qualche mafioso ha uno yacht più pacchiano del tuo. Un amministratore delegato maniacale ha un orologio a carica automatica più complicato del tuo, con una preziosissima struttura in legno pregiato e acciaio. Perfino l'attrice hollywoodiana più sorprendente si trasforma alla fine nella Regina cattiva, che scongiura in eterno e in maniera paranoica la nascita di una nuova Biancaneve. E tu? Il tuo lavoro è noioso e inutile, le tue capacità di gestire la famiglia sono scarse, il tuo gusto è spaventoso, sei più grasso dei tuoi amici e tutti fuggono dalle tue feste. A chi importa se sei il primo ministro del Canada, quando qualcun altro è il presidente degli Stati Uniti?

Al nostro interno dimorano una voce e uno spirito critici che sanno tutto ciò. E sono propensi a portare avanti, fastidiosamente, le loro idee. Condannano i nostri modesti sforzi. Sono difficili da zittire. Ma la cosa peggiore è che critici di questo tipo sono necessari. Non mancano certo artisti privi di gusto, musicisti che non sanno tenere il tempo, cuochi in grado di avvelenare i clienti, dirigenti affetti da “disturbo ossessivo burocratico”, romanzieri mediocri e professori noiosi e tronfi di ideologia. Le cose e le persone hanno qualità molto diverse. La musica terribile ci tormenta ovunque. Edifici mal progettati si sbriciolano durante i terremoti. Automobili di qualità scadente causano la morte dei guidatori. Il fallimento è il prezzo che paghiamo perché ci siano degli standard e, dal momento che la mediocrità ha conseguenze reali e dure, gli standard sono necessari.

Non tutti abbiamo le stesse capacità né produciamo risultati identici, e ciò non può cambiare. Un numero molto esiguo di persone produce molto. I vincitori non conquistano tutto, ma se ne accaparrano la maggior parte, e la coda della classifica non è un buon posto dove stare. Le persone sul fondo della scala sociale sono infelici. Si ammalano, nessuno le conosce o le ama. Sprecano la propria vita in quel luogo, e lì muoiono. Di conseguenza, la voce che nella nostra mente ci denigra tesse una trama devastante. La vita è un gioco a somma zero, in cui il guadagno o la perdita di un partecipante è completamente bilanciato dalla perdita o dal guadagno di un altro partecipante. L'inutilità è la condizione di default. Che cosa, se non una cecità ostinata, potrebbe proteggere le persone da critiche tanto sprezzanti?

È per queste ragioni che un'intera generazione di psicologi sociali raccomandava le “illusioni positive” come unica strada percorribile per la salute mentale.⁶⁹ Il loro credo? Lascia che la menzogna sia ciò che ti protegga. Non si può immaginare una filosofia più triste, miserabile e pessimista: le cose sono così terribili che solo l'illusione può salvarti.

Ecco un approccio alternativo che non richiede illusioni. Se le carte sono sempre contro di te, forse il gioco a cui stai giocando è in qualche modo truccato, magari da te stesso e a tua insaputa. Se la tua voce interiore ti fa dubitare del valore dei tuoi sforzi e della vita, forse dovresti smettere di ascoltarla. Se parla in maniera denigratoria di tutti, a prescindere dal loro successo, quanto può essere affidabile? Forse i suoi commenti sono chiacchiere, non saggezza. “Ci saranno sempre persone migliori di te” è un cliché del nichilismo, come anche “Tra un milione di anni, chi vedrà la differenza?”. La risposta appropriata a questa domanda non è: “Be’, allora tutto è privo di significato.” La risposta giusta è: “Qualsiasi idiota può scegliere un periodo di tempo entro il quale tutto perde di significato.” Persuaderti che tutto è irrilevante non è una critica profonda all’Essere. È un trucchetto della mente razionale.

Molti bei giochi

Gli standard che definiscono il meglio e il peggio non sono illusori né inutili. Se tu non avessi deciso che ciò che stai facendo in questo momento è la migliore alternativa a tua disposizione, non lo faresti. L’idea di una scelta priva di valore è un ossimoro. I giudizi di valore sono una precondizione all’azione. E ogni attività, una volta scelta, ha i propri standard interni. Ogni cosa può essere fatta meglio o peggio. Impegnarsi in una qualsiasi attività significa quindi giocare a un gioco con un fine ben chiaro e definito in termini di valore, che si può raggiungere attraverso diversi gradi di efficienza e finezza, con possibilità di successo o fallimento. I differenziali in termini di qualità sono onnipresenti. Inoltre, se non ci fossero i concetti di meglio e peggio, non varrebbe la pena di fare nulla. Non ci sarebbe valore e, quindi, nessun significato. Perché fare uno sforzo se non migliora nulla? Il significato stesso richiede una distinzione tra bene e male. Come, allora, possiamo zittire la voce dell’autocoscienza critica? Dove sono i difetti nella logica apparentemente impeccabile del suo messaggio?

Potremmo iniziare prendendo in considerazione i termini troppo netti di successo e fallimento. Sei una persona di successo, straordinariamente eccellente o, al contrario, un fallito, del tutto e irrimediabilmente senza qualità. Le parole non prevedono alternative e nessuna via di mezzo. In un mondo complesso come il nostro, però, queste generalizzazioni e questa mancanza di differenziazione sono il segno di un'analisi ingenua, semplicistica o persino malevola. Questo sistema binario annulla gradi e progressioni di valore fondamentali, con conseguenze per nulla positive.

Per cominciare, non esiste un unico gioco in cui si può avere successo o fallire. Ci sono molti giochi e, più specificamente, molti bei giochi, che incontrano i tuoi talenti, ti coinvolgono in maniera produttiva insieme ad altre persone, ti sostengono e possono anche migliorare pian piano. Quello dell'avvocato è un bel gioco. Così come lo sono l'idraulico, il medico, il falegname o l'insegnante. Il mondo rende possibili molti modi di essere. Se non hai successo con uno, puoi provarne un altro. Puoi scegliere qualcosa che meglio si addica alla tua situazione e alla combinazione unica dei tuoi punti di forza e di debolezza. Inoltre, se cambiare gioco non funziona, puoi inventarne uno nuovo. Di recente ho visto un talent show in cui un mimo faceva un numero ridicolo con dei guanti da forno. È stato inaspettato e originale. Sembrava che per lui quel gioco funzionasse.

È poco probabile, inoltre, che tu ti ritrovi a fare un unico gioco. Hai un lavoro, amici, familiari, progetti personali, impegni artistici e attività sportive. Forse puoi pensare di giudicare il tuo successo valutandolo attraverso tutti i giochi che fai. Immagina di essere molto bravo in alcuni, mediocre in altri e terribile in altri ancora. Forse è così che dovrebbe essere. Potresti obiettare: "Dovrei vincere a ogni gioco!". Ma se vincessi sempre, significherebbe solo che non stai facendo nulla di nuovo o di difficile. Potresti vincere ma non stai crescendo, mentre crescere potrebbe essere la forma più importante di vittoria. Ma vincere nel presente è sempre necessariamente meglio che arrivarci in maniera graduale?

Infine, potresti arrivare a capire che le caratteristiche di molti giochi sono tanto adatte a te, tanto particolari, che il confronto con gli altri è semplicemente inappropriato. Forse stai sopravvalutando ciò che non hai e sottovalutando quello che fai. La gratitudine è realmente importante ed efficace. È anche una buona protezione contro i pericoli del vittimismo e del risentimento. Il tuo collega lavora meglio di te. Sua moglie, però, ha una relazione extraconiugale, mentre il tuo matrimonio è stabile e felice. Chi ha

la meglio? La celebrità che tanto ammiri è un alcolista cronico, che guida ubriaco ed è anche un fanatico intollerante. La sua vita è davvero preferibile alla tua?

Ecco come opera il critico interiore quando ti sminuisce con questi paragoni. In primo luogo, sceglie arbitrariamente un singolo campo sui cui organizzare il confronto, ad esempio la notorietà o il potere. Quindi agisce come se quel campo fosse l'unico rilevante. Poi ti paragona a qualcuno che, in quell'ambito, ha raggiunto risultati veramente stellari. Può spingersi ancora più in là, usando il divario incolmabile tra te e il tuo termine di paragone come prova della fondamentale ingiustizia della vita. E così indebolisce con grande efficacia la tua motivazione a fare qualunque cosa. Chi accetta di stabilire così il proprio valore non può certo essere accusato di semplificarsi la vita. Ma anche complicarsi troppo le cose è un bel problema.

Quando siamo molto giovani non siamo né unici né informati. Non abbiamo ancora avuto il tempo e la maturità per sviluppare i nostri parametri di giudizio. Di conseguenza, dobbiamo confrontarci con gli altri, perché gli standard sono necessari. A mano a mano che maturiamo diventiamo sempre più particolari e definiti. Le condizioni della nostra vita diventano sempre più personali e sempre meno paragonabili a quelle degli altri. Simbolicamente parlando, ciò significa che dobbiamo lasciare la casa dove vigono le regole di nostro padre e affrontare il caos del nostro essere individuale. Dobbiamo prendere atto del nostro disordine, senza abbandonare completamente il “padre”, durante il percorso. Dobbiamo quindi riscoprire i valori della nostra cultura, nascosti dalla nostra ignoranza, celati nel polveroso baule del tesoro del passato, recuperarli e integrarli nelle nostre vite. È questo processo che dà all'esistenza il suo significato pieno e imprescindibile.

Tu chi sei? Pensi di saperlo, ma forse non lo sai. Per esempio, non sei né il tuo padrone, né il tuo schiavo. Non puoi dire a te stesso cosa fare e forzarti facilmente a obbedire, almeno non più di quanto tu possa farlo con tuo marito, tua moglie o i tuoi figli. Puoi orientare i tuoi interessi, ma entro certi limiti. Alcune attività ti coinvolgeranno sempre, mentre altre semplicemente no.

Hai una natura personale. Puoi giocare a fare il tiranno con la tua natura, ma sicuramente ti ribellerai. Con quanta durezza puoi costringerti a lavorare e a sostenere la tua voglia di lavorare? Quanti sacrifici puoi fare per il tuo

partner prima che la generosità si trasformi in risentimento? Che cosa ami veramente? Che cosa vuoi sinceramente? Prima di poter definire quali sono i tuoi standard di valore, devi considerarti un estraneo e poi imparare a conoserti. Che cosa è prezioso e piacevole per te? Di quanto svago, divertimento e riconoscimento hai bisogno, per sentirti più di una bestia da soma? Come devi ricompensarti, per non mordere il freno e non distruggere il recinto? Potresti costringerti ad affrontare la routine quotidiana e sfogare la frustrazione sui tuoi familiari quando torni a casa o guardar scorrere i giorni preziosi senza fare nulla. O potresti imparare a lasciarti coinvolgere in un'attività produttiva e sostenibile. Ti chiedi cosa vuoi? Negozi equamente con te stesso? O sei un tiranno e tratti te stesso come uno schiavo?

In quali occasioni non apprezzi i tuoi genitori, il tuo coniuge o i tuoi figli, e perché? Che cosa potresti fare per migliorare la situazione? Di cosa hai bisogno e cosa vuoi dai tuoi amici e dai tuoi soci in affari? Non si tratta di ciò che dovresti desiderare. Non intendo ciò che gli altri si aspettano da te o i tuoi doveri verso di loro. Parlo di definire la natura del tuo obbligo morale nei confronti di te stesso. Il dovere ne fa parte, perché sei avviluppato in una rete di obblighi sociali. Il dovere è una tua responsabilità, e dovresti fartene carico. Ma ciò non significa che tu debba assumere il ruolo del cane da zerbino, obbediente e innocuo. È così che un dittatore vuole che siano i propri schiavi.

Osa, invece, essere pericoloso. Osa essere sincero. Abbi il coraggio di individuare e definire te stesso e di esprimere il vero perché della tua vita, o almeno di prenderne coscienza. Se, per esempio, permettessi ai desideri oscuri e inespressi che nutri per il tuo partner di manifestarsi, se fossi anche solo disposto a prenderli in considerazione, potresti scoprire che non sono così oscuri, visti alla luce del giorno. Potresti scoprire, invece, che sei solo spaventato e che quindi fingi una moralità. Potresti scoprire che, se ottieni quello che effettivamente desideri, non ti sentirai tentato e smarrito. Sei così sicuro che il tuo partner non sarebbe contento se gli rivelassi qualcosa in più di te? C'è una ragione se la *femme fatale* e l'antieroe sono sessualmente attraenti...

Come bisogna parlarti? Che cosa hai bisogno di prendere dalle persone? Che cosa stai sopportando o che cosa fai finta che ti piaccia, quando ti assumi doveri e obblighi? Analizza il tuo risentimento. È un'emozione rivelatrice, che fa parte di una triade malvagia: arroganza, inganno e

risentimento. Niente provoca più danno di questa trinità sotterranea. Ma il risentimento ha unicamente due possibili significati. O la persona che prova risentimento è immatura, nel qual caso lui dovrebbe tacere, smettere di piagnucolare e andare avanti, oppure è in corso un sopruso, nel qual caso la persona sottomessa ha l'obbligo morale di far sentire la propria voce. Perché? Perché la conseguenza del rimanere in silenzio è peggiore. Certo, sul momento è più facile rimanere in silenzio ed evitare i conflitti. Ma sul lungo termine è letale. Se hai qualcosa da dire, il silenzio è una bugia, e la tirannia si nutre di bugie. Quando è il momento di respingere l'oppressione, nonostante il pericolo? Quando inizi a nutrire fantasie segrete di vendetta, quando sei avvelenato e la tua immaginazione si riempie di desideri di distruzione.

Un mio paziente, decenni fa, soffriva di gravi disturbi ossessivo-compulsivi. Doveva eliminare ogni piega dal pigiama prima di coricarsi, la sera. Poi doveva sprimacciare il cuscino, quindi sistemare le lenzuola. Aveva sempre qualcosa da fare, ancora, ancora e ancora. Gli dissi: "Forse quella parte di te, quella parte che insiste in modo insano, vuole qualcosa, per quanto inarticolato sia il suo desiderio. Lascia che esprima la propria opinione, quale potrebbe essere?". "Controllo" rispose lui. Allora gli dissi: "Chiudi gli occhi e lascia che ti dica cosa vuole. Non permettere che la paura ti blocchi, non lasciare che prenda il sopravvento." Rispose: "Vuole che prenda il mio patrigno per il colletto, lo sbatta contro la porta e lo scuota con tutte le mie forze." Forse era arrivato il momento per il mio paziente di scuotere qualcuno con tutte le sue forze, ma gli suggerii qualcosa di meno istintivo. Ma Dio solo sa quali battaglie dobbiamo combattere, con onestà e volontariamente, mentre percorriamo la strada che porta alla pace. Che cosa fai per evitare il conflitto, per quanto necessario? Su quali argomenti tendi a mentire, supponendo che la verità potrebbe risultare intollerabile? In quali ambiti fingi?

Il neonato dipende dai genitori per quasi tutto ciò di cui ha bisogno. Il bambino sano riesce ad allontanarsi, almeno temporaneamente, dai genitori, per stringere amicizie. Rinuncia a una parte di sé, ma in cambio guadagna molto. L'adolescente è costretto a portare questo percorso ai limiti estremi. Deve lasciare i genitori e diventare come tutti gli altri. Deve inserirsi nel gruppo, per superare la dipendenza infantile. Una volta integrato, l'adulto di successo deve quindi imparare a essere diverso, nella giusta misura, da chiunque altro.

Fa' attenzione a paragonarti agli altri. Una volta adulto, sei un individuo unico. Hai i tuoi problemi specifici: finanziari, relazionali, psicologici e di altro genere. I tuoi problemi sono inseriti nel più ampio e unico contesto della tua esistenza. Il tuo lavoro funziona (o non funziona) per te in una certa maniera e lo fa all'interno di una specifica dinamica che coinvolge gli altri settori della tua vita. Devi decidere quanto tempo dedicare a un aspetto e quanto a un altro. Devi decidere che cosa lasciar andare e quali obiettivi perseguire.

A cosa mira il tuo sguardo (ovvero: fai il punto)

I nostri occhi sono sempre puntati verso cose che vogliamo raggiungere, che desideriamo comprendere, che cerchiamo o a cui ambiamo. Dobbiamo vedere, ma per vedere dobbiamo prendere la mira, quindi puntiamo continuamente a qualcosa. La mente si è costruita a partire da un corpo programmato per una società di cacciatori-raccoglitori. Cacciare significa individuare una preda, seguirla e avventarsi su di essa. Raccogliere significa identificare e afferrare. Anche oggi scagliamo pietre, aste e boomerang. Tiriamo palle dentro canestri, mandiamo dischi in rete e pietre di granito, sul ghiaccio, all'interno di cerchi orizzontali. Cerchiamo di colpire bersagli con archi, pistole, fucili e razzi. Lanciamo insulti, progetti e idee. Abbiamo successo quando segniamo un goal o centriamo un obiettivo. Se non ci riusciamo, pensiamo di aver fallito o di aver commesso un errore (l'antico verbo latino *errare* significa "vagare senza meta", "procedere senza un obiettivo"⁷⁰). Non possiamo navigare senza qualcosa verso cui dirigerci, ma finché siamo in questo mondo dobbiamo farlo.⁷¹

Siamo sempre e simultaneamente al punto a, che è meno desiderabile di quanto potrebbe essere, mentre ci spostiamo verso il punto b, che riteniamo migliore, secondo i nostri valori esplicativi e impliciti. L'esperienza del mondo è sempre legata a uno stato di mancanza di cui cerchiamo la correzione. Siamo in grado di immaginare nuove modalità secondo cui le cose potrebbero essere migliorate, anche se abbiamo tutto ciò di cui pensavamo di aver bisogno. Anche quando siamo temporaneamente soddisfatti, ci resta la curiosità. Viviamo in una cornice che definisce il presente come sempre incompleto e il futuro come eternamente migliore. Se non vedessimo le cose in questo modo, non agiremmo affatto. Non saremmo nemmeno in grado di vedere, perché per vedere dobbiamo

focalizzarci e per farlo dobbiamo scegliere e individuare un aspetto, tra gli altri, su cui dirigere la nostra attenzione.

Ma possiamo vedere. Riusciamo anche a vedere cose che non ci sono. Siamo capaci di prevedere nuove strategie per migliorare la situazione. Riusciamo a costruire nuovi mondi ipotetici, dove i problemi di cui non eravamo nemmeno a conoscenza appaiono evidenti e possono essere affrontati. I vantaggi di tutto ciò sono ovvi: possiamo cambiare il mondo perché lo stato intollerabile del presente possa essere corretto in futuro. Lo svantaggio di questa lungimiranza e creatività sono un disagio e un malessere cronici. Dal momento che contrapponiamo sempre ciò che è a ciò che potrebbe essere, dobbiamo puntare a ciò che potrebbe essere. Ma può accadere che miriamo troppo in alto. O troppo in basso. O anche confusamente. Quindi falliamo e viviamo nella delusione, anche quando agli altri sembra che viviamo bene. Come possiamo trarre benefici dalla nostra immaginazione, dalla nostra capacità di migliorare il futuro, senza denigrare di continuo le nostre vite attuali, pensando che siano prive del successo cui aspiravamo e senza valore?

Il primo passo, forse, è fare un bilancio. Chi sei? Quando compri una casa e ti prepari a viverci, assumi un perito perché individui tutti i difetti della condizione attuale, non di quella che desideri. Lo pagherai anche per le cattive notizie che ti darà. Devi sapere. Hai bisogno di scoprire le magagne nascoste della casa. Devi sapere se sono imperfezioni estetiche o problemi strutturali. Devi saperlo, perché non puoi aggiustare qualcosa se non sai che è rotto, e tu lo sai. Hai bisogno di un perito. Il critico interno potrebbe interpretare quel ruolo, se riuscissi a metterlo sulla pista giusta, se collaboraste. Potrebbe aiutarti a fare il punto. Ma, per farlo, devi visitare la tua casa psicologica e ascoltare scrupolosamente ciò che dice. Forse sei il sogno di ogni tuttofare, una persona che desidera fortemente sistemare le cose. Come puoi iniziare i lavori di ristrutturazione senza prima sentirti demoralizzato, o addirittura sopraffatto, dal lungo e doloroso resoconto della tua inadeguatezza da parte del critico interno?

Ti do un suggerimento. Il futuro è simile al passato, ma c'è una differenza cruciale. Il passato non si può cambiare, mentre il futuro potrebbe essere migliore. Potrebbe essere meglio, in una certa precisa misura: quella che può essere raggiunta, diciamo, in un giorno, con un impegno minimo. Il presente è sempre imperfetto. E il punto di partenza potrebbe non essere altrettanto importante quanto la direzione verso cui stai

andando. Forse la felicità si trova sempre nel cammino in salita, e non nel fugace senso di soddisfazione che ti attende quando raggiungi la vetta. Gran parte della felicità viene dalla speranza e non importa quanto sia profondo il mondo sotterraneo da cui è sorta.

Se ci rivolgiamo a lui correttamente, il critico interno ci mostrerà qualcosa che potremmo sistemare, che organizzeremo e metteremo in ordine volentieri, senza risentimento, anzi con piacere. Chiediti se nella tua vita o nella tua attuale situazione c'è qualcosa in disordine, che potresti e vorresti sistemare. Potresti e vorresti riorganizzare quell'unico, umile aspetto che sembra aver bisogno di una sistemata? Potresti farlo ora? Immagina di essere qualcuno con cui devi stringere un accordo. Immagina inoltre di essere pigro, permaloso, risentito e con un carattere difficile. Con un simile atteggiamento, non ti sarà facile cambiare. Potresti dover utilizzare un po' di fascino e di giocosità. "Scusami" potresti dire a te stesso, senza ironia né sarcasmo, "sto cercando di eliminare un po' di inutile sofferenza. Potresti darmi una mano?". Tieni a bada la derisione. "Mi chiedo se non vorresti fare qualcosa. Ti sarei molto grato per il tuo aiuto." Chiedi onestamente e con umiltà. Non è semplice.

Forse avrai bisogno di negoziare ancora, a seconda del tuo stato mentale. Forse non ti fidi di te stesso. Pensi che ti chiederai qualcosa e, dopo averla ottenuta, vorrai subito di più. E sarai severo e offensivo. Denigrerai ciò che hai già ottenuto. Chi vuole lavorare per un tiranno così? Non di certo tu. Ecco perché non fai ciò che vuoi. Sei un dipendente cattivo, ma un capo ancora peggiore. Forse hai bisogno di dire a te stesso: "Bene, so che in passato non siamo andati molto d'accordo: mi dispiace. Sto cercando di migliorare. Probabilmente farò altri errori, ma cercherò di ascoltare se mi muovi delle critiche. Cercherò di imparare. Mi sono accorto, proprio adesso, oggi, che non stavi davvero sfruttando l'opportunità di dare il tuo contributo, nonostante te l'avessi chiesto. C'è qualcosa che potrei offrirti in cambio della tua collaborazione? Forse, se tu lavassi i piatti, potremmo andare a prendere un caffè insieme. Ti piace il caffè: che ne dici di un espresso, magari doppio? O vorresti qualcos'altro?". Allora potresti ascoltare. Forse sentirai una voce dentro di te, forse addirittura la voce di un bambino scomparso da tempo. Magari risponderà: "Davvero? Vuoi davvero fare qualcosa di bello per me? Lo farai? Non è un trucco?".

A questo punto devi prestare attenzione.

Quella vocina è quella di qualcuno che una volta si è scottato con l'acqua calda e adesso ha paura di quella fredda. Quindi potresti dire, con molta cautela: "Davvero. Forse non lo farò molto bene e potrei non essere di grande compagnia, ma farò qualcosa di bello per te. Lo prometto." Una piccola ma attenta gentilezza fa molta strada, e una ricompensa scelta con cura è una spinta potente. Allora potresti prendere quel pezzettino di te per mano e lavare quei maledetti piatti. E allora è meglio che tu non vada a pulire il bagno dimenticandoti del caffè, del film o della birra, o ti sarà ancora più difficile richiamare quelle parti dimenticate di te stesso dai recessi e dai meandri del mondo sotterraneo.

Potresti chiederti: "Che cosa potrei dire domani a qualcun altro – a un mio amico, a mio fratello, al mio capo, al mio assistente – per migliorare la situazione? Quale piccola porzione di caos potrei eliminare a casa, sulla mia scrivania, in cucina, stasera, perché il palco sia allestito per una rappresentazione migliore? Quali serpenti potrei scacciare dal giardino e dalla mia mente?". Cinquecento piccole decisioni, cinquecento piccole azioni, compongono la tua giornata, oggi e ogni giorno. Potresti mirare, con una o due, a un risultato migliore? Secondo la tua opinione, secondo i tuoi standard individuali, potresti confrontare il tuo domani con il tuo ieri? Potresti usare la capacità di giudizio e chiederti che cosa potrebbe essere meglio per il tuo domani?

Stabilisci obiettivi semplici. All'inizio è meglio che non ti carichi sulle spalle un peso troppo gravoso, considera i tuoi limitati talenti, la tendenza a ingannarti, il peso del risentimento che nutri e la capacità di sottrarti alle responsabilità. Quindi, stabilisci il seguente obiettivo: entro la fine della giornata voglio che le situazioni che sto vivendo siano un po' migliorate rispetto a questa mattina. Poi chiediti: "Che cosa potrei fare, che sono disposto a fare e a realizzare, e quale piccola ricompensa mi piacerebbe?". Poi fai quanto hai deciso di fare, anche se lo fai male. Allora concediti quel famoso caffè, trionfante. Forse ti senti un po' stupido, ma fallo lo stesso. E fai la stessa cosa domani, e il giorno successivo, e il giorno dopo ancora. E, ogni giorno, ti confronterai con standard sempre migliori, questa è magia. Funziona come l'interesse composto. Fallo per tre anni e la tua vita cambierà completamente. Adesso punti in alto, esprimi un desiderio. Adesso la trave si sta spostando dai tuoi occhi e stai imparando a vedere e ciò a cui miri determina quel che vedi. Vale la pena di ripeterlo. Ciò a cui miri determina quello che vedi.

Ciò che vuoi e ciò che vedi

Come ciò che vediamo dipenda dal nostro obiettivo e quindi dal valore che gli attribuiamo è stato dimostrato in modo indimenticabile dallo psicologo cognitivo Daniel Simons, più di quindici anni fa.⁷² Simons indagava su quella che chiamò “cecità non intenzionale”. Egli collocava i soggetti che partecipavano al suo studio di fronte a un monitor e mostrava loro, per esempio, un campo di grano. Poi modificava la foto molto lentamente, mentre gli spettatori continuavano a guardare. Parte dell’immagine sbiadiva piano piano trasformandosi in una strada che tagliava il campo di grano. Non un piccolo sentiero che poteva sfuggire, ma una strada ampia, che occupava un buon terzo della scena. Sorprendentemente, gli osservatori spesso non la notavano.

La dimostrazione che rese famoso il dottor Simons era dello stesso tipo, ma più impressionante, persino incredibile. In primo luogo, girò un video in cui c’erano due gruppi composti da tre persone ciascuno.⁷³ Un gruppo indossava camicie bianche, l’altro nere. I due gruppi non erano lontani, né difficili da vedere: le sei persone filmate riempivano gran parte dello schermo ed erano talmente vicine che era possibile distinguerne chiaramente i tratti somatici. Ogni gruppo aveva una palla, che veniva lanciata fra le tre persone mentre si spostavano nel piccolo spazio di fronte agli ascensori dov’era stato girato il video. Simons mostrò il video ai partecipanti allo studio e chiese a ciascuno di contare i passaggi che le persone in camicia bianca facevano tra loro. Dopo pochi minuti, domandò ai partecipanti di riferire quale fosse il numero dei passaggi. La maggior parte rispose di averne visti quindici. Era la risposta corretta. Molti di loro erano piuttosto contenti. Avevano superato il test! Ma poi il dottor Simons chiese: “Avete visto il gorilla?”.

Era uno scherzo? Quale gorilla?

Quindi, il dottor Simons disse: “Guardate di nuovo il video. Ma questa volta senza contare.” Come anticipato, un minuto o poco più dall’inizio del video, un uomo con un costume da gorilla balzò nel bel mezzo del gioco per diversi lunghi secondi, si fermò e si percosse il petto come fa, ovunque, lo stereotipo del gorilla. Proprio al centro dello schermo. Senza alcun dubbio. Spiacevole e inconfutabilmente evidente. Ma un soggetto su due non l’aveva visto la prima volta che aveva guardato il video. Poi la situazione divenne ancora peggiore. Il dottor Simons condusse un altro studio. Questa volta, mostrò ai partecipanti un video in cui qualcuno veniva servito a un

bancone. Il barista si abbassa dietro il bancone per recuperare qualcosa e riemerge. E allora? La maggior parte dei soggetti non rilevò nulla di strano. In realtà era una persona diversa a essersi alzata in piedi al posto del primo barista! “Assolutamente no” pensi, “me ne sarei accorto.” Invece era proprio così. C’è un’elevata probabilità che il cambiamento non sia rilevato, anche se a mutare sono contemporaneamente sia il sesso sia l’etnia della persona. Anche tu sei cieco.

Ciò si deve in parte al fatto che la vista è dispendiosa, a livello psicofisiologico e neurologico. Una piccola regione della retina è costituita dalla fovea, caratterizzata da un’elevata acutezza visiva: è la parte centrale dell’occhio, che vede ad alta risoluzione e che usiamo per compiere azioni come l’identificazione dei volti. Ognuna delle poche cellule foveali ha bisogno di diecimila cellule della corteccia visiva solo per la prima parte dell’elaborazione dell’impulso visivo.⁷⁴ Poi, ciascuna di queste diecimila cellule ne richiede altrettante per arrivare alla seconda fase. Se tutta la retina fosse fovea, avresti bisogno di un cranio grande come quelli degli alieni dei film di fantascienza per contenere il tuo cervello. Di conseguenza, quando guardiamo, assegniamo delle priorità. Gran parte della nostra vista è periferica e a bassa risoluzione: risparmiamo la fovea per cose importanti. Utilizziamo le nostre risorse ad alta risoluzione per le poche cose specifiche a cui miriamo. E lasciamo che tutto il resto, che significa quasi ogni cosa, svanisca, inosservato, sullo sfondo.

Se qualcosa di cui non ti stai curando fa capolino in maniera da interferire in modo diretto con la tua attività corrente strettamente focalizzata, lo vedrai. Altrimenti no. La palla su cui erano concentrati i soggetti della ricerca di Simons non è mai stata oscurata dal gorilla né da uno dei sei giocatori. Per questo motivo, ossia per il fatto che il gorilla non interferiva con il compito definito, l’uomo mascherato era indistinguibile da tutto ciò che i partecipanti non vedevano, quando guardavano quella palla. Lo scimmione poteva tranquillamente essere ignorato. È così che affronti la travolgente complessità del mondo: la ignori, mentre ti concentri minuziosamente sulle tue preoccupazioni private. Vedi cose che facilitano il tuo movimento in avanti, verso gli obiettivi che desideri. Rilevi gli ostacoli che si affacciano sul tuo cammino. Sei cieco riguardo a tutto il resto. Dev’essere così, perché il mondo è molto più grande di te. Devi amministrare con cura le tue limitate risorse. Vedere è molto difficile, quindi devi scegliere cosa vedere e lasciar perdere il resto.

Negli antichi testi vedici, le più antiche scritture dell'induismo, parte fondamentale della cultura indiana, c'è un'idea profonda: il mondo, come viene percepito, è *maya*, ossia apparenza e illusione. Ciò significa, in parte, che le persone sono accecate dai propri desideri, oltre che semplicemente incapaci di vedere le cose come realmente sono. Ciò è vero, in un senso che trascende il metaforico. I tuoi occhi sono strumenti: esistono per aiutarti a ottenere quello che vuoi. Il prezzo che paghi per quel vantaggio, per quello specifico orientamento focalizzato, è la cecità nei confronti di tutto il resto. Non è molto importante quando le cose vanno bene e stiamo ottenendo ciò che vogliamo, seppure realizzare i nostri desideri in realtà possa renderci sordi a più alte chiamate. Ma tutto ciò che ignoriamo diventa un problema davvero terribile quando siamo in crisi e nulla va come vorremmo. Allora, ciò che prima non vedevamo può diventare qualcosa di eccessivo da affrontare. Fortunatamente, però, quel problema contiene in sé i germi della propria risoluzione. Dal momento che hai trascurato così tanti aspetti, il mondo è pieno di possibilità che non hai ancora preso in considerazione.

Immagina di essere infelice perché non riesci ad avere ciò che ti serve. In maniera perversa, forse ciò accade proprio a causa di quello che vuoi. Sei cieco a causa di ciò che desideri. Forse quello di cui hai veramente bisogno è proprio davanti ai tuoi occhi, ma non riesci a vederlo a causa di ciò a cui stai mirando. E così tocchiamo un altro aspetto: il prezzo da pagare prima che tu o chiunque altro possa ottenere ciò che vuoi o, meglio ancora, ciò di cui hai bisogno. Mettiamola così. Guardi il mondo secondo la tua particolare e caratteristica prospettiva. Usi un kit di strumenti per schermare la maggior parte delle cose e lasciarne entrare altre. Hai trascorso molto tempo a costruire quegli strumenti che per te sono diventati abituali. Non sono pensieri astratti: sono costruiti proprio dentro di te. Ti orientano nel mondo. Sono i tuoi valori più profondi, spesso impliciti e inconsci. Sono diventati parte della tua struttura biologica. Sono vivi. E non vogliono sparire, né trasformarsi o morire. Ma a volte il loro tempo scade e devono nascere nuove cose. Per questo motivo, e non solo, è necessario lasciar andare qualcosa durante la salita. Se le cose non vanno bene per te, potrebbe essere perché, come dice il più cinico degli aforismi, "la vita fa schifo e poi muori". Prima che un momento di crisi ti spinga a questa orribile conclusione, tuttavia, potresti considerare quanto segue: la vita non ha nessun problema, sei tu ad averne. Questa verità ti lascia almeno con alcune possibilità di scelta. Se la tua vita non va bene, forse sono le tue

attuali conoscenze a essere inadeguate, non la vita. Forse i tuoi valori hanno bisogno di essere rivisti. Forse ciò che vuoi è renderti cieco rispetto a ogni altra possibilità. Forse ti stai aggrappando ai tuoi desideri, nel presente, in maniera così salda da non riuscire a vedere nient'altro, nemmeno ciò di cui hai veramente bisogno. Immagina di pensare, con invidia: "Dovrei occupare io il posto del mio capo." Se il tuo capo conserva il proprio posto, con determinazione e competenza, pensieri del genere ti porteranno a uno stato di esasperazione, infelicità e disgusto. Potresti rendertene conto. Pensi: "Sono infelice. Potrei guarire però da questa infelicità, se solo riuscissi a soddisfare la mia ambizione." Ma allora potresti pensare ancora: "Aspetta, forse non sono infelice perché non occupo la posizione del mio capo. Forse sono infelice perché non riesco a smettere di volere quel lavoro." Ciò non significa che puoi semplicemente e magicamente dirti di smettere di desiderare quel lavoro, per poi cambiare. Non è possibile trasformarsi così facilmente. Devi scavare più a fondo. Devi modificare ciò a cui ambisci, in maniera più profonda.

Quindi, potresti pensare: "Non so cosa fare riguardo a questa stupida sofferenza. Non riesco ad abbandonare le mie ambizioni, perché a quel punto non saprei più quale direzione prendere. Ma il mio desiderio di un lavoro che non posso avere non mi porta comunque da nessuna parte." Potresti decidere di svoltare: potresti chiedere di essere coinvolto in un progetto diverso, che soddisfi i tuoi desideri e gratifichi le tue autentiche ambizioni, ma che ti permetta di eliminare dalla tua vita l'amarezza e il risentimento da cui sei attualmente afflitto. Potresti pensare: "Mi butterò su un piano diverso. Cercherò di desiderare qualsiasi cosa possa migliorare la mia vita, qualunque essa sia, e inizierò a lavorarci ora. Se corrisponde a inseguire qualcosa che non sia il posto di lavoro del mio capo, lo accetterò e andrò avanti."

Ora sei su un tipo di traiettoria completamente diverso. Prima ciò che era giusto, desiderabile e degno di essere perseguito era ben definito e concreto. Ma eri rimasto bloccato lì, in un luogo angusto e infelice. Adesso invece ti lasci andare. Compi il sacrificio necessario e permetti a un nuovo mondo di possibilità, che prima ti era nascosto dalla tua stessa ambizione, di rivelarsi. E c'è molto al suo interno. Come sarebbe la tua vita, se fosse migliore? Come sarebbe la vita stessa? Che cosa significa "migliore"? Non lo sai. E non importa che tu lo sappia immediatamente con chiarezza, perché inizierai a capire lentamente cosa significa, una volta che avrai deciso

davvero di volerlo. Inizierai a intravedere ciò che ti era rimasto nascosto a causa dei presupposti e dei preconcetti che avevi in passato, dalle precedenti meccaniche della tua vista. Inizierai a imparare.

Tuttavia, ciò avrà buon esito solo se desideri veramente che la tua vita migliori. Non puoi ingannare le tue strutture percettive intrinseche. Neanche un po'. Queste mirano dove le punti. Per riorganizzarti, per fare il punto, per mirare a qualche obiettivo migliore, devi esserne convinto, da cima a fondo. Devi scandagliare la tua psiche. Devi chiarire ogni cosa. E devi essere cauto, perché rendere la tua vita migliore significa assumerti molte responsabilità e ciò richiede uno sforzo e un'attenzione maggiori rispetto al vivere stupidamente nel dolore e al rimanere arroganti, disonesti e pieni di risentimento.

E se il mondo rivelasse la propria bontà in relazione a quanto tu sei in grado di ambire al meglio? E se potessi percepire maggiori possibilità e benefici a mano a mano che la tua percezione delle possibilità di miglioramento si eleva, si amplia e si affina? Ciò non significa che puoi avere ciò che vuoi semplicemente desiderandolo, che tutto è soggetto a interpretazione personale oppure che non esiste realtà. Il mondo è ancora lì, con le sue strutture e i suoi limiti. Mentre procedi, coopera con te o si oppone. Ma puoi danzare con lui, se è questo il tuo obiettivo, e forse puoi persino guidarlo, se hai abilità e grazia a sufficienza. Non è teologia, non è misticismo. È conoscenza empirica. Qui non c'è nulla di magico o nulla più della magia della coscienza. Vediamo solo ciò a cui miriamo. Il resto del mondo, che è la maggior parte, è nascosto. Se cominciamo a puntare a qualcosa di diverso, come: "Voglio che la mia vita sia migliore", la nostra mente comincerà a presentarci nuove informazioni, tratte dal mondo che in precedenza erano nascosti, per aiutarci in quella ricerca. Quindi possiamo utilizzare quei contenuti per progredire, agire, osservare e migliorare. Dopo esserci migliorati, potremmo mirare a qualcosa di diverso, o di superiore, come: "Voglio che tutto ciò che potrebbe migliorare, non solo nella mia vita, migliori". E quindi entriamo in una realtà più elevata e più completa.

In questo luogo, su che cosa potremmo focalizzarci? Cosa potremmo notare?

Partiamo dalla constatazione che tutti desideriamo delle cose o che ne abbiamo addirittura bisogno. È la natura umana. Condividiamo l'esperienza della fame, della solitudine, della sete, del desiderio sessuale, dell'aggressività, della paura e del dolore. Tali aspetti sono elementi

dell'Essere: elementi primordiali, assiomatici dell'Essere. Ma dobbiamo sistemare e organizzare questi desideri primordiali, perché il mondo è un luogo complesso e ostinatamente reale. Non possiamo semplicemente ottenere quell'unica cosa specifica, che vogliamo in particolare adesso, insieme a tutto ciò che vogliamo di solito, perché i nostri desideri possono entrare in conflitto tra loro, con quelli delle altre persone e con il mondo. Pertanto, dobbiamo diventare consapevoli dei nostri desideri, articularli, stabilire le priorità e organizzarli in gerarchie. Ciò li rende evoluti e fa sì che lavorino in accordo tra loro, con i desideri delle altre persone e con il mondo. È così che si elevano, si organizzano in valori e diventano morali. I valori e la morale sono indicatori della nostra cultura.

Lo studio filosofico della morale – del bene e del male – è l'etica. È un'indagine che può renderci più evoluti nelle nostre scelte. Ancora più antica e più profonda dell'etica, però, è la religione. La religione non si occupa semplicemente di ciò che è giusto e sbagliato nel concreto, ma del bene e del male in sé, degli archetipi del giusto e dello sbagliato. La religione riguarda il valore, il valore ultimo, un ambito che non è dominio della scienza né territorio della descrizione empirica. Coloro che scrissero e si occuparono della redazione della Bibbia, per esempio, non erano scienziati. Non avrebbero potuto esserlo, nemmeno se l'avessero voluto. I punti di vista, i metodi e le pratiche della scienza non erano stati ancora formulati.

La religione concerne invece il comportamento appropriato. Riguarda “il Bene” per come lo intendeva Platone. Un vero credente non cerca di formulare idee accurate sulla natura oggettiva del mondo, anche se potrebbe. Si sforza, invece, di essere una brava persona. Forse per lui buono non significa altro che obbediente, addirittura di un'obbedienza cieca. Da qui la tipica obiezione progressista e occidentale all'illuminazione religiosa: l'obbedienza non è sufficiente. Ma almeno è un inizio (e lo abbiamo dimenticato): non puoi puntare a nulla se sei completamente privo di disciplina e di guida. Non saprai a cosa mirare e non volerai dritto, anche se in qualche maniera riesci a mettere a fuoco l'obiettivo giusto. E poi concluderai: “Non c'è nulla a cui valga la pena mirare.” E allora sarai perso.

È quindi necessario e auspicabile che le religioni abbiano una componente dogmatica. A che cosa serve un sistema di valori che non fornisce una struttura stabile? A che cosa serve un sistema di valori che non indica la via verso un ordine superiore? E cosa puoi fare se non riesci a

interiorizzare quella struttura, ad accettare quell'ordine, non necessariamente come destinazione finale, ma almeno come punto di partenza? Senza, non sei altro che un adulto di due anni, che però non conosce più il fascino e il potenziale dell'infanzia. Ciò non significa, ribadisco, che l'obbedienza sia sufficiente. Ma una persona capace di obbedire, una persona adeguatamente disciplinata, è quantomeno uno strumento ben tarato. Certo, ci deve essere una visione, oltre la disciplina, oltre il dogma. Uno strumento ha sempre bisogno di uno scopo. È per tali ragioni che Cristo, nel Vangelo di Tommaso, dice: "Il Regno del Padre si estende sulla Terra, ma gli uomini non lo vedono".⁷⁵

Questo significa che ciò che vediamo dipende dalle nostre convinzioni religiose? Sì. E anche ciò che non vediamo. Potresti obiettare: "Ma io sono ateo." No, non lo sei e per capirlo potresti leggere *Delitto e castigo* di Dostoevskij, forse il più grande romanzo che sia mai stato scritto, in cui il protagonista, Raskolnikov, decide di prendere il proprio ateismo sul serio e commette ciò che ha razionalizzato come un omicidio filantropico, pagandone il prezzo. Semplicemente non sei ateo nel tuo agire e sono proprio le azioni a riflettere in maniera accurata le convinzioni più profonde: quelle inconsce, incorporate nel tuo essere, al di sotto delle nozioni coscienti, dei comportamenti articolati e di una conoscenza superficiale di te stesso. Puoi scoprire ciò in cui credi veramente, anziché ciò in cui pensi di credere, solamente osservando come agisci. Non sai in che cosa credi, prima di farlo. Sei troppo complesso per capirti.

L'osservazione, l'istruzione, la riflessione e una comunicazione accurata con gli altri sono utili solo per scalfire la superficie delle tue convinzioni. Tutto ciò che apprezzi è il risultato di processi di sviluppo impensabilmente lunghi, personali, culturali e biologici. Non capisci quanto ciò che vuoi e quindi ciò che vedi sia condizionato dall'immenso, abissale e profondo passato. Non capisci come ogni circuito neurale attraverso cui guardi il mondo sia stato modellato, spesso dolorosamente, dagli obiettivi etici di milioni di anni di umanità e da tutta la vita vissuta nei miliardi di anni che ti hanno preceduto.

Non capisci nulla.

Non sapevi nemmeno di essere cieco.

Un ramo della conoscenza che riguarda le convinzioni umane è storicamente documentato. Ci siamo osservati agire, abbiamo riflettuto su quanto abbiamo visto e raccontato storie tratte da quella riflessione, per

decine e forse centinaia di migliaia di anni. Rientra fra i tentativi, individuali e collettivi, di scoprire e articolare ciò in cui crediamo. Parte della conoscenza così formatasi è incapsulata negli insegnamenti fondamentali delle nostre culture, in scritti antichi come il *Tao Te Ching*, nei citati testi vedici o nelle storie bibliche. La Bibbia è, in ogni caso, il documento fondativo della civiltà occidentale, dei valori occidentali, della moralità occidentale e della concezione occidentale del bene e del male. È il prodotto di processi che rimangono fondamentalmente al di là della nostra comprensione. È una biblioteca composta da tanti libri, ciascuno scritto e curato da molti autori. È un documento che si rivela, nel vero senso del termine: una storia selezionata, ordinata e dotata infine di coerenza, scritta da tutti e nessuno in molte migliaia di anni. La Bibbia è emersa dal profondo dell'immaginario collettivo umano, che è, esso stesso, il prodotto di forze inimmaginabili che hanno agito per insondabili intervalli di tempo. Lo studio attento e rispettoso della Bibbia può rivelarci molte verità sulle nostre convinzioni, su come agiamo e su come dovremmo agire, che non possono essere scoperte in nessun altro modo.

Il Dio dell'Antico Testamento e il Dio del Nuovo Testamento

Il Dio dell'Antico Testamento può apparire duro, giudice severo, imprevedibile e pericoloso, in particolare a una lettura superficiale. Questi aspetti sono probabilmente stati accentuati dai commentatori cristiani, con l'obiettivo di sottolineare le differenze tra Antico e Nuovo Testamento. Chi ha ordito questa trama, in senso lato, non ha pensato, però, che ci sarebbe stato un prezzo da pagare: la tendenza dei moderni a pensare, del Dio dell'Antico Testamento: "Non crederei mai in un Dio come quello." Ma il Dio dell'Antico Testamento non si preoccupa molto di ciò che pensa la gente moderna. Spesso non si curava neppure di ciò che pensavano gli antichi, sebbene fosse sorprendentemente disponibile alla negoziazione, come risulta evidente dai racconti di Abramo. Se, però, la sua gente si allontanava dal sentiero tracciato, disobbedendo ai suoi ordini, violando gli accordi presi e infrangendo i comandamenti, allora si sarebbe di certo trovata nei guai. Se non avessi fatto quanto il Dio del Vecchio Testamento richiedeva, qualunque cosa fosse e comunque cercassi di nasconderlo, tu, i tuoi figli e i figli dei tuoi figli vi sareste trovati in guai seri e terribili.

Sono stati i realisti ad aver creato o ad aver prestato orecchio al Dio dell'Antico Testamento. Gli abitanti di quelle antiche società che vagavano

incuranti sulla strada sbagliata finirono per diventare schiavi e miserabili, a volte per secoli, finché non furono completamente cancellati dalla Terra. Era ragionevole? Era giusto? Era equo? Gli autori della Bibbia posero tali domande con grande cautela ed entro un certo preciso limite. Supposero che il creatore dell’Essere sapesse quanto stava facendo, che fosse onnipotente e che i suoi dettami dovessero essere seguiti in maniera scrupolosa. Erano saggi. Egli era una forza della natura. Un leone affamato è forse ragionevole, giusto o equo? Che tipo di domanda insensata è questa? Gli israeliti dell’Antico Testamento e i loro antenati sapevano che Dio non doveva essere preso in giro, e che qualunque inferno di cui la divinità irata potesse permettere l’esistenza, se contrariata, era reale. Dopo essere da poco riemersi da un secolo caratterizzato dagli orrori senza fine di Hitler, Stalin e Mao, potremmo dedurre la stessa cosa.

Il Dio del Nuovo Testamento viene spesso presentato come un personaggio diverso, anche se il libro dell’Apocalisse, con il giudizio universale, mette in guardia contro ogni autocompiacimento eccessivamente ingenuo. Sembra più un gentile Geppetto, mastro artigiano e padre benevolo. Per noi vuole solo il meglio. È amorevole e indulgente. Certo, ti manderà all’inferno, se ti comporti male. Fondamentalmente però è il Dio dell’amore. Quest’immagine sembra più ottimistica, più ingenuamente accogliente, ma proporzionalmente anche meno credibile. In un mondo come questo, una fucina di sventura, chi potrebbe credere a una storia del genere? Dio onnipotente, dopo Auschwitz? Fu per tali ragioni che il filosofo Nietzsche, forse il critico più sottile che si sia mai confrontato con il cristianesimo, considerava il Dio del Nuovo Testamento il peggior crimine letterario della storia occidentale. In *Al di là del bene e del male*, scrisse:⁷⁶

Nell’Antico Testamento ebraico, il libro della giustizia divina, ci sono uomini, cose e discorsi descritti con uno stile tanto grandioso che le scritture greche e indiane non possiedono nulla di paragonabile. Ci si arresta con terrore e riverenza di fronte a queste portentose reliquie di ciò che una volta fu l’uomo, e si medita con tristezza sull’antica Asia e sull’Europa, la sua piccola penisola avanzata [...]. Aver unito, per fare un unico libro come “La Bibbia”, il “Libro in sé”, questo Nuovo Testamento (una specie di rococò del gusto, da ogni punto di vista) e l’Antico Testamento: questa è forse la maggior impudenza e il più grande “peccato contro lo spirito” che l’Europa letteraria abbia sulla coscienza.

Chi, se non il più ingenuo tra noi, potrebbe affermare che un essere tanto buono e misericordioso abbia governato questo mondo così terribile? Ma

qualcosa che sembra incomprensibile a chi non vede potrebbe essere perfettamente evidente per qualcuno che ha gli occhi aperti.

Torniamo alla situazione in cui il tuo obiettivo è determinato da qualcosa di meschino, come l'invidia per il capo di cui parlavamo. A causa di quell'invidia, il mondo in cui vivi si rivela un luogo di amarezza, delusione e disprezzo. Immagina di accorgerti della tua infelicità, di osservarla e di rifletterci. Decidi anche di assumertene la responsabilità e osi affermare che, almeno in parte, è sotto il tuo controllo. Apri un occhio, per un momento, e guarda. Stai chiedendo qualcosa di meglio. Sacrifichi la meschinità, ti penti della tua invidia e apri il tuo cuore. Invece di maledire il buio, fai entrare una piccola luce. Decidi di mirare a una vita migliore, invece che a un ufficio migliore.

Ma non ti fermi qui. Ti rendi conto che è un errore guardare a una vita migliore, se ciò comporta che qualcun altro stia peggio. Quindi, diventi creativo. Scegli di giocare a un gioco più difficile. Decidi che vuoi una vita migliore, che renderà migliore anche la vita della tua famiglia o quella dei tuoi amici. Magari pure quella degli estranei intorno a loro. E i nemici? Vuoi includere anche loro? Non sai assolutamente come fare. Ma hai studiato un po' la storia. Sai come l'ostilità richiami ostilità. Quindi, inizi a desiderare il bene anche per i nemici, almeno in linea di principio, anche se non padroneggi ancora questi sentimenti.

E la direzione in cui mira il tuo sguardo cambia. Vedi oltre i limiti che ti circondano, senza saperlo. Emergono per te nuove possibilità e ti impegni a realizzarle. La tua vita migliora davvero. Quindi inizi a pensare: "Meglio? Forse è questo che significa per me, per la mia famiglia e per i miei amici, e anche per i miei nemici. Ma ha anche un altro significato. Vuol dire meglio oggi, in modo da rendere ogni cosa migliore domani, la settimana prossima e l'anno prossimo, tra un decennio e tra cento anni. E tra mille. E per sempre."

E poi "meglio" significa puntare al Miglioramento dell'Essere, con la M e la E maiuscole. Pensando a tutto questo, rendendoti conto di tutto questo, corri un rischio. Decidi che inizierai a trattare il Dio dell'Antico Testamento, con tutto il suo potere terribile e spesso arbitrario, come se potesse essere anche il Dio del Nuovo Testamento, nonostante possa sembrarti per molti versi assurdo. In altre parole, decidi di comportarti come se l'esistenza possa essere giustificata dalla sua intrinseca bontà, se solo ti comporti correttamente. Ed è questa decisione, questa dichiarazione

di fede esistenziale, che ti permette di superare il nichilismo, il risentimento e l'arroganza. È questa dichiarazione di fede a tenere a bada l'odio per l'Essere, con tutti i mali che lo accompagnano. E non corrisponde affatto alla volontà di credere a cose che sai perfettamente non essere vere. La fede non è il pensiero magico infantile. Quella è ignoranza o in alcuni casi cecità volontaria. La fede è invece la consapevolezza che le tragiche irrazionalità della vita devono essere controbilanciate da un altrettanto irrazionale impegno verso la bontà fondamentale dell'Essere. Allo stesso tempo è la volontà di osare, mirare all'irraggiungibile e sacrificare tutto, compresa la vita. Ti rendi conto che non c'è, letteralmente, nulla di meglio da fare. Ma come fai a realizzare tutto questo, ammesso che tu sia abbastanza incosciente da provarci?

Potresti iniziare smettendo di pensare o rifiutando di sottomettere la tua fede alla tua abituale razionalità e alla conseguente ristrettezza di vedute. Questo non significa diventare stupido. Significa esattamente il contrario. Vuol dire invece che devi smettere di manovrare e calcolare, tramare, complottare, costringere, esigere, evitare, ignorare e punire. Significa che devi mettere da parte le tue vecchie strategie. È il momento, invece, di fare attenzione, come non hai mai fatto prima.

Fai attenzione

Fai attenzione. Focalizzati sull'ambiente che ti circonda, fisico e psicologico. Nota che cosa ti infastidisce, ti preoccupa, che potresti sistemare, che vorresti sistemare. Puoi farlo ponendoti con sincerità tre domande: "Che cosa mi infastidisce?", "È qualcosa che potrei sistemare?" e "Sarei davvero disposto a risolverlo?". Se hai risposto no ad almeno una delle domande, rivolgi la tua attenzione altrove. Mira più in basso. Cerca fino a quando non trovi qualcosa che ti infastidisce, che potresti sistemare, che vorresti sistemare, e poi sistemalo. Per oggi è abbastanza.

Forse sulla scrivania c'è una pila di fogli che stai facendo finta di non vedere. A dire la verità, non l'hai nemmeno notata. Lì ci sono cose terribili in agguato: moduli per il pagamento delle tasse, fatture e lettere di persone che vogliono da te cose che non sei sicuro di riuscire a fare. Osserva con empatia il tuo timore. Forse in quella pila di fogli c'è qualche serpente in agguato. Forse verrai morso. Forse, nascoste lì pronte a scattare, ci sono anche delle idre, a cui taglierai una testa e a cui ne cresceranno altre sette. Come ci riuscirai?

Potresti chiederti: “C’è qualcosa che sarei disposto a fare per smaltire quelle carte? Potrei, forse, sistemarne una parte? Magari per venti minuti?”. Forse la risposta sarà “No!”, ma potresti provare a occuparti di dieci fogli, o anche di cinque, magari solo di uno. Inizia da lì. Scoprirai presto che l’intera pila si ridurrà, semplicemente perché ti sei occupato di una parte. E scoprirai che il tutto è fatto di parti. E se, come ricompensa, ti concedessi un bicchiere di vino a cena o qualche ora sul divano a leggere o a guardare un film stupido? E se incaricassi tua moglie o tuo marito di complimentarsi con te, dopo che hai svolto ciò che dovevi? Ti motiverà? Forse all’inizio le persone che vorresti ti ringraziassero non saranno molto abili nel farlo, ma ciò non dovrebbe fermarti: possono imparare. Chiediti onestamente di che cosa avresti bisogno per essere motivato a intraprendere quel lavoro e ascolta la risposta. Non dire a te stesso: “Non dovrei aver bisogno di farlo per essere motivato.” Che cosa sai di te stesso? Tu sei, da un lato, la cosa più complessa nell’intero universo e, dall’altra, qualcuno che non sa nemmeno impostare il timer del microonde. Non sovrastimare la conoscenza che hai di te stesso.

Lascia che i compiti del giorno si annuncino perché tu possa osservarli. Forse puoi farlo al mattino, mentre sei seduto sul bordo del letto. Forse puoi provare la sera prima, mentre stai per coricarti. Chiediti un contributo volontario. Se lo pretendi gentilmente, ascolti con attenzione e non cerchi di imbrogliare, forse lo otterrai. Fallo ogni giorno, per un po’. Quindi fallo per il resto della vita. Presto ti ritroverai in una situazione diversa, in cui abitualmente ti chiederai: “Cosa potrei fare, cosa sono disposto a fare, per rendere la vita un po’ migliore?”. Non ti stai imponendo una particolare modalità. Non sei un totalitarista, né un utopista, nemmeno nei confronti di te stesso, perché hai imparato dai nazisti, dai sovietici, dai maoisti e dalla tua stessa esperienza che un regime totalitario è una brutta cosa. Punta in alto. Orienta la prospettiva al Miglioramento dell’Essere. Allineati, nell’anima, alla verità e al bene superiore. Ci sono un ordine vivibile da impostare e una bellezza da portare alla luce. C’è da sconfiggere il male, ridurre la sofferenza e migliorare te stesso.

È questo, a parer mio, il culmine dell’etica, secondo i canoni occidentali. È inoltre ciò che comunicano le parole, sempre oscure e illuminanti al tempo stesso, del Discorso della Montagna: culmine, in un certo senso, della saggezza del Nuovo Testamento. È il tentativo dello spirito dell’umanità di trasformare la comprensione dell’etica, dall’iniziale e

necessario divieto dell'educazione del bambino e dei Dieci comandamenti, nella visione pienamente articolata e positiva dell'individuo autentico. È l'espressione non solo di un ammirabile autocontrollo e padronanza di sé, ma del desiderio fondamentale di impostare il mondo nel modo giusto. Non è la fine del peccato, ma l'opposto: il bene stesso. Il Discorso della Montagna delinea la vera natura dell'uomo e il vero scopo dell'umanità: focalizzarsi sul giorno, per vivere nel presente e occuparsi completamente e correttamente di ciò che per noi è giusto. Fallo, però, solo dopo aver deciso di lasciar splendere ciò che è dentro di te, perché giustifichi l'Essere e illumini il mondo. Fallo solo dopo aver deciso di sacrificare tutto ciò che è necessario per perseguire il bene supremo.

Guardate i gigli, come crescono; non filano, non tessono: eppure io vi dico che neanche Salomone, in tutta la sua gloria, era vestito come uno di loro. Se dunque Dio veste così l'erba del campo, che oggi c'è e domani si getta nel forno, non farà molto più per voi, gente di poca fede?

Non chiedetevi perciò che cosa mangerete e berrete, e non state con l'animo in ansia: di tutte queste cose si preoccupa la gente del mondo, ma il Padre vostro sa che ne avete bisogno.

Cercate invece il regno di Dio, e queste cose vi saranno date in aggiunta. (Luca 12:27-31)

Non affannatevi dunque per il domani, perché il domani avrà già le sue inquietudini. A ciascun giorno basta la propria pena. (Matteo 6:34)

La comprensione si sta facendo strada. Invece di giocare al tiranno, quindi, adesso fai attenzione. Stai dicendo la verità, invece di manipolare il mondo. Stai negoziando, invece di giocare al martire o al tiranno. Non hai più bisogno di essere invidioso, perché non credi più che qualcun altro stia veramente meglio di te. Non devi più essere frustrato, perché hai imparato a non avere troppe pretese e a essere paziente. Stai scoprendo chi sei, cosa vuoi e cosa sei disposto a fare. Stai scoprendo che le soluzioni ai tuoi problemi particolari devono essere su misura per te, specifiche e precise. Sei meno interessato alle azioni degli altri, perché hai molto da fare.

Pensa alla tua giornata, ma mira al bene supremo.

Adesso, la tua traiettoria è rivolta al Cielo. Ciò ti rende pieno di speranza. Anche un uomo su una nave che affonda può essere felice, se si arrampica su una scialuppa di salvataggio. E chissà dove potrebbe andare, in futuro. Un viaggio felice può essere anche meglio della meta che raggiungerai.

Chiedi e ti sarà dato. Bussa e ti sarà aperto. Se chiedi, perché lo vuoi davvero, e se bussi, perché vuoi entrare, ti potrebbe essere offerta la

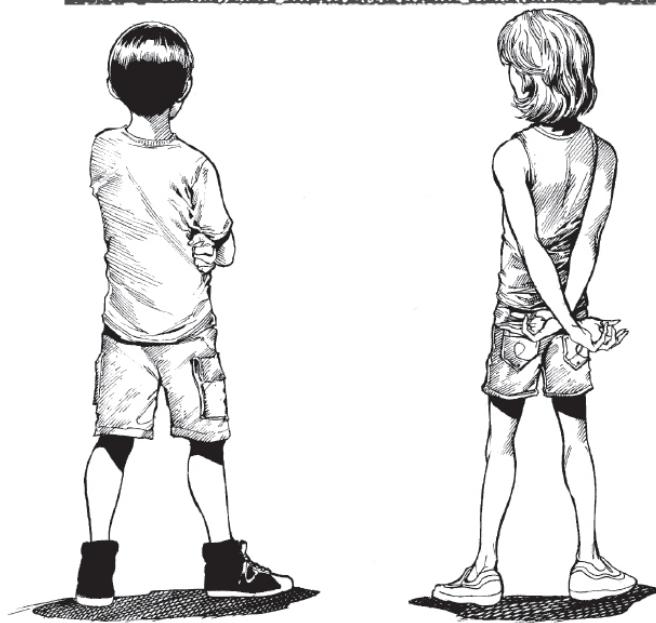
possibilità di migliorare la tua vita, in parte, molto o del tutto. E grazie al tuo miglioramento, l'Essere stesso migliorerà.

Confrontati con chi eri ieri, invece di paragonarti a qualcun altro.

THE COMMON LAW

HERE THE COMMON LAW OF ENGLAND WAS ESTABLISHED ON THIS CONTINENT WITH THE ARRIVAL OF THE FIRST SETTLERS ON MAY 13, 1607. THE FIRST CHARTER GRANTED BY JAMES I TO THE VIRGINIA COMPANY IN 1606 DECLARED THAT THE INHABITANTS OF THE COLONY "...SHALL HAVE AND ENJOY ALL LIBERTIES, FRANCHISES AND IMMUNITIES... AS IF THEY HAD BEEN ABIDING AND BORNE WITHIN THIS OUR REALME OF ENGLANDE...". SINCE MAGNA CARTA THE COMMON LAW HAS BEEN THE CORNERSTONE OF INDIVIDUAL LIBERTIES, EVEN AS AGAINST THE CROWN. SUMMARIZED LATER IN THE BILL OF RIGHTS ITS PRINCIPLES HAVE INSPIRED THE DEVELOPMENT OF OUR SYSTEM OF FREEDOM UNDER LAW, WHICH IS AT ONCE OUR DEAREST POSSESSION AND PROUDEST ACHIEVEMENT.

PRESENTED BY THE VIRGINIA STATE BAR MAY 17, 1959



REGOLA 5

NON PERMETTERE CHE I TUOI FIGLI FACCIANO QUALCOSA CHE TE LI FARÀ PIACERE DI MENO

IN TUTTA ONESTÀ, COSÌ NON VA BENE

Di recente, ho visto un bambino di tre anni che seguiva i propri genitori in un aeroporto affollato, trascinandosi lentamente dietro di loro. Urlava con forza a intervalli di cinque secondi e, cosa più importante, lo faceva apposta. Non era stanco: da padre, riuscivo a capirlo dal tono della voce. Stava dando fastidio ai suoi genitori e a centinaia di altre persone per attirare l'attenzione. Forse voleva qualcosa. Ma non era possibile accontentarlo e i suoi genitori avrebbero dovuto farglielo capire. Magari si può pensare che fossero esausti e risentissero del jet lag, dopo un lungo viaggio. Ma se avessero dedicato trenta secondi di attenzione al problema, avrebbero posto fine a quell'episodio vergognoso. Genitori più avveduti non avrebbero lasciato che qualcuno cui volevano davvero bene diventasse oggetto di disprezzo da parte di una folla di sconosciuti.

Ho anche visto una coppia incapace di dire di no al figlio di due anni, obbligata a seguirlo da vicino ovunque andasse e in ogni momento di quella

che avrebbe dovuto essere una piacevole occasione sociale: il bambino si comportava talmente male quando non gli si dedicava un'attenzione pressoché assoluta che era impossibile concedergli un secondo di vera libertà senza correre rischi. Il desiderio dei genitori di lasciare il figlio libero di reagire a ogni impulso, senza correggerlo, produceva per assurdo proprio l'effetto opposto: i genitori lo privavano così di ogni opportunità di agire in maniera indipendente. Dal momento che non osavano insegnargli il significato della parola “no”, il piccolo non aveva idea di quali fossero i limiti ragionevoli entro cui avrebbe avuto la massima autonomia disponibile per un bambino della sua età. Era un tipico esempio di come una confusione smisurata generi un eccesso di ordine e viceversa, inevitabilmente. Allo stesso modo, ho visto genitori incapaci di intrattenere una conversazione tra adulti, durante una cena, perché i loro figli, di quattro e cinque anni, dominavano la scena, mangiando la mollica di tutte le fette di pane disposte sulla tavola, sottomettendo tutti alla loro tirannia infantile, mentre mamma e papà li guardavano, imbarazzati e incapaci di intervenire.

Una volta, quando mia figlia, oggi adulta, era piccola, un altro bambino la colpì sulla testa con un camion giocattolo di metallo. Ho visto lo stesso bambino, un anno dopo, spingere con rabbia la sorella minore contro un fragile tavolino dalla superficie in vetro. La madre lo prese subito in braccio ma non prestò la stessa attenzione alla figlia spaventata; gli disse a voce bassa di non fare cose del genere, accarezzandolo per dargli conforto, in una maniera che indicava chiaramente la sua approvazione. Stava creando un piccolo dio imperatore dell'universo. È l'obiettivo non dichiarato di molte madri, anche di tante che si considerano sostenitrici della piena uguaglianza di genere. Sono donne che si oppongono con forza a qualsiasi imposizione proveniente da un maschio adulto, ma corrono subito a preparare un panino al burro per i propri figli maschi se questi lo reclamano mentre sono superbamente immersi in un videogioco. Le future compagne di questi bambini avranno tutte le ragioni per odiare le suocere. Il rispetto per le donne? Questo vale per gli altri ragazzi, per gli altri uomini, non per i loro cari figli.

Qualcosa di simile è forse in parte alla base della preferenza per i bambini maschi che si riscontra soprattutto in luoghi come l'India, il Pakistan e la Cina, dove l'aborto selettivo in base al sesso è ampiamente praticato. La voce di Wikipedia relativa a questa pratica ne attribuisce l'esistenza a “norme culturali” che favoriscono il sesso maschile rispetto a

quello femminile. Cito Wikipedia a proposito perché è un'encyclopedia redatta da numerosi utenti e, quindi, il luogo perfetto per comprendere quale sia la conoscenza collettivamente accettata. Ma non ci sono prove che queste idee siano un prodotto strettamente culturale. Ragioni psicofisiche plausibili motivano l'evoluzione di un tale atteggiamento e non sono gradevoli, in una prospettiva moderna ed egualitaria. Se le circostanze ti costringono, per così dire, a mettere tutte le uova in un paniere, un figlio maschio è una scommessa migliore, secondo i rigidi standard della logica evolutiva, dove la proliferazione genetica è tutto ciò che conta. Perché?

Be', una figlia che si riproduce con successo potrebbe procurarti otto o nove discendenti. Yitta Schwartz, che sopravvisse all'Olocausto, fu maestra in questo ambito e si assicurò tre generazioni di discendenti diretti che replicarono la sua performance. Al momento della morte, avvenuta nel 2010, era la progenitrice di quasi 2000 persone.⁷⁷ Ma per un figlio maschio che si riproduce con successo non ci sono limiti. La possibilità di avere rapporti sessuali con più partner femminili gli consente di riprodursi in maniera esponenziale. Si dice che l'attore Warren Beatty e l'atleta Wilt Chamberlain siano stati a letto con diverse migliaia di donne, numeri raggiunti anche dalle rockstar. Non hanno avuto così tanti figli: i moderni metodi di contraccuzione limitano le nascite, ma in passato celebrità simili a loro hanno lasciato una vasta progenie. L'antenato della dinastia Qing, Giocangga (nato nel 1550 circa), per esempio, fu il capostipite di un milione e mezzo di persone nella Cina nordorientale.⁷⁸ La dinastia medievale Uí Néill diede vita a tre milioni di discendenti maschi, localizzati principalmente nell'Irlanda nordoccidentale e negli Stati Uniti, in seguito ai fenomeni migratori.⁷⁹ E il re di tutti i maschi prolifici, Gengis Khan, conquistatore di gran parte dell'Asia, è l'antenato dell'8% degli uomini che vivono in Asia centrale: sedici milioni di discendenti maschi, trentaquattro generazioni dopo.⁸⁰ Quindi, in una prospettiva strettamente biologica, vi sono ragioni per cui i genitori potrebbero favorire i figli tanto da decidere di eliminare i feti femminili: con questo non voglio affermare che ci sia una causalità diretta, né suggerire la mancanza di altre ragioni, di natura più culturale.

Il trattamento preferenziale concesso al figlio durante lo sviluppo potrebbe anche aiutare a crescere un uomo attraente, dalle mille risorse e sicuro di sé. Il padre della psicoanalisi, Sigmund Freud, dichiarò: "Un uomo che è stato l'indiscutibile favorito della propria madre mantiene per sempre

la sensazione di essere un conquistatore, quella fiducia nel successo che spesso porta a un vero successo.”⁸¹ È abbastanza vero. Ma la “sensazione di essere un conquistatore” può agevolmente creare un vero conquistatore. L’eccezionale successo riproduttivo di Gengis Khan si è certamente verificato a spese del potenziale successo di altri, compresi i milioni di morti cinesi, persiani, russi e ungheresi. Viziare un figlio potrebbe quindi funzionare bene dal punto di vista del “gene egoista”, perché permette ai geni del bambino preferito di replicarsi in una prole sconfinata, per usare la famosa espressione del biologo evoluzionista Richard Dawkins. Ma può mettere in scena una rappresentazione oscura e dolorosa nel qui e ora, e trasformarsi in qualcosa di indescrivibilmente pericoloso.

Quanto detto finora non significa assolutamente che tutte le madri favoriscano i figli maschi rispetto alle figlie, che le figlie a volte non siano preferite rispetto ai figli, o che i padri non coltivino nessun tipo di favoritismo. Possono chiaramente intervenire altri fattori. A volte l’odio, più o meno inconscio, sovrasta qualsiasi preoccupazione che un genitore potrebbe avere per il figlio, a prescindere dal sesso, dalla personalità o dalla situazione. Ho visto un bambino di quattro anni lasciato regolarmente in preda alla fame. La sua tata si era fatta male, e lui veniva affidato alle cure temporanee dei vicini, a rotazione. Quando la madre lo lasciò a casa nostra, lui disse che non avrebbe mangiato affatto, per tutto il giorno. “Va bene così” disse. Non andava bene così, ovviamente. Era lo stesso bambino di quattro anni che rimase avvinghiato a mia moglie per ore, con una disperazione e una tenacia assolute, dopo che lei ostinatamente, con perseveranza e provvidenzialmente riuscì a fargli mangiare un intero pasto, ricompensandolo per la collaborazione e rifiutandosi di lasciarlo fallire. Il bambino si sedette a tavola con tutti noi, mia moglie, io, i nostri due figli e due bambini del vicinato che quel giorno erano a casa nostra, tenendo la bocca chiusa. Mia moglie gli mise il cucchiaio davanti, aspettando con pazienza e con costanza, mentre lui muoveva la testa avanti e indietro, rifiutando il boccone e difendendosi come fa tipicamente un bambino di due anni ostinato e di cui nessuno si preoccupa troppo.

Mia moglie non gli permise di fallire: ogni volta che lui riusciva a inghiottire un boccone, lei gli dava una carezza sulla testa e gli diceva con sincerità che era un bravo bambino. Pensava davvero che fosse un bravo bambino. Era un bambino gradevole ma disturbato. Dopo dieci minuti non

tropo difficili, terminò il pasto. Osservavamo tutti con attenzione. Era una scena carica di emozione.

“Guarda” disse mia moglie, sollevando il piatto. “Hai finito tutto.” Quel bambino che, quando lo vidi per la prima volta, aveva scelto di relegarsi in un angolo con atteggiamento triste, che non si relazionava con gli altri coetanei, che teneva un broncio perenne, che non reagiva quando gli facevo il solletico o lo pungolavo, cercando di farlo giocare, si aprì subito in un ampio sorriso raggiante. Riempì di gioia tutte le persone che erano sedute al tavolo. Vent’anni dopo, mentre scrivo, mi fa ancora commuovere. Poi seguì mia moglie come un cucciolo per il resto della giornata, rifiutandosi di allontanarsi da lei. Quando lei si sedeva, lui le saltava in grembo, accoccolandosi e aprendosi di nuovo al mondo, cercando disperatamente l’amore che gli era stato continuamente negato. Più tardi nel corso della giornata, ma comunque troppo presto, la madre riapparve. Scese le scale ed entrò nella stanza in cui ci trovavamo tutti insieme. “Oh, ecco una supermamma” esclamò risentita alla vista del figlio accoccolato sulle ginocchia di mia moglie. Poi se ne andò, insensibile, con l’animo crudele immutato, tenendo per mano il bambino condannato. Era una psicologa. Ci sono cose che si vedono anche con un occhio solo. Non c’è da meravigliarsi che le persone desiderino rimanere cieche.

A nessuno piace fare i conti

I miei clienti vengono spesso da me per discutere dei loro problemi familiari di tutti i giorni. Le preoccupazioni quotidiane sono insidiose. Il loro verificarsi abituale e prevedibile le fa apparire banali. Ma quell’apparenza di banalità è ingannevole: la nostra vita è fatta delle cose che accadono ogni giorno, e le volte in cui ci comportiamo nello stesso modo di fronte a circostanze simili si sommano tra loro a un ritmo allarmante. Di recente, un padre mi ha parlato delle difficoltà che stava incontrando nel mettere il figlio a letto, la sera,* un rituale che di solito implicava circa tre quarti d’ora di lotta. Facemmo i conti: quarantacinque minuti al giorno sono cinque ore alla settimana, venti ore al mese e duecentoquaranta ore all’anno. È un mese e mezzo di lavoro, se si considera una media di quaranta ore settimanali.

Il mio paziente trascorreva un mese e mezzo di lavoro all’anno lottando in maniera inefficace e infelice con il figlio. Inutile dire che entrambi ne soffrivano. Non importa quanto siano buone le tue intenzioni, o quanto tu

sia dolce e tollerante per indole, non puoi avere una buona relazione con qualcuno con cui lotti per un mese e mezzo all'anno. Il risentimento inevitabilmente crescerà. Anche se così non fosse, potresti impiegare tutto quel tempo sprecato e sgradevole in attività più produttive e utili, meno stressanti e più piacevoli. Perché si verificano queste situazioni? Di chi è la colpa, del figlio o del genitore? Della natura o della società? E cosa si può fare, sempre che si possa fare qualcosa?

Alcuni attribuiscono la colpa di tutti questi problemi agli adulti, siano i genitori o la società in generale. "Non esistono bambini cattivi" pensano queste persone, "ma solo cattivi genitori." Se richiamiamo alla mente l'immagine idealizzata di un bambino puro e senza alcuna tendenza al peccato, quest'idea ci appare pienamente giustificata. La bellezza, l'apertura, la gioia, la fiducia e la capacità di amare che caratterizzano i bambini ci portano facilmente ad attribuire la piena colpevolezza agli adulti coinvolti. Ma un simile atteggiamento è pericolosamente e ingenuamente romantico. È troppo unilaterale, nel caso di genitori che si relazionino con un figlio o con una figlia particolarmente difficili. E non è certo la scelta migliore ritenere acriticamente che la causa di tutta la corruzione umana sia da ricercare alla base della società. Questa conclusione sposta semplicemente il problema indietro nel tempo. Non spiega e non risolve niente. Se la società è corrotta, ma gli individui al suo interno non lo sono, allora da dove nasce la corruzione? Come si propaga? È una teoria unilaterale e profondamente ideologica.

Ancora più problematica è l'idea, che deriva logicamente da questa presunzione di corruzione sociale, secondo cui tutti i problemi individuali, anche se rari, debbano essere risolti con una riorganizzazione culturale, per quanto radicale. La nostra società risponde alla richiesta crescente di smantellare le proprie stabilizzanti tradizioni per includere gruppi sempre più ristretti di persone che non rientrano o non vogliono rientrare nelle categorie su cui anche le nostre stesse percezioni si basano. Non è una buona cosa. Non si possono risolvere i problemi dei singoli con una rivoluzione sociale, perché le rivoluzioni sono destabilizzanti e pericolose. Abbiamo imparato a vivere insieme e a organizzare le nostre complesse società a poco a poco e in maniera sempre più articolata, in un lasso temporale molto ampio, e non capiamo con sufficiente chiarezza perché ciò che facciamo funziona. Quindi, alterare incutamente i nostri comportamenti sociali, nel nome di alcuni *shibboleth** ideologici, è

probabile che produca molti più problemi che risultati positivi, se consideriamo la sofferenza che generalmente anche le piccole rivoluzioni producono.

Per esempio, sono davvero una buona cosa le leggi che semplificano il divorzio? Non saprei dire con certezza se i bambini, le cui vite sono destabilizzate dalla presunta libertà introdotta da questo tentativo di emancipazione, risponderebbero positivamente. Orrore e terrore sono in agguato oltre le mura costruite molto saggiamente dai nostri antenati. Abbattiamo quelle mura a nostro rischio e pericolo. Pattiniamo, inconsapevoli, su un sottile strato di ghiaccio al di sotto del quale l'acqua è gelida e profonda e ospita mostri inimmaginabili. Vedo i genitori di oggi terrorizzati dai figli, non da ultimo perché madri e padri sono considerati i colpevoli più probabili di questa ipotetica tirannia sociale e al tempo stesso non è riconosciuto loro il merito di svolgere un ruolo positivo e necessario nel trasmettere disciplina, ordine e senso della tradizione. Si muovono, a disagio e impacciati, nell'ombra troppo incombente dell'*ethos* adolescenziale degli anni Sessanta e Settanta, un periodo in cui gli eccessi hanno portato a una diffusa critica e denigrazione dell'età adulta, a una sconsiderata sfiducia nell'esistenza di un potere costituito e all'incapacità di distinguere tra il caos dell'immaturità e la libertà responsabile. Questa situazione accresce la sensibilità dei genitori alla sofferenza emotiva, a breve termine, dei figli, aumentando nel contempo la paura di danneggiarli in maniera dolorosa e controproducente. Meglio questo del contrario, si potrebbe obiettare, ma ci sono catastrofi in agguato ai margini del dominio della morale.

Il cattivo selvaggio

È stato detto che ogni individuo è un seguace, consapevole o meno, di qualche influente filosofo. La convinzione che i bambini abbiano uno spirito intrinsecamente intatto, che viene danneggiato solo dall'incontro con la cultura e con la società, deriva in gran parte dal filosofo svizzero di lingua francese Jean-Jacques Rousseau, che visse nel diciottesimo secolo.⁸² Rousseau era un fervente sostenitore della teoria secondo cui la società umana, e con essa la proprietà privata, esercita sull'individuo un'influenza corruitrice. Affermò che nulla era altrettanto amabile e meraviglioso quanto l'uomo nel suo stato precivilizzato. Proprio nello stesso momento,

accorgendosi della propria inettitudine come padre, abbandonò cinque dei suoi figli alla tenera e fatale pietà degli orfanotrofi dell'epoca.

Il buon selvaggio descritto da Rousseau era, però, un ideale, un'astrazione, archetipica e religiosa, e non la realtà in carne e ossa, come credeva il filosofo. Il bambino divino mitologicamente perfetto è sempre presente nella nostra immaginazione. È il potenziale della gioventù, dell'eroe appena nato, dell'innocente che subisce un torto e del figlio, da tempo perduto, del re legittimo. È l'accenno di immortalità che accompagna le nostre prime esperienze. È Adamo, l'uomo perfetto, che cammina senza peccato accanto a Dio nel giardino, prima della caduta. Ma gli esseri umani sono malvagi, oltre che buoni, e l'oscurità che dimora sempre nelle nostre anime è ben presente anche nel nostro io più giovane. In generale, le persone migliorano con l'età, piuttosto che peggiorare, perché, con la maturità, diventano più gentili, più coscienziose e più stabili emotivamente.⁸³ Nella società adulta raramente il bullismo si manifesta con la stessa pura e spesso terribile intensità della scuola.⁸⁴ C'è un motivo se l'oscuro e anarchico *Signore delle mosche* di William Golding è un classico.

Inoltre, ci sono molte prove che gli orrori del comportamento umano non possono essere attribuiti così facilmente alla storia e alla società. Ciò fu scoperto, forse in maniera troppo dolorosa, dalla primatologa Jane Goodall, quando apprese che i teneri scimpanzé erano capaci di uccidersi a vicenda e pronti a farlo.⁸⁵ Per la natura scioccante di quelle rivelazioni e per il grande significato antropologico, mantenne per anni il segreto su ciò che aveva scoperto, temendo che il contatto che lei aveva avuto con gli animali li avesse portati a manifestare comportamenti innaturali. Anche dopo la pubblicazione del resoconto, molti rifiutarono di crederci. Ben presto, però, divenne ovvio che quanto aveva osservato non era affatto raro.

Senza mezzi termini: gli scimpanzé conducono una guerra intertribale. Inoltre, lo fanno con brutalità quasi inimmaginabile. Il tipico scimpanzé adulto è forte più del doppio di un essere umano di pari grado, nonostante le dimensioni più ridotte.⁸⁶ Jane Goodall riferì con un certo orrore della propensione degli scimpanzé da lei studiati a spezzare forti cavi e leve d'acciaio.⁸⁷ Gli scimpanzé possono letteralmente fare a pezzi un individuo. E lo fanno. Le società umane e le loro complesse tecnologie non possono certo essere incolpati di questo.⁸⁸ “Spesso, quando mi svegliavo durante la notte” scrive la studiosa, “mi tornavano in mente immagini terrificanti,

come quella di Satana [uno scimpanzé che da tempo la studiosa teneva sotto osservazione] che portava la mano a coppa sotto il mento di Sniff per bere il sangue che sgorgava da una grande ferita sul suo volto... Jomeo che toglieva una striscia di pelle dalla coscia di Dé; Figan che caricava e colpiva, ancora e ancora, il corpo abbattuto e tremante di Golia, uno degli eroi della sua infanzia.”⁸⁹ Piccole bande di scimpanzé adolescenti, per lo più di sesso maschile, s’aggirano entro i confini del loro territorio. Se incontrano estranei – anche scimpanzé che una volta frequentavano e che in seguito si sono allontanati dal gruppo ormai troppo grande – e se sono in maggioranza, li attaccano e li massacrano, senza pietà. Gli scimpanzé non hanno un vero e proprio super-io ed è prudente ricordare che anche la capacità di autocontrollo umana può essere sovrastimata. L’attenta lettura di un libro scioccante e terrificante come *Lo stupro di Nanchino*⁹⁰ di Iris Chang, che racconta della brutale decimazione di quella città cinese da parte degli invasori giapponesi, è in grado di disincantare anche il romantico più convinto. E meno si parla della Unit 731, un’unità di ricerca giapponese sulla guerra biologica fondata in quel periodo, meglio è. Leggete in proposito a vostro rischio e pericolo, vi ho avvertito.

I cacciatori-raccoglitori, inoltre, sono molto più sanguinari degli uomini che vivono nelle città e nelle società industrializzate, nonostante la vita in comune e la cultura locale. Il tasso annuale di omicidi nel moderno Regno Unito è di circa 1 su 100.000.⁹¹ Negli Stati Uniti il rapporto è da quattro a cinque volte più elevato ed è circa novanta volte superiore in Honduras, la cui percentuale di omicidi è la più alta registrata in qualsiasi nazione moderna. Ma i dati indicano chiaramente che gli esseri umani sono diventati più pacifici, e non il contrario, con il trascorrere degli anni e di pari passo alla crescita e allo sviluppo delle società attuali. I boscimani !Kung africani, descritti in maniera romantica da Elizabeth Marshall Thomas negli anni Cinquanta come “popolo inoffensivo”,⁹² avevano un tasso di omicidi annuali di 40 ogni 100.000 individui, che diminuì di oltre il 30 per cento dopo che furono assoggettati all’autorità statale.⁹³ È un esempio molto istruttivo di come le strutture sociali complesse servano a ridurre, non a esacerbare, le tendenze violente degli esseri umani. Tra gli Yanomami del Brasile, famosi per la loro aggressività, sono stati registrati tassi annuali di omicidio pari a 300 su 100.000 individui, e non è certo il dato più sconcertante. Gli abitanti di Papua, in Nuova Guinea, si uccidono

con tassi annuali che vanno da 140 a 1000 ogni 100.000 individui.⁹⁴ Il record sembra, però, quello dei Kato, una popolazione indigena della California, all'interno della quale 1450 individui ogni 100.000 hanno incontrato una morte violenta intorno al 1840.⁹⁵

Dal momento che i bambini, come gli altri esseri umani, non sono unicamente buoni, non possono semplicemente essere lasciati a se stessi, senz'alcun intervento della società, pretendendo che crescano immersi nella perfezione. Anche i cani devono essere educati se vogliamo che siano accettati dal branco. I bambini sono molto più complessi dei cani. Ciò significa che è molto più probabile che vadano alla deriva se non vengono educati, disciplinati e adeguatamente incoraggiati. Perciò attribuire tutte le tendenze violente degli esseri umani alle patologie della società è tanto sbagliato da sembrare un'ingenuità. L'educazione, processo fondamentale, previene molti danni e favorisce uno sviluppo positivo. I bambini devono essere formati e informati, altrimenti non cresceranno bene. Questo aspetto si riflette in maniera evidente nel loro comportamento: i ragazzi cercano disperatamente l'attenzione dei pari e degli adulti, perché quell'attenzione, che li rende attori sociali efficaci ed evoluti, è di importanza vitale.

I bambini possono risentire negativamente per una mancanza di attenzione efficace altrettanto, o ancor più, che per abusi fisici o psicologici. È un danno che nasce da una mancanza, invece che da un comportamento nocivo, ma non per questo gli effetti sono meno gravi e duraturi. I bambini subiscono un danno quando genitori che sono disattenti in buona fede non riescono a renderli acuti, attenti e svegli, e li abbandonano invece in uno stato di incoscienza e di confusione. I bambini subiscono un danno quando chi si dovrebbe occupare di loro, timoroso di qualsiasi conflitto o turbamento, non osa più correggerli e li lascia privi di guida. Sono in grado di riconoscere questi bambini non appena li vedo. Sono molli, disattenti e distratti. Sono grigi e spenti invece che brillanti e luminosi. Sono pietre non scolpite, intrappolate in un perenne stato di attesa.

Bambini simili sono cronicamente ignorati dai coetanei, perché non è divertente giocare con loro. Da adulti tendono a manifestare lo stesso atteggiamento, anche se, interrogati in merito, cercano disperatamente di negarlo. Quando, all'inizio della mia carriera, lavoravo negli asili, i bambini relativamente trascurati venivano da me disperati, nella loro maniera goffa e impacciata, senza il senso della giusta distanza e senza essere pronti al gioco. Si gettavano sulle mie ginocchia, o vicino a me, a prescindere da

quel che stavo facendo, inesorabilmente guidati dal forte desiderio di richiamare l'attenzione di un adulto, catalizzatore necessario di un ulteriore sviluppo. Era molto difficile non reagire con fastidio, persino con disgusto, a questi bambini e al loro infantilismo troppo prolungato, difficile non spingerli letteralmente da parte, anche se mi facevano molta pena e capivo bene la loro situazione. Credo che quella risposta, per quanto dura e terribile, fosse un segnale di avvertimento interno, quasi universalmente sperimentato, che indicava il relativo pericolo di stabilire una relazione con un bambino non correttamente educato: la probabilità di un'immediata e inadeguata dipendenza, che avrebbe dovuto essere focalizzata sul genitore, e la tremenda richiesta di tempo e risorse che l'accettazione di un simile rapporto avrebbe comportato. Di fronte a quella situazione, i coetanei potenzialmente amichevoli e gli adulti interessati sono molto più propensi a rivolgere la loro attenzione all'interazione con altri bambini il cui rapporto tra costi e benefici, per dirla senza mezzi termini, sarebbe molto più basso.

Genitore o amico

L'abbandono e il maltrattamento, che fanno parte di approcci educativi scarsamente strutturati o addirittura del tutto assenti, possono essere deliberati, ossia motivati da ragioni esplicite e consapevoli, seppure sbagliate. Ma il più delle volte, i genitori moderni sono semplicemente paralizzati dalla paura di non essere più apprezzati o persino amati dai loro figli se questi vengono castigati. Vogliono soprattutto l'amicizia dei figli e sono disposti a sacrificare il rispetto per averla. Così non va bene. Un bambino avrà molti amici, ma solo due genitori e i genitori sono qualcosa di più, non di meno, degli amici. Gli amici non hanno una grande influenza né un forte potere correttivo. Pertanto, ogni genitore deve imparare a tollerare la rabbia momentanea o anche l'odio che i figli riversano su di lui dopo che ha intrapreso le azioni necessarie a guiderli, perché la capacità dei bambini di percepire le conseguenze a lungo termine, o di preoccuparsene, è molto limitata. I genitori sono gli arbitri della società. Insegnano ai bambini come comportarsi perché le altre persone siano in grado di interagire significativamente e produttivamente con loro.

Educare un bambino è un atto di responsabilità. Non si tratta di esprimere rancore di fronte a comportamenti scorretti. Non si parla di vendetta di fronte a un misfatto. L'educazione è invece un'attenta combinazione di empatia e capacità di giudizio a lungo termine. Una

corretta disciplina richiede uno sforzo, anzi, è praticamente sinonimo di impegno. È difficile prestare un'attenzione autentica ai bambini. È difficile capire cosa è sbagliato e cosa è giusto, e perché. È difficile formulare strategie disciplinari giuste ed empatiche e verificarne la fattibilità con le altre persone che si occupano di crescere il bambino insieme a noi. A causa di questa combinazione di responsabilità e difficoltà, qualsiasi indizio ci suggerisca che ogni limitazione imposta ai bambini è dannosa può essere, per assurdo, accolto. Una simile idea, una volta accettata, consente agli adulti, che dovrebbero essere più avveduti, di abbandonare il proprio ruolo di agenti di inculcrazione e di fingere che farlo sia un bene per i bambini. È un autoinganno profondo e pericoloso. È una scelta pigra, crudele e imperdonabile. E la nostra tendenza a trovare giustificazioni non finisce qui.

Supponiamo che le regole inibiscano davvero in modo irrecuperabile quella che altrimenti sarebbe la creatività sconfinata e innata dei nostri figli, anche se la letteratura scientifica indica chiaramente, in primo luogo, che la vera creatività è incredibilmente rara⁹⁶ e, in secondo luogo, che le limitazioni facilitano invece che inibire i risultati creativi.⁹⁷ La convinzione che le regole e la struttura siano elementi dannosi si accompagna spesso all'idea che i bambini siano in grado di scegliere saggiamente quando dormire e cosa mangiare, se semplicemente la loro natura perfetta avesse la possibilità di manifestarsi. Entrambe queste ipotesi sono ugualmente infondate. I bambini sono perfettamente in grado di provare a sopravvivere a hot dog, hamburger e gelati, se così attireranno l'attenzione, acquisteranno potere o eviteranno di provare qualcosa di nuovo. Invece di andare a letto tranquillamente, i bambini combatteranno contro il sonno fino a quando non barcolleranno dalla stanchezza. Sono inoltre perfettamente ben disposti a provocare gli adulti, mentre esplorano i complessi confini dell'ambiente sociale, proprio come i giovani scimpanzé infastidiscono gli adulti nei loro gruppi.⁹⁸ Osservare le conseguenze della presa in giro e dello scherno permette allo scimpanzé e al bambino di scoprire i limiti di ciò che potrebbe altrimenti essere una libertà troppo destrutturata e terrificante. Questi limiti, una volta scoperti, forniscono sicurezza, anche se individuarli provoca una delusione o una frustrazione momentanea.

Ricordo di aver portato mia figlia al parco giochi, una volta, quando aveva circa due anni. Si stava arrampicando sulle sbarre ed era appesa a mezz'aria. Un piccolo diavololetto particolarmente provocatorio che aveva

circa la stessa età era in piedi sopra di lei, sulla stessa sbarra che lei stringeva tra le mani. Lo vidi avvicinarsi a lei. I nostri sguardi s'incrociarono. Lentamente e volutamente salì con i piedi sulle mani di mia figlia, premendo con forza crescente, ancora e ancora, mentre mi fissava. Sapeva esattamente cosa stava facendo. “Beccati questa, paparino” era la sua filosofia. Era già giunto alla conclusione che gli adulti erano spregevoli e che poteva tranquillamente sfidarli. Peccato, quindi, che fosse destinato a diventare uno di loro. Quello era il futuro senza speranza che i genitori gli avevano rifilato. Con suo grande e benefico shock, lo sollevai di peso dall'attrezzatura del parco giochi e lo scaraventai a terra, a dieci metri di distanza.

No, non lo feci. Semplicemente, portai mia figlia da un'altra parte. Ma sarebbe stato meglio per lui se l'avessi fatto.

Immagina un bambino che colpisce più volte la madre in volto. Perché dovrebbe fare una cosa del genere? È una domanda stupida e imperdonabilmente ingenua. La risposta è ovvia. Per dominarla. Per vedere se può farla franca. La violenza, dopo tutto, non è un mistero. È la pace il vero mistero. La violenza è la nostra impostazione di default. È facile. La pace è difficile: la impariamo, ci viene inculcata, la guadagniamo. Le persone spesso si pongono domande sulla psicologia umana da un punto di vista paradossale. Perché le persone assumono droghe? Non è un mistero. Il mistero è perché non le assumono di continuo. Perché le persone soffrono d'ansia? Non è un mistero. Come fanno le persone a rimanere calme? Ecco il mistero. Siamo fragili e mortali. Un milione di cose possono andare male, in milioni di modi diversi. Dovremmo essere spaventati a morte, ogni secondo della nostra vita. Ma non è così. Lo stesso si può dire della depressione, della pigrizia e della criminalità.

Se posso ferirti e sopraffarti, allora significa che posso fare esattamente ciò che voglio, quando voglio, anche se sei nei paraggi. Ti posso tormentare per appagare la mia curiosità. Posso non prestarti attenzione e dominarti. Posso rubarti il giocattolo. I bambini attaccano, prima di tutto, perché l'aggressività è innata, anche se più dominante in alcuni individui e meno in altri. In secondo luogo, lo fanno perché l'aggressività stimola il desiderio. È folle pensare che questo tipo di comportamento sia appreso. Un serpente non ha bisogno di imparare ad attaccare. È nella natura della bestia. I bambini di due anni, secondo la statistica, sono le persone più violente in assoluto.⁹⁹ Danno calci, colpiscono, mordono e rubano gli oggetti degli

altri. Lo fanno per esplorare, per esprimere sdegno e frustrazione e per gratificare i loro desideri impulsivi. Ma più importante, ai fini del nostro discorso, è che si comportano così per scoprire i veri limiti del comportamento accettabile. In quale altra maniera possono capire che cosa è considerato accettabile? I bambini sono come ciechi in cerca di un muro. Devono mettere le mani avanti, procedere a tentoni, per capire dove si trovano effettivamente i confini, che di rado sono dove ci è stato indicato.

La correzione coerente di queste azioni indica al bambino quali sono i limiti di un'aggressività accettabile. Una mancanza in tal senso non fa che accrescere la curiosità, tanto che il bambino darà pugni, morsi e calci, se è aggressivo e dominante, fino a quando non incontrerà un limite. Con quanta forza posso picchiare la mamma? Fino a quando lei non disapprova il mio comportamento. Detto ciò, è meglio una correzione tempestiva che tardiva, se il genitore non desidera essere colpito. La correzione aiuta anche il bambino a capire che picchiare gli altri è una strategia sociale non ottimale. Senza una correzione, nessun bambino si sottopone all'impegnativo processo di organizzare e regolare i propri impulsi, perché possano coesistere, senza conflitto, nella sua psiche e nel più ampio mondo sociale. Organizzare una mente non è una questione semplice.

Nei primi anni mio figlio era particolarmente irritabile. Quando mia figlia era piccola, riuscivo a bloccarla fulminandola con lo sguardo. Quel tipo di intervento non aveva, invece, alcun effetto su mio figlio. All'età di nove mesi riuscì a mettere in difficoltà mia moglie, che non è certo una persona debole, al momento della cena. Lottò con lei per il controllo del cucchiaio. “Bene” pensammo. Non avevamo comunque intenzione di imboccarlo un minuto di più del necessario. Ma quell'esserino era disposto a mandare giù solo tre o quattro bocconi, prima di mettersi a giocare. Rimestava il cibo nel piatto. Va bene, nessun problema, stava esplorando. Ma così non mangiava a sufficienza. Poi, dato che non mangiava a sufficienza, non dormiva bene. Allora le sue urla di mezzanotte svegliavano noi genitori, che ci imbronciavamo e diventavamo di cattivo umore. Era frustrante per la mamma, che si sfogava su di me. Non era una buona linea di condotta.

Dopo qualche giorno di questo degrado, decisi di riprendere il cucchiaio. Mi preparai alla guerra. Mi ritagliai il tempo che pensavo sarebbe stato necessario. Un adulto paziente può sconfiggere un bambino di due anni, per quanto sia difficile crederlo. Come si dice: “Età e inganno sconfiggeranno

sempre gioventù e abilità". Ciò accade in parte perché, all'età di due anni, il tempo è infinito. Mezz'ora corrispondeva a una settimana, nella vita di mio figlio. Mi assicurai la vittoria. Lui era cocciuto e terribile, ma io potevo essere peggio. Ci sedemmo, uno di fronte all'altro, con il piatto davanti a lui. Era come "Mezzogiorno di fuoco". Lui lo sapeva e io lo sapevo. Afferrò il cucchiaio. Io glielo tolsi di mano e presi una cucchiata di delizioso purè. Avvicinai il cucchiaio alla sua bocca: lui serrò le labbra e rifiutò il cibo. Mossi il cucchiaio vicino alla sua bocca, mentre lui scrollava la testa.

Ma avevo altri assi nella manica. Con la mano libera, gli diedi alcuni colpetti sul petto, per provocargli fastidio. Non si smosse. Ripetei: ancora e ancora. Non per fargli male, ma in maniera che non mi potesse ignorare. Una decina di colpetti più tardi, aprì la bocca, per esprimere contrarietà. Ah, errore. Gli infilai abilmente il cucchiaio in bocca. Mio figlio cercò coraggiosamente di sputare il boccone, ma avevo una risposta pronta anche per questo. Misi l'indice in orizzontale sulle sue labbra. Un po' di cibo uscì, ma ne inghiottì dell'altro. Un punto per papà. Gli accarezzai la testa e gli dissi che era un bravo bambino. E dicevo sul serio. Quando qualcuno fa qualcosa che vuoi che faccia, ricompensalo. Nessun rancore dopo la vittoria. Un'ora dopo, era tutto finito. Lui si era arrabbiato e aveva pianto. Mia moglie era uscita dalla stanza per il troppo stress. Ma il bambino aveva mangiato. Poi, esausto, era crollato sul mio petto. Schiacciammo entrambi un pisolino. E quando si svegliò, mi apprezzava molto più di prima.

Era qualcosa che osservavo tipicamente in occasione di ogni scontro diretto, e non solo con lui. Qualche tempo dopo cominciammo, con un'altra coppia, ad aiutarci reciprocamente e a turno nella cura dei figli. Tutti i bambini si riunivano in un'abitazione. Poi una coppia usciva a cena o a vedere un film, lasciando all'altra la cura dei piccoli che non avevano più di tre anni. Una sera, si unì un'altra coppia. Non conoscevo loro figlio, un bambino di due anni, grande e forte.

"Non dormirà" disse il padre. "Dopo che l'avrai messo a letto, si alzerà e vi raggiungerà. Di solito gli facciamo vedere i cartoni animati del 'mondo di Elmo'."

"Non premierò in alcun modo un bambino ostinato per un comportamento inaccettabile" pensai "e di sicuro non gli farò vedere 'Il mondo di Elmo'." Non mi è mai piaciuto quel pupazzo inquietante dalla voce stridula. Quindi un premio con i cartoni di Elmo non era nei miei

piani. Non è possibile parlare ai genitori dei loro figli, a meno che non siano pronti ad ascoltare.

Due ore dopo, mettemmo i bambini a letto. Quattro si addormentarono subito, ma non il piccolo fan dei Muppet. L'avevo messo in un lettino con le sbarre, in modo che non potesse scappare. Ma poteva ancora piagnucolare e fu proprio ciò che fece. Una mossa furba, un'ottima strategia. Era noioso e rischiava di svegliare gli altri bambini, che avrebbero iniziato a piagnucolare a loro volta. Un punto per il bambino. Quindi, entrai nella stanza. "Coricati" dissi. Niente. "Coricati" dissi "o ti metto giù io." Ragionare con i bambini piccoli spesso non serve a granché, in particolare in determinate circostanze. Ma credo negli avvertimenti. Ovviamente non si coricò. Per tutta risposta, riprese a piagnucolare.

I bambini lo fanno spesso. Alcuni genitori spaventati pensano che un bambino che piange sia triste o stia male. Non è così. Una delle ragioni più comuni per cui i bambini piangono è la rabbia. Un'attenta analisi dei movimenti muscolari dei bambini che piangono l'ha confermato.¹⁰⁰ Il pianto rabbioso è diverso dal pianto di chi ha paura o è triste. Ha anche un suono diverso e si riesce a distinguere. Il pianto di rabbia spesso è un atto di dominio e deve essere affrontato in quest'ottica. Sollevai il bambino e poi lo misi giù. Con gentilezza e con pazienza. Ma con fermezza. Si alzò. Lo feci sdraiare di nuovo. Si alzò. Lo misi giù. Si alzò. Questa volta, lo sdraiai e tenni una mano sulla sua schiena. Il piccolo lottò con forza ma senza risultato. Dopo tutto, era un decimo di me. Sarei riuscito a sollevarlo con una mano. Così, lo tenni giù e gli parlai con dolcezza, dicendogli che era un bravo bambino e che doveva rilassarsi. Gli diedi un ciuccio e alcuni colpetti delicati sulla schiena. Cominciò a rilassarsi e a chiudere gli occhi. Tolsi la mano.

Si rialzò prontamente in piedi. Ero colpito: aveva carattere. Lo sollevai e lo misi giù ancora. "Stai sdraiato, mostri ci attollo" gli dissi. Gli diedi ancora qualche colpetto sulla schiena. Alcuni bambini lo trovano rilassante. Si stava stancando. Era pronto a capitolare. Chiuse gli occhi. Mi alzai e mi diressi in silenzio e con rapidità verso la porta. Mi voltai indietro a guardare, per controllare la sua posizione, ancora una volta. Era in piedi. Con il dito puntato contro di lui, gli dissi: "Giù, mostri ci attollo", e non scherzavo. Si sdraiò come se fosse stato colpito da un proiettile. Chiusi la porta. Ci stimavamo reciprocamente. Né mia moglie né io ci alzammo a controllarlo per il resto della serata.

“Come si è comportato il piccolo?” mi domandò il padre quando rientrò, molto più tardi. “Bene” risposi. “Nessun problema. Adesso dorme.”

“Si è alzato?” mi chiese.

“No” risposi. “Ha dormito sempre.”

Il padre mi guardò. Voleva sapere come ci ero riuscito. Ma non me lo chiese e io non glielo dissi.

“Non dare perle ai porci” si dice. Potresti pensare che sia un atteggiamento troppo crudele. Ma insegnare a un figlio a non dormire e premiarlo con le pagliacciate di un pupazzo inquietante? Anche questo è crudele. Scegli qual è, secondo te, il male minore: io farò altrettanto.

Disciplinare e punire

I genitori moderni sono spaventati da due concetti che spesso si accompagnano l’uno all’altro: disciplinare e punire. Questi termini evocano immagini di prigonia, soldati e totalitarismo. Il confine tra fermezza e tirannia o tra punizione e tortura è, a dire il vero, facile da oltrepassare. Disciplina e punizione sono da maneggiare con attenzione. Non sorprende che suscitino paura, ma entrambe sono necessarie. Si possono applicare consapevolmente o no, bene o male, ma non è possibile farne a meno.

Si può educare anche con le ricompense. In effetti, premiare un buon comportamento può essere molto efficace. Il più famoso tra i comportamentisti, B.F. Skinner, fu un grande sostenitore di questo approccio. Ne era un esperto. Insegnò ai piccioni a giocare a ping pong, anche se riuscì a ottenere solamente che spostassero la palla in avanti e indietro con il becco.¹⁰¹ Ma, dopotutto, erano piccioni. Quindi, anche se giocavano male, il risultato non era poi malaccio. Skinner insegnò ai volatili anche a pilotare missili durante la Seconda guerra mondiale, in quello che fu chiamato appunto Progetto Pigeon (e più tardi Orcon).¹⁰² Fece molta strada, prima che l’invenzione dei moderni sistemi elettronici di guida rendessero obsoleti i suoi sforzi.

Skinner osservò con un’attenzione eccezionale gli animali che istruiva mentre compivano le azioni. Ogni comportamento che si avvicinava all’obiettivo era immediatamente ricompensato con un premio della giusta entità: non tanto piccolo da essere insignificante, non tanto grande da sminuire eventuali futuri premi. Si può adottare un approccio simile anche con i bambini, e funziona molto bene. Immagina di volere che tuo figlio di due anni ti aiuti ad apparecchiare la tavola. È una competenza utile: lo

apprezzeresti di più se fosse in grado di farlo. Sarebbe un'ottima cosa per la sua (rabbividisco) autostima. Allora scomponi il comportamento a cui punti nelle parti che lo costituiscono. Un elemento dell'apparecchiare la tavola consiste nel portare un piatto dalla credenza in tavola. Anche quest'azione potrebbe risultare troppo complessa. Forse il bambino cammina solo da pochi mesi. È ancora barcollante e instabile. Allora cominci la sua formazione passandogli un piatto e chiedendogli di restituirtello. Poi, potresti accarezzargli la testa. Puoi anche trasformarlo in un gioco. Passa il piatto con la mano sinistra e chiedi che te lo restituiscia nella destra. Fai passare il piatto dietro la schiena. Poi potresti passargli il piatto e fare qualche passo all'indietro perché lui debba compiere qualche passo per riuscire a ridartelo. Insegnagli a diventare un virtuoso del passaggio dei piatti. Non lasciare che rimanga prigioniero della propria goffaggine.

Puoi insegnare praticamente tutto a tutti con questo tipo di approccio. Primo, individua che cosa vuoi. Poi, osserva le persone intorno a te con l'attenzione di un falco. Infine, quando noti un comportamento che si avvicina un po' di più a ciò che desideri, buttatuci sopra, proprio come un falco, ed elargisci un premio. Tua figlia è molto chiusa da quando è entrata nell'adolescenza. Vorresti che parlasse di più. Ecco l'obiettivo: una figlia più comunicativa. Una mattina, a colazione, lei racconta un aneddoto che riguarda la scuola. È un ottimo momento per dedicarle la tua attenzione. Ecco la ricompensa. Smetti di inviare messaggi e ascoltala, a meno che tu non voglia che non condivida più nulla con te.

Gli interventi genitoriali capaci di rendere i bambini felici possono e dovrebbero chiaramente essere utilizzati per plasmare il loro comportamento. Lo stesso vale per i mariti, le mogli, i colleghi e i genitori. Skinner, però, era una persona realista. Si accorse che dispensare una ricompensa era molto difficile: l'osservatore doveva attendere pazientemente fino a quando la persona osservata manifestava spontaneamente il comportamento desiderato e quindi rinforzarlo. Ciò richiedeva una gran quantità di tempo e lunghe attese, ed era un problema. Dovette anche affamare i propri animali fino a far perdere loro un quarto del peso abituale prima che mostrassero per le ricompense in forma di cibo un interesse tanto grande da dedicarvi la loro attenzione. Ma questi non sono gli unici difetti dell'approccio "gentile".

Le emozioni negative, come anche quelle positive, ci aiutano a imparare. Abbiamo bisogno di apprendere, perché siamo stupidi e fragili. Possiamo morire. Non è un bene, e questo pensiero ci fa stare male. Se così non fosse, ricercheremmo la morte e la troveremmo. Non ci sentiamo bene nemmeno all'idea della morte, quando diventa probabile. E ciò accade di continuo. Così le emozioni negative, con la loro sgradevolezza, ci proteggono. Ci sentiamo feriti, spaventati, pieni di vergogna e disgusto, e così evitiamo di farci del male. Siamo in grado di provare forti emozioni negative. Infatti, è più forte il dolore per una perdita che la gioia per una conquista di pari entità. Il dolore è più forte del piacere e l'ansia della speranza.

Fortunatamente, le emozioni, positive o negative che siano, si presentano in due diverse varianti. La soddisfazione ci dice che quanto abbiamo fatto è stato un bene, mentre l'attesa del premio ci indica che qualcosa di gradevole ci attende. Il dolore ci ferisce, così non ripetiamo azioni che provocano danni alla nostra persona o sono causa di isolamento sociale, perché anche la solitudine è, tecnicamente, una forma di dolore. L'ansia ci allontana da persone che potrebbero ferirci e da luoghi malsani e ci evita di provare altra sofferenza. È fondamentale che tutte le emozioni siano in equilibrio tra loro e attentamente valutate nel contesto, ma tutte sono necessarie per mantenerci in vita e in prosperità. Quindi, rendiamo un pessimo servizio ai nostri figli se per aiutarli ad apprendere non utilizziamo ogni strumento a nostra disposizione, incluse le emozioni negative, di cui però dovremmo servirci nella maniera più empatica possibile.

Skinner sapeva che minacce e punizioni possono porre fine a comportamenti sgraditi, proprio come i premi rinforzano ciò che è desiderabile. In un mondo paralizzato al pensiero di interferire con un'ipotetica purezza del naturale sviluppo infantile, può essere difficile anche solo parlare delle tecniche a cui abbiamo fatto riferimento in precedenza. In ogni caso, lo sviluppo infantile che precede la maturità non sarebbe tanto lungo se non ci fosse il bisogno di formare il comportamento. I bambini salterebbero fuori dal ventre materno subito pronti per iniziare a giocare in Borsa. Inoltre, non possiamo proteggere completamente i bambini dalla paura e dal dolore. Sono piccoli e vulnerabili. Non sanno molto del mondo. Anche quando compiono un'azione naturale come imparare a camminare, vengono costantemente presi a schiaffi dalla realtà. Per non parlare della frustrazione e del rifiuto che inevitabilmente sperimentano quando si relazionano con i fratelli, con i compagni di classe

e con adulti ostinati e poco collaborativi. Detto questo, il punto fondamentale non è come proteggere completamente i bambini dalle avversità e dal fallimento perché non sperimentino mai sensazioni negative, ma come ottimizzare il loro apprendimento perché conquistino un sapere utile con il minor dispendio di energie possibile.

Nel film Disney “La bella addormentata” il re e la regina hanno una bambina, Aurora, che arriva dopo una lunga attesa. Pianificano una festa grandiosa per presentarla al mondo. Chiunque ami e rispetti la bambina è il benvenuto. Ma si dimenticano di invitare la strega Malefica, che essenzialmente è la regina degli inferi o la natura nella sua forma negativa. Ciò significa simbolicamente che il re e la regina stanno proteggendo eccessivamente l’amata figlia, costruendo intorno a lei un mondo che non ha nulla di negativo. Ma questo non la protegge. La indebolisce. Malefica scaglia una maledizione sulla principessa, condannandola a morte all’età di sedici anni, quando la fanciulla si pungerà con la punta di un fuso. Il filatoio che gira rappresenta la ruota del destino; la punta del fuso che provoca un sanguinamento simboleggia la perdita della verginità, segno della nascita della donna dalla bambina.

Per fortuna, una fata buona, l’elemento positivo della natura, ridimensiona la punizione dalla morte all’incoscienza, che potrà essere cancellata con il primo bacio d’amore. Il re e la regina, spaventati, danno ordine di bruciare tutti i filatoi del regno e affidano la figlia alle gentili fate buone, che sono in tre. Proseguono nel loro piano eliminando tutte le cose pericolose, ma così facendo lasciano che la figlia cresca ingenua, immatura e debole. Un giorno, poco prima del sedicesimo compleanno, Aurora incontra un principe nel bosco e s’innamora. (Da una prospettiva ragionevole, è un po’ troppo.) Poi si lamenta perché dovrà sposare il principe Filippo, cui è stata promessa in sposa fin da quando era bambina, e ha un crollo emotivo quando deve far ritorno al castello dei genitori per il proprio compleanno. È qui che si realizza la maledizione di Malefica. Nel castello si apre un portale dietro il quale appare un filatoio: Aurora si punge e cade in stato di incoscienza. Diventa così la “bella addormentata”. In questa maniera lei sceglie, simbolicamente, l’incoscienza rispetto alla paura di affrontare la vita da adulta. Qualcosa di simile accade molto spesso ai bambini eccessivamente protetti, che possono lasciarsi abbattere (e poi desiderare la beatitudine dell’incoscienza) dal primo vero contatto con il

fallimento o, peggio, con l'autentica cattiveria, che non capiscono o non vogliono capire e contro la quale sono indifesi.

Prendiamo il caso di una bambina di tre anni che non abbia imparato a condividere. La bambina mostra un comportamento egoista in presenza dei propri genitori, ma questi sono troppo buoni per intervenire. Per la verità, rifiutano di prestarvi attenzione, di ammettere quanto accade e di insegnarle a comportarsi correttamente. Sono infastiditi, ovviamente, quando la bambina non condivide i propri giochi con la sorella, ma fingono che vada tutto bene. Non va tutto bene. Più tardi si sfogheranno con lei a parole, per qualcosa che non ha alcun collegamento con quanto successo. La bimba sarà ferita da questo comportamento e confusa, ma non imparerà nulla. Anzi, quando cercherà di stringere amicizie, non riuscirà a ottenere nulla, perché manca di un'educazione sociale. I coetanei saranno scoraggiati dall'incapacità di cooperare della bambina. Si scontreranno con lei o si allontaneranno in cerca di qualcun altro con cui giocare. I genitori di quei bambini noteranno la sua goffaggine e il suo brutto comportamento e non l'inviteranno a giocare con i loro figli. Si ritroverà sola e rifiutata. Ciò le procurerà ansia, depressione e risentimento. E la porterà a un rifiuto della vita che corrisponde al desiderio dell'incoscienza.

I genitori che rifiutano di assumersi la responsabilità di dare una disciplina ai propri figli pensano di potersi semplicemente chiamare fuori dal conflitto che è imprescindibile in una corretta educazione. Evitano, sul breve termine, di recitare il ruolo dei cattivi, ma non riescono in alcun modo a salvare o a proteggere i figli dalla paura e dalla sofferenza. A dire la verità, è proprio il contrario: il più ampio mondo sociale porterà a uno scontro e infliggerà una punizione molto più grande di quelli che un genitore consapevole avrebbe somministrato. Puoi dare una disciplina ai tuoi figli o demandarne la responsabilità al mondo, più duro, incurante e severo; la ragione per cui lo fai non deve mai essere confusa con l'amore.

Forse obietterai, come a volte fanno i genitori moderni: “Perché un figlio dovrebbe sottomettersi agli ordini arbitrari di un genitore?”. In effetti, c’è una nuova variante del pensiero politicamente corretto che presume che una simile idea sia un “adultismo”: ¹⁰³ una forma di pregiudizio e di oppressione analoga, per dire, al sessismo o al razzismo. La questione dell’autorità adulta deve essere affrontata con attenzione e ciò richiede un esame accurato dell’oggetto in sé. Accogliere una qualunque obiezione formulata

significa convalidarla a metà e può rivelarsi pericoloso se la questione è mal posta. Analizziamo l'obiezione punto per punto.

Prima di tutto, perché un bambino dovrebbe sottomettersi? È facile. Ogni bambino deve ascoltare i grandi e obbedire perché dipende dalle cure che uno o più adulti imperfetti sono disposti ad accordargli. Detto questo, è meglio per il bambino comportarsi in modo da suscitare un affetto e una benevolenza genuini. Possiamo immaginare anche qualcosa di meglio. Il bambino potrebbe comportarsi in modo da assicurarsi, al tempo stesso, l'attenzione adulta ottimale per trarne beneficio nel presente e per lo sviluppo futuro. È un livello molto elevato, ma è nell'interesse del bambino, che ha tutti i motivi per volerlo.

A ogni bambino dovrebbe anche essere insegnato ad adempiere con serenità alle aspettative della società civile. Ciò non significa appiattirsi su un insensato conformismo delle idee, ma vuol dire che i genitori devono ricompensare gli atteggiamenti e le azioni che favoriscono il successo del figlio nel mondo esterno alla famiglia, ma ricorrere alla minaccia e alla punizione quando sono necessarie a sradicare comportamenti che porterebbero all'infelicità e al fallimento. Le opportunità per conquistarsi una vita di successo sono ridotte, motivo per cui imparare rapidamente ad agire in maniera appropriata è importante. Se un bambino non ha imparato a comportarsi correttamente all'età di quattro anni, gli sarà difficile stringere nuove amicizie. La letteratura di settore è piuttosto chiara a questo proposito. Ciò è determinante perché, dopo i quattro anni, i coetanei sono la fonte primaria del processo educativo. I bambini rifiutati subiscono un arresto dello sviluppo perché sono isolati dai coetanei. Rimangono sempre più indietro, mentre gli altri bambini continuano a progredire. Così, il bambino senza amici troppo spesso si trasforma nell'adolescente o nell'adulto solo, antisociale o depresso. Non va bene. Una parte della nostra salute mentale, molto più importante di quanto riteniamo, è una conseguenza della fortunata immersione in una comunità sociale. È necessario che ci sia continuamente ricordato di pensare e agire correttamente. Quando deviamo, le persone che si prendono cura di noi e che ci amano ci danno qualche piccola spinta per riportarci in pista. Perciò, è meglio per noi averne intorno qualcuna.

Non si può nemmeno dire che i dettami degli adulti siano tutti arbitrari. Ciò è vero unicamente in uno Stato totalitario disfunzionale. Ma nelle società文明ate e aperte, la maggior parte delle persone si attiene a un

contratto sociale funzionale, con l'obiettivo di un miglioramento reciproco o almeno di una convivenza sufficientemente pacifica. Anche un sistema di regole che disciplina un contratto minimo come questo non è in alcun modo arbitrario, considerate le alternative. Se una società non premia adeguatamente un comportamento produttivo e proficuo, favorisce una distribuzione delle risorse spiccatamente ingiusta e arbitraria e consente il furto e lo sfruttamento, non potrà evitare a lungo il conflitto. Se le gerarchie si basano solamente o principalmente sul potere, invece che sulle competenze necessarie ad acquisire risultati importanti e complessi, sarà soggetta al collasso. È vero, in forma più semplice, anche nel caso delle gerarchie degli scimpanzé: e ciò indica la natura essenziale, biologica, non arbitraria e necessaria di questa caratteristica.¹⁰⁴

I bambini poco educati e formati hanno una vita terribile. Perciò, è bene educarli al meglio. Possiamo farlo, in parte, somministrando premi, ma occorre anche altro. La questione non è se sia necessario ricorrere a punizioni e a minacce, ma come farlo consapevolmente e con attenzione. Come, allora, dovremmo insegnare una disciplina ai bambini? È una questione molto difficile, perché i bambini, come i genitori, hanno temperamenti molto diversi. Alcuni sono sgradevoli. Desiderano fortemente piacere ma per questo hanno una tendenza a evitare i conflitti e alla dipendenza. Altri sono più caparbi e indipendenti. Sanno ciò che vogliono e quando lo vogliono, sempre. Possono essere impegnativi, disobbedienti e ostinati. Alcuni bambini cercano disperatamente regole e strutture e sono appagati anche negli ambienti rigidi. Altri, che tengono in scarso conto la prevedibilità e la routine, non necessitano del minimo ordine. Alcuni sono molto immaginativi e creativi, mentre altri più concreti e conservatori. Sono tutte differenze profonde e importanti, che risentono fortemente dell'influsso di fattori biologici e difficili da modificare con l'educazione. È davvero una fortuna che, di fronte a una simile diversità, noi benefichiamo di una riflessione molto attenta sul corretto uso del controllo sociale.

Il minimo sforzo necessario

Ecco una chiara idea di partenza: le regole non dovrebbero andare oltre il necessario. In altre parole, leggi sbagliate fanno perdere il rispetto anche per le leggi buone. È l'equivalente etico e legale del rasoio di Occam, la ghigliottina concettuale dello scienziato secondo cui è preferibile l'ipotesi più semplice possibile. I bambini e le persone che li educano non devono

essere gravati da troppe regole. Un simile percorso porterebbe alla frustrazione.

Limita le regole. Poi, pensa a cosa fare se una regola viene infranta. Una linea generale, a prescindere dal contesto, riguardo alla durezza della punizione è difficile da stabilire. In ogni caso, una norma utile è già sancita nel *common law* [diritto consuetudinario] di origine britannica, una delle maggiori conquiste del mondo occidentale. La sua analisi può aiutarci a definire un secondo principio utile.

Il common law britannico ti permette di difendere i tuoi diritti, ma solamente in maniera ragionevole. Qualcuno entra in casa tua. Tu hai una pistola carica. Hai il diritto di difenderti, ma è meglio procedere per gradi. E se fosse un vicino ubriaco e disorientato? Potresti dire: "Fermati, ho una pistola!". Se la persona non retrocede e non parla, allora potresti sparare un colpo di avvertimento. Poi, se l'intruso continua ad avanzare, potresti mirare alle gambe. Non è un consiglio, solo un esempio. Un ottimo principio pratico può essere seguito nell'esercitare reazioni sempre più dure: quello della minima forza necessaria. Adesso quindi abbiamo due principi generali di disciplina. Il primo: limita le regole; il secondo: usa la minima forza necessaria per farle rispettare.

Riguardo al primo principio, potresti chiedere: "Limita le regole a cosa, esattamente?". Ecco alcuni suggerimenti. Non mordere, non dare calci e non far male, se non per autodifesa. Non maltrattare gli altri e non fare il bullo con altri bambini, se non vuoi finire in prigione. Mangia in modo educato e riconoscente, così le persone saranno contente d'invitarti a casa loro e avranno piacere di offrirti un pasto. Impara a condividere, così gli altri bambini giocheranno con te. Presta attenzione quando gli adulti ti parlano, così non risulterai antipatico e forse decideranno d'insegnarti qualcosa. Vai a dormire all'ora giusta e senza fare storie, così i tuoi genitori possono stare un po' insieme e non ce l'avranno con te. Prenditi cura dei tuoi oggetti, perché hai bisogno di imparare a usarli e perché sei fortunato ad averli. Sii di buona compagnia quando succede qualcosa di divertente, così sarai invitato in occasioni allegre. Comportati in maniera da rendere felici le persone della tua presenza, così ti vorranno accanto a loro. Un bambino che conosce queste regole sarà benvenuto ovunque.

Riguardo al secondo ed egualmente importante principio, forse ti poni la domanda: "Qual è la forza minima necessaria?". Occorre stabilirlo facendone esperienza e cominciando dal più piccolo intervento possibile.

Alcuni bambini rimarranno pietrificati da un'occhiataccia. Un ordine verbale è in grado di fermare qualcun altro. Una schicchera sulla mano, simile al gesto che fai quando lanci una biglia, potrebbe rivelarsi utile per qualcuno. Questa strategia è particolarmente indicata nei luoghi pubblici come i ristoranti. Può essere somministrata all'improvviso, in silenzio e con efficacia, evitando il rischio di un'escalation. Qual è l'alternativa? Un bambino che piange di rabbia, pretendendo attenzione, non si sta certo rendendo popolare. Un bambino che corre tra i tavoli disturbando la tranquillità di tutti disonora, termine antico ma valido, se stesso e i propri genitori. Questi risultati non sono certo ottimali e i bambini in pubblico si comporteranno di sicuro peggio perché stanno sperimentando: cercano di capire se le stesse vecchie regole si applicano anche in posti nuovi. Non affrontano la situazione verbalmente, non quando hanno meno di tre anni.

Quando i nostri figli erano piccoli e li portavamo al ristorante suscitavano sempre molti sorrisi. Sedevano educatamente ed erano piacevoli. Non potevano rimanere seduti a lungo, ma non eravamo abituati a fermarci molto nei luoghi pubblici. Quando cominciavano a innervosirsi dopo quarantacinque minuti seduti a tavola, sapevamo che era il momento di andarcene. Era parte dell'accordo. Chi sedeva ai tavoli vicino al nostro ci diceva quanto fosse bello vedere una famiglia felice. Non eravamo sempre felici e i nostri figli non si comportavano sempre bene. Ma lo facevano quasi sempre ed era bellissimo constatare che le altre persone erano contente della loro presenza. Era un bene per i bambini. Vedevano che gli altri li apprezzavano. E ciò rinforzava il loro buon comportamento. Era il premio.

Anche i tuoi bambini verranno apprezzati se gliene darai l'opportunità. L'ho imparato non appena abbiamo avuto il primo figlio, la nostra bambina Mikhaila. Quando la portavamo in giro con il passeggino nel nostro quartiere operaio della Montréal francese, tipi grossi come boscaioli dall'aria grezza e dalla bevuta facile si fermavano a sorridere. Le parlavano con le vocine, ridacchiavano e facevano le boccacce. Osservare le persone mentre interagiscono con i bambini ritempra la fiducia nella natura umana. Tutto ciò si amplifica quando i bambini sono in pubblico. Per assicurarti che accada devi disciplinare i tuoi figli con cura ed efficacia: e per farlo devi saperne qualcosa di premi e punizioni, invece di tenertene alla larga.

Per instaurare una relazione con tuo figlio o con tua figlia è necessario che impari in che modo quella personcina reagisce all'intervento

disciplinare, di modo da intervenire con efficacia. È molto facile, invece, riempirsi la bocca di cliché come: “Non ci sono giustificazioni per le punizioni fisiche” o “Picchiare i bambini ha l’unico risultato di insegnare loro a picchiare”. Prendiamo in esame la prima affermazione: “Non ci sono giustificazioni per le punizioni fisiche”. Prima di tutto, è opportuno prendere nota del consenso diffuso riscosso dall’idea che alcune forme di comportamento scorretto, in particolare quelle associate al furto e all’aggressione, siano sbagliate e vadano sanzionate. In secondo luogo dobbiamo osservare che quasi tutte le sanzioni implicano una punizione psicologica e addirittura fisica. La privazione della libertà provoca una sofferenza essenzialmente simile a quella associata a un trauma fisico. Si può dire la stessa cosa del ricorso all’isolamento sociale, incluso l’allontanamento fisico del tipo “va’ in camera tua”. Ne abbiamo una conoscenza neurobiologica. Le stesse aree cerebrali mediano la risposta a tutte e tre le situazioni che sono alleviate dal ricorso alla stessa classe di sostanze, gli oppiacei.¹⁰⁵ La prigione è un esempio evidente di punizione fisica, in particolare il confino in solitudine, anche se non accade nulla di violento. Terzo, dovremmo notare che è necessario porre fine ad alcune azioni sbagliate con efficacia e tempestivamente, per evitare che accada il peggio. Qual è la punizione appropriata per qualcuno che non smette di infilare una forchetta in una presa elettrica? O per un bambino che scappa ridendo nel parcheggio affollato di un supermercato? La risposta è semplice: qualunque cosa interrompa quell’azione il più velocemente possibile. E a ragione, perché l’alternativa potrebbe essere fatale.

È piuttosto ovvio nel caso del parcheggio o della presa elettrica. Ma si applica anche in campo sociale e questo ci porta al quarto punto, che riguarda le giustificazioni alla punizione fisica. Le punizioni per un cattivo comportamento, che può essere bloccato con efficacia nell’infanzia, diventano sempre più severe a mano a mano che i bambini crescono. Il numero di quelli che all’età di quattro anni non hanno ricevuto un’educazione efficace e che finiscono poi per essere puniti esplicitamente dalla società durante l’adolescenza o nei primi anni della maturità è smisuratamente grande. Questi bambini di quattro anni, privi di limiti, erano spesso immotivatamente aggressivi, per loro natura, già all’età di due anni. Avevano più probabilità, rispetto ai coetanei, di dare calci, picchiare, morsicare, portare via i giocattoli e più tardi rubare. Sono circa il 5 per cento dei bambini maschi e una percentuale molto più ristretta di

bambine.¹⁰⁶ Ripetere insensatamente a pappagallo la frase magica: “Non ci sono giustificazioni per le punizioni fisiche” significa anche incoraggiare l’illusione secondo cui adolescenti diabolici emergono magicamente da quelli che un tempo erano innocenti angioletti. Non fai un favore a tuo figlio se sorvoli sui suoi cattivi comportamenti, soprattutto se per temperamento è particolarmente aggressivo.

Sostenere questa teoria significa anche, e arriviamo al quinto punto, ammettere che si può pronunciare un no con efficacia nei confronti di un’altra persona, anche in assenza di minaccia o punizione. Una donna può dire di no a un uomo potente e narcisista solo perché a sostenerla ci sono le norme sociali, la legge e lo Stato. Un genitore può dire di no a un bambino che vuole una terza fetta di torta perché è più grande, forte e competente del bambino e inoltre perché la sua autorità è sostenuta dalla legge e dallo Stato. In ultima analisi, “no” significa: “Se continui a farlo, ti accadrà qualcosa che non ti piacerà.” Altrimenti non significa nulla. O, ancora peggio, significa: “Un altro nulla privo di senso biascicato da adulti a cui possiamo non prestare attenzione” e “Tutti gli adulti sono deboli e inefficaci”. È una lezione particolarmente brutta, quando il destino di ogni bambino è quello di diventare un adulto, e se consideriamo che la maggior parte delle cose che s’imparano senza una sofferenza personale sono modellate o esplicitamente insegnate dagli adulti. Che cosa deve aspettarsi un bambino che ignora gli adulti e li disprezza? Perché crescere? È la storia di Peter Pan che pensa che tutti gli adulti siano varianti di Capitan Uncino, dispotico e terrorizzato dalla sua stessa mortalità (pensa al famelico coccodrillo con l’orologio nella pancia). L’unica volta in cui “no” significa realmente “no” in assenza di violenza è quando è detto da una persona civilizzata a un’altra persona civilizzata.

E che cosa pensare dell’idea secondo cui “Picchiare i bambini ha l’unico risultato di insegnare loro a picchiare”? Prima di tutto che è sbagliato. È troppo semplice. Per cominciare, “picchiare” è un termine poco ricercato per descrivere l’atto di disciplina di un genitore inefficiente. Se “picchiare” descrivesse con cura l’intera gamma della forza fisica, allora sarebbe come dire che non c’è alcuna differenza tra goccioline d’acqua e bombe atomiche. L’ordine di grandezza è importante, come lo è il contesto, se non siamo volontariamente ciechi e ingenui al riguardo. Ogni bambino conosce la differenza tra l’essere morsicato da un cane cattivo senza averlo provocato e venire mordicchiato dal proprio animale domestico che cerca di afferrare,

per gioco, il proprio osso. Quando parliamo di picchiare, non possiamo non parlare della forza con cui una persona viene picchiata e del perché. Anche il momento, come parte del contesto, è d'importanza fondamentale. Se colpisci tuo figlio di due anni con una schicchera, come se stessi lanciando una biglia, dopo che ha tirato un blocchetto di legno in testa alla sorella più piccola, capirà il legame tra le due cose e in futuro avrà meno voglia di ripetere l'azione. Sembra un buon risultato. Di sicuro non arriverà a concludere che dovrebbe colpirla ancora: non è stupido. È solo geloso, impulsivo e non abbastanza maturo. E in quale altro modo potrai proteggere la sorellina più piccola? Se impartisci la disciplina senza efficacia, allora la sorella più piccola ne soffrirà. Forse per anni. Gli atti di bullismo continueranno perché tu non farai assolutamente nulla per fermarli. Eviterai il conflitto che è necessario per instaurare la pace. Chiuderai un occhio. E poi, dopo, quando tuo figlio minore affronterà la questione con te, forse già da adulto, dirai: "Non sapevo che la situazione fosse questa." Semplicemente, non hai voluto saperlo. Così non l'hai fatto. Hai semplicemente rifiutato la responsabilità della disciplina, giustificando la tua scelta e continuando a fare sfoggio della tua amabilità. All'interno di ogni casetta di marzapane c'è una strega che divora i bambini.

Dove ci porta tutto questo? Alla scelta di disciplinarli con o senza efficacia, ma mai alla decisione di rinunciare del tutto alla disciplina, perché la natura e la società puniranno draconianamente qualunque errore del comportamento infantile rimasto privo di correzione. Quindi, ecco qualche suggerimento pratico: l'allontanamento temporaneo può essere una punizione estremamente funzionale, soprattutto se il bambino che si comporta male è nuovamente accettato non appena riprende il controllo del proprio temperamento. Un bambino adirato dovrebbe sedersi da solo fino a quando non si calma. Poi dovrebbe essere riammesso alla vita normale. Ciò significa che vince il bambino, non la sua rabbia. La regola è: "Torna tra noi appena riesci a comportarti in maniera appropriata." È un ottimo patto per il bambino, per il genitore e per la società. Sarai in grado di capire se tuo figlio ha realmente ripreso il controllo di sé. Lo apprezzerai ancora, nonostante il cattivo comportamento che ha espresso in precedenza. Se sei ancora arrabbiato, forse non si è del tutto pentito, o forse dovresti fare qualcosa per la tua tendenza a tenere il broncio.

Se tuo figlio è quel tipo di canaglia ostinata che semplicemente corre via ridendo ogni volta che lo mandi in camera sua, potresti aggiungere anche un

contenimento fisico. Si può bloccare con forza e con attenzione un bambino tenendolo per gli avambracci, fino a quando smette di contorcgersi e ascolta. Se non si ottengono risultati, può rendersi necessario metterlo a pancia in giù sulle ginocchia di un genitore. Al bambino che sta oltrepassando i limiti in maniera clamorosa, una sculacciata può segnalare la serietà dell'adulto responsabile. In alcune situazioni non basterà nemmeno questo, in parte perché alcuni bambini sono molto determinati, audaci e duri o perché il comportamento oltraggioso è davvero grave. E se non rifletti a fondo su questi aspetti, allora non ti stai comportando da genitore responsabile. Stai lasciando il lavoro sporco a qualcun altro che si troverà ad affrontare una situazione molto più difficile e complicata.

Un riepilogo dei principi

Primo principio disciplinare: limita le regole. Secondo principio: utilizza la forza minima necessaria. Ed eccone un terzo: i genitori devono rimanere uniti.¹⁰⁷ Crescere figli piccoli è faticoso ed estenuante. Perciò è facile per un genitore commettere errori. Insonnia, fame, lo stato d'animo di chi ha appena discusso, i postumi di una sbornia, una brutta giornata al lavoro: ognuna di queste circostanze, presa singolarmente, può rendere una persona meno ragionevole, mentre, combinate insieme, possono produrre effetti pericolosi. In simili circostanze è necessario avere qualcuno vicino che osservi, intervenga e sia pronto a discutere. Così diminuirà la possibilità che un bambino lagnoso e il genitore irritabile e stanco si aizzino a vicenda fino al punto di non ritorno. I genitori dovrebbero rimanere uniti perché il padre di un neonato possa occuparsi della neomamma, per evitare che lei vada incontro a un esaurimento e compia un'azione disperata a causa del pianto incessante del piccolo che, in preda alle coliche, strilla dalle undici di sera fino alle cinque del mattino, da trenta notti di fila. Non sto parlando male delle madri single, molte delle quali lottano con tutte le proprie forze e il proprio coraggio – e una parte delle quali è fuggita, da sola, da una relazione violenta –, ma questo non significa che dovremmo fingere che tutte le forme familiari siano ugualmente sostenibili. Non lo sono. Punto.

Quarto principio, molto più sbilanciato dal punto di vista psicologico: i genitori dovrebbero essere consapevoli della propria loro capacità di essere duri, vendicativi, arroganti, risentiti, arrabbiati e disonesti. Pochissime persone decidono, coscientemente, di essere genitori orribili, ma una cattiva genitorialità è piuttosto frequente. Le persone, infatti, hanno una

grandissima capacità di compiere il male, oltre che il bene, ma decidono di fingere di non saperlo. Le persone sono aggressive ed egoiste, non solo gentili e attente. Perciò non esiste essere umano, incluse le scimmie predatrici, che possa tollerare di essere dominato da un bambino appena nato. Affioreranno sentimenti di vendetta. Se una coppia di genitori, troppo gentili e pazienti, non riesce a evitare i capricci in pubblico che il piccolo fa al supermercato, lo ripagherà girandogli le spalle quando, dieci minuti dopo, lui correrà da loro, entusiasta, per mostrare la sua ultima conquista. Se l'imbarazzo, la disobbedienza e la sfida al dominio diventano intollerabili, anche il genitore più ipoteticamente altruista inizierà a nutrire risentimento. E poi comincerà la vera punizione. Il risentimento genera un desiderio di vendetta. Le offerte d'amore spontanee diminuiranno e i genitori troveranno sempre più motivazioni per spiegare questa mancanza. Si cercheranno meno occasioni per favorire lo sviluppo personale del bambino. Inizierà ad avere luogo un distacco quasi impercettibile. E questo è solo l'inizio del cammino verso il totale conflitto familiare, che si combatte principalmente nel mondo sotterraneo, al di sotto della falsa facciata di normalità e amore.

È meglio evitare questa strada molto battuta. Un genitore realmente consapevole della propria limitata tolleranza, come della propria capacità di comportarsi male se provocato, può quindi realmente pianificare una strategia disciplinare adeguata, in particolare se monitorata da un partner altrettanto sveglio, e non lasciare mai che la situazione degeneri al punto da far sorgere un vero odio. Fa' attenzione. Ci sono famiglie tossiche ovunque. Non stabiliscono regole e non limitano i comportamenti scorretti. I genitori se la prendono con i figli in modo casuale e imprevedibile. I bambini vivono in quel caos e ne sono schiacciati se sono timidi, oppure si ribellano, in maniera controproducente, se sono tosti. Non va bene. Può diventare fatale.

Ed ecco un quinto, ultimo e più generale principio. I genitori hanno il dovere di agire come delegati del mondo esterno e reale, compassionevoli e premurosi, ma comunque delegati. Questo impegno prende il posto di ogni responsabilità nell'assicurare loro la felicità, nel promuoverne la creatività o nell'aumentarne l'autostima. Il dovere primario dei genitori è rendere i figli socialmente accettati. Ciò fornirà al bambino opportunità, rispetto di sé e sicurezza. È più importante persino di promuovere l'identità individuale. Ci

si può però mettere in cerca di questo Sacro Graal solo dopo che si è raggiunto un alto livello di educazione sociale.

Il bambino bravo e il genitore responsabile

Un bambino di tre anni adeguatamente educato è rispettoso e interessante. E non richiede certo un'attenzione continua ed estenuante. Suscita la simpatia di altri bambini e l'ammirazione degli adulti. Gli altri bambini lo accolgono e competono per la sua attenzione; gli adulti sono felici di vederlo e non si nascondono dietro falsi sorrisi. Sarà presentato agli altri da persone che saranno felici di farlo. Ed ecco un dono maggiore per lo sviluppo della personalità di qualsiasi codardo tentativo genitoriale di evitare i conflitti e la disciplina quotidiana.

Discuti di ciò che ti piace e non ti piace dei tuoi figli con il tuo partner o, in mancanza di questo, con un amico. Ma non aver paura di provare simpatia e antipatia. Puoi distinguere ciò che è appropriato da ciò che non lo è, il grano dal loglio. Nota la differenza tra il bene e il male. Dopo che hai chiarito la tua posizione, dopo aver valutato la tua meschinità, la tua arroganza e il tuo risentimento, fai il passo successivo e fai in modo che i tuoi figli si comportino bene. Assumiti la responsabilità della loro disciplina. Prenditi la responsabilità degli errori che inevitabilmente farai mentre li educhi. Puoi scusarti, quando sbagli, e imparare a fare meglio.

Ami i tuoi figli, dopotutto. Se il loro comportamento te li rende antipatici, pensa a quale effetto avranno su altre persone, a cui importa molto meno che a te. Le altre persone li puniranno severamente, con l'esclusione o con comportamenti negativi nei loro confronti. Non permettere che accada. Meglio far sapere ai tuoi piccoli diavoletti cosa è desiderabile e cosa no, perché diventino abitanti educati del mondo esterno alla famiglia.

Un bambino che è attento agli altri, invece di trovarsi allo sbando, sa giocare senza lamentarsi ed è affidabile e divertente, ma non fastidioso, guadagnandosi amici ovunque vada. Gli insegnanti lo apprezzeranno, così come fanno i genitori. Se è educato, gli adulti si prenderanno cura di lui, gli sorridono e lo formeranno volentieri. Prospererà, in un mondo che facilmente può essere freddo, spietato e ostile. Le regole chiare rendono sicuri i bambini e calmi e razionali i genitori. Una disciplina comprensibile e punizioni chiare stabiliscono un equilibrio tra empatia e giustizia, importante per promuovere in maniera ottimale lo sviluppo sociale e la

maturità psicologica. Regole chiare e una disciplina adeguata aiutano il bambino, la famiglia e la società, a stabilire, mantenere e migliorare l'ordine, che è l'unica cosa che ci protegge dal caos e dagli orrori del mondo sotterraneo, dove tutto è incerto, ansiogeno, disperante e deprimente. Non ci sono doni più grandi che un genitore dedito e coraggioso possa elargire.

Non permettere ai tuoi figli di fare qualcosa che te li farà piacere di meno.

* Qui e in molte altre parti del libro, riporto esempi tratti dalla mia esperienza clinica e della mia storia personale. Ho cercato di mantenere intatto il senso dei fatti, modificando i dettagli nel rispetto della privacy delle persone coinvolte. Spero di aver trovato il giusto equilibrio.

* Il termine *shibboleth* indica una parola o locuzione che è difficile da pronunciare per chi parla un'altra lingua. Per questo può essere usata come segno di riconoscimento di un gruppo linguistico per distinguersi dai membri di altre comunità.





REGOLA 6

FA' CHE CASA TUA SIA IN PERFETTO ORDINE PRIMA DI CRITICARE IL RESTO DEL MONDO

UN PROBLEMA RELIGIOSO

Sembra fuori da ogni logica descrivere come una persona religiosa il giovane che nel 2012 uccise venti bambini e sei membri del personale alla scuola elementare Sandy Hook di Newtown, nel Connecticut. Lo stesso si può dire dei killer della scuola superiore di Columbine. Ma questi assassini avevano un problema di ordine religioso nel loro rapporto con la realtà. Come scrisse uno dei due studenti killer:¹⁰⁸

Per la razza umana non vale la pena lottare, solo uccidere. Restituiamo la Terra agli animali: la meritano infinitamente più di noi. Niente significa più niente.

Le persone che la pensano così considerano l'Essere in sé come iniquo, crudele e corrotto, e l'essere umano, in particolare, come spregevole. Si autonominano giudici supremi della realtà che ritengono carente. Pensano che il loro giudizio sia corretto e definitivo.

Se conosci la storia, sai che i nazisti idearono una “soluzione finale” al problema ebraico... Ucciderli tutti. Bene, nel caso non l'abbia capito, io dico “UCCIDERE L'UMANITÀ”. Nessuno deve sopravvivere.

Per persone simili, il mondo dell'esperienza è carente e malvagio, quindi che vada al diavolo tutto.

Che cosa sta accadendo, se qualcuno arriva a pensare in questa maniera? Un grande dramma tedesco, *Faust*, scritto da Johann Wolfgang von Goethe, affronta il problema. Il personaggio principale della storia, uno studioso di nome Heinrich Faust, scambia la propria anima, per l'eternità, con il diavolo, Mefistofele. In compenso, riceve ciò che desidera mentre è ancora in vita. Nel dramma di Goethe, Mefistofele è l'eterno avversario dell'Essere. Un credo essenziale lo contraddistingue:¹⁰⁹

*Sono lo spirito che nega continuamente:
ed è ragione; però che quanto sussiste
è degno che sia subissato.
E sarebbe stato pur meglio che niuna cosa
fosse mai uscita ad esistenza.
Or dunque tutto ciò che voi uomini dite peccato,
distruzione, quel che in somma chiamate male,
è mio special elemento.*

Goethe considerava questo sentimento di odio tanto importante – e fondamentale per l'elemento centrale della vendicativa distruttività umana – che fece ripetere a Mefistofele, una seconda volta, questa frase, anche se formulata un po' diversamente, nella seconda parte del poema, scritta molti anni dopo.¹¹⁰

Le persone pensano spesso in maniera mefistofelica, anche se raramente mettono in atto i propri pensieri in maniera tanto brutale quanto i killer delle due scuole di cui abbiamo appena parlato. Ogni volta che sperimentiamo l'ingiustizia, reale o immaginata; ogni volta che ci imbattiamo in una tragedia o cadiamo preda delle macchinazioni altrui; ogni volta che sperimentiamo l'orrore e il dolore dei nostri limiti apparentemente casuali, la tentazione di mettere in discussione l'Essere e poi di maledirlo sorge, spregevole, dall'oscurità. Perché persone innocenti devono soffrire in maniera tanto terribile? Che pianeta sanguinario e orribile è questo?

La vita è davvero molto difficile. Ognuno è destinato a soffrire e a causare distruzione. A volte la sofferenza è chiaramente il risultato di un

errore personale come la cecità volontaria, una scarsa capacità decisionale o la cattiveria. In simili casi, quando il dolore sembra autoinflitto, può anche apparire giusto. Le persone ottengono ciò che si meritano, potresti affermare. È una magra consolazione, però, anche nei casi in cui è vero. A volte, se chi soffre cambia il proprio comportamento, allora la sua vita diventerà meno tragica. Ma la possibilità di controllo umano è limitata. La suscettibilità alla disperazione, alla malattia, all'invecchiamento e alla morte è universale. In ultima analisi, forse non siamo in alcun modo gli architetti della nostra stessa fragilità. Di chi è la colpa, allora?

Le persone molto malate o, peggio, quelle che hanno un figlio malato si troveranno inevitabilmente a porsi questa domanda, siano credenti o no. Lo stesso vale per chi si ritrova intrappolato negli ingranaggi di una burocrazia mastodontica, subisce un accertamento fiscale, è impegnato in una causa legale o in un divorzio che sembrano senza fine. E non è solo chi sperimenta un'evidente sofferenza a essere tormentato dal bisogno di incolpare qualcuno o qualcosa per la condizione intollerabile in cui si trova. All'apice della propria fama, influenza e creatività, l'eccelso romanziere Lev Tolstoj, per esempio, cominciò a mettere in discussione il valore dell'esistenza umana.¹¹¹ Ragionava così:

La mia situazione era terribile. Io sapevo che non avrei trovato nulla sulla via della conoscenza razionale, se non la negazione della vita, e là invece, nella fede, null'altro se non la negazione della ragione che è ancora più impossibile della negazione della vita. Secondo la conoscenza razionale la vita era un male e gli uomini ne erano coscienti, il non vivere dipendeva dagli uomini, e tuttavia essi erano vissuti e vivevano; e vivevo io stesso per quanto già da tempo sapessi che la vita è insensata e che è un male.

Per quanto ci provò, Tolstoj riuscì a individuare solo quattro modalità per sfuggire a pensieri simili. La prima consisteva nel ritrarsi in un'infantile ignoranza del problema. Un secondo metodo era il perseguire un piacere frivolo. Un altro ancora era “continuare a trascinare la vita, pur comprendendone il male e l'insensatezza, e sapendo in anticipo che non se ne può cavare nulla”. Tolstoj identificò questa particolare forma di fuga con la debolezza: “Le persone di questa specie sanno che la morte è meglio della vita, ma non hanno la forza di agire ragionevolmente e di mettere fine al più presto all'inganno e uccidersi”.

Solo la quarta e ultima modalità di fuga è “quella della forza e dell'energia. Essa consiste nel distruggere la vita, dopo aver compreso che

la vita è un male e non ha senso". Tolstoj segue inesorabilmente i suoi pensieri:

Così fanno i rari individui dotati di forza e logica. Avendo compreso tutta la stupidità dello scherzo che è stato loro giocato e avendo compreso che il bene dei morti è superiore al bene dei vivi e che meglio di tutto è non essere, si comportano proprio così e di colpo mettono fine a questo stupido scherzo, tanto più che per fortuna i mezzi ci sono: un cappio al collo, l'acqua, un coltello per trapassarsi il cuore, i treni sui binari delle ferrovie.

Tolstoj non era abbastanza pessimista. La stupidità dello scherzo che ci viene giocato non si limita a motivare il suicidio. Motiva l'omicidio: l'omicidio di massa, spesso seguito dal suicidio. È una protesta esistenziale molto più efficace. Per quanto incredibile possa sembrare, studi recenti hanno contato negli Stati Uniti un migliaio di omicidi di massa, ossia singoli eventi in cui sono rimaste uccise quattro o più persone, escluso il killer, in 1260 giorni.¹¹² Questo significa un omicidio di massa cinque giorni su sei per più di tre anni. Tutti dicono: "Non capiamo." Come possiamo ancora far finta di non capire? Tolstoj lo comprese più di un secolo fa. Anche gli autori del racconto biblico di Caino e Abele lo capirono, più di venti secoli fa. Descrissero l'omicidio come il primo atto della storia dopo la caduta. Non un omicidio qualunque, il fratricidio: l'omicidio cioè non solo di qualcuno innocente ma anche ideale e buono, e l'omicidio perpetrato consapevolmente per disprezzare il creatore dell'Universo. Gli assassini di oggi ci dicono la stessa cosa, per mezzo delle loro stesse parole. Chi oserebbe dire che non è questo il baco nella mela? Ma non prestiamo ascolto, perché la verità tocca una corda troppo sensibile. Anche per una mente profonda come quella del celebre scrittore russo, non c'era via d'uscita. Come possiamo farcela noi, comuni mortali, quando un uomo della statura di Tolstoj ammette la sconfitta? Per anni tenne nascosti a se stesso i propri fucili ed evitò di camminare con una corda in mano, per non impiccarsi.

Come può una persona consapevole evitare di disprezzare il mondo?

Vendetta o trasformazione

Un credente potrebbe agitare il pugno al cielo, al colmo della disperazione, per l'apparente ingiustizia e cecità di Dio. Persino Gesù si sentì abbandonato sulla croce, o almeno così si dice. Un individuo agnostico o ateo potrebbe incolpare il destino o meditare amaramente sulla brutalità del

caso. Un altro potrebbe straziarsi in cerca dei difetti caratteriali che sono alla base della sua sofferenza e del suo sfacelo. Sono tutte variazioni sul tema. Cambia l'obiettivo, ma le domande di fondo sono sempre le stesse. Perché? Perché tanta sofferenza e crudeltà?

Be', forse il responsabile è davvero Dio, o è colpa del destino cieco e vano, se sei incline a pensarla così. E sembra che tu abbia mille motivi per farlo. Ma che cosa succede se la pensi in questo modo? Gli assassini di massa ritengono che la sofferenza connessa all'esistenza giustifichi il giudizio e la vendetta, come i ragazzi del liceo di Columbine hanno detto con chiarezza:¹¹³

Preferisco morire piuttosto che tradire i miei pensieri. Prima di lasciare questo luogo privo di valore, ucciderò chi mai riterò inadatto a qualcosa, soprattutto alla vita. Se mi hai fatto incazzare in passato, morirai quando ti vedrò. Forse puoi far incizzare gli altri e alla fine ottenere che tutto sia dimenticato, ma con me non è così. Non dimentico le persone che mi hanno fatto del male.

Uno degli assassini più vendicativi del ventesimo secolo, il terribile Carl Panzram, fu violentato, brutalizzato e ingannato tra le mura dell'istituzione del Minnesota che aveva in carico la sua riabilitazione, quando era un giovane delinquente. Ne uscì infuriato oltre misura, ladro, incendiario, stupratore e serial killer. Panzram mirava, consapevolmente e coerentemente, alla distruzione, e teneva addirittura traccia del valore in dollari delle proprietà cui dava fuoco. Cominciò con l'odiare le persone che lo avevano ferito. Il risentimento crebbe, fino ad arrivare ad abbracciare, con il suo odio, l'intera umanità, e non si fermò lì. La distruttività era rivolta fondamentalmente a Dio stesso. Non c'è altro modo per dirlo. Panzram violentò, uccise e incendiò per esprimere il proprio disprezzo nei confronti dell'Essere. Agì come se qualcuno fosse responsabile. La stessa cosa accade nella storia di Caino e Abele. I sacrifici di Caino vengono rifiutati. Egli soffre, così, sfida Dio e l'Essere da lui creato. Dio rifiuta la sua supplica, dicendogli che è lui stesso la causa del proprio male. Caino, in un accesso di rabbia, uccide Abele, il favorito di Dio e, a dir la verità, anche il suo idolo. Caino è invidioso, ovviamente, del fortunato fratello. Ma uccide Abele principalmente per esprimere il suo disprezzo nei confronti di Dio. Ecco la spiegazione più plausibile di quanto accade quando le persone portano la propria vendetta all'estremo.

La risposta di Panzram era perfettamente e terribilmente comprensibile. I dettagli della sua autobiografia rivelano che era una di quelle persone forti e

logicamente coerenti che popolano i romanzi di Tolstoj. Era un attore potente, coerente, senza paura. Ha avuto il coraggio delle proprie convinzioni. Come può qualcuno come lui perdonare e dimenticare, dopo quanto gli è accaduto? Accadono cose veramente terribili. Non c'è da meravigliarsi che le persone cerchino la vendetta. In queste condizioni, la vendetta sembra una necessità morale. Come si può distinguere dalla ricerca di giustizia? Dopo aver vissuto atrocità tanto terribili, il perdono non è semplicemente vigliaccheria o mancanza di volontà? Simili domande mi tormentano. Ma si emerge da un passato terribile per fare del bene e non del male, anche se un simile risultato può sembrare sovrumano.

Ho incontrato persone che ci sono riuscite. Conosco un uomo, un grande artista, che è uscito da una “scuola” simile a quella descritta da Panzram: solo che quest'uomo è stato rinchiuso in quell'istituzione quando era un bambino innocente di cinque anni, appena dimesso da una lunga degenza ospedaliera, dove aveva sofferto di morbillo, parotite e varicella, contemporaneamente. Incapace di parlare la lingua della scuola, deliberatamente isolato dalla famiglia, abusato, affamato e tormentato in altri modi, ne emerse come un giovane arrabbiato e distrutto. In seguito si fece del male con droghe, alcol e altre forme di comportamento autodistruttivo. Detestava tutti, inclusi Dio, se stesso e il destino cieco. Ma mise fine a tutto ciò. Smise di bere. Smise di odiare, anche se a volte l'odio emerge in lui ancora in forma di brevi flash. Rivitalizzò la cultura artistica della sua tradizione di nativo americano e formò i giovani a proseguire sulle sue orme. Realizzò un totem di quindici metri che commemorava gli eventi della sua vita e scolpì una canoa, lunga più di dieci metri e ricavata da un unico tronco, di un tipo di cui non se ne vedono molte, se ancora ne esistono. Riunì la propria famiglia e organizzò un *potlatch*, una grande festa, con sedici ore di balli e centinaia di partecipanti, per esprimere il proprio dolore e riappacificarsi con il passato. Decise di essere una brava persona e poi fece l'impossibile necessario per vivere in quel modo.

Una delle mie clienti non aveva avuto buoni genitori. La madre era venuta a mancare quando lei era molto giovane. La nonna, che l'aveva allevata, era una megera, rancorosa e ossessionata dalle apparenze. Maltrattò la nipote, punendola per le sue doti di creatività, sensibilità e intelligenza, incapace di resistere al proprio risentimento per una vita estremamente difficile, sola con la piccola. La mia paziente aveva un rapporto migliore con il padre, che però era un tossicodipendente e morì,

tristemente, mentre lei si prendeva cura di lui. Poi ebbe un figlio. Decise che con lui non si sarebbe comportata come la nonna e il padre avevano fatto con lei. Il ragazzo crebbe leale, indipendente, laborioso e intelligente. Invece di allargare lo strappo nel tessuto culturale che aveva ereditato e trasmetterlo, lo ricucì. Quella donna rifiutò di accogliere i peccati dei propri antenati. Si può fare.

La sofferenza, psichica, fisica o intellettuale, non deve necessariamente sfociare nel nichilismo (cioè nel radicale rifiuto di ogni valore, significato e desiderio). La sofferenza consente sempre una varietà di letture e interpretazioni.

Fu Nietzsche a scrivere queste parole.¹¹⁴ Ciò che intendeva dire era questo: le persone che sperimentano il male possono certamente desiderare di perpetuarlo, di portarlo avanti. Ma è anche possibile imparare il bene sperimentando il male. Un ragazzo vittima di bullismo può imitare i propri aguzzini. Ma può anche imparare dagli abusi subiti che è sbagliato prendere in giro gli altri e rendere le loro vite infelici. Qualcuno tormentato dalla madre può imparare dalle proprie terribili esperienze quanto sia importante essere un buon genitore. Molti degli adulti che abusano di bambini, e forse anche la maggior parte, sono stati maltrattati quando erano piccoli. La maggioranza delle persone che hanno subito abusi da piccole, tuttavia, non abusa dei propri figli. Se così fosse, il numero degli abusatori crescerebbe esponenzialmente, mentre l'abuso scompare nel corso delle generazioni. È un fatto accertato e dimostrato, le vittime ne limitano la diffusione. Questa è una testimonianza del vero predominio del bene sul male, nel cuore umano.

Il desiderio di vendetta, per quanto giustificato, ostacola altri pensieri produttivi. Il poeta americano, naturalizzato inglese, T. S. Eliot ne ha spiegato il perché, nel dramma *Cocktail Party*. Uno dei personaggi, una donna, non si diverte. Parla della propria profonda infelicità con uno psichiatra. Dice che spera che tutta la sofferenza che prova sia colpa sua. Lo psichiatra è preso alla sprovvista e ne chiede il perché. Ha riflettuto a lungo su questo punto, dice lei, ed è arrivata alla seguente conclusione: se fosse sua responsabilità, allora potrebbe fare qualcosa al riguardo. Se però fosse colpa di Dio, se la realtà stessa fosse imperfetta, costituita in maniera da garantirle l'infelicità, allora lei sarebbe condannata. Non può certo cambiare la struttura della realtà stessa. Ma forse può cambiare la propria vita.

Aleksandr Solženicyn aveva tutte le ragioni per mettere in discussione la struttura dell'esistenza quando era prigioniero in un gulag sovietico, nel pieno del terribile ventesimo secolo. Era stato un soldato sulle linee del fronte russo mal preparato a resistere all'invasione nazista. Era stato arrestato, picchiato e gettato in prigione dalla sua stessa gente. Poi fu colpito dal cancro. Sarebbe potuto diventare pieno di risentimento e rancoroso. Stalin e Hitler, due dei peggiori tiranni della storia, avevano reso la sua vita infelice. Visse in condizioni brutali. Un'ampia porzione del suo prezioso tempo gli fu rubata per essere sperperata. Assistette al dolore e alla morte inutili e degradanti di amici e conoscenti. Poi contrasse una malattia estremamente grave. Solženicyn aveva motivo di maledire Dio. La situazione dello stesso Giobbe è a malapena paragonabile alla sua.

Ma il grande scrittore, il profondo e animato paladino della verità, non permise alla propria mente di abbandonarsi alla vendetta e alla distruzione. Aprì gli occhi, invece. Nel corso delle sue numerose prove, Solženicyn incontrò persone che si comportarono nobilmente, in circostanze orribili. Lo scrittore rifletté profondamente sul loro comportamento. Poi si pose la domanda più difficile: aveva contribuito personalmente in qualche modo alla catastrofe della sua vita? Se sì, come? Si ricordò del sostegno incondizionato che in gioventù aveva offerto al Partito Comunista. Riconsiderò tutta la propria vita. Nei campi aveva un sacco di tempo. Come e perché aveva mancato il bersaglio, in passato? Quante volte aveva agito contro la propria coscienza, impegnandosi in azioni che sapeva essere sbagliate? Quante volte aveva tradito se stesso e mentito? Era possibile rimediare ai peccati del passato: espiarli, nell'inferno fangoso di un gulag sovietico?

Solženicyn esaminò la propria vita nei dettagli, passandola in rassegna con un pettine a denti stretti. Si pose una seconda domanda e una terza. Posso smettere di compiere errori del genere, adesso? Posso riparare al danno causato dai miei fallimenti passati, ora? Imparò a osservare e ad ascoltare. Trovò che c'erano persone che ammirava; chi era onesto, nonostante tutto. Smontò se stesso, pezzo per pezzo, buttando ciò che era inutile e dannoso, e poi risorse. In seguito scrisse *Arcipelago Gulag*, un resoconto del sistema sovietico dei campi di prigione.¹¹⁵ È un libro potente e terribile, scritto con la travolgente forza morale della verità senza fronzoli. L'indignazione pura urla insopportabilmente attraverso centinaia di pagine. Messo ovviamente al bando nell'Unione Sovietica, il libro fu introdotto

clandestinamente in Occidente negli anni Settanta ed esplose nel mondo. L'opera di Solženicyn demolì completamente e definitivamente la credibilità intellettuale del comunismo, come ideologia e come struttura sociale. Colpì con un'ascia il tronco dell'albero i cui frutti amari lo avevano nutrito in maniera così scarsa e alla cui semina aveva assistito e partecipato.

La decisione di un unico uomo di cambiare la propria vita, invece di maledire il destino, scosse l'intero sistema deviato della tirannia comunista fino al midollo. Si sgretolò del tutto, non molti anni dopo, e il coraggio di Solženicyn giocò un ruolo in quella vicenda. Non fu l'unica persona a compiere un simile miracolo. Mi vengono in mente Václav Havel, lo scrittore perseguitato dal regime sovietico che più tardi divenne, incredibilmente, presidente della Cecoslovacchia prima e della Repubblica Ceca poi, così come il Mahatma Gandhi.

La situazione va in pezzi

Popoli interi si sono rifiutati categoricamente di giudicare la realtà, di criticare l'Essere, di incolpare Dio. È interessante, a questo proposito, prendere in considerazione gli ebrei dell'Antico Testamento. Le loro tribolazioni seguivano uno schema coerente. Le storie di Adamo ed Eva, Caino e Abele, Noè e la Torre di Babele sono davvero antiche. Le loro origini si perdono nel tempo. È solo dopo il racconto dell'inondazione nella Genesi che inizia qualcosa di simile alla storia, per come la intendiamo. Comincia con Abramo, i cui discendenti diventano il popolo ebraico dell'Antico Testamento, stringono un'alleanza con Jahvè e danno inizio alle loro storie così come la conosciamo.

Sotto la guida di un grande uomo, gli ebrei si organizzano in una società e quindi in un regno. Mentre le loro fortune aumentano, il successo genera orgoglio e arroganza. La corruzione solleva la sua brutta testa. Lo Stato, sempre più tracotante, si lascia ossessionare dal potere, comincia a dimenticare i doveri verso le vedove e gli orfani e devia dall'antico accordo con Dio. Si fa strada un profeta, che insulta spudoratamente e pubblicamente il re autoritario e il popolo infedele per le loro manchevolezze nei confronti di Dio e compie un atto di cieco coraggio, parlando del terribile giudizio che verrà. Quando le sagge parole non sono completamente ignorate, vengono comunque ascoltate troppo tardi. Dio colpisce la sua gente deviata, condannandola a una sconfitta degradante in battaglia e a generazioni di schiavitù. Gli ebrei si pentono, alla fine,

incolpando la sfortuna per non aver rispettato la parola di Dio. Continuano a ripetere a se stessi che avrebbero potuto fare meglio. Ricostruiscono il regno e il ciclo ricomincia.

Così è la vita. Edifichiamo strutture in cui vivere. Costruiamo famiglie e nazioni. Estrapoliamo i principi su cui queste strutture si fondano e formuliamo sistemi di credenze. All'inizio abitiamo quelle strutture e quei sistemi così come Adamo ed Eva avevano abitato il Paradiso terrestre. Ma il successo ci gratifica. Dimentichiamo così di fare attenzione. Diamo per scontato ciò che abbiamo. Chiudiamo un occhio. Non ci accorgiamo che le cose stanno cambiando o che la corruzione sta prendendo piede. E tutto crolla. È colpa della realtà, di Dio? O la situazione va in pezzi perché non siamo stati abbastanza cauti?

Quando l'uragano colpì New Orleans e la città affondò sotto le onde, fu un disastro naturale? Gli olandesi predispongono le dighe nella speranza di resistere alla peggiore tempesta degli ultimi diecimila anni. Se New Orleans avesse seguito quell'esempio, non ci sarebbe stata alcuna tragedia. E quanto accaduto era di certo prevedibile. Il *Flood Control Act* del 1965, la legge statunitense per il controllo delle esondazioni, impose miglioramenti al sistema di argini che contenevano il lago Pontchartrain. Il sistema avrebbe dovuto essere ultimato entro il 1978. Quarant'anni dopo, solo il 60 per cento dei lavori era stato completato. La cecità volontaria e la corruzione hanno distrutto la città.

Un uragano è un atto di Dio. Ma una scarsa preparazione, quando si sa bene quanto sia necessaria, è un peccato. Così si manca il bersaglio. E il prezzo del peccato è la morte (Lettera ai Romani 6:23). Gli antichi ebrei incolpavano sempre se stessi quando la situazione andava in pezzi. Agivano come se la bontà di Dio, la bontà della realtà, fosse insindacabile e si assumevano la responsabilità del proprio fallimento. È un atteggiamento assolutamente, forse follemente, responsabile. Ma l'alternativa è ritenerе che la realtà sia carente, criticare l'Essere stesso e sprofondare nel risentimento e nel desiderio di vendetta.

Se stai soffrendo, be', è la norma. Le persone sono umane e la vita è tragica. Tuttavia, se la sofferenza è insopportabile e stai cominciando a farti corrompere, ecco qualcosa su cui riflettere.

Metti in ordine la tua vita

Prendi in esame la tua situazione. Comincia dal basso. Hai sfruttato appieno le opportunità che ti sono state offerte? Stai lavorando sodo per crescere professionalmente o permetti che amarezza e risentimento ti frenino e ti trascinino verso il basso? Hai fatto pace con tuo fratello? Tratti il tuo coniuge e i tuoi figli con dignità e rispetto? Hai abitudini che stanno distruggendo la tua salute e il tuo benessere? Ti stai davvero assumendo le tue responsabilità? Hai detto tutto quello che dovevi ai tuoi amici e familiari? C'è qualcosa che potresti fare, che sai che potresti fare, che migliorerebbe le cose intorno a te?

Hai messo in ordine la tua vita?

Se la risposta è no, ecco che cosa puoi provare a fare: inizia a smettere di fare ciò che sai essere sbagliato. Smetti oggi. Non perdere tempo a chiederti su quali basi puoi dire che ciò che stai facendo è sbagliato, se sei sicuro che lo sia. Le domande inopportune possono confondere, senza illuminare, e distoglierti dall'agire. Puoi sapere che qualcosa è sbagliato o giusto senza riuscire a spiegarne il perché. Il tuo intero essere può dirti qualcosa che non puoi né spiegare né articolare. Ogni persona è troppo complessa per conoscersi completamente, e tutti noi racchiudiamo una saggezza che non riusciamo a comprendere.

Quindi, semplicemente fermati, quando ti accorgi, anche solo vagamente, che dovresti farlo. Smetti di agire in quel particolare modo che non ti fa onore. Smetti di dire quelle cose che ti rendono debole e pieno di vergogna. Di' solo cose che ti rendono forte. Compi solo quelle azioni di cui potresti parlare con orgoglio.

Basati sui tuoi criteri di giudizio. Conta su te stesso per trovare una guida. Non devi aderire ad alcun codice di comportamento esterno, arbitrario, anche se non devi ignorare le linee guida della tua cultura di riferimento. La vita è breve e non hai il tempo di capire tutto da solo. La saggezza del passato è stata conquistata con il duro lavoro e probabilmente gli antenati che sono vissuti prima di te hanno qualcosa di utile da dirti.

Non incolpare il capitalismo, la sinistra radicale o l'iniquità dei tuoi nemici. Non cercare di riorganizzare lo Stato finché non hai fatto ordine nella tua esperienza. Abbi un po' di umiltà. Se non riesci a portare pace nella tua famiglia, come puoi pensare di governare una città? Lascia che la tua anima ti guidi. Guarda cosa succede nei giorni e nelle settimane. Al lavoro inizierai a dire ciò che pensi veramente. Comincerai a dire a tua moglie, a tuo marito, ai tuoi figli o ai tuoi genitori ciò che realmente

desideri e di cui hai bisogno. Quando ti accorgerai di non aver fatto qualcosa, rimedierai a tale mancanza. La mente comincerà a schiarirsi, a mano a mano che smetti di riempirla di bugie. La tua esperienza migliorerà, se smetti di distorcerla con azioni non sincere. Inizierai quindi a scoprire altri aspetti, più sottili, sui quali ti stai sbagliando. Smetti di fare anche queste cose. Dopo alcuni mesi e anni di sforzi accurati, la tua vita diventerà più semplice e meno complicata. La tua capacità di giudizio migliorerà. Districherai il passato. Diventerai più forte e meno rancoroso. In futuro agirai con maggiore fiducia. Smetterai di complicarti inutilmente la vita. Ti ritroverai comunque costretto ad affrontare le inevitabili tragedie che la vita comporta, ma l'amarezza e l'inganno non le aggraveranno.

Forse adesso scoprirai che la tua anima, meno corrotta e molto più forte di quanto sarebbe stata altrimenti, è in grado di sopportare quelle tragedie che rimangono, necessarie, minime e inevitabili. Forse imparerai anche ad affrontarle così che resteranno tragiche, anziché degenerare in un inferno assoluto. Forse l'ansia, la disperazione, il risentimento e la rabbia, inizialmente letali, svaniranno. Forse la tua anima incorrotta vedrà quindi l'esistenza come un vero bene, come qualcosa da celebrare, nonostante la vulnerabilità. Forse diventerai una forza di pace e una leva del bene, sempre più potente.

Magari allora capirai che se tutte le persone si comportassero così, nella propria vita, il mondo smetterebbe di essere un brutto posto. In seguito, con uno impegno continuo, forse potrebbe anche smettere di essere un luogo tragico. Chi può dire come sarebbe la nostra esistenza se tutti decidessimo di combattere per il meglio? Chissà quali paradisi eterni potrebbero aprire i nostri spiriti, purificati dalla verità, mirando al cielo, proprio qui sulla Terra caduta?

Metti in perfetto ordine casa tua, prima di criticare il mondo.





REGOLA 7

RICERCA IL SENSO NON IL VANTAGGIO PERSONALE

ABBANDONA FINCHÉ SEI IN TEMPO LA BARCA CHE AFFONDA

La vita è sofferenza. È evidente. Non esiste verità più semplice e inconfondibile. È fondamentalmente quanto Dio dice ad Adamo ed Eva, subito prima di cacciarli dal Paradiso.

Alla donna disse: "Moltiplicherò i tuoi dolori e le tue gravidanze, con dolore partorirai figli. Verso tuo marito sarà il tuo istinto, ma egli ti dominerà."

All'uomo disse: "Poiché hai ascoltato la voce di tua moglie e hai mangiato dell'albero, di cui ti avevo comandato: 'Non ne devi mangiare', maledetto sia il suolo per causa tua! Con dolore ne trarrai il cibo per tutti i giorni della tua vita.

Spine e cardi produrrà per te e mangerai l'erba campestre.

Con il sudore del tuo volto mangerai il pane; finché tornerai alla terra, perché da essa sei stato tratto: polvere tu sei e polvere tornerai!". (Genesi 3: 16-19)

Che cosa mai possiamo fare in proposito?

Qual è la risposta più semplice, più ovvia e più diretta? Ricerca il piacere. Segui gli impulsi. Vivi nell'oggi. Fai ciò che ti conviene. Menti, imbroglia, ruba, inganna, manipola, ma non farti beccare. In un universo privo di un senso definitivo, che cosa ha importanza? E non è affatto

un’idea nuova. L’assunto della tragicità della vita e della sofferenza che ne è parte è stato a lungo usato per giustificare la ricerca della gratificazione egoistica immediata.

La nostra vita è breve e triste; non c’è rimedio, quando l’uomo muore, e non si conosce nessuno che sia ritornato dagli inferi.

Siamo nati per caso e dopo saremo come se non fossimo stati. È un fumo il soffio delle nostre narici, il pensiero è una scintilla nel palpito del nostro cuore.

Una volta spentasi questa, il corpo diventerà cenere e lo spirito si dissiperà come aria leggera. Il nostro nome sarà dimenticato con il tempo e nessuno si ricorderà delle nostre opere. La nostra vita passerà come le tracce di una nube, si disperderà come nebbia scacciata dai raggi del sole e disciolta dal calore.

La nostra esistenza è il passare di un’ombra e non c’è ritorno alla nostra morte, poiché il sigillo è posto e nessuno torna indietro.

Su, godiamoci i beni presenti, facciamo uso delle creature con ardore giovanile!

Inebriamoci di vino squisito e di profumi, non lasciamoci sfuggire il fiore della primavera.

Coroniamoci di boccioli di rose prima che avvizziscano.

Nessuno di noi manchi di prendere parte al divertimento.

Lasciamo dovunque i segni della nostra gioia perché questo ci spetta, questa è la nostra parte.

Spadroneggiamo sul giusto povero, non risparmiamo le vedove, nessun riguardo per la canizie ricca d’anni del vecchio.

La nostra forza sia regola della giustizia, perché la debolezza risulta inutile. (Sapienza 2:1-11. Cei.)

Il piacere del vantaggio personale può essere fugace, ma è pur sempre un piacere ed è un argine contro il terrore e il dolore dell’esistenza. Ogni uomo è solo e si salvi chi può, come dice il vecchio proverbio. Perché non prendere semplicemente tutto ciò che si può ottenere, ogni volta che ci si presenta l’occasione? Perché non decidere di vivere così?

O c’è un’alternativa più valida e convincente?

I nostri antenati hanno elaborato risposte molto sofisticate a queste domande, ma noi continuiamo a non capirle molto bene. Ciò accade perché in gran parte sono ancora implicite: si manifestano principalmente nel rituale e nel mito e per il momento non sono chiaramente articolate. Mettiamo in atto queste risposte e le rappresentiamo nelle storie, ma non siamo ancora abbastanza saggi per esprimere esplicitamente. Siamo ancora scimpanzé in gruppo o lupi in branco. Sappiamo come comportarci. Sappiamo chi è chi e perché. Lo abbiamo imparato grazie all’esperienza. La nostra conoscenza si è modellata sulla base della nostra interazione con gli altri. Abbiamo stabilito routine prevedibili e modelli di comportamento, ma non li capiamo veramente, né sappiamo dove hanno avuto origine. Si sono evoluti in un tempo molto lungo. Nessuno li ha formulati in modo chiaro,

almeno non nel passato lontano e indistinto, anche se allora ci stavamo raccontando come ci saremmo comportati per sempre. Un giorno, tuttavia, non molto tempo fa, ci siamo svegliati. Ci stavamo già comportando così, ma abbiamo iniziato a notare quello che stavamo facendo. Abbiamo iniziato a utilizzare i nostri corpi come dispositivi per rappresentare le azioni. Abbiamo cominciato a imitare e a rappresentare. Abbiamo inventato il rituale e cominciato a recitare le nostre esperienze, quindi a raccontare storie. Abbiamo codificato le nostre osservazioni sul dramma che viviamo, in queste storie. Così, le informazioni che prima erano sottintese al nostro comportamento sono state rappresentate nei nostri racconti. Ma non abbiamo capito e ancora non capiamo che cosa significhi tutto questo.

La narrativa biblica del Paradiso e della caduta è una di queste storie, intessute dall'immaginario collettivo che opera nel corso dei secoli. Ci fornisce un importante resoconto della natura dell'Essere e indica una capacità di concettualizzare e di agire che ben si abbina a quella natura. Nel giardino dell'Eden, prima dell'alba dell'autocoscienza, gli esseri umani erano senza peccato, o almeno così si narra. I nostri genitori primordiali, Adamo ed Eva, camminavano insieme a Dio. Poi, messa alla prova dal serpente, la prima coppia si cibò dei frutti dell'albero della conoscenza del bene e del male, scoprì la morte e la vulnerabilità e si allontanò da Dio. L'umanità fu esiliata dal Paradiso e cominciò la faticosa esistenza mortale. L'idea del sacrificio arriva poco dopo, a partire dal racconto di Caino e Abele, e si sviluppa attraverso le avventure di Abramo e dell'Esodo. Dopo lunga riflessione, l'umanità che combatte e fatica impara che potrebbe guadagnarsi i favori ed evitare l'ira di Dio, attraverso un giusto sacrificio: apprende inoltre così che l'omicidio ha una ragione d'essere per chi non vuole o non riesce ad avere successo con il sacrificio.

Il differimento della gratificazione

Quando iniziarono a compiere sacrifici, i nostri antenati cominciarono a mettere in pratica quella che, espressa a parole, sarebbe stata considerata un'asserzione: rinunciando a qualcosa di valore nel presente, è possibile avere qualcosa di meglio nel futuro. Ricorda che la necessità di guadagnarsi da vivere tramite il lavoro è una delle maledizioni scagliate da Dio su Adamo e sui suoi discendenti, in conseguenza del peccato originale. Adamo, che si accorge poco alla volta dei limiti intrinseci all'Essere, la vulnerabilità e la morte, scopre al tempo stesso quale futuro lo attende. Il

futuro è il luogo dove morirai (si spera, non troppo presto). Con il lavoro, potresti allontanare il momento della morte; con un sacrificio nel presente, puoi ottenere benefici in futuro. È per questo motivo, tra gli altri, che il concetto di sacrificio è introdotto nella Bibbia immediatamente dopo il dramma della caduta. C'è poca differenza tra sacrificio e lavoro. Entrambi caratterizzano la sola esistenza umana. A volte gli animali agiscono come se stessero lavorando, ma in realtà seguono solo i dettami della natura. I castori costruiscono dighe. Lo fanno perché sono castori. Non pensano: "Sì, ma preferirei essere su una spiaggia in Messico con la mia ragazza" mentre lo fanno.

Detto banalmente, un simile sacrificio o lavoro è un differimento della gratificazione, un'espressione molto semplice che descrive qualcosa di profondamente importante. La scoperta che la gratificazione possa essere differita rimanda simultaneamente alla scoperta del tempo e, con essa, della causalità, in particolare della forza causale dell'azione umana volontaria. Molto tempo fa, nella notte dei tempi, cominciammo a capire che la realtà era strutturata come se potesse essere negoziata. Abbiamo imparato che un comportamento corretto nel presente, come dominare gli impulsi e tenere in considerazione le difficoltà degli altri, avrebbe potuto procurarci una gratificazione in futuro, in un tempo e in un luogo che ancora non esistevano. Abbiamo iniziato a inibire, a regolare e a organizzare gli impulsi immediati, per smettere di ostacolare gli altri e il nostro io futuro. Quest'azione fu una sola cosa con l'organizzazione della società: la scoperta della relazione causale tra i nostri sforzi attuali e la qualità del domani ha motivato il contratto sociale, cioè l'organizzazione che consente di accumulare con fiducia il lavoro odierno, in cambio principalmente di promesse da parte di altre persone.

La comprensione viene spesso agita prima che formulata esplicitamente, proprio come un bambino capisce che cosa significa essere madre o padre prima di essere in grado di definire con parole quei ruoli.¹¹⁶ L'atto del sacrificio rituale a Dio era una prima ed evoluta rappresentazione dell'idea dell'utilità del differimento. C'è un lungo cammino concettuale tra il semplice abbuffarsi avidamente e l'imparare a mettere da parte della carne, affumicandola al fuoco, per la fine della giornata o per qualcuno che non è presente. Ci vuole molto tempo per imparare a conservare qualcosa per dopo, per noi stessi o per condividerlo con qualcun altro (e nel primo caso è come se condividessimo qualcosa con il nostro sé del futuro). È molto più

facile e molto più piacevole divorare subito ed egoisticamente tutto ciò che abbiamo davanti. Ogni salto evolutivo che riguarda il differimento e la sua concettualizzazione richiede, allo stesso modo, un lungo cammino: la condivisione a breve termine, la scorta per il futuro, il conteggio delle scorte, in seguito anche sotto forma di valuta e, infine, il risparmio di denaro in banca o in un'altra istituzione sociale. Alcune concettualizzazioni dovevano servire come tappe intermedie, altrimenti l'intera gamma delle pratiche e delle idee riguardo al sacrificio, al lavoro e alla loro rappresentazione non sarebbe mai emersa.

I nostri antenati misero in scena un dramma, una *fiction*: personificavano la forza che governa il destino come uno spirito con cui si può negoziare, contrattare, come se fosse un altro essere umano. E la cosa sorprendente è che funzionò. Ciò è in certa misura dovuto al fatto che il futuro è plasmato da altri esseri umani, spesso proprio da coloro che hanno osservato, valutato e apprezzato i più piccoli dettagli del nostro comportamento passato. Non è molto diverso da quanto fa Dio che, dall'alto dei cieli, segue ogni nostra mossa e l'annota in un grande libro. Ecco un'idea simbolica e proficua: il futuro è un padre che giudica. È un buon inizio. Ma dalla scoperta del sacrificio e del lavoro nascono altre due domande, archetipiche e fondamentali. Entrambe riguardano il massimo ampliamento della logica del lavoro, ossia sacrificarsi nel presente per ottenere qualcosa in seguito.

Prima domanda: che cosa occorre sacrificare? Piccoli sacrifici possono bastare a risolvere problemi particolari e contenuti. Ma è possibile che sacrifici più grandi e di più ampia portata risolvano una vasta gamma di problemi complessi? È difficile, eppure il risultato potrebbe essere migliore. Imporsi la disciplina necessaria per frequentare la facoltà di medicina, per esempio, interferirà fatalmente con lo stile di vita libertino di un irriducibile studente universitario fanatico dei party. Rinunciare alle feste sfrenate è un sacrificio. Ma un medico può, parafrasando George W. Bush, "mettere davvero del cibo sulla tavola della propria famiglia". Il corso di laurea in medicina è un lungo periodo in cui si presentano molte difficoltà da affrontare. Quindi, i sacrifici sono necessari per un futuro migliore: più grandi sono, migliori sono i risultati che possono portare.

Ed ecco la seconda domanda che consiste in realtà in una serie di domande correlate. Abbiamo già stabilito il principio di base: il sacrificio migliorerà il futuro. Ma un principio, una volta stabilito, dev'essere spiegato. Occorre comprenderne significato e implicazioni. Che cosa

comporta, in ultima analisi, l'idea che il sacrificio migliorerà il futuro? Dove quel principio di base incontra il proprio limite? Prima di tutto dobbiamo chiederci: "Quale sarebbe il più grande, il più efficace, il più desiderabile di tutti i possibili sacrifici?". E ancora: "Quanto sarebbe positivo il migliore futuro possibile, se compissimo il più efficace dei sacrifici?".

Il racconto biblico di Caino e Abele, figli di Adamo ed Eva, segue il racconto della cacciata dal Paradiso, come abbiamo detto prima. Caino e Abele sono in realtà i primi esseri umani, dato che i loro genitori erano stati creati direttamente da Dio e non erano nati nella maniera canonica. Caino e Abele vivono nella storia, non nell'Eden. Devono lavorare. Devono compiere sacrifici, per compiacere Dio, e lo fanno, con tanto di altari e rituali. Ma le cose si complicano. Le offerte di Abele sono gradite a Dio, ma quelle di Caino no. Abele è ricompensato, più volte, ma Caino no. Non è chiaro il perché, anche se il testo sembra suggerire che i sacrifici di Caino non fossero davvero sentiti. Forse la qualità o la quantità degli animali che Caino sacrificava non erano adeguate. Forse lo faceva a malincuore. O forse Dio era irritato, per qualche motivazione segreta. E tutto ciò è plausibile. Non tutti i sacrifici si equivalgono. Inoltre, spesso pare proprio che i sacrifici apparentemente di alta qualità non siano ricompensati con un futuro migliore, e non si capisce perché. Perché Dio non è contento? Che cosa dovrebbe cambiare perché lo sia? Sono domande difficili e tutti se le pongono, sempre, anche senza accorgersene.

Porsi domande del genere è indistinguibile dal normale atto di pensare.

La consapevolezza che il piacere potesse essere utilmente rimandato si fece strada in noi con molta difficoltà. È assolutamente contraria ai nostri istinti animali, antichi e fondamentali, che pretendono una soddisfazione immediata, soprattutto in condizioni di depravazione. Per complicare la questione, il differimento diventa utile solo quando la civiltà si è stabilizzata abbastanza da garantire la ricompensa ritardata, nel futuro. Se tutto ciò che metti da parte sarà distrutto o, peggio, rubato, non ha senso risparmiare. È per questo motivo che un lupo sbranerebbe venti chili di carne cruda in un solo pasto. L'animale non pensa: "Non mi piace abbuffarmi: potrei metterne un po' da parte per la settimana prossima." Quindi, com'è stato possibile che si manifestassero quei due risultati importanti, che era necessario si verificassero contemporaneamente, differimento e stabilizzazione della società?

È un processo evolutivo, dall'animale all'umano. La spiegazione che ne daremo adesso è, senza dubbio, carente di dettagli. Ma è sufficientemente accurata per i nostri scopi. In primo luogo, c'è del cibo in eccesso: grandi carcasse di mammiferi o di altri enormi erbivori. Dopo che un grosso animale è stato ucciso, avanza della carne, che può essere consumata in seguito. In un primo momento accade per caso, ma poi si comincia a notare l'utilità del mettere da parte per dopo. Nello stesso tempo si fa strada una certa idea non ben definita del sacrificio, come, per esempio: "Se ne avanzo un po', anche se lo mangerei volentieri tutto ora, più tardi non avrò fame." Quest'idea non ben definita e provvisoria si sviluppa al livello successivo: "Se ne avanzo un po' per dopo, non dovrò patire la fame e nemmeno le persone a cui tengo dovranno farlo" e poi a quello ulteriore: "Non posso mangiare tutto questo mammut, ma non posso nemmeno conservare ciò che avanza troppo a lungo. Forse dovrei darne un po' ad altri. Forse se ne ricorderanno e mi daranno da mangiare un po' del mammut che si sono procurati, quando ne avranno a disposizione, mentre io sarò senza. Quindi, mangerò un po' di mammut adesso e un po' di mammut dopo. È un buon affare. Forse quelli con cui adesso condivido i miei beni si fideranno di me, più in generale. Forse potremo continuare a scambiare i nostri beni." In questo modo, il mammut diventa anche una riserva per il futuro, nonché fonte di reputazione personale. Ecco l'emergere del contratto sociale.

Condividere non significa regalare qualcosa che per te ha valore senza ottenere nulla in cambio. Questo è ciò che teme ogni bambino che rifiuta di condividere. Condividere significa, esattamente, avviare un processo di scambio. Un bambino che non è in grado di condividere, che non sa negoziare, non è in grado di avere amici, perché l'amicizia è una forma di scambio. Una volta Benjamin Franklin suggerì che una persona appena arrivata in un nuovo quartiere osasse chiedere a un nuovo vicino un favore, citando una vecchia massima: "Chi una volta ti ha fatto una gentilezza sarà più pronto a fartene un'altra rispetto a colui al quale tu stesso hai fatto un favore."¹¹⁷ Secondo Franklin, chiedere a qualcuno un favore era l'invito più utile e immediato all'interazione sociale. Una simile richiesta da parte del nuovo arrivato offriva al vicino l'opportunità di mostrarsi una brava persona fin dal primo incontro. Significava inoltre che il vicino poteva da quel momento chiedere al nuovo arrivato un favore, in cambio, a causa del credito contratto: e così la familiarità e la fiducia reciproche sarebbero

aumentate sempre più. Così entrambe le parti avrebbero superato la naturale diffidenza e la reciproca paura dello straniero.

Qualcosa è meglio di niente. È ancora meglio condividere generosamente qualcosa in tuo possesso. Ancora di più, infine, è costruirsi la fama di persona generosa. È qualcosa che dura, qualcosa di affidabile. A questo punto di astrazione, possiamo osservare come si sono sviluppati i concetti di fiducia, onestà e generosità. Si sono gettate le basi per costruire una moralità articolata. La persona produttiva che condivide con sincerità è il prototipo del buon cittadino e dell'uomo buono. Possiamo così osservare come, dalla semplice nozione che mettere da parte gli avanzi per dopo fosse una buona idea, potessero emergere più elevati principi morali.

Diciamo che nello sviluppo dell'umanità è accaduto più o meno questo. In un primo momento passano decine o centinaia di migliaia di anni prima che emergano la storia scritta e il dramma. Durante questo periodo, le pratiche gemelle del differimento e dello scambio iniziano ad affacciarsi, lentamente e con fatica. Quindi vengono rappresentate, in un'astrazione metaforica, come rituali e storie di sacrifici, raccontate così: "È come se nel Cielo ci fosse una potente figura, che vede tutto e ti giudica. Sembra che, se rinunci a qualcosa che apprezzi, lo rendi felice: e tu desideri renderlo felice, perché, se non lo fai, si scatena l'inferno. Quindi, pratica il sacrificio e la condivisione finché non diventi esperto e tutto andrà bene per te."* Nessuno ha detto nulla di questo, almeno non così chiaramente e direttamente. Ma era implicito nella pratica e poi nei racconti.

Prima di tutto c'è stata l'azione, com'era naturale, perché gli animali che una volta eravamo erano in grado di agire ma non di pensare. È venuto prima il valore隐含的 e non riconosciuto. Abbiamo visto la persona di successo riuscire e il perdente fallire, per migliaia e migliaia di anni. Poi ci abbiamo pensato su e abbiamotratto una conclusione: la persona di successo differisce la gratificazione. Contratta con il futuro. Comincia a emergere un'idea importante, che assume una forma sempre più chiaramente articolata, in racconti sempre più strutturati: qual è la differenza tra chi riesce e chi no? Riesce chi si sacrifica. La situazione migliora, a mano a mano che la persona di successo compie sacrifici. Le domande si fanno sempre più precise e, al tempo stesso, più grandi: qual è il massimo sacrificio possibile? E il massimo bene possibile? E le risposte diventano sempre più profonde.

Il Dio della tradizione occidentale, come tanti altri dei, richiede il sacrificio. Abbiamo già esaminato il perché. Ma a volte si spinge anche oltre. Egli pretende non solo il sacrificio, ma il sacrificio proprio di quel che amiamo di più. Ciò appare in maniera assoluta e sconvolgente nella storia di Abramo e Isacco. Abramo, amato da Dio, desiderava da molto un figlio. Dio gli promise che l'avrebbe avuto, dopo diverso tempo, e in condizioni apparentemente impossibili: nella vecchiaia e con una moglie da lungo sterile. Non molto tempo dopo, però, quando Isacco, il bambino nato miracolosamente, è ancora piccolo, Dio fa dietrofront e in maniera irragionevole e apparentemente barbara esige che il suo fedele servitore offra il proprio figlio in sacrificio. La storia ha un lieto fine: Dio manda un angelo per fermare la mano di Abramo e accetta il sacrificio di un ariete al posto di Isacco. Certo, è una buona cosa, ma in realtà non risolve il problema in questione: perché Dio – la vita – va oltre il necessario? Perché impone tali richieste?

Cominceremo la nostra analisi con un'ovvietà, cruda, evidente e sottovalutata: a volte le cose non vanno bene. Ciò sembra avere molto a che fare con la natura terribile del mondo, con le piaghe, le carestie, i soprusi e i tradimenti. Ma ecco il problema: spesso, quando le cose non stanno andando bene, la causa non è il mondo. La causa è invece ciò a cui attualmente attribuiamo più valore, soggettivamente e personalmente. Perché? Perché il mondo ti si rivela, a un livello indefinito, attraverso il filtro dei tuoi valori. Tratteremo questo argomento più approfonditamente a proposito della [Regola 10](#). Se il mondo che stai vedendo non è quello che vuoi, quindi, è il momento di prendere in esame i tuoi valori. È tempo di liberarti dei presupposti attuali. È ora di lasciar andare. Potrebbe anche essere il momento di sacrificare ciò che ami di più, in modo da diventare ciò che potresti diventare, invece di rimanere quello che sei.

C'è un vecchio racconto, forse inventato, su come catturare una scimmia, che illustra molto bene queste idee. Per prima cosa, devi trovare un barattolo grande, con un collo stretto ma ampio abbastanza perché una scimmia ci possa infilare la mano. Quindi devi riempire il barattolo parzialmente con alcune prelibatezze, in modo che sia troppo pesante da trasportare per una scimmia. Quindi devi sparpagliare vicino al barattolo qualche leccornia che ingolosisca le scimmie, per attirarne una. Arriverà una scimmia, che infilerà la mano nella stretta apertura per afferrare il cibo. Ma poi non sarà in grado di estrarre il pugno, ora pieno di dolcetti,

dall'apertura troppo stretta del barattolo. Non senza aprire la mano. Non senza rinunciare a ciò che già ha. E non lo farà. Il cacciatore di scimmie, a questo punto, può semplicemente avvicinarsi al barattolo e prendere la scimmia. L'animale non sacrificherà la parte per preservare il tutto.

Rinunciare a qualcosa di prezioso assicura la futura prosperità. Il sacrificio di qualcosa di significativo piace al Signore. Che cosa c'è di più prezioso e che garantisca il miglior sacrificio? O quantomeno che cosa può esserne il simbolo? Un taglio di carne scelta. Il miglior animale di un gregge. Un oggetto per noi ricco di valore. Che cosa c'è di più importante anche di questo? Qualcosa di estremamente personale e difficile da regalare. Ciò è simbolizzato, forse, dall'insistenza di Dio sulla circoncisione come parte del sacrificio di Abramo, in cui la parte è offerta, simbolicamente, per redimere il tutto. Che cosa c'è oltre? Che cosa appartiene all'intera persona più che una parte del suo corpo? Che cosa costituisce il sommo sacrificio, che permette di ottenere la ricompensa finale?

È una gara serrata tra il bambino e il sé. Il sacrificio della madre, nell'offrire il proprio figlio al mondo, è esemplificato profondamente dalla "Pietà", la grandiosa scultura di Michelangelo, raffigurata anche all'inizio di questo capitolo. Michelangelo scolpì Maria che contemplava il proprio figlio, deposto dalla croce. È colpa sua, di Maria. È attraverso di lei che il Figlio è arrivato al mondo e nel grande dramma dell'Essere. È giusto far nascere un figlio in questo mondo terribile? Ogni donna si pone questa domanda. Alcune dicono di no e hanno le loro ragioni. Maria risponde sì, volontariamente, sapendo perfettamente ciò che accadrà, come lo sanno tutte le madri, se si accordano il permesso di vedere. È un atto di supremo coraggio, se intrapreso volontariamente.

A sua volta, il figlio di Maria, Cristo, offre se stesso a Dio e al mondo, al tradimento, alla tortura e alla morte, fino al punto della disperazione sulla croce, dove grida quelle parole terribili: "Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?" (Matteo 27:46). È la storia archetipica dell'uomo che dà tutto ciò che ha per il meglio, che offre la propria vita per il progresso dell'Essere, che permette alla volontà di Dio di manifestarsi pienamente entro i confini di un'unica vita mortale. È l'esempio dell'uomo giusto. Nel caso di Cristo, però, mentre si sacrifica, Dio, suo Padre, sta al tempo stesso sacrificando il proprio figlio. È per questo motivo che il dramma cristiano sacrificale del Figlio e del sé è archetipico. È una storia al limite, di cui non

si può immaginare nulla di più estremo, niente di più grande. È la definizione stessa di archetipo. È il nocciolo di ciò che si intende per religioso.

Il mondo è dolore e sofferenza. Su questo, nessuno può avere dubbi. Il sacrificio può tenere il dolore e la sofferenza in sospeso, in misura maggiore o minore, e sacrifici più grandi possono farlo con più efficacia. Su questo, nessuno può avere dubbi. Ognuno racchiude questa conoscenza nella propria anima. Pertanto, la persona che desidera alleviare la sofferenza, che desidera correggere i difetti dell'Essere, che vuole realizzare il migliore tra tutti i futuri possibili, che vuole creare il Paradiso sulla Terra, compirà il sacrificio più elevato, di sé e del proprio figlio, di tutto ciò che ama, per vivere una vita indirizzata al Bene. Rinuncerà alla convenienza. Perseguirà il cammino del significato ultimo. E in questo modo porterà la salvezza al mondo che vive nella disperazione.

Ma è possibile una cosa del genere? Non è chiedere troppo all'individuo? Va tutto bene per Cristo, potresti obiettare, ma lui era il vero Figlio di Dio. Ci sono, però, anche altri esempi, alcuni molto meno mitologici e archetipici. Prendiamo in considerazione, per esempio, il caso di Socrate, l'antico filosofo greco. Dopo una vita spesa a ricercare la verità e a educare i propri compatrioti, Socrate affrontò un processo per crimini contro Atene, sua città natale. Gli accusatori gli fornirono molte opportunità per andarsene, semplicemente, ed evitare la morte.¹¹⁸ Ma il grande sapiente aveva già preso in considerazione e respinto una simile linea d'azione. L'amico Ermogene notò che, in quel momento della sua vita, Socrate discuteva di “qualsiasi argomento”¹¹⁹ ma non del processo, e gli chiese perché apparisse tanto indifferente. Socrate rispose che si era preparato tutta la vita a difendersi,¹²⁰ ma poi disse qualcosa di più misterioso e significativo. Quando aveva tentato specificamente di prendere in considerazione strategie che l'avrebbero portato all'assoluzione “con mezzi leciti e illeciti”¹²¹ o anche quando aveva pensato semplicemente a come comportarsi durante il processo giudiziario,¹²² era stato interrotto da quello che per lui era il segno divino: lo spirito, la voce o il “demone” interiore. Socrate parlò di questa voce anche durante il processo.¹²³ Disse che uno dei fattori che lo distinguevano dagli altri uomini¹²⁴ era l'assoluta disponibilità ad ascoltarne gli avvertimenti, a smettere di parlare e di agire, quando la voce gli diceva di farlo. Gli dei stessi lo avevano considerato saggio al di

sopra degli altri uomini, non ultimo per questo motivo, secondo lo stesso Oracolo di Delfi, ritenuto un giudice affidabile in merito a tale genere di questioni.¹²⁵

Poiché la sua voce interna, sempre affidabile, si opponeva alla fuga e alla difesa, Socrate modificò radicalmente la propria idea sul significato di quel processo. Cominciò a considerare che potesse essere una benedizione, piuttosto che una maledizione. Raccontò a Ermogene di aver compreso che lo spirito cui aveva sempre prestato ascolto forse gli stava offrendo una via d'uscita dalla vita, nella maniera “più facile ma anche meno fastidiosa per gli amici”,¹²⁶ con “un corpo sano e uno spirito capace di mostrare gentilezza”,¹²⁷ senza “le piaghe della malattia” e le afflizioni dell'estrema vecchiaia.¹²⁸ La decisione di Socrate di accettare il proprio destino gli permise di mettere da parte il terrore della morte, prima e durante il processo, dopo che la sentenza fu pronunciata,¹²⁹ e anche più tardi, durante l'esecuzione.¹³⁰ Vide che la sua vita era stata tanto ricca e piena che poteva lasciarla andare, con grazia. Gli fu data l'opportunità di mettere ordine nei propri affari. Vide che poteva sfuggire al terribile e lento declino degli anni che avanzavano. Arrivò a intendere tutto quanto gli stava succedendo come un dono degli dei. Non fu quindi obbligato a difendersi da chi lo accusava, almeno non con l'obiettivo di dichiarare la propria innocenza e sfuggire al destino. Ribaltò invece la propria posizione, rivolgendosi ai giudici in maniera da far capire a tutti perché il consiglio della città lo voleva morto. Poi bevve il veleno, come un uomo.

Socrate rifiutò ciò che per lui era vantaggioso, per la manipolazione che avrebbe comportato. Decise invece, nelle condizioni più estreme, di continuare a scegliere ciò che era importante e vero. Due mila cinquecento anni dopo, noi ricordiamo la sua scelta e ne traiamo conforto. Che cosa possiamo imparare? Se eviti di dire menzogne e vivi secondo coscienza, puoi conservare la tua nobiltà anche quando affronti la minaccia estrema; se ti attieni, con sincerità e coraggio, al più alto degli ideali, troverai una certezza e una forza maggiori di quelle che ricaveresti se ti focalizzassi, in maniera miope, sulla tua sicurezza personale; se vivi giustamente e pienamente, puoi scoprire un significato tanto profondo che ti protegge anche dalla paura della morte.

Può tutto questo essere vero?

La tragedia dell’Essere autocosciente genera una sofferenza inevitabile. Quella sofferenza a sua volta motiva il desiderio di gratificazione egoistica, immediata, guidata dall’interesse personale. Ma il sacrificio e il lavoro tengono a bada la sofferenza molto più efficacemente di quanto non faccia il piacere immediato e impulsivo. La tragedia stessa però, concepita come l’arbitraria crudeltà della società e della natura, messa a confronto con la vulnerabilità dell’individuo, non è l’unica né forse la primaria fonte di sofferenza. Occorre considerare anche il problema del male. Il mondo è duro con noi, senza dubbio, ma la disumanità dell’uomo verso il suo simile è qualcosa di peggiore. Quindi il problema del sacrificio si aggrava nella sua complessità: non sono solo la privazione e i limiti imposti dalla morte a dover essere affrontati con il lavoro e con la volontà di offrire aiuto e di fare dei sacrifici. È anche il problema del male.

Considera, ancora una volta, la storia di Adamo ed Eva. Dopo la caduta e il risveglio dei nostri genitori archetipici, la vita diventa molto dura per i loro figli (che siamo noi). Prima di tutto, c’è il terribile destino che ci attende nel mondo in seguito alla cacciata dal Paradiso: il mondo della storia. Non da ultimo c’è ciò che Goethe chiamava “il nostro infinito lavoro creativo”.¹³¹ Gli umani lavorano, come abbiamo visto. Lavoriamo perché abbiamo preso coscienza della verità legata alla nostra vulnerabilità, alla nostra sottomissione alla malattia e alla morte, e desideriamo proteggerci il più a lungo possibile. Una volta che siamo in grado di vedere il futuro, dobbiamo prepararci o vivere nella negazione e nel terrore. Sacrifichiamo quindi i piaceri di oggi per un futuro migliore. Ma la comprensione della mortalità e della necessità di lavorare non è l’unica rivelazione che si presenta ad Adamo ed Eva non appena mangiano il frutto proibito, si svegliano e aprono gli occhi. A loro è anche concessa la facoltà, o forse la maledizione, di conoscere il bene e il male.

Mi ci sono voluti decenni per capire il significato di questa storia, almeno in parte. È questo: una volta che sei consapevole della tua vulnerabilità, capisci la natura della vulnerabilità umana, in generale. Capisci che cosa vuol dire aver paura, essere arrabbiato, risentito e amareggiato. Capisci che cos’è il dolore. E una volta che hai veramente compreso questi sentimenti in te e hai capito come si sono formati, sai anche come generarli negli altri. È in questa maniera che siamo diventati gli esseri autocoscienti che siamo, volontariamente e squisitamente capaci di tormentare gli altri (e noi stessi, ovviamente, ma per il momento ci

occupiamo degli altri). Vediamo manifestarsi le conseguenze di questa nuova conoscenza quando incontriamo Caino e Abele, i figli di Adamo ed Eva.

Al momento della sua apparizione, l'umanità ha imparato a offrire sacrifici a Dio. Sugli altari di pietra, progettati a questo scopo, si esegue un rituale comune: l'immolazione di qualcosa di prezioso, un animale scelto o parte di esso, e la sua trasformazione attraverso il fuoco in fumo o in spirito che sale in Cielo. In questa maniera, si mette in scena l'idea del differimento per propiziare un futuro migliore. I sacrifici di Abele sono accettati da Dio e per questo gli va tutto alla grande. Quelli di Caino, però, sono respinti. Caino diventa geloso e amareggiato, e non c'è da meravigliarsi. Se qualcuno fallisce e viene respinto perché si è rifiutato di compiere un qualunque sacrificio, almeno è comprensibile. Potrà comunque provare del risentimento e un desiderio di vendetta, ma dentro di sé saprà che la colpa è sua. Questa consapevolezza generalmente pone un limite allo sdegno. Sarebbe molto peggio, però, se avesse effettivamente rinunciato ai piaceri effimeri, se avesse lottato e faticato e le cose ancora non funzionassero, se fosse respinto nonostante i propri sforzi. Così avrebbe perso il presente e il futuro. Quindi il suo lavoro – il suo sacrificio – sarebbe stato inutile. In simili condizioni, il mondo si oscura e l'anima si ribella.

Caino è indignato per il rifiuto. Affronta Dio, lo accusa e maledice quanto ha creato. Si rivela una decisione profondamente sbagliata. Dio risponde, senza mezzi termini, che la colpa è tutta di Caino, che Caino ha consapevolmente e deliberatamente scherzato con il peccato,¹³² e ne ha pagato le conseguenze. Non è affatto quanto Caino voleva sentirsi dire. Non è in alcun modo un'offerta di scuse da parte di Dio. È piuttosto un insulto, che si aggiunge alla ferita. Caino, amareggiato fino al midollo dalla risposta, medita vendetta. Sfida il Creatore temerariamente. È audace, Caino, e sa come ferire. Dopotutto, è consapevole di sé e lo è diventato ancora di più nella sofferenza e nella vergogna. Quindi, uccide Abele a sangue freddo. Uccide il fratello, il suo ideale, dal momento che Abele è tutto ciò che Caino vorrebbe essere. Commette il più terribile dei crimini per disprezzare se stesso, tutta l'umanità e Dio, in una volta sola. Lo fa per distruggere e per ottenere vendetta. Lo fa per esprimere la fondamentale contrarietà all'esistenza, per protestare contro gli intollerabili capricci dell'Essere. E i figli di Caino, che discendono sia dal suo corpo sia dalla sua scelta, sono ancora peggio. Nella sua furia esistenziale, Caino uccide una

volta. Lamech, suo discendente, si spinge molto più in là. “Ho ucciso un uomo per una mia scalfittura” dice Lamech “e un ragazzo per un mio livido. Sette volte sarà vendicato Caino ma Lamech settantasette” (Genesi 4:23-24). Tubalcain, insegnante “di quanti lavorano il rame e il ferro” (Genesi 4:22), è per tradizione discendente di Caino di settima generazione e il primo fabbro di strumenti da guerra. E poi, nelle storie della Genesi, arriva il diluvio. L’accostamento non è affatto casuale.

Il male entra nel mondo con la consapevolezza di sé. Dio condanna Adamo alla fatica, e questo è già abbastanza grave. Le difficoltà del parto da cui Eva è gravata e la conseguente dipendenza dal marito non sono questioni banali. Sono indicative delle tragedie implicite e spesso angoscianti della mancanza, della privazione, della brutale necessità, della malattia e della morte che definiscono e al tempo stesso affliggono l’esistenza umana. La loro semplice realtà di fatto è a volte sufficiente a far rivoltare anche una persona coraggiosa contro la vita. Per esperienza, però, so che gli esseri umani sono abbastanza forti da tollerare le tragedie inestricabilmente legate all’Essere senza vacillare, senza crollare in pezzi e soprattutto senza infrangere le regole. Ne ho avuto prove ripetute nella vita privata, nella mia carriera di insegnante e nel lavoro da terapeuta. Terremoti, inondazioni, povertà, tumori: siamo abbastanza forti da sopportare tutto. Ma il male umano aggiunge una nuova dimensione di sofferenza al mondo. È per questa ragione che il sorgere della consapevolezza di sé, la conseguente comprensione della mortalità e la conoscenza del bene e del male sono presentate, nei primi capitoli della Genesi e nella vasta tradizione che li circonda, come un cataclisma di portata cosmica.

La malvagità umana consapevole può distruggere quello spirito che la tragedia non riesce nemmeno a scuotere. Ricordo di aver scoperto che una delle mie clienti era rimasta traumatizzata per anni, sperimentando i sintomi di un grave disturbo da stress post traumatico come tremori e insonnia cronica, semplicemente per lo shock di aver visto un’espressione terrificante sul volto del fidanzato infuriato e ubriaco. Il “volto abbattuto” (Genesi 4:5) di lui indicava il desiderio chiaro e consapevole di farle del male. Era più ingenua di quanto avrebbe dovuto e ciò la predispose al trauma, ma non è questo il punto: il male volontario che ci facciamo l’un l’altro può provocare danni profondi e permanenti, anche alle persone forti. E che cosa, precisamente, motiva questo male?

Il male non si manifesta semplicemente come conseguenza di dure condizioni di vita. Non si presenta nemmeno, solamente, a causa del fallimento di per sé o in conseguenza della delusione e dell'amarezza che il fallimento spesso (e comprensibilmente) genera. Ma che dire delle dure circostanze della vita, inaspritesi in conseguenza di sacrifici di continuo rifiutati, sia perché mal pensati sia perché poco sentiti? Ciò piegherà e devierà le persone trasformandole in veri mostri che poi cominceranno, coscientemente, a far del male, generando dolore e sofferenza per se stesse e per gli altri. Così s'instaura un vero circolo vizioso: un sacrificio compiuto controvoglia, intrapreso a malincuore; il rifiuto di quel sacrificio da parte di Dio o della realtà (a te la scelta); il risentimento rabbioso, generato dal rifiuto; il crollo nell'amarezza e nel desiderio di vendetta; il sacrificio intrapreso ancor più controvoglia o rifiutato del tutto. Ed è l'inferno stesso la destinazione di questa spirale discendente.

La vita è realmente “cattiva, brutale e breve”, come osservò memorabilmente il filosofo inglese Thomas Hobbes. Ma la capacità dell'uomo di compiere il male la rende peggiore. Ciò significa che il problema centrale della vita, cioè il fare i conti con i suoi aspetti brutali, non si limita a decidere cosa e come sacrificare per limitare sofferenza, ma anche il male: la fonte consapevole, volontaria e vendicativa della peggiore sofferenza. La storia di Caino e Abele è una manifestazione del racconto archetipico di due fratelli ostili, l'eroe e l'antagonista: i due elementi della psiche umana individuale, uno rivolto verso l'alto, verso il bene, e l'altro verso il basso, verso l'inferno stesso. Abele è un eroe, ma un eroe che alla fine è sconfitto da Caino. Abele piace a Dio – un risultato non banale e improbabile – ma non è in grado di sconfiggere il male umano. Per questo motivo, Abele è archetipicamente incompleto. Forse è ingenuo, anche se un fratello vendicativo può essere inconcepibilmente insidioso e astuto, come il serpente in Genesi 3:1. Ma le scuse e anche le ragioni comprensibili non hanno importanza; non in ultima analisi. Il problema del male è rimasto irrisolto nonostante i sacrifici di Abele. Ci sono voluti migliaia di anni all'umanità per trovare una possibile soluzione. Lo stesso problema, infatti, emerge di nuovo, al suo culmine, nella storia di Cristo e della tentazione di Satana. Ma questa volta si manifesta in forma più completa, e l'eroe vince.

La sfida al male

Gesù fu condotto nel deserto, secondo il racconto, “per essere tentato dal Diavolo” (Matteo 4:1), prima della crocifissione. È la stessa storia di Caino, riformulata astrattamente. Come abbiamo visto, Caino non è né appagato né felice. Lavora sodo, o almeno così crede, ma Dio non è contento. Nel frattempo Abele sembra, a tutti gli effetti, muoversi nella vita a passo di danza. I suoi raccolti prosperano. Le donne lo adorano. E, cosa ancora peggiore, è un uomo genuinamente buono. Tutti lo sanno. Merita la propria fortuna. Ed è un motivo in più per invidiarlo e odiarlo. Al contrario, le cose non vanno bene a Caino, che rimugina sulla propria sfortuna e cova risentimento come un avvoltoio un uovo. Si sforza, nella propria infelicità, di escogitare qualcosa di infernale e, così facendo, entra nello spoglio deserto della propria mente. È ossessionato dalla sfortuna e dal tradimento da parte di Dio. Nutre risentimento. Indulge in fantasie di vendetta sempre più elaborate. E, mentre lo fa, la sua arroganza assume proporzioni diaboliche. “Sono maltrattato e oppresso” pensa. “La Terra è uno stupido pianeta insanguinato. Per quanto mi riguarda, può andare all’inferno.” E dicendo così, Caino, a tutti gli effetti, incontra Satana nel deserto e cade preda delle sue tentazioni. Fa il possibile per peggiorare la propria situazione, con questa motivazione (espressa nelle parole imperiture di John Milton):

*Sì profonda e nera Nequizia d’infettare tutta
L’umana stirpe in sua radice e ad onta
Del Creator sovrano, inferno e terra
Mescer insiem?*¹³³

Caino si volge al male per ottenere ciò che il bene gli ha negato, e lo fa volontariamente, consapevolmente e con malevola premeditazione.

Cristo sceglie una strada diversa. Il viaggio nel deserto è la notte oscura dell’anima, un’esperienza profondamente umana e universale. È il viaggio verso quel luogo dove ognuno di noi si reca quando la situazione va in pezzi, gli amici e la famiglia sono lontani, la disperazione e l’angoscia regnano e il nichilismo demoniaco chiama. E a sostegno della veridicità del racconto, ci permettiamo di dire che il trascorrere quaranta giorni e quaranta notti nel deserto, affamati e soli, potrebbe portarci di sicuro in quel luogo dove il mondo oggettivo e soggettivo si scontrano tra loro e crollano in pezzi, simultaneamente. Quaranta giorni sono un periodo di tempo profondamente simbolico, che ricorda i quarant’anni trascorsi dagli israeliti

a vagare nel deserto dopo la fuga dalla tirannia del faraone e dall’Egitto. Quaranta giorni sono un lungo periodo nel mondo sotterraneo delle buie congetture, della confusione e della paura, lungo a sufficienza da arrivare fino al centro, che è l’inferno stesso. Chiunque può intraprendere un viaggio per vedere quei luoghi: chiunque, cioè, voglia considerare con sufficiente serietà il male che è in lui e nell’umanità. Un po’ di conoscenza della storia può aiutare. Un viaggio attraverso gli orrori dei totalitarismi del ventesimo secolo, come i campi di concentramento, i lavori forzati e le ideologie malate e assassine, è il luogo migliore da cui iniziare; è anche importante tenere presente che le peggiori guardie dei campi di concentramento erano umane, troppo umane. Tutto ciò contribuisce a rendere ancora reale il racconto del deserto e ad aggiornarlo, rendendolo adatto alla mente moderna.

“Dopo Auschwitz” scrisse Theodor Adorno, studioso della personalità autoritaria, “nessuna poesia è più possibile.” Aveva torto. Ma la poesia dovrebbe riguardare proprio Auschwitz. Nella terribile scia delle ultime dieci decadi del millennio precedente, la terribile distruttività dell’uomo è diventata un problema la cui evidente gravità sovrasta persino il problema della sofferenza non redenta. E nessuna di queste due questioni troverà soluzione senza che sia chiarita anche l’altra. È qui che l’idea di Cristo, che assume su di sé i peccati dell’umanità come fossero i propri, diventa la chiave per aprire la porta a una comprensione profonda dell’incontro con il diavolo nel deserto. “Homo sum, humani nihil a me alienum puto” disse il drammaturgo romano Terenzio: non ritengo estraneo a me nulla che riguardi l’umanità.

“Nessun albero può crescere fino a raggiungere il Paradiso” aggiunge il sempre inquietante Carl Gustav Jung, “a meno che le sue radici non arrivino fino all’inferno.”¹³⁴ Una simile affermazione dovrebbe portare tutte le persone che l’ascoltano o la leggono a fare una pausa. Non c’era alcuna possibilità di innalzarsi verso il cielo, nell’opinione profondamente ponderata dello straordinario psicoanalista, senza un corrispondente movimento verso il basso. È per questo motivo che l’illuminazione è così rara. Chi è disposto a farlo? Vuoi davvero incontrare chi è al comando, al fondo dei tuoi pensieri più cattivi? Che cosa ha scritto di tanto comprensibile Eric Harris, l’assassino della scuola superiore di Columbine, il giorno prima di massacrare i propri compagni di classe? “È interessante trovarmi nella mia forma umana e sapere che morirò. Tutto ha un sapore un-

po' banale.”¹³⁵ Chi oserebbe spiegare una simile lettera? O, peggio, giustificarla?

Nel deserto, Cristo incontra Satana (Luca 4:1-13; Matteo 4:1-11). Il racconto ha un evidente significato psicologico e metaforico, che si aggiunge a qualunque altro contenuto materiale e metafisico possibile. Significa che Cristo è per sempre colui che sceglie di assumersi la responsabilità personale della profonda depravazione umana. Significa che Cristo è colui che è sempre disposto ad affrontare e a riflettere profondamente e a rischiare il confronto con le tentazioni avanzate dagli elementi più malvagi della natura umana. Significa che Cristo è sempre disposto ad affrontare il male, consapevolmente, pienamente e volontariamente, nella forma che vive, al tempo stesso, in lui e nel mondo. Non è un discorso puramente astratto, sebbene sia *anche* astratto, né una questione puramente intellettuale.

I soldati spesso sviluppano disturbi da stress post traumatico non a causa di qualcosa che hanno visto, ma di qualcosa che hanno fatto.¹³⁶ Ci sono molti demoni, per così dire, sul campo di battaglia. Un combattimento in battaglia può aprire le porte dell'inferno. Ogni tanto qualcosa che emerge dal profondo s'impossessa di un ingenuo ragazzo di campagna trasformandolo in un mostro, capace di compiere qualcosa di terribile. Stupra e uccide le donne e massacra i bambini di My Lai. E si osserva mentre lo fa. Una parte oscura di lui ne gode, e sarà questo, più che ogni altra cosa, che non dimenticherà più. Più tardi, non saprà come riconciliarsi con la realtà di se stesso e del mondo che gli si è rivelato. E non c'è da meravigliarsi.

Nei grandi e fondamentali miti dell'antico Egitto, il dio Horus, spesso considerato un precursore di Cristo, storicamente e concettualmente parlando,¹³⁷ sperimentò la stessa cosa, quando incontrò il malvagio zio Set,* usurpatore del trono di suo padre Osiride. Horus, l'onniveggente dio falco, l'occhio egizio della suprema ed eterna attenzione in sé, ha il coraggio di scontrarsi con la vera natura di Set, affrontandolo in un combattimento diretto. Nella lotta con il temuto zio, però, la sua consapevolezza ne esce danneggiata. Perde un occhio. Ciò accade nonostante la statura divina e la vista incomparabile. Che cosa rischierebbe un semplice uomo che si cimentasse nella stessa impresa? Eppure la sua vista interiore diverrebbe forse più acuta e capirebbe qualcosa di più, in proporzione a ciò che ha perso nella percezione del mondo esterno.

Satana incarna il rifiuto del sacrificio, è tracotanza incarnata, malvagità consapevole, sprezzante, ingannevole e crudele. È puro odio per l’Uomo, per Dio e per l’Essere. Non si ridimensiona, anche quando sa perfettamente che dovrebbe farlo. Inoltre, sa esattamente che cosa sta facendo, ossessionato dal desiderio di distruzione, e lo fa in modo deliberato, ponderato e completo. Sarà lui, archetipo stesso del male, a sfidare e a tentare Cristo, l’archetipo del bene. Sarà lui a offrire al salvatore dell’umanità, che si trova nelle condizioni più difficili, ciò che tutti gli uomini desiderano ardentemente.

Satana prima tenta il Cristo affamato, offrendogli di placare la sua fame trasformando le rocce del deserto in pane. Poi gli suggerisce di gettarsi da una scogliera, invocando Dio e gli angeli perché fermino la sua caduta. Cristo risponde alla prima tentazione dicendo: “Non di solo pane vive l’uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio.” Che cosa significa questa risposta? Significa che, anche in condizioni di privazione estrema, ci sono cose più importanti del cibo. Per dirla in altro modo: il pane è di scarsa utilità per l’uomo che ha tradito la propria anima, anche se sta morendo di fame.* Cristo potrebbe chiaramente usare il proprio potere pressoché infinito, come gli suggerisce Satana, per avere il pane in quel momento, per interrompere il digiuno e anche, in senso più ampio, per arricchirsi nel mondo. Ma a quale costo? E con quale guadagno? Per gola, nel bel mezzo della devastazione morale? È il banchetto più povero e più triste. Cristo mira dunque a qualcosa di più elevato: a definire un modo di essere che risolva per sempre il problema della fame. Se tutti noi, invece del vantaggio, scegliessimo di saziarci della parola di Dio? Ciò richiederebbe a ogni persona di vivere, produrre, sacrificare, parlare e condividere in una maniera che renderebbe per sempre la privazione della fame una cosa ormai passata. Ed è così che il problema della fame, nella privazione del deserto, è affrontato, in maniera più autentica e definitiva.

In altri passi dei Vangeli ci sono indicazioni di questo tipo, messe in scena in forma narrativa. Cristo è continuamente raffigurato come la persona che fornisce sempre i mezzi di sostentamento. Moltiplica miracolosamente il pane e i pesci. Trasforma l’acqua in vino. Che cosa significa? È un richiamo a ricercare un significato più elevato come modo di vivere che è, al tempo stesso, più pratico e di altissima qualità. È una chiamata rappresentata in forma drammatico-letteraria: vivi come vive il salvatore archetipico, e tu e chi ti circonda non avrete più fame. La bontà

del mondo si manifesta a chi vive giustamente. È meglio del pane. È meglio del denaro che rende possibile acquistare il pane. Così Cristo, l'individuo simbolicamente perfetto, supera la prima tentazione. Ne seguono altre due.

“Gettati da quella scogliera” dice Satana, offrendo la tentazione successiva. “Se Dio esiste, sicuramente ti salverà. Se davvero sei suo figlio, Dio sicuramente ti salverà.” Per quale motivo non dovrebbe manifestarsi, per salvare il proprio unico figlio dalla fame, dall’isolamento e dal pericolo di un grande male? Ma questo non è un buon modo di vivere. Non funziona nemmeno nella letteratura. Il *deus ex machina*, la forza divina che arriva inaspettata e salva magicamente l’eroe dalla situazione difficile, è il trucco più scadente tra le strategie dello scrittore da quattro soldi. È una presa in giro dell’indipendenza, del coraggio, del destino, del libero arbitrio e della responsabilità. Inoltre, Dio non è in alcun modo un’ancora di salvezza. Non è qualcuno cui si comanda di eseguire trucchi di magia o che è costretto a rivelarsi, nemmeno se a chiederlo è il suo stesso figlio.

“Non mettere alla prova il Signore Dio tuo” (Matteo 4:7): questa risposta, per quanto breve, toglie di mezzo la seconda tentazione. Cristo non ordina né addirittura si spinge a chiedere a Dio di intervenire in suo nome. Sceglie di assumersi la responsabilità degli eventi della propria vita. Rifiuta di esigere che Dio dimostri la sua presenza. Rifiuta, inoltre, di risolvere i problemi della vulnerabilità di fronte alla morte in maniera esclusivamente personale, costringendo Dio a salvarlo, perché ciò non risolverebbe il problema per tutte le altre persone di ogni tempo. Nel rifiuto di questa tentazione, c’è anche l’eco del ripudio della comodità della follia. Anche identificarsi in maniera insana con il magico Messia potrebbe essere stata una vera tentazione, nelle dure condizioni di Cristo nel deserto. Egli invece respinge l’idea che la salvezza – o anche solo la sopravvivenza, nel breve termine – si basi su una manifestazione narcisistica di superiorità e sull’impartire ordini a Dio, anche da parte del figlio.

Alla fine arriva la terza tentazione, la più affascinante di tutte. Davanti a Cristo si aprono i regni del mondo che potranno essere suoi. È il richiamo della sirena del potere terreno: la possibilità di controllare e comandare tutti e tutto. A Cristo è offerto il culmine della piramide del potere, il desiderio animalesco di ogni scimmia nuda: l’obbedienza di tutti, i beni più straordinari, il potere di costruire e di diventare sempre più ricco, l’opportunità di illimitate gratificazioni sessuali. È quel che si dice un accordo vantaggioso, senza dubbio. Ma non è tutto. Un simile

accrescimento della propria posizione sociale fornisce anche illimitate occasioni, per l'oscurità interiore, di rivelarsi. La brama di sangue, stupro e distruzione è parte integrante dell'attrazione del potere. Gli uomini desiderano il potere non solo per non soffrire più. Desiderano il potere non solo per evitare di sottomettersi alla necessità, alla malattia e alla morte. Il potere comporta anche la possibilità di vendicarsi, di sottomettere e di schiacciare i nemici. Dai a Caino un certo potere e lui non si limiterà a uccidere Abele. Lo torturerà, prima, nei modi più disparati e senza fine. Allora e solo allora, lo ucciderà. Poi si comporterà così anche con tutti gli altri.

C'è qualcosa che si trova persino al di sopra del vertice della più alta piramide di potere, cui non dovremmo precluderci l'accesso in cambio di un semplice successo immediato. È anche un posto reale, seppure se non debba essere concepito in termini strettamente geografici. Una volta, ho avuto una visione di un paesaggio immenso, che si apriva per chilometri davanti a me. Ero in alto, nell'aria, e avevo una visuale a volo d'uccello. Ovunque guardassi, vedeva grandi piramidi di vetro stratificate a più piani: alcune piccole, altre grandi, alcune distanti, altre molto vicine tra loro, tutte simili ai moderni grattacieli e tutte piene di persone che si sforzavano di raggiungerne la sommità. Ma c'era qualcosa sopra ogni pinnacolo, un territorio esterno a ogni piramide, oltre lo spazio in cui tutte s'innalzavano. Era la posizione privilegiata dell'occhio che poteva o forse sceglieva di librarsi in alto sopra la mischia; che sceglieva di non dominare su alcun gruppo o territorio specifico, ma invece di trascendere in qualche modo simultaneamente tutto. Era attenzione in sé, pura e illimitata: attenzione distaccata, vigile, attenta, pronta ad agire al momento giusto e nel luogo stabilito. Come dice il *Tao Te Ching*:

*Colui che progetta manca il proprio obiettivo;
e colui che cerca di afferrare perde la presa.
Il saggio non pianifica per vincere,
e quindi non viene sconfitto;
non cerca di afferrare, quindi non perde.*¹³⁸

C'è una potente chiamata all'Essere giusto nel racconto della terza tentazione. Per ottenere il massimo premio possibile, l'instaurarsi del Regno di Dio sulla Terra, la risurrezione del Paradiso, l'individuo deve condurre la propria vita rifiutando la gratificazione immediata, per quanto l'offerta sia

allettante, convincente e realistica, tanto quanto i desideri naturali e perversi e persino le tentazioni del male. Il male amplifica la catastrofe della vita, accrescendo drammaticamente la già presente motivazione a scegliere ciò che è vantaggioso, a causa della tragedia essenziale dell'Essere. Il sacrificio più banale può tenere a bada quella tragedia, più o meno con successo, ma occorre uno speciale tipo di sacrificio per sconfiggere il male. È la descrizione di quel sacrificio speciale che per secoli ha occupato l'immaginario cristiano, e non solo. Perché non ha avuto l'effetto desiderato? Perché rimaniamo scettici e non crediamo che non esista un piano migliore di alzare lo sguardo al Cielo, mirare al bene e sacrificare tutto a quell'obiettivo? Semplicemente non abbiamo capito, oppure siamo andati fuori strada volontariamente?

La cristianità e i suoi problemi

Carl Jung ipotizzò che la mente europea era stata motivata a sviluppare le tecnologie cognitive della scienza per investigare il mondo materiale, dopo aver implicitamente concluso che il cristianesimo, che poneva un'enfasi assoluta sulla salvezza spirituale, non aveva affrontato in modo soddisfacente il problema della sofferenza nel qui e ora. Questa comprensione si fece insopportabilmente acuta nei tre o quattro secoli che precedettero il Rinascimento. Di conseguenza, una fantasia strana, profonda, compensatoria cominciò a emergere in profondità nella psiche collettiva occidentale, manifestandosi prima nelle riflessioni dell'alchimia e sviluppandosi, solo molti secoli dopo, nella forma articolata della scienza.¹³⁹ Furono gli alchimisti i primi a esaminare seriamente i passaggi di stato e le trasformazioni della materia, sperando di scoprire in essi i segreti della salute, della ricchezza e della longevità. Questi grandi sognatori (Newton primo fra tutti¹⁴⁰) intuirono e poi immaginarono che il mondo materiale, condannato dalla Chiesa, custodisse segreti che, svelati, avrebbero liberato l'umanità dalla sofferenza e dai limiti terreni. Fu quella visione, guidata dal dubbio, a fornire la tremenda forza motivazionale collettiva e individuale necessaria allo sviluppo della scienza, con le sue richieste estreme ai singoli pensatori, in termini di concentrazione e di differimento della gratificazione.

Non stiamo dicendo che il cristianesimo, pur nella sua forma incompleta, sia stato un fallimento. Anzi, il contrario: il cristianesimo ha raggiunto ciò che era quasi impossibile. La dottrina cristiana elevò l'anima individuale,

ponendo sullo stesso piano metafisico schiavo e padrone, popolano e nobile, e rendendoli uguali davanti a Dio e alla legge. Il cristianesimo evidenziò che anche il re era solo uno tra i tanti. Perché qualcosa di tanto contrario a tutte le prove evidenti prendesse piede, era necessario combattere con forza l'idea che quella potenza e preminenza mondane fossero indicative del particolare favore di Dio. Ciò si ottenne, in parte, attraverso lo strano insistere cristiano sul fatto che non si potesse ottenere la salvezza attraverso lo sforzo o il merito, attraverso, cioè, le "opere".¹⁴¹ A prescindere dai suoi limiti, lo sviluppo di una simile dottrina impedì al re, all'aristocratico e al ricco mercante di distinguersi moralmente dal comune cittadino. Di conseguenza, la concezione metafisica del valore trascendente implicito in ogni anima si affermò, contro ogni probabilità, come presupposto fondamentale della legge e della società occidentali. Non era stato così in passato, e non lo è ancora oggi, nella maggior parte dei paesi. In realtà, è proprio un miracolo (e dovremmo tenerlo sempre presente) che le società gerarchiche dei nostri antenati, basate sulla schiavitù, si siano riorganizzate sotto l'influenza di una rivelazione etico-religiosa, tanto che la proprietà e il dominio assoluto di un'altra persona cominciarono a essere ritenuti sbagliati.

Ci farebbe bene ricordare, inoltre, che l'utilità immediata della schiavitù è ovvia e che la tesi secondo cui i forti dovrebbero dominare i deboli è convincente, vantaggiosa e decisamente pratica, almeno per i primi. Ciò significa che fu necessaria una critica rivoluzionaria di tutte le società che si basavano sulla schiavitù prima che la pratica potesse essere messa in discussione, per non dire fermata, opponendosi all'idea che il potere e l'autorità conferissero nobiltà a chi possedeva gli schiavi e che il potere esercitato dal padrone di schiavi fosse giustificato e persino virtuoso. Il cristianesimo esplicitò l'affermazione sorprendente che anche la persona di condizione più bassa avesse dei diritti, diritti autentici, e che il sovrano e lo Stato avevano il dovere morale, a un livello fondamentale, di riconoscerli. Il cristianesimo propose, esplicitamente, l'idea ancora più incomprensibile che l'atto di "detenere la proprietà di una persona", in precedenza considerato nobilitante, degradasse lo schiavista tanto quanto o anche più che lo schiavo. Non riusciamo a capire quanto fosse difficile accettare quest'idea. Dimentichiamo che, per gran parte della storia umana, fu vero l'opposto. Pensiamo che sia il desiderio di schiavizzare e di dominare a richiedere una spiegazione. Ancora una volta, la vediamo al contrario.

Questo non vuol dire che il cristianesimo fosse privo di problemi. Ma è più appropriato notare che si trattava di quel genere di problemi che emerge solo dopo che si sono risolte questioni diverse e ben più serie. La società prodotta dal cristianesimo era molto meno “barbara” di quelle pagane, anche di quella romana, di cui prese il posto. La società cristiana, almeno, riconosceva che nutrire leoni famelici con schiavi umani per intrattenere il popolo era sbagliato, anche se permanevano ancora molte pratiche barbariche. Il cristianesimo si oppose all’infanticidio, alla prostituzione e al principio secondo cui potere significa giustizia. Sottolineò che le donne valevano quanto gli uomini, idea che ancora oggi stiamo cercando di esprimere nella politica e nelle aziende. Pretese che anche i nemici della società fossero considerati esseri umani. Alla fine, separò la Chiesa dallo Stato, così che gli imperatori, riconosciuti come umani, non poterono più rivendicare per sé la venerazione dovuta agli dei. Tutto ciò richiedeva l’impossibile, ma è successo.

Mentre la rivoluzione cristiana progrediva, tuttavia, i problemi impossibili che aveva già risolto venivano, poco alla volta, dimenticati. È quanto succede quando si supera una difficoltà. Dopo che si arrivò alla soluzione, ci si dimenticò che simili problemi fossero mai esistiti. Allora e solo allora le questioni che rimasero, meno suscettibili di una rapida soluzione da parte della dottrina cristiana, giunsero a occupare un posto centrale nella coscienza dell’Occidente. Stimolarono, per esempio, lo sviluppo della scienza, per risolvere il problema della sofferenza corporea e materiale che era ancora troppo dolorosamente presente nelle società cristianizzate. L’inquinamento provocato dalle automobili è diventato un problema di portata sufficiente ad attirare l’attenzione del pubblico solo quando ci siamo dimenticati di problemi ben peggiori che il motore a combustione interna risolve. Chi è vittima della povertà non si preoccupa dell’anidride carbonica. I livelli di CO₂ non sono irrilevanti. Ma lo sono quando lotti contro la morte e la fame, cercando di ricavare qualche forma di sussistenza da un terreno infestato, sassoso, duro, pieno di spine e rovi. Sono irrilevanti se il trattore non è ancora stato inventato e centinaia di milioni di persone continuano a morire di fame. In ogni caso, quando Nietzsche entrò in scena, alla fine del diciannovesimo secolo, i problemi che il cristianesimo aveva lasciato irrisolti erano diventati di primaria importanza.

Il filosofo diceva di sé, senza alcuna esagerazione, che ricercava la verità con un martello.¹⁴² La sua critica devastante della cristianità, già indebolita dal conflitto con la stessa scienza a cui aveva dato origine, si basava su due argomentazioni principali. Nietzsche sostenne, in primo luogo, che fu proprio il senso della verità sviluppato in forma più elevata dal cristianesimo a mettere in discussione in maniera definitiva e poi a minare i presupposti fondamentali della fede. Ciò si doveva, in parte, al fatto che la differenza tra “verità morale o narrativa” e “verità oggettiva” non era stata ancora pienamente compresa (e quindi si presumeva un’opposizione laddove non ne esiste necessariamente una). Ma non è questo il punto. Anche quando gli atei moderni, contrari al cristianesimo, sminuiscono i fondamentalisti perché questi insistono, per esempio, sul fatto che il racconto della creazione contenuto nella Genesi sia oggettivamente vero, si servono, per tale argomentazione, del loro senso di verità, che si è sviluppato nei secoli della cultura cristiana. Carl Jung continuò a sviluppare le argomentazioni di Nietzsche decenni più tardi, sottolineando che l’Europa si risvegliò, durante l’Illuminismo, dal sogno cristiano, notando che tutto ciò che fino a quel momento aveva dato per scontato poteva e doveva essere messo in discussione. “Dio è morto” disse Nietzsche. “Dio continua a essere morto. E siamo noi ad averlo ucciso. Come possiamo noi, assassini di tutti gli assassini, consolarci? Il più santo e il più possente di tutti è morto dissanguato sotto i nostri coltelli. Chi laverà questo sangue dalle nostre mani?”¹⁴³

I dogmi centrali della fede occidentale non erano più credibili, secondo Nietzsche e secondo i canoni di verità della mente occidentale. Ma più devastante ancora fu il secondo attacco del filosofo, che accusò la Chiesa cristiana di aver lasciato decadere, con il passare degli anni, la richiesta di impegno morale intrinseca al vero messaggio cristiano. Armato di martello, organizzò un assalto a una linea del pensiero cristiano che si era affermata parecchio tempo prima e che era ancora molto influente: quella secondo cui essere cristiani significa accettare che il sacrificio di Cristo, e solo quello, abbia riscattato l’umanità. Ciò non vuol dire, in alcun modo, che un cristiano che avesse creduto che Cristo fosse morto sulla croce per la salvezza dell’umanità sarebbe stato in questo modo liberato da qualsiasi obbligo morale personale. Ma implicava con forza che la responsabilità primaria della redenzione era già stata sostenuta dal salvatore e che nulla di

tropo importante da fare rimanesse per gli individui umani caduti tanto in basso.

Nietzsche riteneva che Paolo, e in seguito i protestanti seguaci di Lutero, avesse sollevato i fedeli cristiani da ogni responsabilità morale. Essi avevano privato di forza l'idea che fosse necessario imitare il Cristo. Questa imitazione corrispondeva al sacro dovere del credente di non aderire a una serie di affermazioni basandosi su una fede astratta, ma al contrario di manifestare nella realtà lo spirito del Salvatore incarnato nelle particolari condizioni proprie della vita di ciascuno: di realizzare o incarnare l'archetipo, come diceva Jung. Scrive Nietzsche: "I cristiani non hanno mai praticato le azioni che Gesù ha prescritto; e le chiacchiere stridenti e sfacciate sulla 'giustificazione per fede' e sul suo supremo e unico significato sono semplicemente la conseguenza della mancanza di coraggio della Chiesa e della volontà di manifestare le opere richieste dal Cristo."¹⁴⁴ Nietzsche era, in effetti, un critico di primo livello.

La fede dogmatica negli assiomi centrali del cristianesimo – secondo cui la crocifissione di Cristo ha redento il mondo, la salvezza è riservata all'Aldilà e non è possibile redimersi attraverso le opere terrene – aveva tre conseguenze che si rafforzavano a vicenda. In primo luogo, la svalutazione del significato della vita terrena, dal momento che solo l'Aldilà contava. Ciò comportava che diventasse accettabile trascurare la responsabilità per la sofferenza che esisteva nel qui e ora e sottrarvisi. In secondo luogo, comportava l'accettazione passiva dello *status quo*, perché, in ogni caso, in questa vita non ci si poteva guadagnare la salvezza con l'impegno, una conseguenza che anche Karl Marx derise, affermando che la religione è l'oppio dei popoli. E infine il diritto del credente di rifiutare qualsiasi carico morale reale, al di fuori della fede dichiarata nella salvezza attraverso il Cristo, perché il Figlio di Dio aveva già fatto tutto il lavoro importante. Fu per simili motivi che anche Dostoevskij, che esercitò una grande influenza su Nietzsche, criticò il cristianesimo istituzionale, anche se probabilmente in maniera più ambigua e più sofisticata. Nel suo capolavoro, *I fratelli Karamazov*, il superuomo ateo, Ivan, racconta una breve storia, "Il Grande Inquisitore".¹⁴⁵ È opportuno esaminarla velocemente.

Ivan narra al fratello Alëša, di cui disprezza la decisione di intraprendere il noviziato monastico, del ritorno di Cristo sulla Terra al tempo dell'Inquisizione spagnola. Come ci si può aspettare, il Salvatore, tornando sulla Terra, scatena un putiferio. Guarisce i malati. Resuscita i morti. Le sue

bizzarrie attirano presto l'attenzione del Grande Inquisitore stesso, che prontamente arresta Cristo e lo getta in una cella di prigonia. Più tardi, però, l'Inquisitore fa visita al prigioniero e lo informa che non è più necessario e che il suo ritorno è una minaccia troppo grande per la Chiesa. L'Inquisitore rivela a Cristo che il fardello che ha posto sulle spalle dell'umanità, il fardello della vita condotta nella fede e nella verità, era troppo grande per essere portato dai comuni mortali. Afferma che la Chiesa, nella sua misericordia, ha alleggerito quel messaggio, sollevando dalle spalle dei fedeli il peso della responsabilità di essere perfetti, fornendo loro invece le vie di fuga semplici e misericordiose della fede e dell'Aldilà. Quel lavoro ha richiesto secoli e l'ultima cosa di cui la Chiesa ha bisogno, dopo tutto quello sforzo, è il ritorno di colui che aveva insistito sul fatto che fossero le persone a portare tutto il peso, in prima istanza. Cristo ascolta in silenzio. Poi, mentre l'Inquisitore si gira per andarsene, Cristo lo abbraccia e lo bacia sulle labbra. L'Inquisitore diventa bianco, sotto shock. Poi esce, lasciando la porta della cella aperta.

La profondità di questa storia e la grandezza dello spirito necessario a scriverla non si possono negare. Dostoevskij, uno dei maggiori geni letterari di tutti i tempi, affrontò, in tutte le opere, i problemi esistenziali più profondi e lo fece con coraggio, a testa bassa e incurante delle conseguenze. Chiaramente cristiano, rifiutò però categoricamente di diventare un fantoccio degli oppositori razionalisti e atei. Al contrario, nei *Fratelli Karamazov* il personaggio ateo di Ivan mette in discussione i presupposti del cristianesimo con insuperabile chiarezza e passione. Alëša, in linea con la Chiesa per temperamento e per scelta, non può sminuire una sola delle argomentazioni del fratello, anche se la sua fede rimane incrollabile. Dostoevskij sapeva e ammetteva che il cristianesimo era stato sconfitto dalla razionalità e anche dall'intelletto, ma (e questo è di primaria importanza) non evitava di affrontare l'argomento. Non tentò, attraverso la negazione o l'inganno o persino la satira, di indebolire la posizione che si opponeva a quanto riteneva più vero e prezioso. Pose invece l'azione davanti alle parole e affrontò il problema con successo. Alla fine del romanzo, Dostoevskij fa sì che la grande bellezza morale incarnata da Alëša, la coraggiosa imitazione di Cristo nel noviziato, ottenga la vittoria sull'intelligenza critica, spettacolare ma alla fine nichilista di Ivan.

La Chiesa cristiana descritta dal Grande Inquisitore è la stessa messa alla berlina da Nietzsche. Infantile, bigotta, patriarcale, servitrice dello Stato,

quella Chiesa ha in sé tutto quanto è marcio e ancora oggi contestato dai critici moderni del cristianesimo. Nietzsche, nonostante tutto il suo splendore, si concede di provare rabbia, ma forse non la stempera con sufficiente giudizio. È qui che Dostoevskij supera veramente Nietzsche, a mio avviso: dove la grande letteratura avanza sulla mera filosofia. L’Inquisitore dello scrittore russo è un personaggio autentico, in tutti i sensi. È opportunista, cinico, manipolatore e crudele, disposto a perseguitare gli eretici, persino a torturarli e ucciderli. Diffonde un dogma che sa essere falso. Ma Dostoevskij fa sì che lo stesso Cristo, l’archetipo della perfezione umana, lo baci comunque. È altrettanto importante notare che, dopo il bacio, il Grande Inquisitore lascia la porta socchiusa in modo che Cristo possa sfuggire all’esecuzione. Dostoevskij vedeva che il grande e corrotto edificio del cristianesimo riusciva ancora a far spazio allo spirito del fondatore. È la gratitudine di un’anima profonda verso la saggezza duratura dell’Occidente, nonostante i suoi difetti.

Non che Nietzsche non fosse disposto a riconoscere alla fede e, più in particolare, al cattolicesimo quanto dovuto. Nietzsche riteneva che la lunga tradizione di “assenza di libertà” che caratterizzava il cristianesimo dogmatico, l’insistenza nel voler spiegare tutto entro i confini di una singola e coerente teoria metafisica, fosse una precondizione necessaria per l’emergere della mente moderna, disciplinata ma libera. Come scrisse in *Al di là del bene e del male*:

La lunga servitù dello spirito [...], la costante volontà dello spirito di interpretare tutto ciò che accade secondo uno schema cristiano e di riscoprire e giustificare ancora una volta in ogni contingenza il Dio cristiano; tutte queste forze violente, arbitrarie, dure, orribili, contrarie alla ragione si sono rivelate come lo strumento con il quale è stata istillata nello spirito europeo la forza, la spregiudicata curiosità e la fine mobilità: ammesso che in tal modo dovette essere schiacciata, soffocata e corrotta irreparabilmente molta della sua forza e del suo spirito.¹⁴⁶

Per Nietzsche e Dostoevskij, allo stesso modo, la libertà – e persino la capacità di agire – richiede un vincolo. Per questo motivo, entrambi hanno riconosciuto la necessità vitale del dogma della Chiesa. L’individuo deve essere costretto, modellato, addirittura avvicinato alla distruzione, da una struttura disciplinare, restrittiva e coerente, per agire liberamente e con competenza. Dostoevskij, con grande generosità di spirito, concesse alla Chiesa, per quanto corrotta, un certo elemento di misericordia, un certo pragmatismo. Ammise che lo spirito di Cristo, il Logos che genera il

mondo, aveva storicamente trovato e poteva ancora trovare la sua ultima dimora – persino la sua sovranità – all'interno di quella struttura dogmatica.

Se un padre disciplina correttamente il figlio, ovviamente, interferisce con la sua libertà, in particolare nel qui e ora. Pone limiti all'espressione volontaria dell'essere del figlio, costringendolo a prendere il proprio posto come membro socializzato del mondo. Un simile padre richiede che tutto quel potenziale infantile sia incanalato in un'unica direzione. Nel porre questi limiti al figlio potrebbe essere considerato una forza distruttiva, che sostituisce la pluralità miracolosa dell'infanzia con una realtà unica e circoscritta. Ma non agendo così, il padre permette al figlio di rimanere semplicemente Peter Pan, l'eterno ragazzo, il re dei bambini sperduti, sovrano dell'inesistente "Isola che non c'è". Non è un'alternativa moralmente accettabile.

Il dogma della Chiesa è stato minato dallo spirito di verità fortemente sviluppato dalla Chiesa stessa. Questo indebolimento culmina nella morte di Dio. Ma la struttura dogmatica della Chiesa era una struttura disciplinare necessaria. Un lungo periodo di assenza di libertà – l'adesione a una particolare struttura interpretativa – è necessario per lo sviluppo di una mente libera. Il dogma cristiano ha fornito quell'assenza di libertà. Ma il dogma è morto, almeno per la moderna mente occidentale. È morto insieme a Dio. Dal cadavere, tuttavia, è emerso – e questo è un problema di rilevanza centrale – qualcosa di ancora più morto; qualcosa che non è mai stato vivo, nemmeno nel passato: il nichilismo, insieme a un'altrettanto pericolosa suscettibilità a idee nuove, totalizzanti, utopiche. Fu dopo la morte di Dio che sorsero i grandi orrori collettivi del comunismo e del fascismo (come previsto da Dostoevskij e Nietzsche). Nietzsche, dal canto suo, ipotizzava che i singoli esseri umani avrebbero dovuto crearsi i propri valori all'indomani della morte di Dio. Ma questo è l'elemento del suo pensiero che appare più debole, psicologicamente: non possiamo crearcici dei valori, perché non possiamo semplicemente imporre alle nostre anime in che cosa credere. Questa fu la grande scoperta di Carl Jung, cui arrivò, non da ultimo, grazie allo studio intenso dei problemi sollevati da Nietzsche.

Ci ribelliamo al nostro totalitarismo, così come a quello degli altri. Non posso semplicemente ordinare a me stesso di agire, e nemmeno tu. "Smetterò di procrastinare" dico, ma non lo faccio. "Mangerò correttamente" dico, ma non lo faccio. "Smetterò di ubriacarmi" dico, ma non lo faccio. Non posso semplicemente trasformarmi nell'immagine di me

stesso costruita dal mio intelletto, specialmente se quell'intelletto è posseduto da un'ideologia. Ho una natura, come te e tutti noi. Dobbiamo conoscere e comprendere quella natura e affrontarla prima di fare pace con noi stessi. Che cosa siamo veramente? Che cosa possiamo veramente diventare sapendo chi siamo? Dobbiamo arrivare al fondo delle cose prima che queste domande trovino una vera risposta.

Il dubbio oltre il mero nichilismo

Trecento anni prima di Nietzsche, il grande filosofo francese René Descartes (latinizzato in Cartesio) intraprese una missione intellettuale per esaminare seriamente il dubbio, per scomporre tutto in parti e raggiungere l'essenziale: per capire se poteva stabilire, o scoprire, una singola proposizione impermeabile al proprio scetticismo. Stava cercando le fondamenta su cui costruire l'Essere giusto. Cartesio le trovò, per quanto lo riguardava, nell'Io che pensa, l'Io consapevole, come espresse nella famosa formula *Cogito Ergo Sum* [Penso, quindi sono]. Ma quell'Io era stato concettualizzato molto tempo prima. Migliaia di anni fa, l'Io consapevole era l'occhio onniveggente di Horus, il grande dio egizio, la divinità solare figlia del sommo Osiride, che rinnovò lo Stato contrastandone l'inevitabile corruzione. Prima c'era il dio creatore Marduk dei mesopotamici, la cui testa era circondata da occhi, capace di generare il mondo pronunciando parole magiche. Nell'epoca cristiana, l'Io si è trasformato nel Logos, la Parola che porta l'Essere all'ordine, agli inizi dei tempi. Si potrebbe dire che Cartesio abbia semplicemente laicizzato il Logos divino, trasformandolo, più esplicitamente, in "ciò che è consapevole e pensa": il sé moderno, detto in parole semplici. Ma che cos'è esattamente questo sé?

Possiamo capirne, in certa misura, gli orrori, se vogliamo, ma la sua bontà rimane più difficile da definire. Il sé è il grande attore del male che ha camminato sulla scena dell'Essere sia come nazista sia come stalinista; che ha prodotto Auschwitz, Buchenwald, Dachau e i molti gulag sovietici. E su tutto ciò occorre riflettere seriamente. Ma qual è il suo contrario? Qual è il bene controparte necessaria di quel male, che è reso più corporeo e comprensibile dall'esistenza stessa di quel male? E qui possiamo affermare con convinzione e chiarezza che anche l'intelletto razionale, quella facoltà così amata dai detrattori della saggezza tradizionale, è almeno qualcosa di strettamente e necessariamente affine al dio archetipico che muore e risorge eternamente, all'eterno salvatore dell'umanità, il Logos stesso. Il filosofo

della scienza Karl Popper, certamente non un mistico, considerava il pensiero stesso come un'estensione logica del processo darwiniano. Una creatura che non è in grado di pensare deve unicamente incarnare il suo essere. Può esprimere la propria natura solamente nelle azioni, concretamente, nel qui e ora. Se non riesce a manifestare nel proprio comportamento ciò che l'ambiente richiede, semplicemente morirà. Ma ciò non è vero per gli esseri umani. Possiamo generare rappresentazioni astratte dei potenziali modi dell'Essere. Possiamo generare un'idea nel teatro dell'immaginazione. Possiamo testarla in rapporto ad altre nostre idee, alle idee degli altri o al mondo stesso. Se non supera il test, possiamo lasciarla andare. Possiamo, nella visione di Popper, lasciare che le nostre idee muoiano al posto nostro.¹⁴⁷ Essenzialmente, il creatore di quelle idee può continuare a procedere, ora libero da vincoli, per comparazione, per prove ed errori. La fede nella parte di noi che persiste attraverso quelle morti è un prerequisito del pensiero stesso.

Ora, un'idea non è un fatto. Un fatto è qualcosa di morto, in sé e per sé. Non ha coscienza, non ha volontà di potenza, nessuna motivazione, nessuna azione. Ci sono miliardi di fatti morti. Internet ne è un cimitero. Ma un'idea che avvince una persona è viva. Vuole esprimersi, vivere nel mondo. È per questo che gli psicologi dell'inconscio, Freud e Jung su tutti, hanno sottolineato che la psiche umana è un campo di battaglia per le idee. Un'idea ha uno scopo. Vuole qualcosa. Ipotizza una struttura di valore. Un'idea crede che ciò a cui tende sia migliore di quello che ha ora. Semplifica il mondo riducendolo a quelle cose che favoriscono o impediscono la sua realizzazione, e sminuisce tutto il resto a qualcosa di irrilevante. Un'idea individua la figura che si staglia sullo sfondo. Un'idea è una personalità, non un fatto. Quando si manifesta in una persona, ha una forte propensione a fare di quella persona il proprio avatar, spingendola a esprimerla. A volte quell'impulso, in altri termini quella "ossessione", può essere così forte che la persona morirà piuttosto che permettere che l'idea perisca. Questa è, in generale, una pessima decisione, dato che spesso basta semplicemente che l'idea muoia e che la persona che l'ha avuta smetta di esserne l'avatar, continuando su un'altra strada.

Per usare la concettualizzazione drammatica dei nostri antenati: sono le nostre convinzioni più basilari a dover morire, sacrificate, quando la relazione con Dio è stata perturbata, quando una sofferenza indebita e spesso intollerabile, per esempio, indica che qualcosa deve cambiare.

Questo non significa altro che il futuro è migliorabile se nel presente compiamo i giusti sacrifici. Nessun altro animale lo ha mai capito e noi abbiamo impiegato centinaia di migliaia di anni per farlo. Sono stati necessari epoches intere di osservazione e culto degli eroi, e poi millenni di studio, per distillare quel concetto in un racconto. Ci sono voluti altri lunghi periodi per valutare quel racconto, per incorporarlo, così che ora possiamo semplicemente dire: "Se sei disciplinato e dai più importanza al futuro che al presente, puoi cambiare la struttura della realtà a tuo favore."

Ma come farlo al meglio?

Cominciai a percorrere la stessa strada di Cartesio. Allora, non sapevo che fosse la stessa sua strada e non mi sto paragonando a lui, che è giustamente considerato uno dei più grandi filosofi di tutti i tempi. Ma ero davvero tormentato dal dubbio. Avevo travalicato i confini del cristianesimo superficiale della mia gioventù dopo aver acquisito i fondamenti della teoria darwiniana. In seguito, non riuscivo a distinguere gli elementi di base della fede cristiana da una pia illusione. Il socialismo, che poco dopo divenne per me un'alternativa affascinante, si dimostrò altrettanto inconsistente; con il tempo, ho capito, grazie al grande George Orwell, che gran parte di quel modo di pensare trovava la propria motivazione nell'odio per i ricchi e per il successo, invece che in un autentico rispetto per i poveri. Inoltre, i socialisti in sé erano più capitalisti dei capitalisti. Credevano con altrettanta forza nel denaro. Pensavano solo che, se fossero state persone diverse ad avere il denaro, i problemi che affliggevano l'umanità sarebbero svaniti. Questo è semplicemente falso. Ci sono molti problemi che il denaro non risolve e altri che peggiora. I ricchi continuano a divorziare e si alienano dai propri figli, soffrono di angoscia esistenziale, sviluppano il cancro e la demenza e muoiono soli e senza amore. Le persone affette da dipendenze, che stanno affrontando un percorso di recupero, se sono maledette dal troppo denaro, sono capaci, in un accesso di follia, di mandare tutto all'aria tra droghe e alcol. E la noia pesa molto sulle persone che non hanno niente da fare.

Al tempo stesso ero tormentato dalla questione della Guerra fredda. Mi ossessionava e tormentava i miei sogni. Mi spinse nel deserto, nella lunga notte dell'anima umana. Non capivo come fosse possibile che le due grandi potenze mondiali mirassero alla distruzione reciproca. Entrambi i sistemi erano arbitrari e corrotti? Era una semplice questione di opinioni politiche? Tutte le strutture di valore erano solamente abiti che vestivano il potere?

Erano tutti pazzi?

Ma che cosa accadde esattamente nel ventesimo secolo? Come successse che decine di milioni di persone morissero, sacrificate a nuovi dogmi e ideologie? Come arrivammo a scoprire qualcosa di peggio, molto peggio, dell'aristocrazia e delle convinzioni religiose corrotte che il comunismo e il fascismo avevano cercato di soppiantare, con la loro presunta razionalità? Nessuno aveva risposto a quelle domande, per quanto ne sapevo. Come Cartesio, ero tormentato dal dubbio. Cercavo qualcosa, qualsiasi cosa, che per me fosse inconfutabile. Volevo una roccia su cui costruire la mia casa. Fu il dubbio a guidarmi.

Una volta lessi di una pratica particolarmente infida, in uso ad Auschwitz. Una guardia costringeva un detenuto a trasportare un sacco contenente cento chili di sale bagnato da un lato all'altro del campo, per poi riportarlo indietro. *Arbeit macht frei* [Il lavoro rende liberi] recitava la scritta sopra il cancello d'ingresso del campo, e la libertà era la morte. Obbligare a trasportare il sale era un atto di inutile tormento. Era un'opera d'arte di malvagità. Mi ha permesso di comprendere, con certezza, che alcune azioni sono sbagliate.

Aleksandr Solženicyn raccontò, in maniera definitiva e profonda, degli orrori del ventesimo secolo, delle decine di milioni di persone che furono private del lavoro, della famiglia, dell'identità e della vita. Nel suo *Arcipelago Gulag*, nella seconda parte del secondo volume, parlò dei processi di Norimberga, che considerava l'evento più significativo del ventesimo secolo. A quali conclusioni giunsero quei processi? Alcune azioni sono tanto intrinsecamente terribili da essere in contrasto con la natura propria dell'essere umano. Questo è fondamentalmente vero, in tutte le culture, in ogni tempo e luogo. Esistono azioni malvagie e non ci sono scusanti per chi le ha compiute. Disumanizzare un essere umano, ridurlo allo stato di un vegetale, torturare e massacrare a prescindere dall'innocenza o dalla colpa, fare del dolore una forma d'arte, è sbagliato.

Che cosa non posso mettere in dubbio? La realtà della sofferenza. Non ci sono argomentazioni. I nichilisti non possono sminuirne la realtà con il loro scetticismo. I totalitaristi non possono vietarla. I cinici non possono sfuggire alla sua realtà. La sofferenza è reale e infliggere ingegnosamente del dolore, fine a se stesso, a un'altra persona è sbagliato. Questa è diventata la pietra angolare del mio credo. Scandagliando i livelli più bassi raggiunti dal pensiero e dall'azione umana, comprendendo la mia stessa

capacità di comportarmi come una guardia carceraria nazista o come un amministratore dell'arcipelago dei gulag o un torturatore di bambini in una prigione sotterranea, afferrai cosa significava “assumere su di sé i peccati del mondo”. Ogni essere umano ha una capacità immensa di fare del male. Ogni essere umano comprende, a priori, forse non ciò che è buono, ma certamente ciò che non lo è. E se c’è qualcosa che non è buono, allora c’è anche qualcosa che lo è. Se il peccato peggiore è tormentare gli altri, di una sofferenza fine a se stessa, allora il bene è ciò che è diametralmente opposto. Il bene è ciò che impedisce che queste cose succedano.

Il significato come bene supremo

È da questo che ho tratto le mie fondamentali conclusioni morali. Punta in alto. Fa’ attenzione. Correggi ciò che riesci. Non essere arrogante nel tuo sapere. Ricerca l’umiltà, perché l’orgoglio totalitario si manifesta nell’intolleranza, nell’oppressione, nella tortura e nella morte. Diventa consapevole delle tue stesse mancanze: la vigliaccheria, la malevolenza, il risentimento e l’odio. Considera la capacità di uccidere presente nel tuo spirito prima di osare accusare gli altri e prima di tentare di riparare il tessuto del mondo. Forse non è il mondo ad avere colpe. Forse sei tu. Non sei riuscito a lasciare il segno. Hai mancato l’obiettivo. Non sei all’altezza della gloria di Dio. Hai peccato. E tutto ciò è il tuo contributo all’incompletezza e al male del mondo. E, soprattutto, non mentire. Non mentire su nulla, mai. La menzogna porta all’inferno. Furono grandi e piccole menzogne a provocare la morte di milioni di persone.

Pensa quindi che alleviare il dolore e la sofferenza non necessari è un bene. Rendilo un assioma: al meglio delle mie capacità, agirò per alleviare il dolore e la sofferenza inutili. Ora hai posto all’apice della tua gerarchia morale un insieme di presupposti e di gesti volti al miglioramento dell’Essere. Perché? Perché conosciamo l’alternativa. L’alternativa era il ventesimo secolo. L’alternativa era così vicina all’inferno che non vale la pena di prenderla in considerazione. E il contrario di Inferno è Paradiso. Mettere il sollievo dal dolore e dalla sofferenza non necessari al vertice della propria gerarchia di valori significa impegnarsi per realizzare il Regno di Dio sulla Terra. Questo è uno stato dell’Essere e, allo stesso tempo, uno stato mentale.

Jung osservò che la costruzione di una gerarchia di valori nella persona è inevitabile, anche se questa può risultare poco organizzata e persino

contraddittoria. Per Jung, qualunque cosa si trovi in cima alla gerarchia morale di un individuo è, a tutti gli effetti, il valore ultimo di quella persona, il suo “dio”. È ciò che la persona esprime con le proprie azioni. È ciò in cui quella persona crede più profondamente. Ciò che mettiamo in atto non è un fatto o un insieme di fatti. È invece una personalità o, più precisamente, una scelta tra due personalità opposte. È Sherlock Holmes o il Professor Moriarty, Batman o Joker, Superman o Lex Luthor, Thor o Loki. È Abele o Caino ed è Cristo o Satana. Se lavora per nobilitare l’Essere, per istituire il Paradiso, allora è Cristo. Se lavora alla distruzione dell’Essere, per generare e propagare sofferenze e dolori inutili, allora è Satana. Questa è l’ineluttabile realtà archetipica.

Scegliere unicamente il vantaggio è la conseguenza di un impulso cieco. È un guadagno a breve termine. È limitato ed egoista. È una menzogna per farsi strada. Significa non avere rispetto di nulla. È una scelta immatura e irresponsabile. È una decisione saggia perseguire l’essenziale che emerge quando gli impulsi sono regolati, organizzati e unificati. È evidente dall’interazione tra le possibilità che il mondo offre e la struttura valoriale che opera in quel mondo. Se la struttura morale è finalizzata al miglioramento dell’Essere, il significato rivelato sarà di sostegno alla vita. Fornirà l’antidoto al caos e alla sofferenza. Renderà tutto ricco di significato e migliore.

Se agisci correttamente, le tue azioni ti permettono di essere psicologicamente integro adesso e domani, nel futuro, mentre arrechi beneficio a te stesso, alla tua famiglia e al mondo più ampio intorno a te. Tutto quadrerà e si allineerà lungo un singolo asse. Tutto troverà il proprio posto. Da ciò nasce il significato più alto. Questa quadratura è un luogo nello spazio e nel tempo di cui possiamo scoprire l’esistenza con la nostra capacità di sperimentare più di quanto ci è semplicemente rivelato qui e ora dai sensi, che sono ovviamente limitati alla facoltà di raccogliere informazioni e rappresentare. Il significato trionfa sul vantaggio. Il significato soddisfa tutti gli impulsi, adesso e per sempre. Ecco perché possiamo capire di averlo raggiunto.

Se decidi che il tuo risentimento nei confronti dell’Essere non ha giustificazioni, nonostante tutta l’ingiustizia e il dolore, potresti accorgerti che ci sono aspetti che puoi migliorare per ridurre, anche solo in piccola parte, il dolore e la sofferenza inutili. Forse arriverai a chiederti: “Che cosa dovrei fare oggi? Come potrei usare il mio tempo per migliorare le cose,

invece che peggiorarle?”. Questi compiti possono manifestarsi in una pila di documenti inevasi di cui potresti occuparti, nella stanza che renderai un po’ più accogliente o nella forma di un pasto che preparerai, un po’ più piacevole e gratificante, per la tua famiglia.

Potresti scoprire che, se ti assumi questi obblighi morali, una volta che avrai messo l’intento di rendere il mondo migliore ai vertici della tua gerarchia di valori, sperimenterai un significato sempre più profondo. Non è la gioia. Non è la felicità. È qualcosa di più simile a un riparare l’Essere frammentato e danneggiato. È come pagare il debito che ti spetta per il folle e orribile miracolo della vita. È il tuo modo di ricordare l’Olocausto. È la tua maniera di compensare il corso patologico della storia. È assumerti la responsabilità di un potenziale abitante dell’inferno. È la volontà di servire come un angelo del Paradiso.

Scegliere il proprio vantaggio personale significa nascondere tutti gli scheletri nell’armadio. È come celare lo sporco sotto il tappeto. È evitare la responsabilità. È codardo, superficiale e sbagliato. Sì, è sbagliato perché il semplice vantaggio personale, moltiplicato più volte, crea un demone, perché sposta semplicemente la maledizione da te a qualcun altro, o al tuo io futuro, e così rende il futuro peggiore anziché migliore.

Non c’è fede né coraggio e neppure sacrificio nel compiere ciò che è vantaggioso. Non c’è una riflessione attenta che tenga conto dell’importanza di azioni e premesse o del fatto che il mondo sia il risultato di ciò a cui diamo importanza. Che la tua vita abbia un significato è più importante di ottenere ciò che vuoi, perché forse non sai né che cosa vuoi, né di che cosa hai veramente bisogno. Il significato è qualcosa che ti viene incontro, di sua spontanea volontà. Puoi creare le condizioni che gli permetteranno di manifestarsi, puoi seguirlo quando si presenta, ma non puoi semplicemente crearlo, come atto di volontà. Il significato ti segnala che sei nel posto giusto, al momento giusto, in perfetto equilibrio tra ordine e caos, dove tutto si allinea al meglio che può in quel momento.

L’interesse personale funziona solo temporaneamente. È immediato, impulsivo e limitato. Il significato, al contrario, armonizza il vantaggio in una sinfonia dell’Essere. Il significato è ciò che si crea dal vuoto, in maniera più potente di quanto le parole possano esprimere, con l’*“Inno alla gioia”* di Beethoven, un trionfante movimento musicale dopo l’altro, su una struttura bellissima, con ogni strumento che fa la propria parte, le voci

disciplinate che si adagiano sulla melodia e si aprono all'intera ampiezza delle emozioni umane, dalla disperazione all'euforia.

Il significato è ciò che si manifesta quando i tanti livelli dell'Essere si dispongono in un'armonia perfettamente funzionante, dal microcosmo atomico, dalla cellula all'organo, dall'individuo alla società, dalla natura al cosmo, perché l'azione a ogni livello agevoli e favorisca l'azione nella sua totalità, perché il passato, il presente e il futuro siano tutti in un'unica volta riscattati e riconciliati. Il significato è ciò che emerge meravigliosamente e profondamente come un bocciolo di rosa appena formatosi, che spunta dal nulla nella luce del sole e di Dio. È il loto che tende verso l'alto attraverso le oscure profondità del lago, attraverso l'acqua sempre più pulita, che fiorisce sulla superficie stessa, rivelando in sé il Buddha d'oro, perfettamente integro, perché l'epifania della volontà divina possa manifestarsi in ogni sua parola e in ogni suo gesto.

Il significato si mostra quando tutto ciò che esiste si unisce in una danza estatica con un unico scopo: la glorificazione di una realtà che, a prescindere da quanto sia diventata improvvisamente buona, può così migliorare sempre di più e più profondamente. Il significato si manifesta quando quella danza diventa tanto intensa che tutti gli orrori del passato, tutta la terribile lotta combattuta da tutta la vita e da tutta l'umanità fino a quel momento si fa elemento utile e insostituibile nel costruire qualcosa di veramente potente e buono.

Il significato è l'equilibrio definitivo tra il caos della trasformazione e della possibilità, da una parte, e la disciplina dell'ordine originario dall'altra. Il fine è generare dal caos del momento presente un nuovo ordine che sarà ancora più puro e a sua volta capace di portare alla luce un caos e un ordine ancora più equilibrati e produttivi. Il significato è la Via, il sentiero della vita più ricca, il luogo in cui vivi quando sei guidato dall'amore e parli secondo verità e quando nulla di ciò che vuoi o che potresti desiderare ha la precedenza su questo.

Ricerca il significato, non il vantaggio personale.

* E nota che tutto questo è vero, che ci sia davvero o no una simile figura "in Cielo".

* In linea con questa osservazione, si noti come la parola "Set" precorra etimologicamente la parola "Satana". Si veda Murdock, D.M. (2009). *Christ in Egypt: the Horus-Jesus connection*. Seattle, WA:

Stellar House, p. 75.

* A chiunque pensi che quanto detto non sia realistico, considerata la realtà materiale, concreta e genuina della sofferenza che si associa alla privazione, raccomando, ancora una volta, la lettura di *Arcipelago Gulag* di Solženicyn, che presenta una serie di discussioni eccezionalmente profonde sul corretto comportamento etico e sulla sua importanza, che aumenta, anziché diminuire, in situazioni di bisogno e sofferenza estreme.





REGOLA 8

DI' LA VERITÀ, O ALMENO NON MENTIRE

LA VERITÀ NELLA ZONA GRIGIA

Mi sono laureato in Psicologia clinica alla McGill University, a Montréal. Durante gli anni di studi qualche volta mi ritrovavo con i miei compagni di corso al Douglas Hospital di Montréal, dove facevamo le nostre prime esperienze dirette con le persone affette da disturbi mentali. Il Douglas s'estende per ettari di terreno e conta decine di edifici, molti dei quali collegati tra loro da gallerie sotterranee, per proteggere operatori e pazienti dagli inverni infiniti del luogo. L'ospedale un tempo ospitava centinaia di pazienti ricoverati a lungo termine. Questo avveniva prima che i farmaci antipsicotici e i movimenti per la deistituzionalizzazione della fine degli anni Sessanta portassero alla chiusura di quasi tutti i manicomii residenziali, spesso condannando i pazienti "liberati" a una vita molto più dura, per strada. All'inizio degli anni Ottanta, quando per la prima volta visitai l'ospedale, tutti i pazienti, a eccezione dei casi più gravi, erano stati dimessi. Quelli che restavano erano persone molto strane, la cui salute mentale era pesantemente compromessa. Si raggruppavano attorno ai distributori automatici disseminati per i corridoi dell'ospedale. Sembravano

i soggetti di una fotografia di Diane Arbus o dei dipinti di Hieronymus Bosch.

Un giorno i miei compagni di classe e io aspettavamo, tutti in fila, in attesa di ulteriori istruzioni da parte del serioso psicologo tedesco che gestiva il programma di formazione clinica del Douglas. Una degente, fragile e vulnerabile, si avvicinò a una studentessa, una giovane donna benestante e conservatrice. La paziente le si rivolse in modo amichevole e infantile e domandò: “Perché state tutti qui? Cosa fate? Posso unirmi a voi?”. La mia compagna di corso si voltò verso di me e chiese incerta: “Cosa dovrei risponderle?”. Fu colta alla sprovvista, proprio come me, dalla richiesta di una persona tanto isolata e ferita. Nessuno di noi voleva dire qualcosa che potesse essere interpretato come un rifiuto o un rimprovero.

Eravamo temporaneamente entrati in una specie di zona grigia, dove la società è priva di regole o di orientamenti di base. Eravamo nuovi studenti clinici, impreparati a rapportarci, all'interno di un ospedale psichiatrico, con una paziente schizofrenica che ci chiedeva, ingenuamente e amichevolmente, di prendere parte al nostro gruppo. Non era in corso un naturale scambio comunicativo tra persone attente ai segnali contestuali. Quali erano esattamente le regole, in una situazione del genere, che travalicava i confini della normale interazione sociale? Quali erano esattamente le possibilità?

Ce n'erano solo due, per quanto potei velocemente dedurre. Avrei potuto raccontare alla paziente una storia che ci avrebbe salvato la faccia, oppure risponderle sinceramente. “Del nostro gruppo possono fare parte solo otto persone” sarebbe rientrata nella prima categoria di risposte, così come: “Stiamo andando via dall'ospedale, proprio adesso.” Nessuna di queste risposte avrebbe ferito i sentimenti della paziente, almeno in superficie, e lei non avrebbe notato le differenze di status che ci separavano. Ma nessuna delle due sarebbe stata vera. Quindi, non risposi così.

Dissi alla paziente, nel modo più semplice e diretto possibile, che eravamo nuovi studenti, che seguivamo un corso di formazione in psicologia e che non poteva unirsi a noi per quel motivo. La risposta sottolineò la differenza tra la sua situazione e la nostra, rendendo il divario tra noi più grande e più evidente. La mia risposta fu più dura di una bella bugia, confezionata in buona fede. Ma già allora avevo la sensazione che la menzogna, per quanto a fin di bene, potesse portare a conseguenze non

volute. Sembrò mortificata e ferita, ma solo per un momento. Poi capì e andò tutto bene. Era proprio così.

Qualche anno prima di iniziare il tirocinio clinico avevo avuto una strana serie di esperienze.¹⁴⁸ Mi ero ritrovato in preda a compulsioni piuttosto violente, mai trasformate in azione, e di conseguenza mi ero convinto di sapere davvero poco su chi fossi e sui miei obiettivi. Così cominciai a prestare molta più attenzione a ciò che stavo facendo e dicendo. L'esperienza fu sconcertante, per non dire altro. Ben presto mi divisi in due parti: una che parlava e una, più distaccata, che prestava attenzione e giudicava. Presto mi resi conto che quasi tutto ciò che dicevo non era vero. Avevo alcuni motivi per dire quelle cose: volevo primeggiare nelle discussioni, migliorare il mio status, impressionare le persone e ottenere ciò che volevo. Stavo usando il linguaggio per piegare e distorcere il mondo e fornire la visione della realtà che ritenevo la migliore per me. Ero un impostore. Dopo averlo capito, m'impegnai a dire solo cose a cui la mia voce interna non avrebbe obiettato. Iniziai a sforzarmi di dire la verità, o almeno di non mentire. Presto imparai che una tale abilità era molto utile quando non sapevo cosa fare. Cosa si può fare, quando non si sa che fare? Dire la verità. Ed è ciò che feci il mio primo giorno al Douglas Hospital.

In seguito, mi trovai a confrontarmi con un soggetto paranoico e pericoloso. Lavorare con le persone paranoiche è una sfida. Credono di essere state prese di mira da misteriose forze cospirative, che operano malignamente dietro le quinte. Le persone paranoiche sono iperattive e iperfocalizzate. Prestano attenzione ai segnali non verbali con un'intenzionalità assente nelle normali interazioni umane. Compiono errori di interpretazione, proprio in questo consiste la paranoia, ma sono anche quasi sbalorditive nella loro capacità di individuare le diverse motivazioni, il giudizio e le menzogne che caratterizzano l'agire delle persone. Devi ascoltare attentamente e dire la verità, se vuoi che una persona paranoica ti apra a te.

Ascoltavo attentamente e parlavo con sincerità al mio paziente. Di tanto in tanto, mi raccontava di fantasie sanguinose in cui scuoiava le persone per vendetta. Osservavo le mie reazioni. Cercavo di capire quali pensieri e immagini emergessero nel teatro della mia immaginazione mentre parlava, e gli raccontavo quanto avevo osservato. Non provavo a controllare o a dirigere i suoi pensieri o le sue azioni né i miei. Cercavo solo di fargli sapere il più chiaramente possibile come ciò che faceva influenzasse

direttamente almeno una persona, cioè me. L'attenzione che gli dedicavo e le mie risposte schiette non significavano affatto che non ne fossi toccato, e ancor meno che lo approvassi. Quando mi spaventava, gli dicevo che le sue parole e il suo comportamento erano sbagliati e che si sarebbe messo in guai seri.

Mi parlava, però, perché io ascoltavo e rispondevo con sincerità, anche se non ero incoraggiante nelle risposte. Si fidava di me, nonostante o, più precisamente, proprio per le mie obiezioni. Era paranoico, non stupido. Sapeva che il suo comportamento era socialmente inaccettabile. Sapeva che ogni persona perbene avrebbe probabilmente reagito con orrore alle sue folli fantasie. Si fidava di me e mi parlava proprio perché reagivo in quel modo. Non l'avrei mai capito, se non si fosse fidato di me.

I problemi per lui iniziavano in genere quando aveva a che fare con la burocrazia, come quando andava in banca. Magari cercava di portare a termine un compito semplice, come aprire un conto bancario, pagare una bolletta o correggere un errore. Ogni tanto s'imbatteva nel genere di persona non particolarmente disponibile che tutti di tanto in tanto abbiamo incrociato, in posti simili. La persona magari contestava le sue credenziali o i suoi documenti o gli richiedeva informazioni non necessarie e difficili da reperire. Immagino che a volte le scartoffie burocratiche fossero inevitabili, ma altre volte tutto era inutilmente complicato da meschini abusi di potere. Il mio paziente era molto sensibile in queste situazioni. Era ossessionato dalla rispettabilità. Per lui era più importante della sicurezza, della libertà o dell'appartenenza. Seguendo questa logica, perché i paranoici sono perfettamente logici, non poteva permettere di essere umiliato, insultato o sminuito, nemmeno un po', da nessuno. Non lasciava perdere. A causa dell'atteggiamento rigido e inflessibile, il mio paziente aveva già ricevuto diversi ordini restrittivi. Gli ordini restrittivi funzionano meglio, però, con il genere di persona per cui un ordine restrittivo non sarebbe mai necessario.

“Sarò il tuo peggior incubo” era la sua frase preferita, in tali situazioni. Ho desiderato intensamente poter dire una cosa del genere, ogni volta che sono incappato in inutili ostacoli burocratici, ma in genere è meglio farsi scivolare addosso queste cose. Il mio paziente, però, era irremovibile e a volte diventava davvero l'incubo di qualcuno. Era il cattivo del film “Non è un Paese per vecchi”. Era la persona che incontriamo nel posto sbagliato, al momento sbagliato. Se ti eri comportato nel modo sbagliato con lui, anche solo accidentalmente, ti avrebbe seguito, come uno stalker, ricordandoti

quanto avevi fatto e spaventandoti a morte. Non era una persona a cui mentire. Gli dissi la verità e questo lo calmò.

Il mio padrone di casa

In quel periodo avevo un padrone di casa, Denis, che era stato a capo di una banda di motociclisti del posto. Mia moglie Tammy e io vivevamo accanto a lui, nella piccola palazzina di proprietà dei suoi genitori. La sua ragazza presentava diversi segni di lesioni autoinfritte, caratteristiche di una personalità borderline. Si suicidò nel periodo in cui abitavamo lì.

Denis era un francocanadese grande e forte, con una barba grigia, molto dotato come elettricista dilettante. Aveva anche un certo talento artistico e si manteneva realizzando pannelli in legno laminato con disegni di luci al neon personalizzati. Cercava di comportarsi bene, dopo essere uscito di prigione. Eppure, una volta al mese circa, scompariva per una lunga giornata. Era uno di quegli uomini che reggono l'alcol in maniera incredibile; poteva bere cinquanta o sessanta birre in due giorni di festa, senza crollare. Può sembrare difficile da credere, ma è vero. All'epoca stavo conducendo alcune ricerche su famiglie con storie di alcolismo e non era raro che i soggetti che studiavo riferissero che i padri consumavano regolarmente più di un litro di vodka al giorno. Compravano, infatti, una bottiglia ogni pomeriggio, dal lunedì al venerdì, e poi due il sabato, per superare la chiusura domenicale del negozio di liquori.

Denis aveva un cagnolino. A volte Tammy e io sentivamo Denis e il cane nel cortile sul retro, alle quattro del mattino, che durante una delle sue tipiche maratone alcoliche, ululavano follemente alla luna. Di tanto in tanto, in occasioni del genere, Denis spendeva per l'alcol ogni centesimo dei propri risparmi. Poi si presentava alla nostra porta. Sentivamo bussare nel cuore della notte. Denis era davanti alla porta, barcollante, ma in piedi e miracolosamente cosciente.

Era lì, con un tostapane, un microonde o un poster tra le mani. Voleva vendermeli per continuare a bere. Acquistai alcuni di quegli oggetti, fingendo di essere caritativi. Alla fine Tammy mi convinse che non potevo più farlo. La rendeva nervosa, e faceva male a Denis, che le piaceva. Per quanto la sua richiesta fosse ragionevole e persino necessaria, mi metteva comunque in una posizione difficile.

Che cosa dici all'ex capo di una banda di motociclisti, estremamente ubriaco, incline alla violenza e che parla poco l'inglese, quando cerca di

venderti un microonde alla porta di casa tua, alle due del mattino? Era una richiesta ancora più difficile di quelle che mi erano state poste dalla paziente internata o dallo scorticatore paranoico. Eppure la risposta fu la stessa: la verità. Ma è maledettamente meglio che tu sappia davvero qual è la verità.

Denis tornò nuovamente a bussare, poco dopo che mia moglie e io avevamo parlato. Mi guardò con lo sguardo sospettoso, scettico e diretto che era tipico di quell'uomo robusto, che beveva molto e aveva fatto il callo ai problemi. Quello sguardo significava: "Dimostra la tua innocenza." Dondolandosi leggermente avanti e indietro, mi domandò, educatamente, se fossi interessato all'acquisto del suo tostapane. Mi sbarazzai, fin dal profondo dell'anima, della volontà di dominio tipica dei primati e della mia superiorità morale. Gli dissi, con quanta più chiarezza e attenzione potevo, che non lo avrei fatto. Non scherzavo. In quel momento non ero un giovane istruito, fortunato e che si stava affermando. Lui non era un motociclista ex galeotto con un tasso alcolemico di 2,5. No, eravamo due uomini di buona volontà che cercavano di aiutarsi a vicenda nella lotta comune per fare la cosa giusta. Gli dissi che mi aveva assicurato che stava cercando di smettere di bere. Aggiunsi che non sarebbe stato un bene per lui se gli avessi dato più denaro. Gli spiegai che, quando arrivava così ubriaco e così tardi e cercava di vendermi qualcosa, faceva innervosire Tammy, che lui rispettava.

Mi fissò con serietà, senza parlare, per circa quindici secondi. Fu un tempo abbastanza lungo. Mi osservava, lo sapevo, in cerca della più piccola espressione che tradisse sarcasmo, inganno, disprezzo o autocompiacimento. Ma ci avevo pensato attentamente e avevo detto solo cose che pensavo veramente. Avevo scelto le parole con attenzione, attraversando una palude infida, cercando, a tentoni, un sentiero acciottolato parzialmente sommerso. Denis si voltò e se ne andò. Non solo, si ricordò di quella conversazione, nonostante fosse in serio stato di ebbrezza. Non cercò più di vendermi nulla. Il nostro rapporto, che era abbastanza buono, considerato anche il grande divario culturale che ci divideva, si consolidò.

Prendere la strada più semplice o dire la verità non sono semplicemente due scelte diverse. Sono maniere diverse di affrontare la vita. Sono modi completamente diversi di vivere.

Puoi usare le parole per manipolare il mondo e presentare la tua visione della realtà. È ciò che si intende per agire strategicamente. Confondere le acque. È la specialità degli operatori di marketing senza scrupoli, di venditori, pubblicitari, artisti della conquista sentimentale, utopisti posseduti da slogan e psicopatici. È il discorso in cui le persone si impegnano quando tentano di influenzare e manipolare gli altri. È ciò che fanno gli studenti universitari quando scrivono una tesi per accontentare il professore, invece di articolare e chiarire le proprie idee. È ciò che fanno tutti quando vogliono qualcosa e decidono di fingere per compiacere e adulare. È strategico, demagogico e propagandistico.

Vivere così significa essere ossessionati da un desiderio insano, e quindi creare un linguaggio e un comportamento che, razionalmente, sembrano credibili, per realizzare quel fine. I tipici fini calcolati possono includere: imporre le proprie convinzioni ideologiche; dimostrare che si è o si è stati nel giusto; apparire competenti; salire nella gerarchia di dominio; evitare le responsabilità o, analogamente, prendersi il merito per le azioni degli altri; essere promossi; essere al centro dell'attenzione; assicurarsi di piacere a tutti; passare per martire; giustificare il proprio cinismo; razionalizzare il proprio atteggiamento antisociale; ridurre al minimo il conflitto immediato; conservare la propria ingenuità; sfruttare al meglio la propria vulnerabilità; apparire sempre come dei santi e, vero capolavoro di malvagità, assicurarsi che sia sempre colpa del figlio non amato. Sono tutti esempi di ciò che il connazionale di Sigmund Freud, il meno noto psicologo austriaco Alfred Adler, definì “bugie di vita”.¹⁴⁹

Chi vive una “bugia di vita” cerca di manipolare la realtà con la percezione, il pensiero e l’azione, in modo tale da consentire unicamente un risultato strettamente desiderato e predefinito. Una vita vissuta in questo modo si basa, consciamente o inconsciamente, su due premesse. La prima è che la conoscenza attuale sia sufficiente per definire che cosa sia buono, senza incertezze, anche molto in là nel futuro. La seconda premessa è che la realtà sarebbe insopportabile se lasciata a se stessa. Il primo presupposto è filosoficamente ingiustificabile. Forse non vale la pena di occuparsi di ciò cui miri attualmente, e ciò che stai facendo adesso potrebbe essere un errore. Il secondo è anche peggio. È valido solo se la realtà è intrinsecamente intollerabile e, contemporaneamente, qualcosa che può essere manipolato e distorto. Questo modo di parlare e di pensare richiede l’arroganza e la sicurezza che il geniale poeta inglese John Milton identificò

con Satana, il massimo angelo di Dio che compì errori di impressionante grandezza. La facoltà del raziocinio tende pericolosamente all'orgoglio: tutto ciò che so è tutto ciò che c'è da conoscere. L'orgoglio si innamora delle proprie creazioni e cerca di renderle assolute.

Ho visto persone definire la propria utopia e aggrovigliare la propria vita cercando di rendere l'utopia reale. Uno studente di sinistra adotta una posizione antiautoritaria e trendy e trascorre i successivi vent'anni a lavorare risentito per rovesciare i mulini a vento della propria immaginazione. Una diciottenne decide, arbitrariamente, di voler andare in pensione a cinquantadue anni. Lavora per trent'anni per far sì che ciò accada, senza notare che aveva preso quella decisione quand'era poco più di una bambina. Che cosa sapeva del suo sé di cinquantadue anni, quando era ancora un'adolescente? Anche adesso, molti anni dopo, ha solo un'idea vaghissima e indefinita del suo paradiso da pensionata. Ma rifiuta di prenderne atto. Che cosa significa la sua vita, se quell'obiettivo iniziale era sbagliato? Ha paura di aprire il vaso di Pandora, dove sono rinchiusi tutti i problemi del mondo. Ma la speranza si trova anche lì. Lei, invece, deforma la propria vita per adattarla alle fantasie di un'adolescente inconsapevole.

Un obiettivo ingenuamente formulato prende, con il tempo, la forma sinistra della bugia di vita. Un paziente di poco più di quarant'anni mi raccontò la visione, formulata dal suo io più giovane: "Mi vedo in pensione, seduto su una spiaggia tropicale, a bere margarita sotto il sole." Questo non è un piano: è una locandina turistica. Dopo otto margarita, l'unica cosa che puoi fare è attendere i postumi della sbornia. Dopo tre settimane di giornate piene di margarita, se sei ancora lucido, sei annoiato e disgustato da te stesso. In un anno, o anche meno, sei patetico. Non è di certo una maniera sensata di approcciarsi al futuro. Questo tipo di semplificazione e falsificazione è tipica, in particolare, degli ideologi che adottano un unico assioma: il governo è cattivo, l'immigrazione è cattiva, il capitalismo è cattivo, il patriarcato è cattivo. Quindi filtrano e analizzano le loro esperienze e insistono sempre più strenuamente sul fatto che quell'assioma può spiegare ogni cosa. Credono, narcisisticamente, al di sotto di tutta quella cattiva teoria, che potrebbero far andare il mondo per il verso giusto, se solo ne avessero il potere.

C'è anche un altro problema fondamentale connesso alle bugie di vita, in particolare quando si basano sull'omissione. Un peccato di commissione si verifica quando fai qualcosa che sai essere sbagliato. Un peccato di

omissione si verifica se lasci che qualcosa di brutto accada quando invece puoi fare qualcosa per fermarlo. Il primo è considerato, tipicamente, più grave del secondo. Ma io non ne sono così sicuro.

Prendi, per esempio, la persona che proclama che nella sua vita va tutto bene. Evita i conflitti, sorride e fa ciò che le viene chiesto di fare. Trova una nicchia e ci si nasconde. Non mette in discussione l'autorità né propone le proprie idee e non si lamenta quando viene maltrattata. Cerca l'invisibilità, come un pesce in mezzo al banco. Ma un'inquietudine segreta le rode il cuore. Sta soffrendo, perché la vita è sofferenza. È solitaria, isolata e insoddisfatta. Ma la sua obbedienza e l'autoannientamento cancellano ogni significato dalla sua vita. Non è diventata nient'altro che uno schiavo, uno strumento che altri possono sfruttare. Non ottiene ciò che vuole o di cui ha bisogno, perché farlo significherebbe esprimere la propria opinione. Quindi, nella sua esistenza, non ha nulla di valore che possa controbilanciare i problemi della sua vita. E questo la fa star male.

Potrebbero essere i chiassosi agitatori a scomparire per primi, quando l'istituzione che servono vacilla. Ma è l'invisibile che verrà sacrificato. Chi si nasconde non è una persona vitale. La vitalità richiede un contributo originale. Il nascondersi inoltre non protegge la persona che si conforma e che segue le convenzioni dalla malattia, dalla follia, dalla morte e dalle tasse. E nascondersi dagli altri significa anche sopprimere e nascondere le potenzialità del sé non realizzato. Ecco il problema.

Se non ti mostri agli altri, non puoi rivelarti a te stesso. Ciò non significa solamente che ti stai reprimendo. Implica anche che gran parte di ciò che potresti essere non avrà mai l'occasione di farsi avanti. È una verità tanto biologica quanto concettuale. Quando esplori con coraggio, quando ti confronti volontariamente con l'ignoto, raccogli informazioni e, a partire da quelle, costruisci il tuo rinnovato sé. Questo è l'elemento concettuale. I ricercatori, però, hanno scoperto di recente che nuovi geni del sistema nervoso centrale si attivano quando un organismo viene posto o si posiziona in una nuova situazione. Questi geni codificano nuove proteine che sono gli elementi costitutivi di nuove strutture cerebrali. Ciò significa che molti di noi stanno ancora nascendo, nel senso più fisico possibile, e non subiranno un processo di stasi. Devi dire qualcosa, andare da qualche parte e compiere azioni per attivarti. Altrimenti rimani incompleto, e la vita è troppo dura per chiunque sia incompleto.

Se dici di no al capo o al coniuge o a tua madre, quando è necessario dirlo, allora ti trasformi in qualcuno che può dire di no quando è necessario dirlo. Se dici sì quando non è opportuno dirlo, invece, ti trasformi in qualcuno che può solo dire di sì, anche quando è chiaramente il momento di dire di no. Se mai ti sei chiesto come persone perfettamente ordinarie e dignitose si siano potute ritrovare a compiere le azioni terribili perpetrare dalle guardie dei gulag, ora hai la risposta. Nel momento in cui era davvero necessario dire di no, non c'è stato nessuno in grado di dirlo.

Se tradisci te stesso, se dici cose non vere, se racconti una menzogna, indebolisci il tuo carattere. Se hai un carattere debole, allora le avversità ti abbatteranno, quando si presenteranno sul tuo cammino, come inevitabilmente accadrà. Ti nasconderai, ma non ti rimarrà più un posto dove nasconderti. E poi ti ritroverai a compiere cose terribili.

Solo la filosofia più cinica e disperata sostiene che la realtà si possa migliorare attraverso la manipolazione. Tale filosofia giudica l'essere e il divenire simili, e li ritiene imperfetti. Denuncia la verità come carente e l'uomo onesto come illuso. È una filosofia che causa e poi giustifica la corruzione endemica del mondo.

In questo caso, non è la prospettiva in quanto tale né un piano pensato per raggiungerla a essere in difetto. Una visione del futuro, del futuro desiderabile, è necessaria. Questa visione collega l'azione che intraprendiamo nel presente con importanti valori fondativi a lungo termine. Dà significato e importanza alle azioni immediate. Fornisce una cornice che limita l'incertezza e l'ansia.

Non è una prospettiva. È invece cecità volontaria. È il peggior tipo di bugia. È sottile e si avvale di facili razionalizzazioni. La cecità volontaria è il rifiuto di sapere qualcosa che potremmo sapere. È il rifiuto di ammettere che, se sentiamo bussare, significa che c'è qualcuno alla porta. È il rifiuto di riconoscere che c'è un gorilla di quattrocento chili nella stanza e uno scheletro nell'armadio. È il rifiuto di ammettere che c'è un errore nel nostro piano. Ogni gioco ha le sue regole. Alcune delle regole più importanti sono implicite. Le accetti semplicemente decidendo di giocare. La prima di queste regole è che il gioco è importante. Se non fosse importante, non parteciperesti. È scegliere quel gioco che ne definisce l'importanza. La seconda regola è che le mosse intraprese durante il gioco sono valide, se ti aiutano a vincere. Se fai una mossa che non ti aiuta a vincere, allora, per definizione, è una mossa sbagliata. Devi provare qualcosa di diverso. Avrai

già sentito che la follia ripete sempre le stesse cose aspettandosi risultati diversi.

Se sei fortunato, quando fallisci e provi qualcosa di nuovo, vai avanti. Se non funziona, provi ancora qualcosa di diverso. Una piccola modifica sarà sufficiente in circostanze fortunate. È quindi prudente iniziare con piccoli cambiamenti e vedere se aiutano. A volte, però, l'intera gerarchia di valori è errata e l'intero edificio deve essere abbandonato. Occorre proprio cambiare gioco. Si tratta di una rivoluzione, con tutta la confusione e il terrore che un evento di tale portata implica. Non è qualcosa da intraprendere alla leggera, ma a volte è inevitabile. Occorre un sacrificio per correggere l'errore, e un grande errore richiede un sacrificio importante. Accettare la verità significa fare sacrifici e, se hai rifiutato la verità per molto tempo, hai accumulato un debito sacrificale pericolosamente grande. Gli incendi boschivi spontanei bruciano gli alberi secchi e restituiscono al terreno i nutrienti in essi intrappolati. A volte, però, gli incendi vengono spenti artificialmente. E questo favorisce l'accumulo di alberi e rami secchi. Prima o poi, scoppiera un incendio. Quando accadrà, brucerà tanto da distruggere tutto, persino il terreno su cui cresce il bosco.

La mente orgogliosa e razionale, a proprio agio nelle situazioni certe, innamorata del proprio splendore, è facilmente tentata di ignorare l'errore e di nascondere la polvere sotto il tappeto. I filosofi letterari ed esistenzialisti, a cominciare da Søren Kierkegaard, concepivano questo modo di essere come “non autentico”. Una persona non autentica continua a percepire e ad agire secondo modalità che la sua stessa esperienza ha dimostrato essere false. Non parla con la propria voce.

“Ciò che voglio si è realizzato? No. Quindi, il mio scopo o i miei metodi erano sbagliati. Ho ancora qualcosa da imparare.” Questa è la voce dell'autenticità.

“Ciò che voglio si è realizzato? No. Allora il mondo è ingiusto. Le persone sono invidiose e troppo stupide per capire. È colpa di qualcosa o di qualcun altro.” Questa è la voce dell'inautenticità. Il passo è breve per arrivare a pensare “dovrebbero essere fermati” o “devono essere distrutti”. Ogni volta che si sente parlare di qualcosa di incomprensibilmente brutale, significa che queste idee si sono palesate.

Non si può nemmeno attribuire la colpa all'incoscienza o alla repressione. Quando l'individuo sa, lo sa. Può non voler vedere le conseguenze delle proprie azioni. Potrebbe non riuscire ad analizzare il

proprio passato, così da non capire. Può anche dimenticarsi di aver mentito e quindi non esserne consapevole. Ma era cosciente nel momento in cui ha commesso ogni errore ed evitato ogni responsabilità. In quel frangente sapeva cosa stava facendo. E i peccati di simili individui si assommano e corrompono lo stato.

Qualcuno assetato di potere stabilisce una nuova regola sul posto di lavoro. Non è utile ed è controproducente. È irritante. Sottrae al tuo lavoro parte del piacere e del suo significato. Ma dici a te stesso che va tutto bene. Non vale la pena lamentarsi. Poi succede di nuovo. Ti sei già allenato a permettere che certe cose accadano, quando non hai reagito la prima volta. Adesso sei un po' meno coraggioso. Il tuo avversario, incontrastato, è un po' più forte. L'istituzione è un po' più corrotta. Il processo di stagnazione burocratica e di oppressione è in corso, e tu hai contribuito, fingendo che andasse tutto bene. Perché non lamentarsi? Perché non prendere posizione? Se lo fai, altre persone, altrettanto timorose di parlare, potrebbero venire in tua difesa. E se non è così... forse è tempo di una rivoluzione. Forse dovresti cercare un lavoro da qualche altra parte, dove la tua anima è meno a rischio di corruzione.

“Che giova infatti all'uomo guadagnare il mondo intero, se poi perde la propria anima?” (Marco 8:36).

Uno dei maggiori contributi del capolavoro di Aleksandr Solženycyn, *Arcipelago Gulag*, è stata l'analisi della relazione causale diretta tra la patologia dello stato sovietico dipendente dal campo di lavoro, dove milioni di persone soffrirono e morirono, e la tendenza, quasi universale, del cittadino sovietico a falsificare la propria esperienza personale quotidiana, a negare la sofferenza causatagli dallo Stato, e quindi a sostenere i dettami del razionale sistema comunista, governato dall'ideologia. Fu questa malafede, questa negazione che, nell'opinione dell'autore, aiutò e favorì quel grande e paranoico omicida di massa, Iosif Stalin, nei propri crimini. Solženycyn ha scritto la verità, la sua verità, appresa duramente attraverso le esperienze nei campi, mostrando le menzogne dello Stato sovietico. Nessuna persona colta osò difendere quell'ideologia dopo la pubblicazione di *Arcipelago Gulag*. Nessuno potrebbe mai dire ancora: “Ciò che ha fatto Stalin non era vero comunismo.”

Viktor Frankl, psichiatra sopravvissuto al campo di concentramento nazista, che ha scritto il classico *Alla ricerca di un significato della vita*, trasse una simile conclusione sociopsicologica: l'esistenza individuale

ingannevole e inautentica precorre il totalitarismo sociale. Sigmund Freud, dal canto suo, riteneva analogamente che la repressione contribuisse in maniera non banale allo sviluppo della malattia mentale. La differenza tra repressione della verità e menzogna è una questione di grado, non di genere. Alfred Adler sapeva che erano le bugie ad alimentare la malattia. C.G. Jung sapeva che problemi morali affliggevano i suoi pazienti e che tali problemi erano causati dalla mancanza di autenticità. Tutti questi pensatori, che si concentrarono sulla patologia sia individuale sia culturale, giunsero alla stessa conclusione: le menzogne deformano la struttura dell'Essere. La mancanza di verità corrompe l'anima e lo Stato allo stesso modo, e una forma di corruzione alimenta l'altra.

Ho più volte osservato come la semplice infelicità esistenziale si possa trasformare in un vero inferno a causa del tradimento e dell'inganno. La crisi, a stento gestibile, della malattia terminale di un genitore può essere trasformata, per esempio, in qualcosa di orribile, oltre l'immaginabile, dallo squallore sconveniente e meschino dei figli adulti del malato. Ossessionati dal passato irrisolto, si radunano come vampiri attorno al letto di morte, trasformando la tragedia in un'empia avventura con la loro vigliaccheria e il loro risentimento.

L'incapacità di un figlio di mantenersi e vivere in modo indipendente è sfruttata da una madre decisa a proteggere il bambino da ogni delusione e dolore. Lui non se ne va mai e lei non è mai sola. È una cospirazione malvagia, lentamente forgiata, mentre la patologia si dispiega, da migliaia di sapienti strizzatine d'occhio e cenni del capo. Lei gioca a fare la martire, destinata a sostentare il figlio e suscitare, negli amici che la approvano, la compassione di cui si nutre come un vampiro. Il ragazzo cova risentimento e s'immagina oppresso. Fantastica deliziato sulla devastazione che potrebbe scatenare nel mondo che lo ha respinto per la sua vigliaccheria, la sua goffaggine e la sua incapacità. E a volte mette in atto proprio quello scempio. E tutti si chiedono: "Perché?". Probabilmente lo sanno, ma si rifiutano di ammetterlo.

Naturalmente anche vite ben vissute possono essere deformate, ferite e stravolte da malattie, infermità e catastrofi incontrollabili. La depressione, il disturbo bipolare e la schizofrenia, così come il cancro, dipendono tutti da fattori biologici che travalicano il controllo immediato dell'individuo. Le difficoltà intrinseche alla vita stessa sono sufficienti a indebolire e sopraffare ognuno di noi, spingendoci oltre i nostri limiti, colpendoci nel

nostro punto più debole. Nemmeno la vita più felice fornisce una difesa assoluta alla vulnerabilità. Ma la famiglia che lotta tra le macerie della casa devastata dal terremoto ha molte meno probabilità di riuscire a riemergere rispetto alla famiglia resa forte dalla fiducia e dalla devozione reciproche. Qualsiasi debolezza naturale o sfida esistenziale, a prescindere da quanto piccola, può amplificarsi e trasformarsi in una grave crisi, se è presente la menzogna nell'individuo, nella famiglia o nella società.

L'onesto spirito umano può continuamente fallire nei suoi tentativi di realizzare il Paradiso sulla Terra. Potrebbe però riportare il livello di sofferenza connessa all'esistenza a livelli accettabili. La tragedia dell'Essere è la conseguenza dei nostri limiti e della vulnerabilità che definisce l'esperienza umana. Potrebbe anche trattarsi del prezzo che paghiamo per esistere, dal momento che l'esistenza deve essere limitata, per essere possibile.

Ho visto un marito adattarsi con onestà e coraggio alla situazione mentre la moglie sprofondava in una demenza terminale. Intraprese le modifiche necessarie, passo dopo passo. Accettò un aiuto quando ne aveva bisogno. Si rifiutò di negare il triste deterioramento della moglie e in tal modo vi si adattò con grazia. Vidi la famiglia di quella donna che si univa dandosi coraggio e supporto reciproco, mentre lei moriva, stabilendo nuove relazioni tra i membri – fratello, sorelle, nipoti e padre – come compensazione parziale ma autentica della perdita. Ho visto mia figlia adolescente vivere nonostante la frattura dell'anca e della caviglia, sopravvivere a due anni di dolore intenso e continuo e uscirne intatta nello spirito. Ho visto suo fratello minore sacrificare, volontariamente e senza risentimento, molte occasioni di amicizia e impegno sociale per stare accanto a lei e a noi nella sofferenza. Con l'amore, l'incoraggiamento e il carattere intatto, un essere umano può mostrare una resilienza che va ben al di là di quanto si sarebbe immaginato. Non possiamo sopportare, però, la devastazione totale prodotta dalla tragedia e dall'inganno.

La capacità della mente razionale di ingannare, manipolare, costruire strategie, raggirare, falsificare, minimizzare, sviare, tradire, prevaricare, negare, omettere, razionalizzare, distorcere, esagerare e oscurare è tanto sconfinata e impressionante che secoli di pensiero prescientifico, focalizzato sull'indagine della natura dell'impegno morale, la considerarono positivamente demoniaca. La causa di ciò non è la razionalità stessa, come processo. Questo processo può, infatti, produrre chiarezza e

progresso. La causa è la peggiore tentazione cui la razionalità è soggetta: esaltare la conoscenza del momento considerandola assoluta.

Possiamo rivolgerci, ancora una volta, al grande poeta John Milton, per chiarire questo aspetto. In migliaia di anni di storia, il mondo occidentale ha ammantato di un velo fantastico e onirico il nucleo religioso della natura del male. Quella fantasia aveva un protagonista, una personalità contraddittoria, in tutto e per tutto dedita alla corruzione dell'Essere. Milton s'incaricò di organizzare, drammatizzare ed esprimere l'essenza di questo sogno collettivo e di darle vita, nella figura di Satana, o Lucifer, il “portatore di luce”. Della tentazione primordiale di Lucifer e delle sue conseguenze immediate, Milton scrive:¹⁵⁰

*Alto a levarsi
Ambia l'iniquo e d'aggugliarsi a Dio
Pensò, se a Dio si fosse opposto. Il folle
Pensier superbo rivolgendo in mente,
Incontro al soglio del Monarca eterno
Mosse empia guerra e a temeraria pugna
Venne, ma invan. L'onnipossente braccio
Tra incendio immenso e orribile ruina
Fuor lo scagliò dalle superne sedi [...]
Giù capovolto e divampante in nero,
Privo di fondo disperato abisso;
Ove in catene d'adamante stretto
A starsi fu dannato e in fiamme ultrici*

Lucifero, agli occhi di Milton lo spirito della ragione, era l'angelo più meraviglioso che Dio aveva creato dal nulla. Possiamo darne una lettura psicologica. La ragione è qualcosa di vivo. Vive in tutti noi. È più antica di ognuno di noi. È più una personalità che non una facoltà. Ha i propri scopi, le proprie tentazioni e le proprie debolezze. Vola più in alto e vede più lontano di ogni altro spirito. Ma la ragione s'innamora di se stessa, e peggio ancora. S'innamora delle proprie opere. Le eleva e le adora come assolute. Lucifer è quindi lo spirito del totalitarismo. Viene scagliato dal Paradiso all'inferno perché innalzarsi, come lui aveva fatto, e ribellarsi all'Altissimo e all'incomprensibile, porta inevitabilmente all'inferno.

Per dirlo ancora: glorificare le proprie capacità e opere e affermare che dinanzi alle proprie teorie non è necessaria la trascendenza né nulla che ne travalichi il dominio è la più grande tentazione della facoltà razionale. Ciò significa che tutto quanto è importante è già stato scoperto. Che nulla di

importante rimane ignoto. Ma soprattutto implica negare la necessità di un coraggioso confronto individuale con l'Essere. Che cosa ti salverà? Il totalitarista dice, in sostanza: "Devi fare affidamento sulla fede in ciò che già sai." Ma non è così che ci si salva. La salvezza è nella volontà di imparare da ciò che non conosci. È la fede nella capacità umana di trasformazione. È la fede nel sacrificio del sé attuale per il sé che potrebbe essere. Il totalitarista nega che per l'individuo sia necessario assumersi la responsabilità ultima dell'Essere.

Quella negazione è il significato della ribellione contro l'Altissimo. Ecco che cosa significa totalitario: tutto ciò che deve essere scoperto è stato già scoperto. Tutto si svolgerà esattamente come pianificato. Tutti i problemi svaniranno, per sempre, una volta accettato il sistema perfetto.

Il grande poema di Milton era una profezia. Mentre la razionalità s'innalzava dalle ceneri del cristianesimo, la grande minaccia dei sistemi totalitaristi l'accompagnava. Il comunismo, in particolare, era attraente non tanto per i lavoratori oppressi, suoi ipotetici beneficiari, ma per gli intellettuali: per coloro il cui arrogante orgoglio e fede nell'intelligenza umana assicurava la certezza di aver sempre ragione. Ma l'utopia promessa non si realizzò mai. Invece l'umanità ha sperimentato l'inferno della Russia stalinista, della Cina di Mao e della Cambogia di Pol Pot, e ai cittadini di quegli Stati fu chiesto di tradire la propria esperienza, rivoltarsi contro i propri concittadini e morire a decine di milioni.

C'è una vecchia battuta sovietica. Un americano muore e va all'inferno. Satana stesso gli mostra il luogo. Arrivano a un grande calderone e l'americano si ferma a guardare all'interno. È pieno di anime sofferenti, che bruciano in un liquido caldo. Mentre le anime lottano cercando di uscire, i diavoli di basso rango, seduti sul bordo, li ributtano giù con un forcone. L'americano è scioccato. Satana dice: "Ecco dove mettiamo i peccatori inglesi." La visita continua. Presto la coppia si avvicina a un secondo calderone. È leggermente più grande e un po' più caldo. L'americano si affaccia per guardarvi dentro: anch'esso è pieno di anime sofferenti, tutte con indosso dei baschi. Anche qui i diavoli con il forcone ributtano all'interno chi tenta di scappare. "Ecco dove mettiamo i peccatori francesi" dice Satana. Più avanti c'è un terzo calderone. È molto più grande ed è incandescente. L'americano riesce a malapena ad avvicinarvisi. In ogni caso, su insistenza di Satana, si accosta e guarda all'interno. È pienissimo di anime, a stento visibili sotto la superficie del liquido bollente. Di tanto in

tanto, tuttavia, un'anima esce dal liquido e cerca disperatamente di raggiungere il bordo. Stranamente, non ci sono diavoli seduti sul bordo del vaso gigante, ma chi ha cercato di arrampicarsi su per il pentolone ricade comunque all'interno e scompare sotto la superficie. L'americano chiede: "Perché qui non ci sono demoni che impediscono alle anime di scappare?". Satana Risponde: "Qui ci sono i russi. Se uno tenta di scappare, gli altri lo riportano indietro."

Milton riteneva che il rifiuto ostinato di cambiare di fronte all'errore non comportasse solo l'espulsione dal Cielo e la successiva degenerazione in un inferno sempre più profondo, ma l'impossibilità della stessa redenzione. Satana sa perfettamente che, anche se fosse disposto a cercare la riconciliazione, e se Dio volesse concedergliela, si ribellerebbe di nuovo, perché lui non cambia. Forse è questa orgogliosa testardaggine che costituisce il misterioso peccato imperdonabile contro lo Spirito Santo:

Addio, felici campi; addio, soggiorno
D'eterna gioia. Salve, o Mondo inferno,
Salvete, Orrori; e tu, profondo Abisso,
Il tuo novello possessore accogli;
Accogli quei che in petto un'alma serra
Per loco o tempo non mutabil mai.¹⁵¹

Non è un modo di immaginare l'Aldilà. Non è un luogo perverso in cui dopo la morte si torturano i nemici politici. È un'idea astratta, e le astrazioni sono spesso più reali di ciò che rappresentano. L'idea che l'inferno esista in qualche maniera metafisica non è solo antica e pervasiva: è vera. L'inferno è eterno. È sempre esistito. Esiste anche adesso. È la parte più sterile, disperata e malvagia del mondo sotterraneo del caos, dove le persone deluse e risentite abitano per sempre.

L'alma in se stessa alberga, e in sè trasforma
nel ciel l'inferno e nell'inferno il cielo.¹⁵²
[...]
Qui noi possiamo e, al parer mio, quaggiuso
anco è bello il regnar; sì, miglior sempre
che in ciel servaggio, è nell'inferno un regno.¹⁵³

Chi ha detto parecchie menzogne, a parole e con le azioni, vive lì, all'inferno, adesso. Fa' una passeggiata lungo qualsiasi strada cittadina

trafficata. Tieni gli occhi aperti e presta attenzione. Vedrai alcune di quelle persone. Sono quelle da cui istintivamente ti tieni a una certa distanza. Sono le persone che s'innervosiscono immediatamente se rivolgi loro uno sguardo, e che a volte invece si girano dall'altra parte per la vergogna. Ho visto un vagabondo alcolista orribilmente devastato comportarsi esattamente così, in presenza della mia giovane figlia. Voleva soprattutto evitare di vedere la propria condizione di degrado incontrovertibilmente riflessa nei suoi occhi.

È l'inganno a rendere le persone infelici al di là di ciò che possono sopportare. È l'inganno che riempie le anime umane di risentimento e vendetta. È l'inganno che produce la terribile sofferenza dell'umanità: i campi di sterminio nazisti, le camere di tortura e i genocidi di Stalin e quel mostro ancora più grande di Mao. È stato l'inganno a uccidere centinaia di milioni di persone nel ventesimo secolo. Era l'inganno che quasi condannò la stessa civiltà. È l'inganno che ancora ci minaccia, molto profondamente, oggi.

La verità, invece

Che cosa succede se, invece, decidiamo di smettere di mentire? Che cosa significa esattamente? Abbiamo un sapere limitato, dopo tutto. Dobbiamo prendere decisioni, qui e ora, anche se non ci è mai possibile individuare con certezza i mezzi e gli obiettivi migliori. Uno scopo, un'ambizione, fornisce la struttura necessaria all'azione. Un obiettivo fornisce una meta, un punto di contrasto rispetto al presente e una cornice all'interno della quale ogni cosa può essere valutata. Un obiettivo definisce che cosa significa progresso e rende entusiasmante tale crescita. Un obiettivo riduce l'ansia perché, in assenza di uno scopo, tutto può significare allo stesso tempo qualcosa o niente, e nessuna di queste due opzioni rende lo spirito tranquillo. Quindi, dobbiamo pensare, pianificare, limitare e collocare, per vivere. Come immaginare allora il futuro e stabilire la nostra direzione, senza cadere nella tentazione della certezza totalitaristica?

Un po' di fiducia nella tradizione può aiutarci a stabilire i nostri obiettivi. È ragionevole fare ciò che le altre persone hanno sempre fatto, a meno che non abbiamo una buona ragione per non farlo. È ragionevole studiare e lavorare e trovare l'amore e avere una famiglia. Ecco come la cultura si mantiene. Ma è necessario mirare al tuo obiettivo, per quanto tradizionale, con gli occhi ben aperti. Hai una direzione, ma potrebbe essere

sbagliata. Hai un piano, ma potrebbe essere mal congegnato. Potresti essere stato sviato dalla tua stessa ignoranza e, peggio, dalla corruzione che è in te, ma di cui ignori l'esistenza. Devi costruire una relazione di amicizia, quindi, con ciò che non sai, invece che con ciò che sai. Devi rimanere sveglio per coglierti in flagrante. Devi rimuovere la trave dal tuo stesso occhio, prima di preoccuparti della pagliuzza nell'occhio di tuo fratello. E così rafforzi il tuo stesso spirito, che può sopportare il peso dell'esistenza e rinvigorire lo Stato.

Gli antichi egizi lo avevano capito già migliaia di anni fa, sebbene il loro sapere rimanesse confinato alla rappresentazione narrativa.¹⁵⁴ Adoravano Osiride, mitologico fondatore dello Stato e dio della tradizione. Osiride, tuttavia, fu sconfitto ed esiliato agli inferi da Set, il fratello malvagio e intrigante. Gli egiziani rappresentarono in questo mito l'evidenza che le organizzazioni sociali con il tempo si fossilizzano e tendono alla cecità ostinata. Osiride non capisce qual è il vero carattere del fratello, anche se avrebbe potuto farlo. Set aspetta e, al momento opportuno, attacca. Fa a pezzi Osiride e ne sparge i resti divini per tutto il regno. Invia lo spirito del fratello agli inferi. Rende molto difficile per Osiride recuperare i propri pezzi.

Fortunatamente, il grande re non deve affrontare Set da solo. Gli egizi adoravano anche Horus, figlio di Osiride. Horus assume le forme gemelle di un falco, la creatura dallo sguardo più acuto, e dell'occhio dei geroglifici egizi, ancora oggi famoso (cui abbiamo fatto riferimento nella [Regola 7](#)). Osiride è tradizionalista, vecchio e volontariamente cieco. Suo figlio potrebbe e vorrebbe, al contrario, vedere. Horus è il dio dell'attenzione, che non corrisponde alla razionalità. Proprio prestando attenzione, riesce ad accorgersi della malvagità di Set, suo zio, e a trionfare su di essa. Ma tutto ciò ha un caro prezzo. In una terribile battaglia Set, prima di essere sconfitto ed esiliato dal regno, riesce a strappare un occhio al nipote. Horus, però, lo recupera e compie un gesto davvero inaspettato: scende volontariamente negli inferi e dona l'occhio al padre.

Che cosa significa questo? Primo, che l'incontro con la malvagità e con il male è sufficientemente terrificante da danneggiare anche la vista di un dio; secondo, che il figlio attento può ripristinare la visione del padre. La cultura è sempre sul punto di morire, anche se è stata fondata dallo spirito delle grandi persone del passato. Ma il presente non è il passato. La saggezza del passato si deteriora o diventa obsoleta, in proporzione alla

distanza effettiva tra le condizioni del presente e del passato. È una semplice conseguenza del passare del tempo e del cambiamento che inevitabilmente porta con sé. Ma la cultura e la sua saggezza sono vulnerabili anche alla corruzione, alla cecità volontaria e agli intrighi mefistofelici. Quindi, l'inevitabile declino funzionale delle istituzioni che ci sono state trasmesse dai nostri antenati è accelerato dal nostro comportamento scorretto, ovvero dal fatto che manchiamo il bersaglio, nel presente.

È nostra responsabilità vedere ciò che abbiamo davanti agli occhi, con coraggio, e imparare da quello, anche se sembra orribile, anche se l'orrore di vederlo ferisce la nostra coscienza e ci rende ciechi. L'atto del vedere è particolarmente importante quando sfida ciò che conosciamo e ciò su cui contiamo, sconvolgendoci e destabilizzandoci. È proprio l'atto di vedere che informa l'individuo e rinnova lo Stato. Fu per questo motivo che Nietzsche disse che il valore di un uomo era determinato da quanta verità poteva sopportare. Non sei unicamente ciò che già conosci. Sei anche tutto ciò che potresti sapere, se solo lo volessi. Quindi, non dovresti mai sacrificare ciò che potresti essere per quello che sei adesso. Non dovresti mai rinunciare al meglio che è in te per la sicurezza che hai conquistato, e certamente non quando hai intravisto, innegabilmente, qualcosa più in là.

Nella tradizione cristiana, Cristo è identificato con il Logos. Il Logos è la parola di Dio. Quella parola trasformò il caos in ordine, all'inizio dei tempi. Nella sua forma umana, Cristo si sacrificò volontariamente alla verità, al bene, a Dio. Di conseguenza, morì e rinacque. La parola che crea ordine dal caos sacrifica tutto, anche se stessa, a Dio. Questa singola frase, saggia oltre la comprensione, riassume il cristianesimo. Ogni piccolo apprendimento è una piccola morte. Ogni nuova informazione mette in discussione una concezione precedente, costringendola a dissolversi nel caos prima di poter riemergere come qualcosa di meglio. A volte queste morti praticamente ci distruggono. In questi casi, potremmo non riprenderci mai o, se lo facciamo, cambiamo parecchio. Un mio buon amico scoprì che la moglie aveva una relazione extraconiugale da decenni. Non se l'aspettava e per questo cadde in una profonda depressione. Scese negli inferi. A un certo punto mi disse: "Ho sempre pensato che le persone depresse dovessero semplicemente scrollarsela di dosso. Non sapevo di cosa stessi parlando." Alla fine, riemerse dagli abissi. Per molti aspetti, è un uomo nuovo e, forse, un uomo più saggio e migliore. Ha perso quasi venti chili. Ha corso una

maratona. Ha viaggiato in Africa e scalato il Kilimangiaro. Scelse di rinascere invece che sprofondare all'inferno.

Stabilisci quali sono le tue ambizioni, anche se non ne sei del tutto sicuro. Le migliori ambizioni sono quelle che riguardano la crescita personale e le proprie capacità, piuttosto che quelle che riguardano lo status e il potere. Lo status è qualcosa che puoi perdere. Invece, il tuo carattere lo porti ovunque vai e ti permette di avere la meglio sulle avversità. Sapendo questo, assicura una corda a un grosso masso. Raccogli la pietra, sollevala all'altezza dei tuoi occhi e sporgiti verso di essa. Guardati e osservati mentre ti tendi in avanti. Articola la tua esperienza con chiarezza e dedica la maggiore attenzione possibile a te stesso e agli altri. Così imparerai a procedere con più efficacia verso l'obiettivo. E mentre lo fai, non mentire. Soprattutto a te stesso.

Se presti attenzione a ciò che fai e dici, puoi imparare a percepire uno stato di scissione interna e debolezza quando ti comporti e parli in modo scorretto. È una sensazione interiore, non un pensiero. Io provo una sensazione di affossamento e scissione, piuttosto che di solidità e forza, quando sono incauto nelle azioni e nelle parole. Sembra che sia centrata nel plesso solare, dove risiede un grosso nodo di tessuto nervoso. Ho imparato a riconoscere quando mentivo, infatti, notando questa sensazione di affossamento e scissione, e quindi deducendo la presenza di una bugia. Spesso mi ci è voluto molto tempo per scovare l'inganno. A volte usavo le parole per apparire. A volte cercavo di mascherare la mia ignoranza sull'argomento in questione. Altre volte usavo le parole di altri per evitare la responsabilità di pensare per me stesso.

Se fai attenzione, quando cerchi qualcosa, ti sposti verso il tuo obiettivo. Ancora più importante, però, è che acquisisci le informazioni che consentono al tuo stesso obiettivo di trasformarsi. Un totalitarista non chiede mai: "E se la mia attuale ambizione fosse sbagliata?". Per lui è come l'Assoluto. Diventa il suo dio, a tutti gli effetti, e costituisce il suo valore più alto. Regola le sue emozioni e gli stati motivazionali e ne determina i pensieri. Tutte le persone servono la propria ambizione. In questa materia non ci sono atei, ma solo persone che sanno quale dio stanno servendo e altre che lo ignorano.

Se orienti tutto, totalmente, ciecamente e volontariamente al raggiungimento di un obiettivo, e solo a quello, non sarai mai in grado di scoprire se un altro obiettivo servirà di più a te e al mondo. È questo che

sacrifichi se non dici la verità. Se invece dici la verità, i tuoi valori si trasformano a mano a mano che tu procedi. Se osservi la realtà che si manifesta e accogli le informazioni che ricevi, mentre ti sforzi di procedere, le tue idee su ciò che è importante cambiano. Riorienti te stesso, a volte gradualmente, a volte improvvisamente e radicalmente.

Immagina di frequentare la facoltà di ingegneria perché è ciò che i tuoi genitori desiderano, ma non quello che vuoi tu. Dal momento che non agisci secondo i tuoi desideri, ti troverai privo di motivazione e non avrai successo. Fatica a concentrarti e a darti una disciplina, ma non funzionerà. La tua anima rifiuterà la tirannia della volontà (come si potrebbe definire diversamente?). Perché asseendi qualcuno? Potresti non voler deludere i tuoi genitori, anche se, fallendo, farai esattamente questo. Forse non hai il coraggio di affrontare il conflitto necessario a liberarti. O magari non vuoi sacrificare la tua fiducia infantile nell'onniscienza dei genitori, e desideri devotamente continuare a credere che c'è qualcuno che ti conosce meglio di quanto tu conosca te stesso e che sa anche tutto del mondo. Vuoi proteggerti, così, dalla desolata condizione di solitudine esistenziale dell'essere individuale e dalla relativa responsabilità. Tutto ciò è molto frequente e comprensibile. Ma tu soffri perché non sei destinato a essere un ingegnere.

Un giorno ne hai abbastanza. Abbandoni gli studi. Deludi i tuoi genitori. Impari a convivere con questa nuova condizione. Ti basi solo sulle tue opinioni, anche se ciò significa che dovrà fare affidamento sulle tue decisioni. Prendi una laurea in filosofia. Accetti il peso dei tuoi stessi errori. Diventi la persona che sei. Rifiutando la visione di tuo padre, sviluppi la tua. E poi, quando i tuoi genitori invecchiano, diventi abbastanza adulto da essere lì per loro, quando avranno bisogno di te. Vincono anche loro. Ma entrambe le vittorie dovevano essere raggiunte al costo del conflitto provocato dalla tua verità. Come dice Matteo 10:34, citando Cristo a proposito del ruolo della verità che si afferma con le parole: "Non crediate che io sia venuto a portare pace sulla Terra; non sono venuto a portare pace, ma una spada".

Se continui a vivere secondo la verità, per come ti si rivela, dovrà accettare e affrontare i conflitti che il tuo modo di essere genererà. Allora, continuerai a maturare e a diventare più responsabile, in ambiti specifici e in generale. Fisserai nuovi e più saggi obiettivi e diventerai ancora più avveduto nel formularli, quando scoprirai e correggerai i tuoi errori.

inevitabili. La tua idea di ciò che è importante diventerà sempre più corretta, a mano a mano che farai tua la saggezza dell'esperienza. Smetterai di oscillare all'impazzata e camminerai in maniera sempre più dritta verso il bene, un bene che non avresti mai potuto capire se all'inizio avessi insistito, nonostante tutte le prove, nel sostenere le tue ragioni, la tua ragione assoluta.

Se l'esistenza è buona, allora anche la relazione più semplice, pura e corretta lo è. Se l'esistenza non è buona, al contrario, sei perso. Niente ti salverà, certamente non le ribellioni meschine, né il pensiero oscuro e la cecità oscurantista che costituiscono l'inganno. Ma l'esistenza è buona? Devi correre un rischio terribile per scoprirlo. Vivi nella verità o vivi nell'inganno, affrontane le conseguenze e trai le tue conclusioni.

Questo è "l'atto di fede" sulla cui necessità insiste il filosofo danese Kierkegaard. Non puoi saperlo in anticipo. Anche un buon esempio non è sufficiente per dimostrarlo, date le differenze tra gli individui. Il successo può sempre essere attribuito alla fortuna. Quindi, devi rischiare la tua vita particolare e individuale per scoprirlo. È questo il rischio che gli antichi descrivevano come il sacrificio della volontà personale alla volontà di Dio. Non è un atto di sottomissione, almeno non per come intendiamo la sottomissione. È un atto di coraggio. È la fede nel fatto che il vento spingerà la tua nave verso un porto nuovo e migliore. È la fede nel fatto che l'Essere può correggersi in divenire. È lo spirito stesso dell'esplorazione.

Forse è meglio rendere il concetto in questi termini: tutti hanno bisogno di un obiettivo concreto, specifico, un'ambizione e uno scopo, per limitare il caos e dare un senso evidente alla propria vita. Ma tutti questi obiettivi concreti possono e devono essere subordinati a un meta-obiettivo, che è un modo per approcciare e formulare gli obiettivi stessi. Il meta-obiettivo potrebbe essere "Vivi nella verità". Ciò significa: "Agisci coscienziosamente verso un fine ben articolato, definito e temporaneo. Rendi i tuoi criteri di fallimento e successo tempestivi e chiari, almeno per te stesso, meglio ancora se gli altri possono capire quanto stai facendo e valutarlo insieme a te. Intanto, però, permetti al mondo e al tuo spirito di dispiegarsi come desiderano, mentre esprimi con le azioni e con le parole la verità." Questa è allo stesso tempo ambizione pragmatica e la più coraggiosa delle fedi.

La vita è sofferenza. È quanto ha affermato, esplicitamente, il Buddha. I cristiani raffigurano lo stesso sentimento con l'immagine del crocifisso

divino. La fede ebraica è satura del ricordo della sofferenza. La corrispondenza tra vita e limite è il fatto primario e inevitabile dell'esistenza. La vulnerabilità del nostro essere ci rende sensibili alle pene del giudizio e del disprezzo sociale e all'inevitabile crollo del nostro corpo. Ma anche tutti questi tipi di sofferenza, per quanto terribili, non sono sufficienti a corrompere il mondo, a trasformarlo nell'inferno, nel modo in cui i nazisti, i maoisti e gli stalinisti l'hanno corrotto e l'hanno reso. Per questo motivo, come Hitler ha dichiarato con grande chiarezza, la menzogna è necessaria.¹⁵⁵

[Nel]la grande bugia c'è sempre una certa credibilità; perché le grandi masse di una nazione sono sempre più facilmente corrotte negli strati più profondi della loro natura emotiva che non consapevolmente o volontariamente; e così nella primitiva semplicità delle loro menti cadono più prontamente vittime della grande bugia che della piccola bugia, dal momento che esse stesse spesso raccontano piccole bugie su piccoli aspetti, ma si vergognerebbero di ricorrere alla falsità su larga scala. Non verrebbe mai loro in mente di fabbricare falsità colossali e non penserebbero che altri possano avere l'ardire di distorcere la verità in maniera tanto infame. Anche se i fatti che dimostrano che ciò accade possono essere portati chiaramente alle loro menti, le masse dubiteranno ancora e vacilleranno e continueranno a pensare che possa esserci qualche altra spiegazione.

Per una grande bugia, prima di tutto c'è bisogno di una piccola bugia. La piccola bugia è, metaforicamente parlando, l'esca usata per agganciare le vittime. La capacità d'immaginazione umana ci permette di sognare e creare mondi alternativi. È la fonte ultima della creatività. Insieme a questa singolare capacità, però, arriva la controparte, l'altra faccia della medaglia: possiamo ingannare noi stessi e gli altri portandoci a credere e ad agire come se le cose fossero diverse da come sappiamo.

E perché non mentire? Perché non distorcere le cose per ottenere un piccolo guadagno o per smussare gli angoli, per mantenere la pace o per evitare di ferire i sentimenti? La realtà ha un aspetto terribile: abbiamo veramente bisogno di affrontarne il suo sguardo da serpe in ogni momento del nostro stato di veglia e a ogni svolta della nostra vita? Perché non allontanarci, almeno, quando guardare è troppo doloroso?

La ragione è semplice. Le cose si deteriorano. Ciò che ha funzionato ieri non necessariamente andrà bene oggi. Abbiamo ereditato la grande macchina dello Stato e della cultura dai nostri antenati, ma adesso loro sono morti e non possono affrontare i cambiamenti di questi tempi. I vivi possono farlo. Possiamo aprire gli occhi e modificare ciò che abbiamo dove è opportuno, mentre preserviamo il funzionamento del macchinario. Oppure

possiamo fingere che tutto vada bene, ignorare le riparazioni che occorre fare e poi maledire il destino quando nulla va come vorremmo.

Le cose si deteriorano: questa è una delle grandi scoperte dell'umanità. E noi ne acceleriamo il naturale decadimento con la nostra cecità, l'inazione e l'inganno. Senza attenzione, la cultura degenera e muore e il male prevale.

Ciò che vedi di una bugia quando la metti in atto (e le bugie sono spesso agite, piuttosto che raccontate) è una piccola parte di ciò che è in realtà. Una singola menzogna è collegata a tutto il resto. Produce nel mondo lo stesso effetto che una singola goccia d'acqua di fogna provoca anche nella più grande delle bottiglie di champagne. È qualcosa che è meglio considerare vivo e in crescita.

Quando la falsità si espande, tutto il mondo si guasta. Ma se guardi abbastanza da vicino, la più grande delle bugie è composta da tante più piccole, e quelle sono composte da bugie ancora più piccole, e la più piccola delle bugie si trova dove inizia la grande bugia. Non si tratta semplicemente di dichiarare il falso. È invece un atto che può paragonarsi alla cospirazione più seria di sempre per soggiogare la razza umana. L'apparente innocuità, la banale meschinità, la debole arroganza da cui scaturisce e l'evasione dalla responsabilità a cui mira ne camuffano efficacemente la vera natura, la reale pericolosità e la sua equivalenza con i grandi atti malvagi che l'uomo perpetra e di cui spesso gode. Le bugie corrompono il mondo. Peggio ancora, è proprio questo il loro intento.

All'inizio si tratta di una piccola bugia; quindi ne arrivano diverse altre per sostenerla. Dopo, è il momento del pensiero distorto, per evitare la vergogna che quelle bugie producono, quindi qualche altra falsità per coprire le conseguenze del pensiero distorto. Poi la cosa più terribile: la trasformazione di quelle bugie, ora necessarie, attraverso la pratica, in convinzioni e azioni meccaniche, specializzate, strutturali, neurologicamente rappresentate come "inconscie". Pertanto, l'intossicazione dell'esperienza stessa come azione fondata sull'inganno non riesce a produrre i risultati desiderati. Se non credi nell'esistenza dei muri in mattoni, rimarrai ferito quando ci andrai a sbattere contro. E maledirai la realtà stessa per l'esistenza di quel muro.

È quindi il momento dell'arroganza e del senso di superiorità che inevitabilmente accompagnano la produzione di bugie di successo, ipoteticamente vincenti. Questo è uno dei pericoli maggiori: sembra che sia riuscito a ingannare tutti, quindi sono tutti stupidi. Tutti sono stupidi e

vittime dell’inganno ordito da me, quindi posso farla franca in ogni situazione. Infine, c’è l’affermazione: “L’Essere stesso subisce le mie manipolazioni. Quindi, non merita rispetto.”

Tutto va in frantumi, come Osiride, smembrato in pezzi. La struttura della persona o dello Stato si disintegra sotto l’influenza di una forza maligna. Il caos degli inferi emerge, come un’inondazione, per travolgere il terreno familiare. Ma non è ancora l’inferno.

L’inferno arriva dopo. L’inferno arriva quando le bugie hanno distrutto la relazione tra l’individuo o lo Stato e la realtà stessa. Le cose si deteriorano. La vita degenera, tutto diventa frustrazione e delusione. La speranza ci tradisce di continuo. L’individuo ingannatore compie gesti disperati di sacrificio, come Caino, ma non riesce a piacere a Dio. Quindi il dramma entra nell’atto finale.

Torturato dal fallimento costante, l’individuo si amareggia. La delusione e il fallimento si mescolano e creano una fantasia: il mondo desidera la mia sofferenza personale, la mia particolare distruzione, la mia rovina. Ho bisogno, mi merito, devo avere la mia vendetta. Ecco la porta dell’inferno. È qui che il mondo sotterraneo, un luogo terrificante e sconosciuto, diventa la stessa infelicità.

All’inizio del tempo, secondo la grande tradizione occidentale, la parola di Dio trasformò il caos in Essere. È assiomatico, all’interno di quella tradizione, che l’uomo e la donna siano fatti a immagine di quel dio. Trasformiamo il caos in Essere, attraverso il linguaggio. Trasformiamo le molteplici possibilità del futuro nelle realtà del passato e del presente.

Dire la verità significa portare alla luce la realtà più vivibile. La verità costruisce edifici che possono rimanere in piedi anche mille anni. La verità nutre e veste i poveri e rende le nazioni ricche e sicure. La verità riduce la terribile complessità di un uomo alla semplicità della sua parola, in modo che possa diventare un alleato, piuttosto che un nemico. La verità rende il passato veramente tale e usa al meglio le possibilità del futuro. La verità è l’ultima, inesauribile, risorsa naturale. È la luce nell’oscurità.

Vedi la verità. Affermala.

Non giungerà sotto le spoglie di opinioni condivise da altri, poiché la verità non è né una collezione di slogan né un’ideologia. Sarà invece personale. La tua verità è qualcosa che solo tu puoi dire, perché si basa sulle circostanze uniche della tua vita. Impara la tua verità personale. Comunicala con attenzione, in maniera accurata, a te stesso e agli altri. Ciò

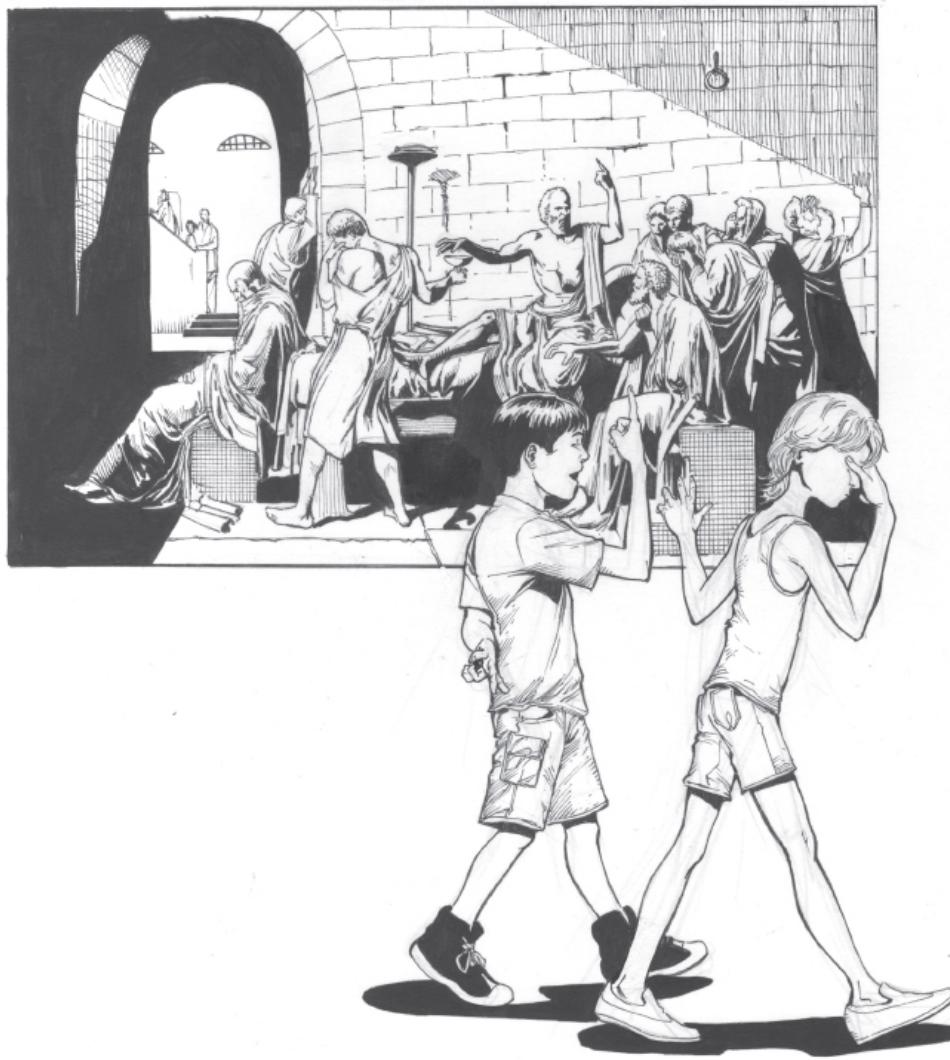
ti garantirà sicurezza e una vita più ricca adesso, mentre vivi nella cornice delle tue autentiche convinzioni attuali. Ti garantirà la generosità del futuro, che potrà divergere dalle certezze del passato.

La verità scaturisce sempre rinnovata dalle più profonde sorgenti dell'Essere. Preserverà la tua anima dall'appassimento e dalla morte, mentre ti confronti con l'inevitabile tragedia della vita. Ti aiuterà a evitare il terribile desiderio di cercare vendetta per quella tragedia, parte del terribile peccato dell'Essere, che deve sopportare ogni cosa con eleganza, per esistere.

Se la tua vita non è come potrebbe essere, prova a dire la verità. Se ti aggrappi disperatamente a un'ideologia o ti crogioli nel nichilismo, prova a dire la verità. Se ti senti debole e rifiutato, disperato e confuso, prova a dire la verità. In Paradiso ognuno dice la verità. Ecco perché è il Paradiso.

Di' la verità, o almeno non mentire.





REGOLA 9

PENSA SEMPRE CHE LA PERSONA CON CUI PARLI PUÒ SAPERE QUALCOSA CHE TU NON SAI

NON È UN CONSIGLIO

La psicoterapia non è un insieme di suggerimenti. Di solito si riceve un consiglio da una persona che desidera soprattutto zittirci e allontanarsi da noi, quando le raccontiamo qualcosa di orribile e complicato. Riceviamo un consiglio quando la persona con cui stiamo parlando vuole mettere in mostra la propria superiorità o la propria intelligenza. Se non fossi tanto stupido, dopo tutto, non avresti gli stupidi problemi che hai.

La psicoterapia è una conversazione sincera: è indagine, articolazione e progettazione. In una conversazione sincera, ascolti e parli, ma soprattutto ascolti. Ascoltare significa prestare attenzione. È sorprendente ciò che le persone ti dicono, se le ascolti. Se le ascolti, a volte ti diranno persino che cosa non va in loro. E anche come pensano di risolvere il problema. E spesso ciò ti aiuta a risolvere qualcosa che non va anche nella tua vita. In una sorprendente occasione, una delle tante in cui si sono verificate simili circostanze, stavo ascoltando una persona molto attentamente e, in pochi

minuti, lei mi disse che: 1) era una strega 2) la sua congrega passava molto tempo a immaginarsi la pace nel mondo. Quella donna era un funzionario di basso livello in qualche ufficio burocratico. Non avrei mai detto che fosse una strega. Non sapevo nemmeno che le congreghe di streghe impiegassero il loro tempo a immaginare la pace nel mondo. Non sapevo neanche che farmene di quell'informazione, ma non era noiosa, e questo era già qualcosa.

Nella mia pratica clinica, parlo e ascolto. Con alcune persone parlo di più, con altre preferisco ascoltare. Alcune sono veramente sole al mondo. Ci sono molte più persone sole di quante tu ne possa immaginare. Non le incontri perché sono sole. Altre sono attorniate da tiranni, narcisisti, alcolizzati, persone traumatizzate o vittime di professione. Alcune non riescono a esprimersi. Partono per la tangente, ripetono le stesse cose, forniscono informazioni vaghe e contraddittorie. È difficile ascoltarle. Intorno a loro accadono cose terribili: hanno genitori con l'Alzheimer o figli malati. Non hanno molto tempo per occuparsi dei propri problemi.

Una volta si presentò nel mio studio* una paziente che seguivo già da qualche mese. Arrivò all'appuntamento e mi disse: "Credo di essere stata violentata." Non è facile rispondere a un'affermazione del genere, anche se spesso c'è del mistero intorno a questo tipo di avvenimenti. A volte c'è di mezzo l'alcol, come nella maggior parte delle aggressioni sessuali. L'alcol genera ambiguità. In parte è proprio questo il motivo per cui le persone bevono. L'alcol solleva momentaneamente le persone dal peso della consapevolezza di sé: sanno che ci sarà un futuro, ma non se ne preoccupano. È entusiasmante. È esilarante. Le persone ubriache possono far festa come se non ci fosse un domani. Ma dal momento che quasi sempre esiste un domani, si trovano anche nei guai. Perdono conoscenza. Vanno in posti pericolosi in compagnia di persone che non hanno riguardi nei loro confronti. Si divertono. Ma a volte vengono molestate. Così, pensai subito che potesse essere successo qualcosa di simile. Come interpretare in altro modo quel "penso"? Ma la storia continua. Quella donna aggiunse un altro dettaglio: "Cinque volte." La prima affermazione era stata piuttosto terribile, ma la seconda risultò incomprensibile. Cinque volte? Che cosa poteva mai significare?

La paziente mi raccontò che si recava in un locale dove beveva qualche drink. Qualcuno si metteva a parlare con lei e poi entrambi andavano a casa di lei o di lui. La serata proseguiva, inevitabilmente, fino al momento

dell'atto sessuale. Il giorno seguente lei si svegliava incerta di quanto accaduto, interrogandosi sulle proprie motivazioni, su quelle dell'altra persona e sul mondo. La signorina S., come la chiameremo, era talmente vaga da non avere un'esistenza propria. Era un fantasma di persona. Si vestiva, però, come una professionista. Sapeva come presentarsi al primo incontro. Per questo era riuscita a farsi strada in un comitato consultivo governativo che si occupava di valutare la costruzione di infrastrutture per i trasporti, anche se non sapeva nulla né di amministrazione, né di comitati consultivi né di costruzioni. Conduceva, inoltre, un programma radiofonico locale dedicato alle piccole imprese, anche se non aveva mai avuto un vero lavoro e non sapeva nulla di imprenditorialità. Riceveva il sussidio sociale da quando era diventata adulta.

I genitori non le avevano mai dedicato un minuto d'attenzione. Aveva quattro fratelli che la trattavano male. Al momento non aveva amici, né li aveva mai avuti in passato. Non aveva un compagno: nessuno con cui parlare, e non sapeva come pensare a se stessa, situazione non rara. Non aveva un sé. Era invece una cacofonia ambulante di esperienze disarmoniche. In precedenza avevo cercato di aiutarla a trovare un lavoro. Le domandai se avesse un CV. Mi rispose affermativamente, così le chiesi di portarmelo, cosa che fece all'appuntamento successivo. Era lungo cinquanta pagine. Lo teneva in un raccoglitore ed era diviso in sezioni da alcuni separatori, di quelli colorati che spuntano sulla destra dei fogli. Le sezioni includevano argomenti come "I miei sogni" e "Libri che ho letto". In quelle sezioni aveva riportato decine di sogni notturni e fornito brevi riassunti e recensioni delle proprie letture. Era ciò che aveva intenzione di inviare ai potenziali datori di lavoro o che forse aveva già inviato? È impossibile capire quanto qualcuno sia isolato, sradicato e confuso al punto da vivere in un mondo dove un raccoglitore contenente cinquanta pagine indicizzate di sogni e riassunti di romanzi costituisce un CV. La signorina S. non sapeva nulla di sé. Non sapeva nulla degli altri, né del mondo. Era un film sfuocato. E aspettava disperatamente una storia che la riguardasse perché tutto prendesse un senso.

Se metti un po' di zucchero in acqua fredda e mescoli, lo zucchero si scioglierà. Se riscaldi l'acqua, ne puoi disciogliere una quantità maggiore. Se porti l'acqua a ebollizione, puoi aggiungere molto più zucchero e sciogliere anche quello. Se poi prendi quell'acqua zuccherata bollente e la lasci raffreddare lentamente, senza rovesciarla né mescolarla, puoi far sì che

l'acqua contenga molto più zucchero disciolto di quanto sarebbe stato possibile se fosse rimasta sempre fredda. È detta soluzione sovrassatura. Se lasci cadere un singolo cristallo di zucchero in quella soluzione sovrassatura, tutto lo zucchero in eccesso si cristallizzerà, all'improvviso e in maniera percepibile. È come se chiedesse a gran voce di trovare un ordine. Così era la mia paziente. Le persone come lei sono il motivo per cui le molte forme di psicoterapia al momento praticate funzionano tutte. La loro psiche troverà un ordine e la loro vita migliorerà semplicemente se adottano un qualunque sistema di interpretazione ragionevolmente ordinato. Ciò significa mettere insieme i disparati elementi delle loro vite in maniera disciplinata, in una qualsiasi maniera disciplinata. Quindi, se sei crollato a pezzi o se non sei mai stato integro, puoi ristrutturare la tua vita secondo i principi freudiani, junghiani, adleriani, rogersiani o comportamentisti. Almeno dopo avrai un senso. Almeno, dopo, sarai coerente. Almeno potrai riuscire in qualcosa, se non in tutto. Con una scure non puoi aggiustare un'auto, ma puoi tagliare un albero. È già qualcosa.

Più o meno nello stesso periodo in cui ricevevo quella paziente, i media parlavano in continuazione di persone che avevano recuperato ricordi perduti, in particolare di aggressioni sessuali. Il dibattito si accese in fretta: erano resoconti autentici di un trauma passato? Oppure erano costrutti successivi, elaborati in conseguenza della pressione esercitata, intenzionalmente o no, da terapeuti incauti cui pazienti troppo desiderosi di trovare una ragione semplice a tutti i loro problemi cercavano disperatamente di aggrapparsi? A volte forse valeva la prima ipotesi, mentre altre la seconda. Compresi però molto più chiaramente e precisamente come potesse essere facile instillare un falso ricordo nel paesaggio mentale di una persona quando la mia paziente mi disse che non era certa di aver vissuto davvero le proprie esperienze sessuali. Il passato sembra immobile, ma non è così, non in un fondamentale senso psicologico. C'è tantissimo nel nostro passato, dopo tutto, e la maniera in cui l'organizziamo può essere soggetta a una revisione drastica.

Immagina, per esempio, un film dove succedono solo cose orribili. Alla fine, però, tutto si sistema. Tutto è risolto. Un fine sufficientemente lieto può cambiare il significato di tutti gli eventi precedenti. Possiamo pensare che ne sia valsa la pena, considerato quel finale. Adesso immagina un altro film, in cui succedono un sacco di cose, tutte entusiasmanti e interessanti. Ma sono tantissime. Dopo novanta minuti cominci a preoccuparti. “È un bel

film” pensi, “ma succedono un sacco di cose. Spero proprio che il regista riesca a metterle tutte insieme.” Questo, però, non accade. La storia invece finisce all’improvviso, irrisolta, oppure accade qualcosa di banale e stereotipato. Esci dal cinema molto annoiato e insoddisfatto, senza accorgerti che sei stato pienamente coinvolto e che sei stato intrattenuto per quasi tutto il tempo che hai trascorso in sala. Il presente può cambiare il passato, e il futuro può cambiare il presente.

Quando ti ricordi del passato, inoltre, ti rammenti solo di alcune parti e dimentichi le altre. Hai ricordi chiari di alcune cose accadute ma non di altre che hanno potenzialmente la stessa importanza, proprio come nel presente sei consapevole di alcuni aspetti di ciò che ti circonda e inconsapevole di altri. Categorizzi l’esperienza, raggruppando insieme alcuni elementi e separandoli dal resto. C’è una misteriosa arbitrarietà in tutto questo. Non è una registrazione completa e oggettiva. Non sei in grado di farla, perché non sai abbastanza, non percepisci abbastanza. E non sei oggettivo. Sei vivo. Sei soggettivo. Hai interessi particolari, almeno nei tuoi confronti, almeno di solito. Che cosa esattamente dovrebbe far parte della storia? Dove finisce precisamente un evento e ne comincia un altro?

L’abuso sessuale infantile è pericolosamente diffuso.¹⁵⁶ Non è però tanto diffuso come pensano gli psicoterapeuti mal preparati e non sempre porta alla formazione di una personalità adulta terribilmente danneggiata.¹⁵⁷ Le persone hanno diverse capacità di resilienza. L’evento che annienta una persona può scivolare addosso a un’altra. Ma i terapeuti che hanno una conoscenza di seconda mano delle teorie freudiane suppongono, spesso assiomaticamente, che l’adulto disagiato che incontrano nella loro pratica debba aver avuto esperienza di abusi sessuali, quando era bambino. Quale altro potrebbe essere il motivo del suo disagio? Quindi, scavano e inferiscono e intimano e suggeriscono e reagiscono in maniera eccessiva, condizionano e hanno pregiudizi. Esagerano l’importanza di alcuni eventi e sminuiscono quella di altri. Adattano i fatti alla loro teoria.¹⁵⁸ E portano i propri clienti a credere di essere stati abusati sessualmente, anche se non lo ricordano. E allora il paziente comincia a ricordare, e poi ad accusare. A volte quanto ricordano non è mai accaduto e le persone accusate sono innocenti. La buona notizia? Almeno la teoria del terapeuta rimane intatta. È una buona notizia, per il terapeuta. Ma non mancano certo i danni collaterali. Molti però, sono disposti a provocare un sacco di danni

collaterali, se si tratta dell'unico modo per mantenere in piedi la propria teoria.

Sapevo tutto questo quando la signorina S. mi parlò delle proprie esperienze sessuali. Quando mi raccontò delle uscite nei locali per single e del ripetersi degli eventi successivi, mi si affollarono nella mente molti pensieri in una volta sola. Riflettei: "Sei tanto vaga e indistinta. Vivi nel caos e nel mondo sotterraneo. Sei in dieci luoghi diversi nello stesso momento. Chiunque può prenderti per mano e portarti sulla strada che vuole. Dopotutto, non sei il protagonista del tuo dramma, ma è come se fossi un personaggio della rappresentazione di qualcun altro e ti potrebbe venire assegnato un ruolo penoso, solitario e tragico." Dopo che la signorina S. ebbe raccontato la sua storia, rimanemmo seduti in silenzio. Pensai: "Hai desideri sessuali normali. Sei estremamente sola e insoddisfatta sessualmente. Sei spaventata dagli uomini e non sai nulla del mondo né di te stessa. Vaghi come aspettando che accada qualcosa: qualcosa accade e questa è la tua vita."

E ancora: "Una parte di te vuole essere presa. Una parte di te vuole essere una bambina. Sei stata vittima di abusi da parte dei tuoi fratelli e ignorata da tuo padre, quindi una parte di te desidera vendicarsi degli uomini. Una parte di te si sente in colpa, un'altra prova vergogna. Un'altra parte è elettrizzata ed eccitata. Chi sei tu? Che cosa hai fatto? Che cosa è accaduto?". Qual era la verità oggettiva? Non c'era modo di saperlo. E non ci sarà mai. Non c'era un osservatore oggettivo e non ci sarà mai. Mancava un racconto completo e accurato. Una cosa simile non esisteva e non poteva esistere. C'erano, e ci sono, solo racconti parziali e punti di vista frammentari. Ma alcuni sono comunque migliori di altri. Un ricordo non è una descrizione di un passato oggettivo. Il ricordo è uno strumento. Il ricordo è la guida del passato per il futuro. Se ricordi che qualcosa di brutto è accaduto e riesci a capirne il perché, allora puoi cercare di evitare che quanto è successo si ripeta. Ecco a che cosa servono i ricordi. Non si tratta tanto di ricordare il passato, ma di evitare che lo stesso evento terribile si ripeta, ancora e ancora.

Pensai: "Potrei semplificare la vita della signorina S. Potrei dirle che i sospetti di essere stata violentata sono pienamente giustificati e che la sua insicurezza relativa all'accaduto non è altro che un'ulteriore prova del suo essere una vittima, da molto tempo e completamente. Potrei sottolineare che i suoi partner sessuali avevano l'obbligo legale di assicurarsi che lei non

fosse alterata dall'alcol nel momento in cui accettava le loro avances. Potrei dirle che è stata incontestabilmente soggetta ad atti violenti e illeciti, a meno che lei non abbia acconsentito a ogni atto esplicitamente e verbalmente. Potrei dirle che è stata una vittima innocente.” Avrei potuto riferirle tutto questo. E sarebbe stato vero. E lei l'avrebbe accettato come vero e ricordato in questo modo per il resto della sua vita. Sarebbe diventata una persona nuova, con una storia nuova e un destino nuovo.

Ma pensai anche: “Potrei dire alla signorina S. che è un disastro ambulante. Potrei dirle che si aggira in un locale come una cortigiana in coma, che costituisce un pericolo per se stessa e per gli altri, che è ora che si svegli e che se va nei locali per single, beve troppo, va a casa di qualcuno e fa sesso sfrenato, o anche tenero, che cosa mai si aspetta?”. In altre parole, avrei potuto dirle, in termini più filosofici, che lei era un esempio del “pallido delinquente” nietzschiano, la persona che in un momento osa infrangere la legge sacra e subito dopo trema all’idea di pagarne il prezzo. E anche questo sarebbe stato vero, e lei l'avrebbe presa e ricordata così.

Se avessi aderito a un’ideologia di giustizia sociale di sinistra, le avrei raccontato la prima storia. Se avessi aderito a un’ideologia conservatrice, le avrei raccontato la seconda. E le sue risposte dopo aver ascoltato l’una o l’altra storia avrebbero provato, in modo soddisfacente per entrambi, che la mia analisi era vera, assolutamente, irrefutabilmente, vera. Questo sarebbe stato un consiglio.

Arrivaci da solo

Scelsi, invece, di ascoltare. Ho imparato a non rubare i problemi ai miei clienti e a non cercare di risolverli al posto loro. Non voglio essere l’eroe salvifico né il *deus ex machina*, non nella storia di qualcun altro. Non voglio le loro vite. Così le chiesi di dirmi che cosa pensava e ascoltai. Parlò un sacco. Quando finimmo, ancora non sapeva se fosse stata violentata e lo ignoravo anch’io. La vita è molto complicata.

A volte è necessario cambiare il modo in cui cerchi di capire ogni cosa, per comprendere correttamente qualcosa. “Sono stata violentata?” può essere una domanda molto complicata. Il semplice fatto che la domanda si presenti in quella forma evidenzia l’esistenza di infiniti livelli di complessità, per non parlare del “per cinque volte”. C’è una miriade di interrogativi nascosti in quella domanda: che cos’è una violenza? Che cosa significa essere consenzienti? Che cos’è una precauzione sessuale

appropriata? Come dovrebbe difendersi una persona? Dove sta il suo errore? “Sono stata violentata?” è un’idra. Se tagli la testa di un’idra, ne crescono altre sette. È la vita. La signorina S. avrebbe dovuto parlare per vent’anni per capire se fosse stata violentata. E qualcuno avrebbe dovuto prestarle ascolto. Cominciai a farlo, ma le circostanze mi resero impossibile portare a termine l’opera. Abbandonò la terapia quando era solo un po’ meno disinformata e vaga della prima volta in cui c’eravamo incontrati. Ma almeno non se ne andò da incarnazione vivente di una mia dannata ideologia.

Le persone che ascolto hanno bisogno di parlare, perché è così che le persone pensano. Le persone hanno bisogno di pensare. Altrimenti vagano alla cieca nei posti peggiori. Quando le persone riflettono, simulano il mondo e pianificano come agire al suo interno. Se svolgono un buon lavoro di simulazione, possono capire quali cose stupide evitare. E possono scegliere di non farle. Così non devono pagarne le conseguenze. Ecco perché si pensa. Ma non possiamo farlo da soli. Noi simuliamo il mondo e pianifichiamo come agire. Solo gli esseri umani si comportano così. È la nostra intelligenza. Creiamo piccoli avatar di noi stessi che mettiamo all’interno di mondi immaginari. Poi stiamo a vedere che cosa accade. Se il nostro avatar se la cava bene, allora ci comportiamo come lui nel mondo reale. Così, abbiamo successo, o speriamo di averlo. Se il nostro avatar fallisce, e abbiamo un briciolo di buon senso, non lo imitiamo. Lasciamo che muoia nel nostro mondo immaginario, così da non dover realmente morire nel presente.

Immagina due bambini che parlano. Il più piccolo dice: “Non sarebbe divertente arrampicarsi sul tetto?”. Ha appena messo un suo avatar in un mondo immaginario. Ma la sorella più grande ribatte: “È stupido: e se cadessimo dal tetto? E se papà ci scopre?”. Allora il bambino più piccolo può modificare la simulazione, trarre la conclusione appropriata e lasciare il mondo immaginario alla propria sorte. Oppure no. Forse il rischio vale la pena. Ma almeno adesso può tenerne conto. Il mondo immaginario è un po’ più completo e l’avatar un poco più saggio.

Le persone credono di pensare, ma non è vero. In gran parte si tratta di autocritica che passa per pensiero. Il vero pensiero è raro, proprio come il vero ascolto. Pensare significa ascoltarsi. È difficile. Per pensare, è necessario essere almeno in due. Poi devi lasciare che gli altri siano in disaccordo. Il pensiero è un dialogo interno tra due o più punti di vista

diversi sul mondo. Il punto di vista 1 è un avatar in un mondo immaginario. Possiede rappresentazioni del passato, del presente e del futuro e le proprie idee riguardo a come agire. Così accade anche per il punto di vista 2, il 3 e il 4. Il pensiero è il processo in cui questi avatar interni immaginano e articolano reciprocamente i propri mondi. Non puoi neanche contrapporre tra loro argomenti fantoccio, perché così non stai pensando. Stai razionalizzando, a posteriori. Stai costruendo argomentazioni fallaci contro un avversario debole, in modo da non dover cambiare la tua prospettiva. Fai propaganda. Usi argomentazioni subdole: ti servi delle tue conclusioni per confermare le tue prove. Ti nascondi dalla verità.

Il vero pensiero è complesso e difficile. È necessario che tu sia un eloquente oratore e un attento e saggio ascoltatore al tempo stesso. Implica il conflitto. Quindi, devi saper tollerare il conflitto, che comprende negoziazione e compromesso, oltre a imparare a dare e a prendere, a modificare premesse e calibrare i pensieri, incluse le tue percezioni del mondo. A volte il risultato è la sconfitta e l'eliminazione di uno o più avatar interni. Nemmeno agli avatar piace essere sconfitti o eliminati. Sono difficili da costruire: hanno un valore. Sono vivi e desiderano rimanere in vita. Combatteranno per sopravvivere. È meglio che presti loro ascolto. Se non lo fai, sprofonderanno nel mondo sotterraneo dove si trasformeranno in demoni e ti tortureranno. Di conseguenza, pensare implica una sofferenza emotiva ed è anche impegnativo da un punto di vista fisico: più di qualunque altra cosa, tranne che del non pensare. Ma perché tutto ciò accada nella tua testa, dovrai saperti esprimere ed essere molto sottile. Che cosa puoi fare, allora, se non sei molto bravo a pensare, a essere due persone al tempo stesso? È facile. Parla. Ma ti occorre qualcuno che ti ascolti. Una persona che ascolta è un aiuto e un avversario.

Una persona che ascolta mette alla prova le tue parole e il tuo pensiero, senza dover dire nulla. Una persona che ascolta è rappresentativa del pensiero comune: personifica il ruolo degli “altri”. Adesso non è che gli altri abbiano sempre ragione, ma hanno ciò che chiamiamo senso comune. Se dici qualcosa che spiazza chiunque, quindi, dovresti prendere nuovamente in considerazione quanto hai detto. Lo dico avendo ben chiaro che le opinioni controverse possono essere corrette, a volte a tal punto che la gente morirà se rifiuta di ascoltarle. È per questa ragione, tra le altre, che l’individuo è moralmente obbligato a prendere posizione e a far sentire la propria voce, a dire la verità della propria esperienza personale. Ma quanto

è nuovo e radicale è quasi sempre sbagliato. Ti occorrono valide, e a volte grandiose, ragioni per ignorare o per sfidare l'opinione pubblica diffusa. È la tua cultura. È una quercia possente, e tu sei appollaiato su uno dei suoi rami. Se il ramo si spezza, affronterai una lunga caduta, forse più lunga di quanto ti aspetti. Se stai leggendo questo libro, ci sono forti probabilità che tu sia una persona privilegiata. Sai leggere e hai tempo per farlo. Sei appollaiato su uno dei rami più alti, tra le nuvole. Occorrono innumerevoli generazioni per arrivare dove sei ora. Un po' di gratitudine dovrebbe essere d'obbligo. Se continui a insistere a cercare di piegare il mondo al tuo modo di vedere, è meglio che tu abbia le tue ragioni. Se continui a difendere le tue posizioni, è meglio che tu ci abbia riflettuto approfonditamente. Altrimenti, l'atterraggio potrebbe non essere affatto facile. Dovresti fare come gli altri, a meno che tu non abbia una ragione molto buona per non farlo. Se cammini lungo un tracciato, almeno sai che altre persone hanno già percorso quella strada. Uscire dal tracciato troppo spesso significa andare fuori strada. E nel deserto che si apre ai lati del viadotto ci sono briganti e mostri.

Questa è saggezza.

Una persona che ascolta

Una persona che ascolta può riflettere il pensiero della gente. Può farlo anche senza parlare. Può farlo semplicemente lasciando che chi parla si ascolti. È quanto raccomanda Freud. Egli faceva sdraiare i pazienti su un divano, con gli occhi al soffitto, lasciando che la loro mente vagasse e loro raccontassero qualunque cosa. È il metodo delle *libere associazioni*. È così che gli psicoanalisti freudiani evitano di trasferire le proprie convinzioni e opinioni personali nel paesaggio interno del paziente. Era per queste ragioni che Freud si sedeva dietro i pazienti: non voleva che le loro riflessioni spontanee venissero influenzate dalle sue espressioni emotive, per quanto lievi. Era preoccupato che le sue opinioni e, ancora peggio, i suoi problemi irrisolti, si riflettessero incontrollabilmente nelle sue risposte e reazioni consce e inconsce. Era preoccupato di influenzare in maniera negativa lo sviluppo dei pazienti. Era per queste ragioni, inoltre, che Freud sottolineava la necessità per gli analisti di sottoporsi ad analisi. Voleva che quanti si sottoponevano al suo metodo portassero alla luce ed eliminassero alcuni dei loro peggiori punti ciechi e pregiudizi, perché non interferissero con la psicoanalisi. Freud aveva ragione. Era, dopo tutto, un genio. Lo si capisce

dal fatto che ancora oggi esistono persone che lo odiano. Ma c'è qualche svantaggio nell'approccio distaccato, e a volte distante, consigliato da Freud. Molte persone che si rivolgono alla terapia desiderano e hanno bisogno di una relazione più personale, anche se questa ha i propri rischi. Ecco perché nella mia pratica ho optato per la conversazione invece che per il metodo freudiano, come ha fatto la gran parte degli psicologi, anche se comporta comunque qualche rischio.

Per i miei clienti può essere importante notare le mie reazioni. Per proteggerli dall'inappropriata influenza che potrebbero provocare in loro cerco di stabilire con esattezza il mio obiettivo, perché le mie risposte emergano da una motivazione appropriata. Faccio ciò che posso per desiderare il meglio per loro, qualunque sia. Cercò di sgombrare la mente e di lasciare da parte le mie preoccupazioni. Così mi concentro su ciò che è meglio per i clienti, mentre, al tempo stesso, sono attento a ogni indizio che rivelà un eventuale faintendimento. È qualcosa da negoziare, che non posso prevedere. È qualcosa da affrontare con molta cautela, per ridurre i rischi di una stretta interazione personale. I miei pazienti parlano. Io ascolto. A volte rispondo. Spesso la risposta è sottile, anche non verbale. I miei pazienti e io ci affrontiamo. Ci guardiamo negli occhi e possiamo vedere le espressioni dell'altro. Loro possono osservare gli effetti delle proprie parole su di me e io osservo gli effetti delle mie su di loro. Possono rispondere alle mie risposte.

Un mio paziente potrebbe dire: "Odio mia moglie." Una volta detto non si può più negare. È emerso dal mondo sommerso, si è materializzato dal caos e manifestato. È percepibile e concreto e non può più facilmente essere ignorato. È diventato reale. Chi ha pronunciato quella frase ha sorpreso anche se stesso. Vede la stessa cosa riflessa nei miei occhi. Lo nota e continua sulla strada del buon senso. "Aspetta" dice. "Facciamo un passo indietro, è troppo. A volte odio mia moglie. La odio quando non mi dice ciò che vuole. Anche mia madre si comportava sempre così. Faceva ammattire papà. Faceva ammattire tutti noi, a dire il vero. Persino se stessa. Era una persona piacevole, ma covava molto risentimento. Be', almeno mia moglie non è come mia madre. Non in tutto. Aspetta! Capisco che mia moglie in realtà di solito è piuttosto brava a comunicarmi ciò che vuole, ma mi arrabbio davvero quando non lo fa, perché mia madre ci ha torturati quasi a morte giocando a fare la martire. Mi faceva stare proprio male. Forse adesso, quando questo accade, anche solo in minima parte, ho una reazione

eccessiva. Oh! Mi comporto proprio come papà quando mamma lo faceva arrabbiare. Ma io non sono così. Questo non ha niente a che vedere con mia moglie. È meglio che glielo dica.” Da tutto ciò capisco che in precedenza il mio paziente non è riuscito a distinguere chiaramente la moglie dalla madre. E constato che inconsciamente risente dell'influenza del padre. Anche lui si accorge di tutto questo. Adesso è un po' più chiarito, un po' meno una pietra grezza, un po' meno avvolto dalla nebbia. Ha ricucito un piccolo strappo nel suo tessuto culturale. Mi dice: “È stata una bella seduta, dottor Peterson.” Faccio un cenno di assenso. Si può fare un'ottima figura semplicemente stando in silenzio.

Sono di aiuto e sono un avversario anche quando non parlo. Non posso farci niente. Le mie espressioni comunicano ciò che penso, anche quando sono quasi impercettibili. Così comunico, come sottolineò giustamente Freud, anche quando resto in silenzio. Ma nelle sedute cliniche parlo anche. Come faccio a sapere quando è il momento di dire qualcosa? Prima di tutto, come ho detto, mi metto nella giusta ottica mentale. Mi propongo un obiettivo scelto con cura. Voglio che le cose migliorino. La mia mente si organizza a partire da questo obiettivo. Osservo ciò che accade dentro di me. Mostro le mie reazioni. Questa è la prima regola. A volte, per esempio, un paziente dice qualcosa e nella mia mente affiora un pensiero o un'immagine. Spesso ha a che fare con qualcosa che ha detto poco prima, quello stesso giorno, o in una sessione precedente. Allora gli comunico quel pensiero o quell'immagine. In maniera disinteressata. Dico: “Hai detto questo e a me è venuto in mente quest'altro.” Poi ne parliamo. Cerchiamo di capire il significato della mia reazione. A volte, per esempio, si tratta di me, come diceva Freud. Altre volte è semplicemente la reazione di un essere umano distaccato ma con un'attitudine positiva nei confronti di un'affermazione rivelatrice di un altro essere umano. È importante e, a volte, anche correttivo. Alcune volte, però, sono io a venir corretto.

È necessario andare d'accordo con le altre persone. Un terapeuta è una di quelle altre persone. Un buon terapeuta ti dice la verità su ciò che pensa, senza intendere che ciò che pensa sia la verità. Quindi, hai almeno l'opinione onesta di una persona. Non è cosa da poco. Ha un valore. È la chiave del processo terapeutico: due persone si dicono la verità ed entrambe ascoltano.

Come ascoltare?

Carl Rogers, uno dei maggiori psicoterapeuti del ventesimo secolo, sapeva che cosa significa ascoltare. Scrisse: “La maggior parte di noi non è in grado di ascoltare: ci sentiamo obbligati a giudicare, perché ascoltare è troppo pericoloso. Il primo requisito è il coraggio e non sempre ne abbiamo.”¹⁵⁹ Rogers sapeva che l’ascolto poteva trasformare le persone. A tal proposito notò: “Qualcuno di voi potrebbe pensare di essere in grado di ascoltare bene le persone ma di non aver mai portato a casa alcun risultato. Ci sono ottime probabilità, però, che non abbiate ascoltato nel modo che ho prescritto.” Suggeriva un breve esperimento da fare quando ci si trova coinvolti in una discussione: “Interrompete la discussione per un momento e stabilite questa regola ‘Ogni persona può dire ciò che pensa solo dopo aver ripetuto con attenzione le idee e i sentimenti espressi dall’altro e con soddisfazione di quest’ultimo’.” Ho trovato molto utile questa tecnica, nella mia vita privata e nella pratica. D’abitudine riassumo quanto mi hanno detto le persone e domando loro se ho capito correttamente. A volte confermano il mio riassunto, in alcuni casi invece mi viene proposta una piccola correzione. Qualche volta mi capita anche di sbagliarmi completamente. È molto interessante ricevere tutti questi riscontri.

Questo metodo offre diversi vantaggi di base. Il primo è che riesco veramente a capire quanto dice l’altra persona. A proposito di questo Rogers nota: “Sembra semplice, no? Ma se ci provi, scoprirai che è una delle cose più difficili che tu abbia mai cercato di fare. Se davvero capisci una persona in questo modo, se sei disposto a entrare nel suo mondo privato e a vedere la vita come lui o lei la vede, corri il rischio di cambiare. Puoi cominciare a vederla come quella persona e a percepirla l’influenza sui tuoi comportamenti o sulla tua personalità. Il rischio di venire cambiati è una delle prospettive più spaventose di fronte alle quali la maggior parte di noi si può trovare.” Raramente sono state scritte parole più sane.

Il secondo vantaggio di riassumere quanto detto dall’altro è che aiuta la persona a consolidare e a utilizzare la memoria. Considera la seguente situazione: un paziente riferisce un resoconto lungo, intricato e denso di emozioni riguardo a un periodo difficile della propria vita. Lo analizziamo e ricapitoliamo più volte. Il racconto si accorcia. Adesso è riassunto, nei ricordi del paziente e nei nostri, nella forma che gli abbiamo dato. Per molti aspetti, è un ricordo diverso, forse un ricordo migliore. È meno pesante: è stato distillato e ridotto all’essenziale. Abbiamo tratto la morale della storia. È diventato una descrizione della causa e del risultato di quanto accaduto,

formulata in maniera da ridurre la possibilità che una tale tragedia si ripresenti in futuro. “Questo è quanto è accaduto. Ed è accaduto per questo motivo. Ecco quanto devo fare per evitare che queste cose accadano di nuovo.” Ecco un ricordo positivo: è questo lo scopo. Noi ricordiamo il passato non per registrarlo con cura, ma per prepararci al futuro.

Il terzo vantaggio dell’impiegare il metodo rogersiano è la difficoltà che crea a chi voglia contrapporre argomentazioni superficiali e fittizie. Quando qualcuno non è d’accordo con te, è forte la tentazione di semplificare, parodiare o distorcere la sua posizione. È un gioco controproducente, il cui intento è ferire chi è in disaccordo e innalzare immeritatamente il proprio status personale. Al contrario, se ti è richiesto di riassumere la posizione di qualcuno in maniera che quella persona sia d’accordo con il tuo riassunto, ti potresti ritrovare a esporre l’argomento con maggiore chiarezza e concisione rispetto a quanto ha fatto lei. Se riconosci all’interlocutore quanto gli è dovuto, osservandone le argomentazioni dalla sua prospettiva, puoi 1) capirne il valore e imparare qualcosa, 2) affinare la tua posizione nei confronti delle sue idee, se ancora ritieni che siano sbagliate, e rafforzare le tue argomentazioni. Questo ti renderà molto più forte. Allora non dovrai più distorcere la posizione del tuo interlocutore e forse ridurrai almeno un po’ la distanza che c’è tra voi. Inoltre affronterai meglio i tuoi stessi dubbi.

A volte occorre parecchio tempo per capire veramente che cosa intende dire una persona. Ciò accade perché spesso si trova a esprimere le proprie idee per la prima volta. E non è in grado di farlo senza avventurarsi in vicoli ciechi, facendo affermazioni contraddittorie o persino insensate. Succede perché parlare e pensare spesso sono azioni che richiedono di dimenticare, più che di ricordare. Discutere di un evento, e in particolare di qualcosa che ha una forte carica emotiva, come una morte o una malattia grave, significa scegliere poco alla volta che cosa lasciarci alle spalle. Per cominciare, però, bisogna tradurre in parole molto di quanto non è necessario. La persona che parla, gravata dalle emozioni, deve raccontare nei dettagli l’intera esperienza. Solo allora si mette a fuoco, o si consolida, la narrazione centrale, causa e conseguenza. Solo allora possiamo trarre la morale della storia.

Immagina che qualcuno abbia diverse mazzette di banconote da cento euro, alcune delle quali contraffatte. Dovremmo spargere le banconote sul tavolo, in modo da vederle tutte e da notare ogni differenza, prima di distinguere l’autentico dal falso. Ecco il genere di approccio metodico che

dovremmo adottare quando ascoltiamo qualcuno che cerca di risolvere un problema o comunicarci qualcosa di importante. Se dopo aver appreso che alcune banconote sono contraffatte tu le rifiuti tutte con grande noncuranza, come faresti se fossi di fretta o non volessi dedicare attenzione al problema, quella persona non imparerà mai a separare il grano dal loglio.

Se invece ascolti, senza esprimere giudizi affrettati, le persone in genere ti riveleranno tutto ciò che pensano, senza ambiguità. Ti racconteranno le cose più sorprendenti, assurde, interessanti. Molto di rado le tue conversazioni saranno noiose. Proprio così infatti puoi capire se stai ascoltando nella maniera giusta: se la conversazione è noiosa, probabilmente no.

Dominanza, manovre gerarchiche e umorismo

Non tutte le conversazioni portano a riflettere. E non tutte le volte che le persone ascoltano stimolano una trasformazione. Ci sono altre motivazioni per cui le persone parlano e ascoltano, alcune delle quali portano a risultati meno validi, controproducenti e anche pericolosi. C'è la conversazione, per esempio, in cui un partecipante parla semplicemente per stabilire o confermare il proprio posto nella gerarchia di dominanza. Una persona comincia a raccontare una storia riguardo a qualche avvenimento interessante, recente o del passato, che implica qualcosa di abbastanza bello, brutto o sorprendente da motivare l'ascolto. L'altra persona, adesso preoccupata che il suo status di individuo meno interessante sia al di sotto degli standard, pensa subito a qualcosa di migliore, peggiore o più sorprendente da raccontare. Non è una di quelle situazioni in cui i due partecipanti si confrontano in maniera autentica, affrontando le stesse tematiche, per divertirsi entrambi e per divertire anche tutti gli altri. Sono semplici manovre per affermare la propria posizione, in maniera pura e semplice. Possiamo capire quando è in corso una simile conversazione. Di solito chi parla e chi ascolta provano un leggero imbarazzo, perché tutti sanno che quanto detto è in parte falso ed esagerato.

C'è un'altra forma di conversazione strettamente affine, in cui nessuno dei due partecipanti ascolta minimamente l'altro. Ognuno, invece, impiega il tempo in cui l'altro parla per pensare a come ribattere, e spesso andrà fuori tema, perché la persona che attende con ansia di parlare non sta ascoltando. Questo può portare l'intero treno della conversazione a una brusca frenata. A questo punto, di solito, coloro che erano a bordo durante

l'incidente rimangono in silenzio guardandosi a vicenda con imbarazzo, fino a quando tutti non si allontanano oppure qualcuno pensa a qualcosa di spiritoso e il treno riparte.

Poi c'è la conversazione in cui un partecipante cerca di far prevalere il proprio punto di vista. È un'altra variante della conversazione per stabilire la gerarchia. Durante questo genere di conversazione, che spesso tende all'ideologia, il parlante cerca di 1) denigrare o ridicolizzare il punto di vista di chiunque abbia una posizione contraria; 2) utilizzare prove scelte per farlo e 3) impressionare gli ascoltatori, molti dei quali abbracciano già la sua stessa ideologia, con la validità delle proprie asserzioni. L'obiettivo è conquistare un sostegno assoluto, unitario e semplicistico alla propria visione del mondo. Pertanto, lo scopo della conversazione è far sì che non pensare sia il giusto approccio. La persona che parla in questa maniera crede che assumere un ruolo di preminenza nella discussione la metta dalla parte del giusto e che ciò necessariamente giustifichi la struttura della gerarchia di dominanza con cui in particolare s'identifica. Spesso e in maniera che non sorprende, questa corrisponde alla gerarchia all'interno della quale ha conquistato gran parte del proprio successo o quella con cui si trova più in linea, per temperamento. Quasi tutte le discussioni di argomento politico o economico si svolgono in questa maniera: ognuno dei partecipanti cerca di giustificare posizioni fisse e aprioristiche invece di tentare di imparare qualcosa o di adottare una prospettiva differente. È per questo motivo che sia i conservatori sia i liberali ritengono, allo stesso modo, che la loro posizione sia evidentemente vera, in particolare a mano a mano che diventano più estremisti. Dati alcuni presupposti che si basano su sentimenti innati, ne emerge una conclusione prevedibile, ma solo se ignoriamo il fatto che tali presupposti possono cambiare.

Queste conversazioni sono molto diverse da quella in cui si ascolta l'altra persona. In un'autentica conversazione dove si presta ascolto all'altro si parla uno alla volta, mentre tutti gli altri ascoltano. Chi parla ha l'opportunità di discutere seriamente di qualche evento di solito infelice o addirittura tragico. Tutti gli altri rispondono mostrando comprensione. Queste conversazioni sono importanti perché chi parla, mentre racconta la storia, sta organizzando l'evento problematico nella propria mente. Questo punto è tanto essenziale da meritare una ripetizione: con la conversazione, le persone organizzano il proprio cervello. Se non hanno una persona a cui raccontare la propria storia, perdono la testa. Come gli accumulatori

compulsivi di oggetti, non riescono a fare ordine. È necessario il contributo della comunità per l'integrità della psiche individuale. In altre parole: è necessario un villaggio per organizzare una mente.

Gran parte di quello che consideriamo un sano funzionamento mentale è il risultato della nostra capacità di usare le reazioni degli altri per mantenere in funzione il nostro complesso sé. Appaltiamo il problema della nostra integrità mentale. Ecco perché la responsabilità principale dei genitori è rendere i propri figli socialmente accettabili. Se una persona ha un comportamento che può essere tollerato da altre persone, allora tutto ciò che egli deve fare è inserirsi in un contesto sociale. Poi gli altri segnaleranno con il proprio interesse o la noia verso ciò che dice, ridendo o no ai suoi scherzi, prendendolo in giro o ridicolizzandolo, o persino sollevando un sopracciglio, se le sue azioni e affermazioni sono accettate. Tutti trasmettono di continuo agli altri il proprio desiderio di raggiungere l'ideale. Ci puniamo e ci ricompensiamo a vicenda precisamente nella misura in cui ognuno di noi si comporta in armonia con quel desiderio, tranne, ovviamente, quando cerchiamo di creare problemi.

Le risposte comprensive offerte durante una conversazione autentica indicano un apprezzamento per chi parla e segnalano anche che la storia raccontata è importante, seria, meritevole di considerazione e di comprensione. Gli uomini e le donne spesso si faintendono quando queste conversazioni sono incentrate su un problema specifico. Gli uomini vengono spesso accusati di voler risolvere la questione troppo presto quando è in corso una discussione. Ciò è frustrante per coloro che amano risolvere i problemi e lo fanno efficacemente e che infatti sono spesso chiamati dalle donne proprio per questo scopo. Potrebbe essere più facile per i miei lettori maschi, però, comprendere il motivo di questo mancato funzionamento se capissero e poi ricordassero che prima di risolvere un problema è necessario metterlo a fuoco e formularlo con precisione. Spesso, quando discutono di qualcosa, le donne sono intente a formulare il problema e hanno bisogno di ascolto e anche di domande per trovare chiarezza. Dopodiché, qualunque problema rimanga, se ne rimangono, può essere risolto opportunamente. Bisogna anche notare, prima di tutto, che voler risolvere i problemi troppo in fretta può semplicemente indicare il desiderio di evitare lo sforzo richiesto da una conversazione in cui si mettono a fuoco i problemi.

Un'altra variante di scambio verbale è costituita dalla conferenza. Una conferenza è, anche se può sorprendere, una conversazione. Il relatore parla, ma il pubblico comunica con lui in maniera silenziosa. Gran parte delle interazioni umane, per esempio la comunicazione di molti stati emotivi, si svolge così, attraverso atteggiamenti posturali ed espressioni del volto, come abbiamo già notato quando abbiamo parlato del metodo freudiano. Un buon conferenziere non si limita a dare informazioni, questa forse è la parte meno importante, ma racconta anche aneddoti a proposito, ponendoli esattamente al livello delle possibilità di comprensione del pubblico, misurate di volta in volta in base all'interesse dimostrato. La storia che racconta comunica ai membri del pubblico non solo quali sono i fatti ma anche *perché* sono rilevanti: perché cioè è importante che loro sappiano alcune cose. Dimostrare l'importanza di alcuni insiemi di fatti significa comunicare alle persone del pubblico come quella conoscenza potrebbe cambiare il loro comportamento e influenzare il modo in cui interpretano il mondo, per riuscire a evitare alcuni ostacoli e procedere più velocemente verso obiettivi migliori.

Un buon conferenziere, quindi, parla con il pubblico e non al pubblico. Per farlo, deve osservare con attenzione ogni movimento, gesto e suono della platea. Per assurdo, non è possibile fare questo semplicemente osservando gli astanti. Un buon conferenziere parla direttamente e osserva la risposta di ogni singola persona che riesce a individuare,* invece di adottare uno schema precostruito come “tenere un discorso in pubblico”. Tutto in questa definizione è sbagliato: tu non tieni nulla, tu parli. Non esiste qualcosa come “un discorso”, a meno che non sia preconfezionato, e non dovrebbe essere così. Non c’è nemmeno un “pubblico”. Ci sono dei singoli, che devi rendere partecipi della conversazione. Un conferenziere esperto e competente si rivolge a una singola persona, ben individuabile, osserva quel singolo accennare, scuotere la testa, rabbividire o mostrarsi confuso e risponde in maniera appropriata e diretta a quei gesti e a quelle espressioni. Poi dopo qualche frase che ha espresso qualche idea, passa a un altro membro del pubblico e ripete la stessa cosa. In questa maniera comprende la disposizione dell’intero gruppo, nella misura in cui esiste, e vi risponde.

Ci sono anche altre conversazioni che servono principalmente a mostrare il proprio senso dell’umorismo. Anche in questo caso c’è un elemento di dominanza, ma l’obiettivo è riuscire a essere la persona più divertente, un

risultato di cui beneficeranno anche gli altri. L'obiettivo di queste conversazioni, come ha notato un mio amico molto spiritoso, è dire "qualunque cosa sia vera o divertente". Dal momento che la verità e l'umorismo sono spesso alleati, questa combinazione funziona bene. Ho assistito a molte belle battute sarcastiche, satiriche, beffarde e in generale a scambi di comicità fuori luogo tra le persone con cui sono cresciuto nell'Alberta settentrionale e, più tardi, tra alcuni militari delle forze speciali della Marina che ho incontrato in California, amici di un ben noto autore di romanzi commerciali. Erano tutti perfettamente felici di dire qualsiasi cosa, a prescindere da quanto fosse scioccante, purché divertente.

Non molto tempo fa, a Los Angeles, partecipai alla festa per il quarantesimo compleanno di questo scrittore. Aveva invitato uno dei suddetti militari. Pochi mesi prima, tuttavia, alla moglie era stata diagnosticata una grave malattia, che necessitava di un intervento di chirurgia cerebrale. Lo scrittore chiamò il suo amico delle forze speciali, lo informò delle circostanze e gli disse che forse l'evento sarebbe stato cancellato. "Questo è un problema" rispose l'amico. "Ho appena acquistato dei biglietti aerei non rimborsabili per la festa!". Non so quanti al mondo troverebbero questa risposta divertente. Recentemente ho raccontato l'episodio a un gruppo di nuovi conoscenti e sono rimasti più scioccati e sconvolti che divertiti. Ho provato a giustificare la battuta come un'indicazione del rispetto di quell'uomo per la capacità della coppia di resistere e superare la tragedia, ma non ho riscosso particolare successo. Nondimeno, credo che, con la battuta, l'amico della coppia volesse mostrare proprio quel rispetto, e penso che sia risultato spiritoso in modo terribile. La battuta era audace, tanto sovversiva da risultare audace, che è esattamente il punto in cui si situa ciò che è seriamente divertente. Il mio amico e la moglie hanno capito il complimento. Hanno capito che il loro amico sapeva che erano abbastanza forti da sopportare quel livello di "umorismo competitivo". È stata una prova di carattere, che hanno superato a pieni voti.

Notai che questo tipo di conversazione diventava sempre meno frequente a mano a mano che mi spostavo da un'università all'altra e ascendeva la scala della formazione e la scala sociale. Forse non si trattava di una questione di classe, anche se sospettavo che lo fosse. Forse è solo perché divento sempre più anziano o perché alle amicizie che una persona stringe da adulto, dopo l'adolescenza, manca quella insana vicinanza competitiva e

quell'assurda giocosità tipica dei primi legami tribali. Quando tornai nella mia città natale al nord per la festa del mio cinquantesimo compleanno, però, gli amici mi fecero ridere tanto che dovetti andare, per diverse volte, in un'altra stanza, per riprendere il respiro. Quelle conversazioni sono le più divertenti, e mi mancano. Devi stare al passo, per non correre il rischio di subire una grave umiliazione, ma non c'è niente di più gratificante che battere la storia, lo scherzo, la beffa o l'imprecazione dell'ultimo che ha parlato. Si applica solo un'unica regola: non essere noiosi.

Conversazione sulla via

C'è ancora un tipo di conversazione, simile all'ascolto, ed è una forma di esplorazione reciproca. Richiede una vera reciprocità da parte sia di chi ascolta sia di chi parla. Permette a tutti i partecipanti di esprimere e organizzare i pensieri. Una conversazione di esplorazione reciproca ha un argomento, generalmente complesso, di interesse autentico per i partecipanti. Chi partecipa cerca di risolvere un problema, invece di insistere sulla validità a priori della propria posizione. Tutti agiscono a partire dalla premessa che hanno qualcosa da imparare. Questo tipo di conversazione è una filosofia attiva, la forma più alta di pensiero e la miglior preparazione per una vita giusta.

Le persone coinvolte in una simile conversazione devono discutere delle idee che usano realmente per strutturare le proprie percezioni e per guidare le loro azioni e parole. Devono essere coinvolti a livello esistenziale nella propria filosofia: devono quindi viverla, non solo crederci o comprenderla. Devono inoltre capovolgere, almeno temporaneamente, la tipica preferenza umana per l'ordine rispetto al caos, e non intendo il caos tipico di un'irragionevole ribellione antisociale. Tutti gli altri tipi di conversazione, fatta eccezione per l'ascolto, cercano tutti di rafforzare l'ordine esistente. La conversazione di esplorazione reciproca, al contrario, richiede persone convinte che l'ignoto è meglio del conosciuto.

Dopotutto, tu sai già ciò che sai e, a meno che la tua vita sia perfetta, ciò che sai non è abbastanza. Sei minacciato dalle malattie, dall'illusione, dall'infelicità, dalla malevolenza, dal tradimento, dalla corruzione, dal dolore e dalle limitazioni. Sei soggetto a tutti questi fattori, in ultima analisi, perché sei troppo ignorante per proteggerti. Se ne sapessi abbastanza, potresti essere più sano e più onesto. Soffriresti meno. Potresti riconoscere, resistere e anche trionfare sulla cattiveria e sul male. Non tradiresti mai un

amico, non ti comporteresti in maniera falsa e ingannevole negli affari, in politica o in amore. Le tue conoscenze attuali non ti hanno reso perfetto, né ti tengono al sicuro. Quindi sono insufficienti, per definizione, radicalmente insufficienti.

Devi accettarlo prima di poter parlare filosoficamente, invece di convincere, opprimere, dominare o anche divertire. Devi accettarlo prima di poter tollerare una conversazione dove opera il Verbo che media continuamente tra ordine e caos, inteso da una prospettiva psicologica. Per avere questo tipo di conversazione è necessario rispettare l'esperienza personale delle persone con cui parli. Devi supporre che siano giunti a conclusioni attente, accurate e autentiche. Devi credere che, se condividessero le loro conclusioni con te, potresti evitare almeno parte di quella sofferenza apprendendo dall'esperienza di altri in modo più rapido e molto meno pericoloso. Devi anche meditare, invece di cercare una strategia che ti conduca alla vittoria. Se non riesci a farlo, o ti rifiuti, allora ripeti semplicemente e automaticamente ciò in cui credi già, cercandone conferma e sottolineandone la validità. Ma, se mediti mentre conversi, allora ascolti l'altra persona e dici delle cose nuove e originali che possono nascere spontaneamente dentro di te, nel profondo.

È come se, in una simile conversazione, ascoltassi te stesso tanto quanto ascolti l'altro. In questo modo racconti come stai rispondendo alle nuove informazioni fornite da chi parla. Registri i mutamenti che quelle informazioni hanno provocato nella tua interiorità, le novità che hanno fatto apparire in te, il modo in cui i tuoi presupposti sono cambiati, le nuove domande che hanno fatto sorgere. Dici all'altra persona queste cose, in maniera diretta. Allora hanno lo stesso effetto su di voi. In questa maniera, entrambi vi muovete verso qualcosa di nuovo, più ampio e migliore. Entrambi cambiate, mentre lasci che i tuoi vecchi presupposti muoiano, mentre abbandoni la muta e ne emergi rinnovato.

In una conversazione di questo tipo, è il desiderio di verità da parte di entrambi i partecipanti a mettersi in ascolto e parlare. Ecco perché risulta coinvolgente, vitale, interessante e significativa. Il significato è un segnale delle parti profonde e antiche del tuo essere. Sei dove dovresti essere, con un piede nell'ordine e l'altro proteso a sondare il caos e l'ignoto. Sei immerso nel Tao e segui la grande via della vita. Lì sei sufficientemente stabile per essere al sicuro, ma abbastanza flessibile da poter cambiare. Lì permetti a nuovi contenuti di informarti, di diffondersi nella tua stabilità, di

ripararne e migliorarne la struttura e di espanderne il dominio. Lì gli elementi costitutivi del tuo essere possono trovare una forma più elegante. Una conversazione di questo tipo ti porta nello stesso luogo in cui ti conduce l’ascolto della buona musica, e più o meno per lo stesso motivo. Una simile conversazione ti porta nel regno dove l’anima è connessa, ed è un posto reale. Ti porta a pensare: “Ne valeva proprio la pena: ci siamo davvero conosciuti.” Le maschere cadono e gli esploratori si mostrano.

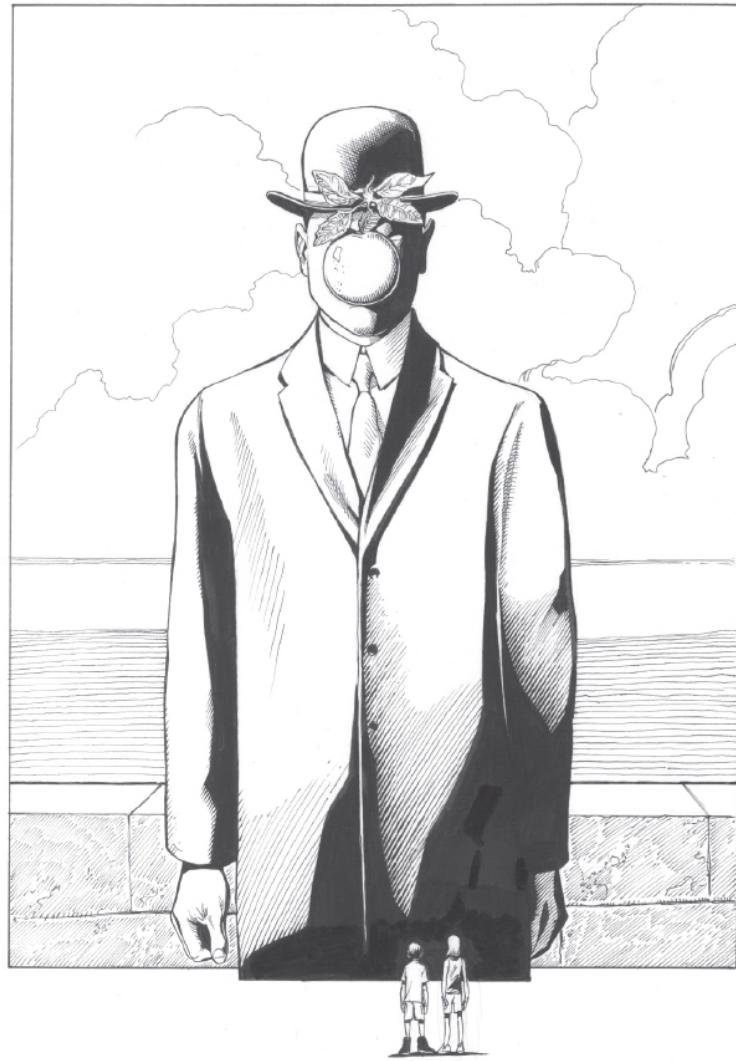
Quindi, ascolta te stesso e le persone con cui parli. La tua saggezza allora non sta nella conoscenza che già possiedi ma nella ricerca continua della conoscenza, che è la forma più elevata di saggezza. È per questa ragione che la sacerdotessa dell’oracolo di Delfi, nell’antica Grecia, parlava molto bene di Socrate, che cercava sempre la verità. Lo descrisse come il più saggio tra gli uomini, perché sapeva di non sapere.

Pensa che la persona che ascolti possa sapere qualcosa che tu non sai.

* Anche qui ho mascherato molti dettagli per mantenere la privacy delle persone coinvolte, pur conservando il significato della storia.

* La strategia di parlare agli individui non solo è vitale per diffondere con efficacia ogni messaggio, ma è anche un utile antidoto per superare la paura di parlare in pubblico. Nessuno vuole stare davanti a centinaia di sguardi non amichevoli e giudicanti. Praticamente tutti, però, sono in grado di parlare a un’unica persona attenta. Quindi, se devi tenere un discorso (espressione orribile), fallo. Parla ai singoli membri del pubblico e non nasconderti: non dietro il podio, non abbassando lo sguardo, non parlando a voce troppo bassa o mugugnando, non scusandoti perché non sei brillante o sufficientemente preparato, non dietro idee che non sono le tue e non dietro cliché.





REGOLA 10

PARLA CON PRECISIONE

PERCHÉ IL MIO PORTATILE È OBSOLETO?

Che cosa vedi quando guardi un computer, e il tuo portatile in particolare? Vedi una scatola piatta e sottile di color grigio e nero. Se osservi con più attenzione, vedi uno strumento che ti permette di scrivere e anche di leggere. Anche così, tuttavia, è difficile che tu veda il computer, in tutte le sue caratteristiche. Però, quella scatola grigia e nera è proprio un computer, magari anche costoso. Eppure, presto sarà qualcosa di così diverso da un computer che troverai addirittura difficile regalarlo.

Ci disfiamo dei nostri pc nel giro di cinque anni, anche se funzionano ancora perfettamente, anche se gli schermi, le tastiere, i mouse e il modem svolgono il proprio compito senza intoppi. Tra cinquant'anni, saranno oggetti curiosi proprio come lo sono per noi gli strumenti scientifici in rame della fine dell'Ottocento. Questi ultimi, infatti, ci sembrano più che altro arcane attrezature alchemiche, progettate per misurare fenomeni che oggi non consideriamo più. Com'è possibile che strumentazioni tecnologiche, che racchiudono in sé una capacità di elaborazione dati superiore a quella dell'intero programma spaziale Apollo, perdano valore in un periodo di tempo tanto breve? Come possono trasformarsi tanto rapidamente da macchinari utili, entusiasmanti e potenti in spazzatura difficile da smaltire?

È a causa della natura delle nostre percezioni e dell'interazione spesso invisibile tra quelle percezioni e la complessità sotterranea del mondo.

Il tuo computer è una nota nella sinfonia suonata da un'orchestra di dimensioni incalcolabili. È una piccolissima parte di un intero molto più grande. La gran parte della sua potenza esula dal suo involucro. È in grado di funzionare grazie a una vasta gamma di tecnologie che operano armoniosamente. È alimentato, per esempio, da una rete elettrica che dipende, invisibilmente, dalla stabilità di una miriade di complessi sistemi fisici, biologici, economici e interpersonali. Poi ci sono le fabbriche che producono i componenti. Il sistema operativo che ne consente il funzionamento si basa su quei componenti e non su altri. La scheda video permette di raggiungere le prestazioni di cui hanno bisogno i creativi che pubblicano i propri contenuti sul web. Il tuo computer è in comunicazione con un determinato e specifico ecosistema di altri dispositivi e server.

E, infine, tutto questo è reso possibile da un elemento ancora meno visibile: il contratto sociale che si basa sulla fiducia, i sistemi economici e politici interconnessi e fondamentalmente onesti che fanno sì che la rete elettrica sia una realtà. Quest'interdipendenza di una parte rispetto al tutto, non percepibile in sistemi che funzionano, diventa nettamente evidente in sistemi che non funzionano. I sistemi di ordine superiore che permettono l'uso del personal computer difficilmente esistono nei Paesi del terzo mondo, con i loro sistemi corrotti. Le linee elettriche, gli interruttori, le prese e tutte le altre parti così concretamente esemplificative di tale rete sono assenti o compromesse e di fatto non riescono a fornire l'elettricità necessaria alle case e alle fabbriche. Ciò fa sì che i dispositivi elettronici e di altro tipo, il cui funzionamento è consentito teoricamente dall'elettricità, siano percepiti come unità separate e anche come fonti di frustrazione, come minimo, e come oggetti impossibili, nel peggiore dei casi. Ciò è in parte dovuto a una carenza tecnica: i sistemi semplicemente non funzionano. Ma questo è imputabile in maniera non poco rilevante alla mancanza di fiducia tipica delle società sistematicamente corrotte.

Per dirla in altro modo: quello che percepisci come il tuo computer è una singola foglia di un albero in un bosco, o più precisamente, corrisponde al tocco delle tue dita che sfiorano velocemente quella foglia. Una singola foglia può essere strappata da un ramo. Possiamo percepirla, in poche parole, come una singola entità autonoma, ma questa percezione è ingannevole. In poche settimane la foglia comincerà a incresparsi per poi

sbriciolarsi. Non esisterebbe per niente, senza l'albero. Non può continuare a esistere, in assenza di esso. È questa la posizione dei nostri computer rispetto al mondo. Gran parte del loro valore va oltre la loro struttura fisica, tanto che i dispositivi dotati di schermo che teniamo sulle nostre gambe riescono a mantenere l'aspetto di un computer solo per pochi anni.

Quasi tutto ciò che vediamo e possediamo è così, anche se spesso non ce ne rendiamo conto.

Strumenti, ostacoli ed estensione nel mondo

Quando guardiamo il mondo, partiamo dal presupposto che stiamo osservando oggetti e cose, ma non è assolutamente così. I nostri evoluti sistemi percettivi trasformano il mondo interconnesso, complesso e stratificato in cui abitiamo non tanto in cose che esistono di per sé, quanto in cose utili (o nella loro nemici, in cose che s'intromettono nella nostra vita). Questa è la trasposizione pratica e necessaria del mondo. È la trasformazione della complessità quasi infinita delle cose filtrata dalla ristretta specifica del nostro scopo. Ecco come la precisione permette al mondo di manifestarsi in maniera sensibile. E non equivale affatto a percepire degli oggetti.

Non vediamo entità prive di valore, assegnando poi un significato. Noi ne percepiamo direttamente il significato.¹⁶⁰ Vediamo pavimenti su cui camminare, porte da attraversare e sedie su cui sederci. È per questo che una poltrona a sacco e un tronco tagliato rientrano entrambi nell'ultima categoria, nonostante oggettivamente abbiano poco in comune. Vediamo le pietre perché possiamo lanciarle, le nuvole perché possono far cadere la pioggia su di noi, le mele da mangiare e le auto degli altri che ci attraversano la strada e c'infastidiscono. Vediamo strumenti e ostacoli, non oggetti o cose. In più, vediamo strumenti e ostacoli analizzandone la distanza da noi, il che li rende più utili o pericolosi, considerate le nostre esigenze e abilità e i nostri limiti percettivi. Il mondo si rivela a noi come qualcosa da utilizzare e in cui navigare, non come qualcosa che semplicemente esiste.

Vediamo i volti delle persone con cui parliamo, perché abbiamo bisogno di comunicare e collaborare con loro. Non ne vediamo la struttura microcosmica, non ci accorgiamo delle loro cellule, né degli organelli, delle molecole e degli atomi che le compongono. Non vediamo nemmeno il macrocosmo che le circonda: i membri familiari e gli amici che formano le

loro cerchie sociali più prossime, le economie in cui vivono o l'ecosistema che le contiene. Da ultimo, ma ugualmente importante, non le vediamo nel tempo. Vediamo le persone nel ristretto, immediato e travolgente qui e ora, invece che circondate da un passato e da un futuro, due dimensioni che possono essere una parte di loro più importante di qualunque aspetto contingente. E dobbiamo vedere le cose così, per non esserne schiacciati.

Quando guardiamo il mondo, percepiamo solo ciò che è sufficiente perché i nostri progetti e le nostre azioni funzionino e solo quanto basta alla nostra sopravvivenza. Il mondo in cui abitiamo, quindi, è proprio quel che “è abbastanza”. È una semplificazione radicale, funzionale e inconscia del mondo ed è quasi impossibile per noi non confonderla con il mondo in sé. Ma gli oggetti che vediamo non si trovano semplicemente lì, nel mondo, al servizio della nostra immediata percezione.* Esistono in una relazione reciproca complessa e multidimensionale, non come oggetti evidentemente separati, limitati e indipendenti. Noi non percepiamo gli oggetti ma la loro utilità funzionale e, nel farlo, li semplifichiamo quanto basta per comprenderli un minimo. È per questa ragione che dobbiamo definire con precisione il nostro obiettivo. In assenza di questa condizione, affoghiamo nella complessità del mondo.

Ciò è vero anche riguardo alle percezioni che abbiamo di noi stessi, della nostra persona individuale. Presupponiamo che il nostro confine sia la nostra pelle perché ci percepiamo in questo modo. Ma con poco sforzo comprendiamo che la natura di questo confine è effimera. Modifichiamo ciò che è all'interno della nostra pelle, per così dire, mentre il contesto in cui abitiamo cambia. Anche quando compiamo un gesto tanto semplice come afferrare un cacciavite, il nostro cervello sistema automaticamente ciò che considera il corpo, per includere lo strumento.¹⁶¹ Riusciamo letteralmente a sentire le cose con la punta del cacciavite. Quando allunghiamo una mano, reggendo il cacciavite, prendiamo automaticamente in considerazione la lunghezza di quest'ultimo. Possiamo esplorare angoli e fessure con quell'appendice, e comprendere ciò che stiamo esplorando. Inoltre, consideriamo istantaneamente il cacciavite che stiamo impugnando come il nostro cacciavite, e diventiamo possessivi. Facciamo lo stesso anche con gli altri strumenti molto più complessi che utilizziamo, in situazioni molto più elaborate. Le auto che guidiamo diventano noi stessi, in un istante e in automatico. Per questa ragione, quando qualcuno ci batte il pugno sul cofano della macchina perché per poco non lo investivamo mentre si

accingeva ad attraversare la strada, la prendiamo sul personale. Questo comportamento non è sempre ragionevole. Senza il prolungamento del sé nell'auto, però, sarebbe impossibile per noi guidare.

I confini estensibili del nostro sé si espandono fino a includere altre persone: familiari, cari e amici. Una madre si sacrificherà per i propri figli. Nostro padre, nostro figlio o nostra moglie sono meno fondamentali per noi di quanto lo sia un braccio o una gamba? Possiamo rispondere, in parte, chiedendoci: che cosa è peggio perdere? Per evitare quale perdita saremmo maggiormente disposti a sacrificarci? Esercitiamo questo prolungamento perenne, questo impegno perenne, identificandoci con i personaggi di fantasia di libri e film. Le loro tragedie e i loro trionfi diventano, rapidamente e credibilmente, i nostri. Immobili sulle nostre sedie, agiamo in una moltitudine di realtà alternative, estendendoci sperimentalmente, testando diversi percorsi potenziali, prima di decidere quello che effettivamente prenderemo. Assorbiti in un mondo di fantasia, possiamo anche trasformarci in cose che non esistono realmente. In un batter d'occhio, nella magica sala di un cinema, possiamo diventare creature fantastiche. Sediamo al buio, davanti a immagini che scorrono rapidamente, e diventiamo streghe, supereroi, alieni, vampiri, leoni, elfi o marionette di legno. Proviamo tutto ciò che provano loro e siamo particolarmente contenti di pagare per questo privilegio, anche quando ciò che proviamo è amarezza, paura e orrore.

Qualcosa di simile, anche se più estremo, accade quando ci identifichiamo non con un personaggio di una rappresentazione drammatica ma con un intero gruppo, in una gara. Pensa a ciò che accade quando la tua squadra preferita vince o perde una partita importante contro un avversario storico. Il goal della vittoria fa saltare in piedi, spontaneamente e all'unisono, tutti i tifosi, prima che abbiano il tempo di pensarci. È come se i loro sistemi nervosi fossero direttamente connessi alla partita che si svolge davanti ai loro occhi. I tifosi prendono le vittorie e le sconfitte della propria squadra molto sul personale: indossano persino le maglie dei propri eroi e spesso celebrano vittorie e piangono le sconfitte più di quanto facciano effettivamente nella loro vita quotidiana. L'identificazione è profonda, anche da un punto di vista biochimico e neurologico. Le esperienze riflesse di vittoria e di sconfitta, per esempio, alzano e abbassano i livelli di testosterone tra i tifosi che “prendono parte” alla gara.¹⁶² La nostra capacità di identificazione si manifesta a ogni livello del nostro essere.

Allo stesso modo, a seconda del nostro grado di patriottismo, il nostro Paese non è semplicemente importante per noi. Coincide con noi stessi. Potremmo persino sacrificare i nostri sé individuali più piccoli, in battaglia, per mantenere l'integrità del Paese. Per gran parte della storia, tale disponibilità a morire è stata considerata come ammirabile e coraggiosa, come parte del dovere umano. Paradossalmente, è una conseguenza diretta non della nostra aggressività, ma della nostra estrema socievolezza e volontà di cooperare. Se possiamo diventare non solo noi stessi, ma le nostre famiglie, squadre e Paesi, ci è facile collaborare, facendo affidamento sugli stessi meccanismi profondamente innati che guidano noi e le altre creature a proteggere i nostri stessi corpi.

Il mondo è semplice solo quando tutto va bene

È molto difficile trovare un senso al caos interconnesso della realtà, semplicemente osservandolo. È un atto molto complicato che richiede, forse, l'impiego di metà del nostro cervello. Nel mondo reale tutto cambia e si modifica. Ogni cosa ipoteticamente separata è formata da cose più piccole e ipoteticamente separate ed è, al tempo stesso, parte di cose più ampie e ipoteticamente separate. I confini tra diversi livelli e tra differenti entità a uno stesso livello non sono chiari né evidenti, oggettivamente. Le linee di demarcazione devono essere fissate pragmaticamente e conservano la propria validità solo in condizioni molto particolari e specifiche. La consapevole illusione di una percezione completa e sufficiente permane, per esempio, e continua a bastare ai nostri scopi solo quando tutto va secondo i nostri piani. In tali circostanze ciò che vediamo è abbastanza preciso, tanto che non abbiamo bisogno di cercare oltre. Per guidare bene, non abbiamo bisogno di comprendere, o di percepire, la complessa meccanica della nostra automobile. La complessità nascosta dell'auto s'intromette nella nostra coscienza solo quando la macchina non funziona più o quando impattiamo inaspettatamente contro qualcosa. Anche nel caso di un semplice guasto meccanico, per non parlare di un incidente grave, tale intrusione è sempre avvertita, almeno inizialmente, come fonte di angoscia. È una conseguenza del manifestarsi dell'incertezza.

Un'automobile, secondo la nostra percezione, non è una cosa o un oggetto. È invece un mezzo che ci porta dove vogliamo andare. Effettivamente, è solo quando smette di trasportarci e di funzionare che noi la percepiamo di più. È solo quando un'auto si ferma all'improvviso o è

coinvolta in un incidente e dobbiamo portarla a lato della strada, che siamo obbligati a scoprire e ad analizzare le moltissime parti da cui quella “cosa che va” dipende. Quando l’auto non funziona, la nostra incompetenza rispetto alla sua complessità appare subito evidente. Ciò ha conseguenze pratiche, perché ci impedisce di arrivare dove stavamo andando, e anche psicologiche: la nostra tranquillità svanisce insieme al funzionamento del veicolo. In genere, dobbiamo rivolgerci agli esperti che lavorano in garage e officine per recuperare sia la funzionalità del veicolo sia l’immediatezza delle nostre percezioni. Un meccanico come psicologo.

È proprio allora che capiamo, anche se raramente ci soffermiamo a pensarci, che la nostra prospettiva è incredibilmente limitata e la nostra comprensione della realtà è di conseguenza assolutamente inadeguata. In una crisi, quando i nostri oggetti non funzionano più, ci rivolgiamo alle persone la cui perizia supera di gran lunga la nostra, per ripristinare la corrispondenza tra l’aspettativa e ciò che realmente accade. Tutto ciò significa che il guasto dell’auto può anche obbligarci a confrontarci con l’incertezza del più ampio contesto sociale, che solitamente non vediamo, di cui la macchina e la sua meccanica sono semplici parti. Traditi dalla nostra auto, ci confrontiamo con tutte le cose che non conosciamo. È il momento di cambiare auto? Ho fatto un acquisto sbagliato? Il meccanico è competente, onesto e affidabile? L’officina per cui lavora è degna di fiducia? A volte, inoltre, dobbiamo riflettere su qualcosa di peggiore, più ampio e più profondo: le strade oggi sono troppo pericolose? Sono diventato o forse sono sempre stato incapace? Sono troppo sbadato e distratto? Troppo vecchio? I limiti di tutte le nostre percezioni degli oggetti e delle individualità si manifestano quando qualcosa su cui solitamente facciamo affidamento, nel nostro mondo semplificato, si rompe. Quindi il mondo più complesso che è sempre stato lì, invisibile e ignorato per convenienza, manifesta la sua presenza. È allora che il giardino cintato in cui archetipicamente abitiamo rivela i propri serpenti, nascosti ma sempre presenti.

Tu e io siamo semplici solo quando nel mondo tutto va bene

Quando gli oggetti si guastano, ciò che fino a quel momento era stato ignorato irrompe in scena. Quando le cose non sono più individuabili con precisione, il muro si sgretola e il caos rivela la propria presenza. Quando siamo stati distratti e abbiamo lasciato che le situazioni si deteriorassero,

ciò di cui abbiamo rifiutato di occuparci si accumula, prende una forma insidiosa e colpisce, spesso nel peggior momento possibile. È allora che vediamo da che cosa ci proteggono l'intento focalizzato, la precisione dell'obiettivo e un'attenzione accurata.

Immagina una moglie leale e onesta che all'improvviso si trovi di fronte alla prova dell'infedeltà del marito. Ha vissuto accanto a lui per anni. Lo vedeva come pensava che fosse: affidabile, un gran lavoratore, amorevole, serio. Credeva che il suo matrimonio fosse costruito su una roccia solida. Ma poi lui diventa meno attento e più distratto. Comincia, secondo il cliché, a lavorare sempre più fino a tardi. Piccole cose che lei dice e fa lo irritano in maniera ingiustificabile. Un giorno lei lo vede seduto al tavolo di un caffè con un'altra donna, mentre interagisce con lei in un modo che è difficile da giustificare e da ignorare. I limiti e l'inadeguatezza delle precedenti percezioni della moglie diventano immediatamente e dolorosamente ovvi.

La sua idea del marito va in frantumi. Che cosa accade, quindi? Prima di tutto, qualcun altro prende il posto del marito: un estraneo complicato e spaventoso. È già abbastanza brutto così. Ma è solo metà del problema. Anche l'idea che la donna ha di se stessa va in pezzi all'indomani del tradimento, così che il problema non è solo la presenza di un estraneo, ma di due. Il marito non è la persona che lei pensava fosse, ma nemmeno lei stessa, la moglie tradita, lo è. Non è più la moglie amata e sicura, la compagna apprezzata. Per quanto strano possa apparire, nonostante pensiamo che il passato sia immutabile, forse non lo è mai stata.

Il passato non è necessariamente ciò che è stato, anche se è già trascorso. Il presente è caotico e indeterminato. Il terreno cambia continuamente intorno ai suoi piedi e ai nostri. Allo stesso modo, il futuro, che non c'è ancora, cambia e diventa qualcosa che non ci aspettavamo. Quella che un tempo era una moglie appagata adesso è un'innocente ingannata o una stupida credulona? Dovrebbe vedersi come una vittima o come una cospiratrice di un'illusione condivisa? E il marito, cos'è? Un amante insoddisfatto? Un bersaglio della seduzione? Un bugiardo patologico? Il diavolo in persona? Come ha potuto essere tanto crudele? Come può mai esserlo una persona? Che cos'è quella casa in cui ha vissuto finora? Come ha potuto essere tanto ingenua? Come può mai esserlo una persona? La donna si guarda allo specchio. Chi è lei? Cosa sta succedendo? Qualcuna delle sue relazioni è reale? Qualcuna lo è mai stata? Cos'è successo al

futuro? Tutto può essere, quando le realtà più profonde del mondo si manifestano inaspettate.

Tutto è complicato e oltre l'immaginazione. Tutto è influenzato da ogni altra cosa. Noi percepiamo una fetta molto sottile di un'organizzazione a matrice interconnessa secondo un rapporto di causa-effetto, anche se lottiamo con tutte le nostre forze per non affrontare la consapevolezza di questo limite. La patina sottile dell'adeguatezza delle nostre percezioni s'infrange, in ogni caso, quando qualcosa di fondamentale va storto. La spaventosa inadeguatezza dei nostri sensi si rivela. Tutto quanto ci è caro si riduce in polvere. Ci blocchiamo. Siamo pietrificati. Che cosa vediamo allora? Dove possiamo guardare, quando è esattamente ciò che vediamo a essere insufficiente?

Che cosa vediamo quando non sappiamo che cosa stiamo guardando?

Che cos'è il mondo dopo il crollo delle Torri Gemelle? Che cosa è rimasto in piedi, se qualcosa è rimasto? Quale bestia spaventosa sorge dalle rovine quando i pilastri invisibili che sostengono il sistema finanziario globale tremano e crollano? Che cosa vediamo quando siamo travolti dalle fiamme e dal dramma di una manifestazione neonazista o nascosti e rannicchiati, paralizzati dalla paura, in mezzo a un massacro in Ruanda? Che cosa vediamo quando non riusciamo a capire che cosa ci sta accadendo, quando non riusciamo a definire dove siamo, quando non sappiamo più chi siamo e non capiamo più ciò che ci circonda? Ciò che non vediamo è il ben noto e confortante mondo degli strumenti, o oggetti utili, della personalità. Non vediamo nemmeno ostacoli familiari, fastidiosi ma gestibili in tempi normali, che possiamo semplicemente schivare.

Ciò che percepiamo, quando tutto crolla, non è più il teatro né la scenografia di un ordine abitabile. È l'eterno acquoso *tohu wa bohu*, il vuoto senza forma, e il *tehom*, l'abisso, per parlare biblicamente: il caos che si nasconde sempre sotto la nostra sicurezza superficiale. È da quel caos che il Sacro Verbo di Dio ha tratto l'ordine, agli inizi dei tempi, creandoci a immagine e somiglianza dello stesso Verbo, uomini e donne, secondo le più antiche opinioni espresse dall'umanità. È da quel caos che è emersa qualunque sicurezza abbiamo avuto la fortuna di sperimentare, originariamente e per un periodo limitato, quando abbiamo imparato a percepire. È quel caos che vediamo quando tutto crolla, anche se non riusciamo veramente a vederlo. Che cosa significa tutto questo?

Emergenza, emergere. È l'improvvisa apparizione da un luogo ignoto di un fenomeno (dal verbo greco φαίνω, che significa “mettere in luce”, “rendere visibile”) che in precedenza era sconosciuto. È la ricomparsa dell’eterno drago, che esce dall’eterna caverna, risvegliatosi dopo che il suo sonno è stato disturbato. È il mondo sommerso, con i mostri che emergono dal profondo. Come ci prepariamo per un’emergenza, quando ignoriamo che cosa è emerso o da dove? Come ci prepariamo ad affrontare una catastrofe quando non sappiamo che cosa aspettarci o come comportarci? Ci allontaniamo dalle nostre menti, troppo lente, troppo pesanti in questi frangenti, per rivolgerci ai corpi. I corpi reagiscono più velocemente delle menti.

Quando tutto intorno a noi crolla, le nostre percezioni scompaiono e noi agiamo. Le antiche risposte riflesse, rese automatiche ed efficienti in centinaia di milioni di anni, ci proteggono in quei momenti disperati, quando non solo i nostri pensieri ma anche la percezione vacilla. In tali circostanze, i corpi si preparano per ogni possibile eventualità.¹⁶³ Prima di tutto, ci blocchiamo. I riflessi del corpo, poi, si trasformano in emozione, che è il passo successivo alla percezione. Si tratta di qualcosa di spaventoso? Di qualcosa di utile? Di qualcosa da combattere? Di qualcosa che può essere ignorato? Come lo capiamo e quando? Non lo sappiamo. Adesso siamo immersi in un dispendioso e faticoso stato di allerta. I nostri corpi sono inondati da cortisolo e adrenalina. I cuori battono più velocemente. Il respiro è più affannoso. Comprendiamo, dolorosamente, che il nostro senso di competenza e di completezza è andato in frantumi: era solo un sogno. Attingiamo alle risorse fisiche e psicologiche che abbiamo accumulato con cura proprio per questo momento, se siamo abbastanza fortunati da averne. Ci prepariamo al peggio, o al meglio. Schiacciamo con furia il pedale dell’acceleratore a tavoletta e contemporaneamente azioniamo il freno. Urliamo o ridiamo. Sembriamo disgustati o terrorizzati. Piangiamo. E poi cominciamo ad analizzare il caos.

E così, la moglie ingannata, sempre più instabile, trova la motivazione per rivelare tutto a se stessa, alla sorella, alla migliore amica, a un estraneo sull’autobus, oppure si ritira in silenzio e rimugina ossessivamente, fino a giungere sempre alle stesse conclusioni. Che cosa è andato storto? Che cosa ha mai fatto lei di tanto imperdonabile? Chi è la persona con cui ha vissuto? Che tipo di mondo è questo, dove possono accadere queste cose? Quale Dio ha creato un posto simile? Quale dialogo potrebbe mai costruire con questa

nuova e irritante persona che abita nel corpo dell'ex marito? Quale vendetta potrebbe soddisfare la sua rabbia? Chi potrebbe sedurre per restituire l'offesa? È a tratti infuriata, terrificata, colpita dal dolore ed eccitata dalle possibilità della sua rinnovata libertà.

Le fondamenta della sua sicurezza, in realtà, non erano per nulla stabili né sicure: non esistevano del tutto. La sua casa era costruita sulla sabbia. Lo strato di ghiaccio su cui pattinava era semplicemente troppo sottile. Si è rotto e lei è caduta nell'acqua, dove adesso sta affogando. È stata colpita tanto duramente che la rabbia, il dolore e il lutto per la perdita la consumano. La sensazione di tradimento si amplifica, fino a che il mondo intero cade all'interno di quella ferita. Dove si trova lei adesso? Nel mondo sommerso, con tutti i suoi aspetti spaventosi. Come ci è arrivata? Anche questa esperienza e questo viaggio nella sottostruttura delle cose sono una percezione nella sua forma nascente. La preparazione, la riflessione su cosa sarebbe potuto succedere e su cosa potrebbe ancora succedere, l'emozione e la fantasia costituiscono tutta la percezione profonda ora necessaria, prima che gli oggetti un tempo familiari riappaiano, se mai lo faranno, nella loro forma semplificata e comoda. È la percezione prima che il caos delle possibilità si articoli nuovamente nelle realtà funzionali dell'ordine.

“Era così imprevedibile?” si chiede e domanda agli altri, ripensandoci. Adesso si dovrebbe forse sentire in colpa per aver ignorato i segnali di avvertimento, per quanto sottili, per quanto fosse incoraggiata a evitarli? Ricorda i primi tempi del matrimonio, quando si ritrovava con il marito, ogni sera, per fare l'amore. Forse era troppo aspettarsi di farlo più di una singola volta negli ultimi sei mesi? E prima di allora, una volta ogni due o tre mesi, per anni? Esiste qualcuno degno del suo rispetto, inclusa lei stessa, in grado di sopportare una simile situazione?

Mi piace molto un racconto per bambini dal titolo *There's No Such Thing as a Dragon* [I draghi non esistono], dello scrittore Jack Kent. È una storia molto semplice, almeno in apparenza. Una volta lessi il racconto a un gruppo di pensionati, ex studenti dell'Università di Toronto, spiegandone il significato simbolico.* Parla di un ragazzino, Billy Bixbee, che una mattina trova un drago addormentato sul suo letto. Ne parla con la madre, ma lei gli dice che i draghi non esistono. Il drago allora comincia a crescere, e mangia tutte le focacce di Billy. In breve tempo, il drago occupa tutta la casa. Per fare le pulizie, adesso la mamma deve passare da una stanza all'altra, uscendo e rientrando in casa dalle finestre, perché il drago è dappertutto. Ci

mette una vita. Poi, il drago corre via, portandosi dietro tutta la casa. Il papà di Billy torna a casa e trova solo uno spazio vuoto al posto del luogo dove prima abitava. Il postino gli racconta che ne è stato della sua casa. L'uomo allora si mette in cerca della casa, trova il drago sdraiato per strada, con la casa sulla schiena, si arrampica sulla testa e lungo il collo e ritrova la moglie e il figlio. Anche se la madre continua a insistere che il drago non esiste, Billy, che adesso vede la situazione alquanto chiaramente, ribatte: "C'è un drago, mamma." Subito, il drago comincia a rimpicciolirsi e ben presto ritorna delle dimensioni di un gatto. Tutti quindi concordano nell'affermare che draghi di quella grandezza 1) esistono e 2) sono molto meglio di quelli grandi. La mamma, che a questo punto ha aperto gli occhi, domanda piuttosto lamentosamente perché il drago sia cresciuto tanto. Billy risponde tranquillamente: "Forse voleva essere notato."

Questa è la morale di moltissime storie. Il caos emerge in una famiglia, poco alla volta. La scontentezza e il risentimento reciproci si accumulano. La polvere viene nascosta sotto il tappeto, dove il drago si abbuffa di briciole. Ma nessuno dice nulla, mentre la società condivisa e l'ordine negoziato della famiglia si rivelano inadeguati o si disintegrano, di fronte all'inaspettato e alla minaccia. Tutti invece brancolano nel buio, facendo finta di nulla. Comunicare richiederebbe ammettere emozioni orribili: risentimento, terrore, solitudine, disperazione, gelosia, frustrazione, odio, noia. Momento per momento, è più facile mantenere la situazione tranquilla. Ma sullo sfondo, nella casa di Billy Bixbee, e in tutte le case simili alla sua, il drago cresce. Un giorno diventa prorompente e prende una forma che è impossibile ignorare. Solleva la casa dalle fondamenta. Poi si trasforma in una relazione extraconiugale, o in una causa decennale per la custodia dei figli, che assume proporzioni economiche e psicologiche rovinose. Ed ecco che diventa la versione concentrata dell'astio che sarebbe stato possibile distribuire e gestire, tollerabilmente, se si fosse affrontato un problema alla volta, nel corso degli anni del finto paradiso della relazione matrimoniale. Ciascuno dei trecentomila problemi non rivelati, che erano stati dissimulati, evitati, razionalizzati, nascosti come un esercito di scheletri in un grande e orrendo armadio, irrompono come il diluvio di Noè, sommergendo tutto. Manca l'arca, perché nessuno ne ha costruita una, anche se tutti si sono accorti della tempesta imminente.

Non sottovalutare mai il potere distruttivo dei peccati di omissione.

Forse la coppia scoppiata avrebbe potuto discutere, una volta o due, o duecento, della propria vita sessuale. Forse l'intimità fisica che indubbiamente hanno condiviso si sarebbe dovuta accompagnare, come spesso non accade, a una corrispondente intimità psicologica. Forse avrebbero potuto superare i propri ruoli. In molte famiglie, negli ultimi decenni, la tradizionale divisione dei compiti è stata abbattuta, non da ultimo in nome della liberazione e della libertà. Questa demolizione, però, non porta con sé tanto una meravigliosa assenza di costrizioni, quanto caos, conflitto e indeterminatezza. Fuggendo dalla tirannia spesso non si giunge in Paradiso, ma in un luogo desertico, incerto, confuso e di depravazione. Inoltre, in assenza di una tradizione condivisa e dei limiti, spesso scomodi e persino irragionevoli, che essa impone, sono possibili solo tre difficili opzioni: schiavitù, tirannia o negoziazione. Lo schiavo fa semplicemente quanto gli viene detto, forse anche felice di scrollarsi di dosso le responsabilità, e risolve il problema della complessità in quella maniera. Ma è una soluzione temporanea. Lo spirito dello schiavo si ribella. Il tiranno dice semplicemente allo schiavo cosa fare e risolve il problema della complessità in quella maniera. Ma è una soluzione temporanea. Al tiranno viene a noia lo schiavo: non trova niente e nessuno in lui, se non un'obbedienza prevedibile e scontrosa. Chi può vivere per sempre in una simile condizione? La negoziazione, però, richiede un'esplícita ammissione da parte di entrambi dell'esistenza del drago. È una realtà difficile da affrontare anche quando è ancora troppo piccola per divorcare il cavaliere che osa sfidarla.

Forse la coppia scoppiata avrebbe potuto definire con più precisione il modo di essere che desiderava. Forse così, insieme, avrebbero potuto impedire che le acque del caos si sollevassero incontrollate, fino a sommergerli. Forse si sarebbero potuti comportare così, invece di dire, cortesemente, pigramente e da codardi: "Va bene così. Non vale la pena di discutere." In un matrimonio c'è poco che valga così poco da non meritare una discussione. Siete bloccati nel matrimonio, vincolati dal giuramento che in teoria dura fino a quando uno dei due o entrambi muoiono. Vuoi davvero che lo stesso meschino disagio ti tormenti ogni singolo giorno del tuo matrimonio, per decenni?

"Oh, posso sopportarlo" pensi. E forse dovrresti farlo. Non sei certo un esempio di pazienza. E probabilmente, se realizzi che la risatina superficiale della tua dolce metà ricorda lo stridio delle unghie su una lavagna, ti

potrebbe rispondere, abbastanza appropriatamente, di andare all'inferno. E forse la colpa è tua, e dovresti crescere, darti una calmata e stare tranquillo. Ma forse starnazzare chiassosamente nel bel mezzo di un incontro sociale non è davvero una buona scelta e tu dovresti difendere la tua posizione. In simili circostanze, solo uno scontro il cui obiettivo sia la pace può far emergere la verità. Ma tu rimani in silenzio e ti convinci che lo fai perché sei una persona buona e tranquilla, che ama la pace, e niente potrebbe essere più lontano dalla verità. E così il mostro sotto il tappeto diventa sempre più grosso. Forse una conversazione a cuore aperto sulla propria insoddisfazione sessuale sarebbe stata un'azione tempestiva, anche se non facile. Forse *madame* desiderava, segretamente, la fine dell'intimità, perché provava una sensazione ambivalente riguardo al sesso. Dio sa se non avesse ragione. Forse *monsieur* era un amante terribile ed egoista. Forse lo erano entrambi. Vale la pena chiarire tutto questo per evitare uno scontro, no? Non è forse una parte importante della vita? Magari affrontare e (non si sa mai) risolvere il problema varrebbe due mesi di pura sofferenza in cui ci si racconta solo la verità: non con l'intento di distruggere o di vincere, perché in questo caso non si arriverebbe alla verità ma solo a una guerra senza quartiere.

Forse il problema non era il sesso. Forse ogni conversazione tra marito e moglie si è deteriorata fino ad assumere i contorni di una noiosa routine perché nessuna avventura condivisa animava più la coppia. Forse quel declino, momento dopo momento, giorno dopo giorno, era più facile che assumersi la responsabilità di mantenere in vita la relazione. Dopo tutto, ciò che è in vita muore se non facciamo attenzione. La vita è indissolubilmente legata ad una manutenzione faticosa. Nessuno vive una relazione tanto perfetta da non richiedere un'attenzione e una cura continue e, inoltre, se anche trovassi una persona perfetta, lui o lei scapperebbe lontano da te, dalla tua imperfezione, preda di un giustificabile orrore. A dire la verità, ciò di cui hai bisogno, ciò che meriti, in ultima analisi, è qualcuno imperfetto esattamente come lo sei tu.

Forse il marito che ha tradito la moglie era orribilmente immaturo ed egoista. Forse l'egoismo ha avuto la meglio. Forse lei non si è opposta con una forza e un vigore sufficienti a questa sua inclinazione. Forse lei non era d'accordo con lui riguardo al corretto approccio disciplinare nei confronti dei figli e, di conseguenza, lo ha escluso dalle loro vite. Forse questo ha permesso a lui di aggirare ciò che considerava una spiacevole

responsabilità. Forse l'odio è fermentato nel cuore dei figli, mentre assistevano a questa battaglia sotterranea, tormentati dal risentimento della madre e alienatisi, poco alla volta, dal buon vecchio papà. Forse le cene che lei preparava per lui – o lui per lei – erano fredde e consumate con amarezza. Forse tutta quella conflittualità non affrontata né risolta ha lasciato entrambi risentiti, in maniera tacita ma efficacemente agita. Forse tutti quei problemi inespressi hanno iniziato a minare le reti invisibili che sostenevano il matrimonio. Forse il rispetto si è trasformato lentamente in disprezzo, e nessuno si è degnato di notarlo. Forse l'amore si è trasformato lentamente in odio, senza che nessuno ne parlasse.

Tutto, chiarito e articolato, diventa visibile; forse né la moglie né il marito hanno voluto vedere o capire. Forse intenzionalmente hanno lasciato la situazione avvolta da un velo di indeterminatezza. Forse proprio loro hanno steso quel velo, per nascondere ciò che non volevano vedere. Che cosa ha guadagnato la signora, quando si è trasformata da amante in domestica o in madre? È stato un sollievo quando la vita sessuale è finita? Forse così poteva lamentarsi più proficuamente con i vicini e con la madre quando il marito si allontanava da lei? Forse era più gratificante, segretamente, di qualsiasi cosa buona potesse derivare da qualsiasi matrimonio, non importa quanto perfetto. Che cosa può essere paragonato ai piaceri del martirio sofisticato e ben praticato? “È una santa e si è sposata con un uomo tanto terribile. Si meritava molto di più.” È un mito gratificante con cui vivere, anche se lo abbiamo scelto inconsciamente (al diavolo la verità!). Forse suo marito non le è mai piaciuto davvero. Forse non le sono mai piaciuti gli uomini, e non le piacciono nemmeno ora. Forse è stata colpa di sua madre, o di sua nonna. Forse ha imitato il loro comportamento, rivivendo i loro problemi e trasmettendoli, inconsciamente e implicitamente, alle future generazioni. Forse si è vendicata del padre, del fratello o della società.

E che cosa ha guadagnato il marito, da parte sua, quando la vita sessuale coniugale si è spenta? È stato volentieri al gioco, facendo il martire, e si è lamentato amaramente con gli amici? L'ha usata come la scusa che voleva per cercare una nuova amante? Se n'è servito per giustificare il risentimento che ancora provava nei confronti delle donne, in generale, per i continui rifiuti che aveva ricevuto prima di quel matrimonio? Ha colto l'opportunità di diventare, disinvoltamente, grasso e pigro, perché tanto comunque non era desiderato?

Forse entrambi, moglie e marito, hanno colto l'occasione di rovinare il loro matrimonio per vendicarsi di Dio, forse l'unico che avrebbe potuto sistemare il disordine.

Ecco la terribile verità a questo proposito: ogni singola ragione del fallimento coniugale, volontariamente non elaborata, non compresa e ignorata, si mescolerà, cospirerà e poi affliggerà quella donna tradita e che si è tradita, per il resto dell'esistenza. Lo stesso vale per il marito. Tutto ciò che bisogna fare per garantire un risultato del genere è nulla: non accorgerci, non reagire, non occuparcene, non discutere, non prendere in considerazione, non lavorare per la pace, non assumerci la responsabilità. Evita di affrontare il caos e di trasformarlo in ordine: limitati invece ad aspettare, in modo tutt'altro che ingenuo e innocente, che il caos cresca e ti sommerga.

Perché evitare, quando questa scelta, necessariamente e inevitabilmente, avvelena il futuro? Perché un possibile mostro è in agguato, nascosto dietro ogni disaccordo ed errore. Forse lo scontro che è in corso, se lo è, con tua moglie o con tuo marito è l'inizio della fine della tua relazione coniugale. Forse il tuo matrimonio è giunto al traguardo perché sei una brutta persona. È probabile, almeno in parte. Non è così? Intraprendere la discussione necessaria a risolvere un problema reale richiede quindi la volontà di affrontare contemporaneamente due possibilità, tristi e pericolose: il caos (la potenziale fragilità della relazione coniugale, di tutte le relazioni e della vita stessa) e l'inferno (il fatto che ognuno potrebbe essere una persona sufficientemente brutta da rovinare tutto, con la pigrizia e il rancore). Ci sono tutte le ragioni per evitare lo scontro. Ma questo non aiuta.

Perché restare nel vago, quando ciò rende la vita stagnante e torbida? Be', se non sai chi sei, puoi nasconderti nel dubbio. Forse non sei una persona cattiva, superficiale, senza valore. Chi lo sa? Non tu. Soprattutto se ti rifiuti di pensarci, e hai tutte le ragioni per non farlo. Ma evitare di pensare a qualcosa che non vuoi sapere non elimina il problema. Stai semplicemente scambiando una conoscenza specifica, particolare e puntuale dell'elenco, probabilmente non infinito, dei tuoi vizi e difetti reali, per una lista molto più lunga di inadeguatezze e insufficienze potenziali indefinite.

Perché rifiutarsi di indagare, quando la conoscenza della realtà ti permette di dominarla o almeno di destreggiarti al suo interno? Bene, e se davvero ci fosse del marcio in Danimarca? E allora? Non è meglio, in simili

condizioni, vivere in uno stato di cecità volontaria e godere della beatitudine dell'ignoranza? Be', non se il mostro è reale! Pensi davvero che sia una buona idea ritirarsi, abbandonare la possibilità di difendersi dalla crescente marea di guai, e quindi svalutarsi ai propri stessi occhi? Pensi davvero che sia saggio lasciare che la catastrofe cresca nell'ombra, mentre tu ti fai sempre più piccolo e spaventato? Non è meglio prepararti, affinare gli strumenti, scrutare nell'oscurità e poi stanare il leone? Forse ti farai male. È probabile che tu ti faccia male. La vita, dopo tutto, è sofferenza. Ma forse la ferita non sarà letale.

Se invece aspetti, fino a quando ciò che ti stai rifiutando di esplorare bussa alla tua porta, le cose non andranno molto bene per te. Ciò che non vuoi inevitabilmente accadrà, e accadrà quando sarai meno preparato. Ciò che non vorresti incontrare si manifesterà quando sarai più debole e lui più forte. E sarai sconfitto.

*Girando e girando nella spirale che si allarga
Il falco non può udire il falconiere;
Le cose crollano; il centro non può reggere;
Mera anarchia è scatenata sul mondo,
La corrente torbida di sangue è scatenata, ovunque
Il rito dell'innocenza è sommerso.
Ai migliori manca ogni convinzione, mentre i peggiori
sono pieni di appassionata intensità.*

(William Butler Yeats, "Il Secondo Avvento")¹⁶⁴

Perché rifiutarsi di identificarlo, quando l'individuazione precisa del problema ne consentirebbe la soluzione? Perché specificare qual è il problema significa ammetterne l'esistenza. Perché farlo comporta il permetterti di sapere che cosa vuoi, per esempio, da un amico o da un amante: e poi saprai, esattamente e con chiarezza, quando non riuscirai a ottenerlo, e questo ti farà male, acutamente e particolarmente. Ma imparerai qualcosa da tutto questo e lo utilizzerai in futuro: l'alternativa a quell'unica sofferenza acuta è il dolore sordo della continua disperazione e dell'indistinto fallimento, è la sensazione che il tempo, il tempo prezioso, stia scivolando via.

Perché rifiutarsi, allora? Perché se non riesci a definire che cos'è il successo, e quindi lo rendi impossibile, rifiuti anche di chiarire, a te stesso, che cos'è il fallimento. Così, se e quando fallirai, non te ne accorgerai, e non ti farà male. Ma non funzionerà. Non puoi ingannarti così facilmente, a

meno che tu non sia già andato molto lontano su questa strada. Porterai invece con te un continuo senso di delusione per il tuo stesso essere, il disprezzo di sé che ne deriva e l'odio crescente per il mondo che tutto ciò genera o fa degenerare.

*Di certo qualche rivelazione è vicina;
Di certo il Secondo Avvento è vicino.
Il Secondo Avvento! Appena dette queste parole
Una vasta immagine emergente dallo Spiritus Mundi
mi turba la vista: in qualche luogo tra le sabbie del deserto
Una forma – corpo di leone, la testa di uomo
Lo sguardo inespressivo e spietato come il sole –
Si muove sulle sue lente cosce, mentre tutto all'intorno
Turbinano le ombre degli sdegnati uccelli del deserto.
Le tenebre scendono ancora; ma adesso io so
Che venti secoli di sonno pietroso
Furono turbati fino all'incubo dal dondolar di una culla.
E quale mai informe animale, giunta finalmente la sua ora,
Si avvicina a Betlemme per nascere?*

E se la donna e moglie tradita, adesso guidata dalla disperazione, fosse determinata ad affrontare tutta l'incoerenza del passato, del presente e del futuro? E se decidesse di mettere ordine nel caos, sebbene abbia evitato di farlo fino a questo momento e si trovi perciò più debole e confusa? Forse lo sforzo quasi la ucciderà, ma, in ogni caso, adesso è su una strada peggiore della morte. Per riemergere, per fuggire, per rinascere, lei deve articolare precisamente la realtà che finora ha lasciato, comodamente ma pericolosamente, nascosta dietro un velo di ignoranza e dietro la finzione della pace. Deve separare i particolari dettagli della sua specifica catastrofe dall'intollerabile condizione generale dell'Essere, in un mondo in cui tutto è crollato. Tutto è troppo. Sono state cose specifiche ad andare in pezzi, non tutto; determinate convinzioni sono crollate; particolari azioni erano false e inautentiche. Che cos'erano? Come può sistemerle, adesso? Come può essere migliore, in futuro? Non tornerà mai a conquistare un terreno saldo sotto i piedi se si rifiuta o non è in grado di capire tutto questo. Può rimettere insieme il mondo con una certa precisione di pensiero, una certa precisione nel discorso, un po' di fiducia nella propria parola, un po' di fiducia nel Verbo. Ma forse è meglio lasciare le cose nel vago. Forse a questo punto non è rimasto abbastanza di lei, forse una parte troppo grande

è rimasta non rivelata, non sviluppata. Forse semplicemente non ha più energia.

Se si fosse espressa prima, con cura, con coraggio e con onestà, avrebbe potuto evitare queste difficoltà. Che cosa sarebbe successo se avesse rivelato la propria infelicità per lo spegnersi del romanticismo di coppia, proprio quando questo aveva cominciato a venire meno? Se l'avesse fatto proprio nel preciso momento in cui l'affievolirsi del romanticismo l'aveva disturbata per la prima volta? O, se non l'aveva disturbata poi tanto, che cosa sarebbe successo se invece avesse parlato del fatto che il venir meno di questo aspetto non le dispiaceva tanto come forse avrebbe dovuto? E se avesse affrontato chiaramente e con precisione la questione del disprezzo del marito per gli sforzi che lei faceva per la famiglia? Avrebbe forse scoperto il proprio risentimento nei confronti del padre e della stessa società, oltre all'influenza che questo aveva avuto sulla sua relazione? E se avesse risolto tutto questo? Quanto si sarebbe rafforzata? Di conseguenza, quanto sarebbe diventata più propensa ad affrontare le difficoltà? Come tutto questo sarebbe stato utile a lei, alla sua famiglia e al mondo?

Che cosa sarebbe accaduto se lei avesse, continuamente e con onestà, rischiato il conflitto nel presente al fine di ottenere verità e pace sul lungo termine? E se avesse trattato le piccole crisi del suo matrimonio come l'evidenza di un'instabilità di fondo, decisamente meritevole di attenzione, invece di ignorarle, tollerarle e sorriderne in maniera tanto soave e gradevole? Forse adesso lei sarebbe diversa, e così anche il marito. Forse sarebbero ancora sposati, formalmente e nello spirito. Forse sarebbero entrambi molto più giovani, fisicamente e mentalmente, di quanto non siano ora. Forse la sua casa sarebbe costruita più sulla pietra e meno sulla sabbia.

Quando la situazione va in pezzi e il caos riemerge, possiamo conferirgli struttura e ordine con la parola. Se parliamo con attenzione e con precisione, riorganizziamo tutto e mettiamo ogni cosa al suo posto: stabiliamo un nuovo obiettivo verso cui dirigerci, spesso insieme, se negoziamo; se otteniamo il consenso. Se parliamo in maniera inaccurata e imprecisa, invece, tutto rimane nel vago. La meta non è chiara. Il velo dell'incertezza non si solleva e non c'è negoziazione.

La costruzione dell'anima e del mondo

La psiche (l'anima) e il mondo sono entrambi organizzati, ai livelli più elevati dell'esistenza umana, grazie al linguaggio e alla comunicazione. Le

cose non sono come appaiono, quando il risultato raggiunto non era previsto né desiderato. L'Essere non è stato correttamente categorizzato quando non si è comportato in maniera appropriata. Quando qualcosa va storto, persino la stessa percezione deve essere messa in questione, insieme alla capacità di valutazione, al pensiero e all'azione. Quando ci accorgiamo di un errore, siamo a un passo dal caos indifferenziato. La sua forma rettiliana ci paralizza e ci confonde. Ma i draghi, che esistono, forse più di ogni altra cosa, hanno accumulato e nascondono scorte d'oro. In quel collasso nell'orribile disordine dell'Essere non compreso si nasconde la possibilità di un ordine nuovo e benevolo. Per evocarlo è necessaria una coraggiosa chiarezza di pensiero.

Occorre riconoscere il problema, il prima possibile rispetto a quando si manifesta. "Sono infelice" è un buon inizio, non "Ho il diritto di essere infelice", perché questo è ancora tutto da vedere all'inizio del processo di risoluzione dei problemi. Forse la tua infelicità è ingiustificata, date le attuali circostanze. Forse ogni persona ragionevole sarebbe insoddisfatta e infelice se fosse nelle condizioni in cui ti trovi adesso. In alternativa, forse, sei semplicemente lagnoso e immaturo. Considera entrambe le opzioni almeno come ugualmente probabili, per quanto possa sembrarti terribile. In quale modo, esattamente, potresti essere immaturo? Potenzialmente, è un pozzo senza fondo. Ma almeno puoi cambiare la situazione, se puoi riconoscerla e ammettere la verità.

Analizziamo il caos complesso e intricato e specifichiamo la natura delle cose, noi stessi compresi. È così che la nostra esplorazione creativa e comunicativa continua a generare e rigenerare il mondo. Siamo formati e informati da ciò con cui ci confrontiamo volontariamente e, allo stesso modo, in quell'incontro diamo forma a ciò che siamo. È difficile ma la difficoltà non è importante, perché l'alternativa è peggiore.

Forse il marito che ha perso la strada non ha ascoltato la conversazione della moglie a cena, perché odia il proprio lavoro, ed era stanco e pieno di risentimento. Forse odia il proprio lavoro perché è stato il padre a obbligarlo a scegliere quella carriera e lui è stato troppo debole o "leale" per protestare. Forse lei ha sopportato la sua mancanza di attenzione perché credeva che un contrasto diretto fosse scortese e immorale. Forse lei non tollerava la rabbia del proprio padre e quindi ha deciso, quando era molto giovane, che tutta quell'aggressività e quella risolutezza fossero moralmente sbagliate. Forse ha pensato che il marito non l'avrebbe amata

se lei avesse avuto le proprie idee. È molto difficile fare ordine tra questi aspetti, ma un macchinario danneggiato continuerà a funzionare male se i problemi non vengono individuati e sistemati.

Il grano dal loglio

La precisione definisce. Quando accade qualcosa di terribile, è la precisione che distingue quell'unica cosa orribile che è realmente successa da tutte le altre cose ugualmente orribili che sarebbero potute accadere, ma che non sono accadute. Se ti svegli dolorante, può essere che tu stia per morire. Potresti morire lentamente e orribilmente di una delle tante dolorose e orribili malattie. Se ti rifiuti di parlare al medico del tuo male, allora ciò per cui soffri rimane indeterminato: potrebbe essere una qualunque di quelle malattie, e certamente è qualcosa di indicibile, dal momento che hai evitato la visita medica, l'unica occasione per parlare del problema. Ma se ti confronti con il medico, tutte queste possibili malattie terribili convergeranno, se sei fortunato, in una sola malattia, oppure forse finiranno in nulla. Allora potrai ridere delle paure che hai provato e se c'è realmente qualcosa che non va almeno sarai preparato. La precisione non toglie nulla alla tragedia, ma scaccia i *ghul* e i demoni.

Ciò che senti nella foresta senza riuscire a vederlo potrebbe essere una tigre. Oppure anche un branco di tigri, una più affamata e feroce dell'altra, guidate da un coccodrillo. Oppure no. Se ti volti a guardare, forse vedrai che si tratta semplicemente di uno scoiattolo. Conosco qualcuno che è stato realmente inseguito da uno scoiattolo. C'è qualcosa nel fitto del bosco. Lo sai con certezza. Ma spesso è solo un animaletto innocente. Se ti rifiuti di guardare, però, allora è un drago e tu non sei un cavaliere: sei un topo che affronta un leone, un coniglio paralizzato dallo sguardo di un lupo. E non sto dicendo che si tratti sempre di uno scoiattolo. Spesso è qualcosa di veramente orribile. Ma anche ciò che è realmente orribile spesso impallidisce se confrontato con ciò che immaginiamo. E spesso ciò che non riusciamo ad affrontare, perché è orribile nella nostra immaginazione, può di fatto essere fronteggiato quando è riportato alla sua, tutto sommato, terribile realtà.

Se ti sottrai alla responsabilità di confrontarti con l'inaspettato, anche quando si presenta in proporzioni gestibili, la realtà diventerà insostenibilmente disorganizzata e caotica. Poi crescerà sempre più e inghiottirà ogni ordine, senso e prevedibilità. La realtà ignorata si trasforma

nella grande dea del Caos, il grande mostro rettiliano dell'ignoto, il grande predatore contro cui l'umanità ha combattuto sin dall'alba dei tempi. Se il divario tra finzione e realtà rimane inespresso, si amplierà fino a diventare una voragine nella quale cadrà, con conseguenze non piacevoli. La realtà ignorata si manifesta in un abisso di confusione e sofferenza.

Fa' attenzione a ciò che racconti a te stesso e agli altri riguardo a quanto hai fatto, a quanto stai facendo e a dove stai andando. Cerca le parole corrette. Organizzale in frasi appropriate, in paragrafi esatti. Il passato può essere riscattato, se ricondotto, grazie alla precisione del linguaggio, all'essenza. Il presente può fluire senza depredare il futuro, se le sue realtà sono definite chiaramente a parole. Con un pensiero e un linguaggio accurati, il destino magnifico e particolare che giustifica l'esistenza può essere estratto da una moltitudine di futuri confusi e spiacevoli che è molto più probabile si manifestino spontaneamente. È così che l'occhio e il Verbo creano un ordine vivibile.

Non nascondere piccoli mostri sotto il tappeto, perché cresceranno e nel buio diventeranno più grandi. Poi, quando meno te lo aspetti, salteranno fuori e ti divoreranno. Scenderai in un inferno indistinto e confuso, invece di ascendere al paradiso della virtù e della chiarezza. Parole coraggiose e veritieri renderanno la tua realtà semplice, pura, ben definita e vivibile.

Se identifichi le cose, con un'attenzione e un linguaggio accurati, le anticipi come oggetti attuabili e praticabili, separandole dalla quasi universale indeterminatezza di fondo. Le semplifichi. Le rendi specifiche e utili e ne riduci la complessità. Rendi possibile vivere con queste cose e utilizzarle senza morire a causa di quella complessità, con l'incertezza e l'ansia che comporta. Se lasci le cose nel vago, non saprai mai dove finisce una cosa e dove incomincia l'altra. Ogni cosa stingerà macchiando l'altra. Così il mondo è troppo difficile da gestire.

Devi definire consapevolmente l'argomento di una conversazione, in particolare quando è difficile, oppure ti ritroverai a parlare di tutto, e sarebbe davvero troppo. Spesso è proprio questo il motivo per cui le coppie smettono di parlare. Ogni discussione degenera perché si arriva a parlare di ogni problema emerso in passato, di ogni problema che esiste adesso e di ogni cosa terribile che potrebbe accadere in futuro. Nessuno può discutere di ogni cosa. Invece, puoi dire: "Questa cosa, esatta e precisa, mi rende infelice. Questa cosa, esatta e precisa, è ciò che voglio, come alternativa, anche se sono aperto a suggerimenti, se ben circostanziati. Questa cosa,

esatta e precisa, è ciò che potresti darmi perché io smetta di rendere la tua e la mia vita infelici.” Ma per fare questo, devi *pensare*: Che cosa non funziona, esattamente? Che cosa voglio, esattamente? Devi parlare esplicitamente ed evocare il mondo abitabile dal caos. Per farlo, devi parlare con sincerità e precisione. Se invece ti fai piccolo e ti nascondi, ciò da cui scappi si trasformerà nel drago gigante in agguato sotto il tuo letto, nel bosco e nei recessi oscuri della tua mente, e ti divorerà.

Devi definire dove sei stato nella tua vita, per capire dove sei adesso. Se non sai dove ti trovi precisamente, allora potresti essere ovunque. Devi definire dove sei stato nella tua vita, perché altrimenti non riuscirai ad arrivare dove stai andando. Non puoi spostarti dal punto a al punto b, se non ti trovi già al punto a. E se ti trovi semplicemente “ovunque”, le possibilità che tu sia al punto a sono davvero molto piccole.

Devi definire dove stai andando nella tua vita, perché non puoi arrivarci, a meno che tu non ti muova in quella direzione. Vagabondare a casaccio non ti farà procedere. Ti ritroverai invece deluso e frustrato, ansioso e infelice, e sarai una persona difficile da frequentare e quindi risentita, poi vendicativa e poi peggio ancora.

Di’ ciò che vuoi dire, così potrai capire che cosa vuoi dire. Agisci coerentemente a come parli, così scoprirai che cosa succede. Poi presta attenzione. Nota i tuoi errori. Articolali. Impegnati a correggerli. È così che scoprirai il significato della tua vita. Questo ti proteggerà dalla tragedia della tua esistenza. Come potrebbe essere altrimenti?

Affronta il caos dell’Essere. Punta verso un mare di problemi. Specifica qual è la tua destinazione e traccia la rotta. Riconosci e ammetti ciò che vuoi. Di’ alle persone intorno a te chi sei. Guarda avanti, con attenzione, e procedi diritto.

Parla con precisione.

* È per questo, per esempio, che stiamo impiegando molto più di quanto pensavamo inizialmente per costruire robot che potrebbero funzionare autonomamente nel mondo. Il problema della percezione è molto più complicato di quanto l’accesso, facile e immediato, alle nostre percezioni ci lascia supporre. Infatti, il problema della percezione è tanto complicato da aver bloccato, quasi fatalmente (nella prospettiva di allora), i progressi iniziali dell’intelligenza artificiale, quando scoprîmo che la ragione astratta e disincarnata non era in grado di risolvere nemmeno i problemi più semplici. Sul finire degli anni Ottanta e nei primi anni Novanta, pionieri come Rodney Brooks ipotizzarono che

corpi in azione fossero precondizioni necessarie per scomporre il mondo in parti gestibili da analizzare, e così l'intelligenza artificiale riconquistò fiducia e slancio.

* La registrazione della lettura – J.B. (2002) “Slaying the Dragon Within Us” [Uccidi il drago che è in te] – è disponibile, in inglese, all’indirizzo: https://www.youtube.com/watch?v=REjUkEj1O_0.





REGOLA 11

LASCIA IN PACE I RAGAZZI CHE FANNO SKATE

PERICOLO E PADRONANZA

Tempo fa i ragazzi avevano l'abitudine di andare in skateboard sul lato ovest dell'edificio della Sidney Smith Hall, all'Università di Toronto, dove lavoravo. Lì una scalinata, con gradini in cemento larghi e bassi e due corrimani tubolari in ferro, porta dalla strada all'ingresso principale. A volte mi fermavo a guardarli. Quei ragazzi, quasi sempre maschi, prendevano una rincorsa di una quindicina di metri dalla cima dei gradini. Mettevano un piede sullo skate e si spingevano con l'altro come matti, per prendere velocità. Poco prima di entrare in collisione con il corrimano, si abbassavano, afferravano la tavola con una mano e saltavano sul corrimano, scivolando giù per tutta la lunghezza, e poi atterravano: a volte con eleganza, ancora in piedi sulla tavola, a volte dolorosamente lontani. In ogni caso, ci riprovavano subito dopo.

Qualcuno avrebbe potuto dire che era una cosa stupida. Forse era così. Ma era anche coraggioso. Io pensavo che quei ragazzi fossero fantastici. Pensavo che meritassero una pacca sulla spalla e un po' di sincera ammirazione. Certo che era pericoloso. Il bello era proprio il pericolo.

Volevano averla vinta sul pericolo. Sarebbe stato meglio se avessero indossato delle protezioni, ma avrebbe rovinato il gioco. Non volevano mettersi al sicuro. Stavano cercando di acquisire la padronanza dello skate, di diventare competenti, ed è la competenza a rendere le persone più sicure.

Non oserei imitare quei ragazzi. Non solo, non ci riuscirei. Certamente non sarei in grado di arrampicarmi su una gru, come fanno alcuni folli che si mettono in mostra su YouTube (e, naturalmente, come fanno anche le persone che sulle gru ci lavorano). Non mi piace l'altezza, anche se i 7,5 chilometri di altitudine a cui viaggiano gli aerei di linea sono talmente tanti da non infastidirmi più. Ho volato più volte su un aereo in fibra di carbonio per voli acrobatici, persino facendo una giravolta, e ci riuscivo, anche se era molto impegnativo dal punto di vista fisico e mentale. Per eseguire una giravolta, si posiziona l'aereo in verticale, fino a quando la forza di gravità non lo stabilizza: quindi l'aereo cade all'indietro, a spirale, finché alla fine non si ribalta e scende verso il basso, dopo di che si esce dal giro. Ammetto che non lo rifarei. Ma non riesco ad andare sullo skate, specialmente in bilico su una ringhiera, né a salire sulle gru.

Sul lato est della Sidney Smith Hall si trova invece una serie di grandi e massicce fioriere in cemento, che scendono, ai lati delle scale, fino alla carreggiata. I ragazzi andavano in skate sui bordi delle fioriere e lungo il perimetro in cemento di una scultura vicina all'edificio. Non durò molto a lungo. Sui bordi delle fioriere, uno ogni metro, comparvero presto dei dissuasori, piccole fasce in acciaio conosciute come *skatestopper*. Quando le vidi per la prima volta, mi ricordai di qualcosa che accadde a Toronto diversi anni prima. Due settimane prima dell'inizio delle lezioni della scuola elementare, in tutta la città scomparvero le attrezzature dai parco giochi. La legislazione era cambiata ed era scattato il panico sulle assicurazioni e sulla responsabilità civile. I giochi furono rimossi in tutta fretta, anche se erano piuttosto sicuri, in uso da moltissimo tempo e in molti casi erano stati recentemente pagati dai genitori. Ciò significò che non ci furono attrazioni nei parchi per più di un anno. Durante quel periodo ho visto spesso bambini annoiati ma ammirabili salire sul tetto della nostra scuola. Era un'alternativa a cercare qualcosa per terra nella polvere, insieme ai gatti e ai bambini meno avventurosi.

Definisco "piuttosto sicuri" i parco giochi demoliti perché, quando sono troppo sicuri, i bambini smettono di giocare o iniziano a utilizzare le attrezzature in maniera diversa da quella per cui sono state progettate. I

bambini hanno bisogno di giochi abbastanza pericolosi da essere impegnativi. Le persone, compresi i bambini, non cercano di minimizzare il rischio. Cercano di sfruttarlo al massimo. Guidano e camminano, amano e giocano in modo da ottenere ciò che desiderano, ma al tempo stesso si spingono un po' oltre il livello di sicurezza e così continuano a crescere. Quindi, se le cose sono troppo sicure, le persone, compresi i bambini, iniziano a pensare a come renderle nuovamente pericolose.¹⁶⁵

Quando siamo liberi da vincoli e incoraggiati, preferiamo vivere al limite. Lì, possiamo ancora fidarci della nostra esperienza e, al tempo stesso, affrontare il caos che ci aiuta a crescere. Per questo motivo siamo progettati, alcuni più di altri, per apprezzare il rischio. Ci sentiamo rinvigoriti e pieni di entusiasmo quando ci impegniamo a migliorare le nostre prestazioni, mentre giochiamo. Altrimenti ci muoviamo pesanti, pigri, incoscienti e incuranti. Iperprotetti, falliremo quando qualcosa di pericoloso, inaspettato e ricco di opportunità farà all'improvviso la propria apparizione nella nostra vita, come inevitabilmente accadrà.

Gli skatestopper sono brutti. La cornice della scultura avrebbe dovuto essere gravemente danneggiata da solerti skater prima di apparire brutta come adesso, costellata di borchie in metallo come il collare di un pitbull. Le grandi fioriere hanno protezioni metalliche poste a intervalli irregolari, e questo produce una pessima impressione di architettura scadente, risentimento e soluzioni approssimative. Conferiscono all'area, che avrebbe dovuto essere abbellita dalla scultura e dalla vegetazione, un aspetto tra l'industriale e il carcerario, da istituto di correzione mentale o da campo di lavoro, del genere che risulta quando costruttori e funzionari pubblici non amano o non si fidano delle persone per cui lavorano.

L'assoluta aspra bruttezza della soluzione mette in dubbio le ragioni della sua attuazione.

Successo e risentimento

Se leggi i testi degli psicologi dell'inconscio, per esempio Freud e Jung, oltre al loro precursore, il filosofo Nietzsche, impari che c'è un lato oscuro in ogni cosa. Freud scavò profondamente nel contenuto implicito latente dei sogni, che sono spesso diretti, secondo lui, all'espressione di qualche desiderio inappropriato. Jung riteneva che ogni atto sociale appropriato fosse accompagnato dal suo gemello malvagio, dall'ombra inconscia. Nietzsche indagò il ruolo di ciò che definì "risentimento" nel motivare le

azioni apparentemente disinteressate e, spesso, esibite in modo fin troppo pubblico.¹⁶⁶

Redimere l'uomo dalla vendetta: questo è per me il ponte che guida alla più sublime speranza e l'arcobaleno che brilla dopo lunghe tempeste. Ma in altro modo l'intendono le tarantole. "Questo appunto è per noi giustizia: che il mondo sia pieno delle tempeste della nostra vendetta", così parlano esse.

"Vendetta noi vogliamo e obbrobrio per tutti coloro che non sono uguali a noi", così giurano le tarantole nel loro cuore.

La volontà dell'uguaglianza: questo sia da qui in poi sinonimo di virtù; contro tutto ciò che è potente noi vogliamo levare il nostro grido!

O voi predicatori dell'uguaglianza, la follia cesarea dell'impotenza è quella che in voi chiede "uguaglianza": le vostre più occulte brame tiranniche si mascherano di parole virtuose!

L'incomparabile saggista inglese George Orwell conosceva bene questo genere di cose. Scrisse *La strada di Wigan Pier*, che fu in parte un feroce attacco ai socialisti britannici delle classi abbienti, nonostante fosse lui stesso incline al socialismo. Nella prima metà del libro, Orwell descrive le terribili condizioni affrontate dai minatori del Regno Unito negli anni Trenta:¹⁶⁷

Diversi dentisti mi hanno detto che nei distretti industriali una persona con più di trent'anni che abbia ancora i propri denti sta diventando un'anomalia. A Wigan diverse persone mi hanno detto che pensano sia meglio perdere i propri denti il prima possibile nella vita. "I denti sono solo sofferenza" mi ha detto una donna.

Un minatore di carbone del Wigan Pier doveva camminare o meglio strisciare, data l'altezza delle gallerie della miniera, anche per 5 chilometri, sottoterra, nel buio, sbattendo la testa e graffiandosi la schiena, solo per raggiungere il luogo di lavoro e cominciare le sette ore e mezza del suo massacrante turno. Dopo, tornava indietro. "È paragonabile, forse, allo scalare una piccola montagna, prima e dopo la giornata lavorativa" dichiarò Orwell. Il tempo trascorso a strisciare per raggiungere e per rientrare dal luogo di lavoro non era pagato.

Orwell scrisse *La strada di Wigan Pier* per il Left Book Club, un gruppo editoriale socialista che pubblicava un volume selezionato ogni mese. Dopo aver letto la prima metà del libro, che racconta in modo diretto le condizioni personali dei minatori, è impossibile non provare compassione per i lavoratori indigenti. Solo un mostro potrebbe rimanere impassibile leggendo i resoconti delle vite che Orwell descrive:

Non è passato molto tempo da quando le condizioni nelle miniere erano peggiori di adesso. Ci sono ancora alcune donne molto anziane che nella loro giovinezza hanno lavorato sottoterra, gattonando a quattro zampe e trascinando vasche di carbone. Continuavano a farlo anche quando erano incinte.

Nella seconda metà del libro, tuttavia, Orwell volge l'attenzione a un altro problema: l'impopolarità, in quel momento, del socialismo nel Regno Unito, nonostante la chiara e dolorosa ingiustizia evidente ovunque. Orwell concluse che il genere di riformatore sociale che indossava il tweed, che filosofeggiava in poltrona, che individuava le vittime, che dispensava pietà e disprezzo, spesso non amava i poveri come invece sosteneva. Semplicemente, odiava i ricchi. Camuffava il proprio risentimento e la propria invidia con la pietà, l'ipocrisia e il perbenismo. A livello di inconscio e di giustizia sociale, le cose oggi – a eccezione del fronte di sinistra – non sono cambiate molto. È a causa di Freud, Jung, Nietzsche e Orwell che mi chiedo sempre: “Contro cosa ti schieri?” ogni volta che sento qualcuno dire, a voce troppo alta: “Mi schiero in favore di questo!”. La domanda è particolarmente rilevante se quella stessa persona si lamenta, critica o cerca di cambiare il comportamento di qualcun altro.

Credo che sia stato Jung a sviluppare la massima psicoanalitica più chirurgicamente malvagia: “Se non riesci a capire perché qualcuno ha fatto qualcosa, osserva le conseguenze e ne potrai dedurre la motivazione.” È un bisturi psicologico. Non sempre è uno strumento adatto, può tagliare troppo profondamente o nei punti sbagliati. È forse un’opzione da ultima spiaggia. Ci sono momenti, però, in cui la sua applicazione si rivela illuminante.

Se la conseguenza di collocare gli skatestopper sui bordi delle fioriere e alla base delle sculture, per esempio, è avere degli adolescenti infelici e un radicale disprezzo estetico per la bellezza, allora forse questo era lo scopo. Quando qualcuno afferma di agire secondo i principi più elevati, per il bene degli altri, non c’è motivo di supporre che le motivazioni di quella persona siano autentiche. Le persone motivate a migliorare le cose di solito non sono interessate a cambiare gli altri o, se lo sono, si assumono la responsabilità di apportare quelle modifiche a loro stesse per prime. Dietro la creazione di regole che impediscono agli skater di compiere evoluzioni esperte, coraggiose e pericolose, vedo l’opera di uno spirito infido e profondamente antiumano.

Ancora qualcosa su Chris

Il mio amico Chris, di cui ho parlato in precedenza, era posseduto da un grande spirito, a grave detimento della sua salute mentale. In parte, era afflitto dai sensi di colpa. Aveva frequentato scuole elementari e medie in diverse città, nelle gelide distese delle praterie a nord della provincia di Alberta, prima di finire a Fairview. Gli scontri con i ragazzi nativi erano parte della sua esperienza, durante quei trasferimenti. Non è esagerato sottolineare che quei ragazzi erano, in media, più turbolenti e permalosi dei bambini bianchi (e avevano le loro ragioni). Lo sapevo bene per esperienza personale.

Quando ero alle elementari, avevo un burrascoso rapporto di amicizia con un ragazzo meticcio di nome Rene Heck.* La situazione era complessa perciò la nostra relazione fu subito burrascosa. Tra me e Rene c'era un grande divario culturale. I suoi vestiti erano più sporchi dei miei. Era più rozzo nel parlare e nell'atteggiamento. Inoltre, io ero anticipatario rispetto agli altri bambini, e per giunta ero basso per la mia età. Rene era un ragazzo grande, intelligente e di bell'aspetto, ed era un duro. Eravamo in classe insieme in prima media e uno degli insegnanti era mio padre. Rene fu beccato a masticare una gomma. "Rene" disse mio padre "sputa quella gomma. Sembri una mucca." "Ah, ah" risi io sottovoce. "Rene la mucca." Rene poteva anche essere una mucca, ma di sicuro ci sentiva benissimo. "Peterson" disse "ci vediamo dopo la scuola: sei morto."

Quella mattina, Rene e io ci eravamo organizzati per vedere un film, la sera, al cinema di zona. Sembrava che l'incontro sarebbe saltato. In ogni caso, il resto della giornata trascorse, rapidamente e in maniera poco piacevole, come succede quando la minaccia e la sofferenza sono in agguato. Rene era più che capace di darmi una bella batosta. Dopo la scuola, mi diressi spedito, più velocemente che potevo, verso le rastrelliere per le bici collocate al di fuori della scuola, ma Rene mi raggiunse. Girammo intorno alle bici, lui da un lato, io dall'altro. Sembravamo due protagonisti di uno sketch comico da cinema muto. Finché continuavo a girare, non poteva prendermi, ma la mia strategia non avrebbe funzionato per sempre. Urlai che mi dispiaceva, ma Rene non si calmava. Il suo orgoglio era ferito e voleva che la pagassi.

Mi chinai e mi nascosi dietro alcune bici, tenendo d'occhio Rene. "Rene" urlai "mi dispiace di averti chiamato 'mucca'. Smettiamo di litigare." Rene cominciò ad avvicinarsi di nuovo a me. Aggiunsi: "Rene, mi dispiace di averlo detto. Veramente. E voglio ancora andare al cinema con

te.” Non era solo una tattica: la pensavo davvero così. Altrimenti quello che è successo dopo non sarebbe successo. Rene smise di girare intorno alle bici. Poi mi fissò e scoppì in lacrime. Quindi, scappò via. Ecco com’erano i rapporti tra nativi e bianchi in breve, nella nostra piccola e dura città. Non siamo mai andati a vedere un film insieme.

Quando il mio amico Chris si scontrava con i ragazzi nativi, non reagiva. Pensava che difendersi non fosse moralmente giustificato, così veniva picchiato. “Abbiamo occupato la loro terra” mi scrisse in seguito. “Era sbagliato. Non c’è da stupirsi che siano arrabbiati.” Nel tempo, passo dopo passo, Chris si ritirò dal mondo. In parte fu colpa sua. Aveva sviluppato un odio profondo per la mascolinità e per l’agire da uomini. Vedeva l’andare a scuola, il lavorare e il trovare una ragazza come parte dello stesso processo che aveva portato alla colonizzazione del Nord America, all’orribile stallo nucleare della Guerra fredda e alla distruzione del Pianeta. Aveva letto alcuni libri sul buddismo e pensava che la negazione del proprio essere fosse eticamente necessaria, alla luce della situazione mondiale del momento. Arrivò a credere che lo stesso valesse per gli altri.

Quando ero alle superiori, Chris fu, per un certo periodo, uno dei miei compagni di stanza. Una sera andammo in un bar di zona e più tardi rientrammo a piedi. Lungo la strada, lui cominciò a rompere gli specchietti laterali delle auto parcheggiate, uno dopo l’altro. Dissi: “Smettila, Chris. Che cosa ci guadagni dal complicare le cose ai proprietari di queste auto?”. Mi rispose che erano tutti complici della frenesia umana che stava rovinando ogni cosa e che quindi se lo meritavano. Risposi che vendicarsi di persone che stavano semplicemente vivendo una vita normale non avrebbe portato a nulla.

Anni dopo, quando frequentavo l’università a Montréal, Chris venne a trovarmi, per quella che doveva essere una visita. Mi sembrò però privo di uno scopo, e come perso. Mi chiese una mano. Finì per trasferirsi da me. Allora ero già sposato e vivevo con mia moglie Tammy e la nostra figlia di un anno, Mikhaila. A Fairview, Chris era stato amico anche di Tammy e aveva espresso il desiderio che la loro relazione andasse oltre l’amicizia. Ciò complicava ulteriormente la situazione, ma non precisamente nel modo in cui si potrebbe pensare. Chris aveva infatti iniziato con l’odiare gli uomini, ma aveva finito per detestare le donne. Le bramava, ma aveva rifiutato l’istruzione, la carriera e il desiderio. Fumava pesantemente ed era disoccupato. Non sorprendeva, quindi, che non destasse grande interesse in

loro. Ciò lo amareggiava. Cercai di convincerlo che la strada che aveva scelto l'avrebbe semplicemente portato alla rovina. Aveva bisogno di sviluppare un po' di umiltà. Aveva bisogno di costruirsi una vita.

Una sera, era il turno di Chris di preparare la cena. Quando mia moglie rientrò a casa, l'appartamento era pieno di fumo. Gli hamburger stavano bruciando furiosamente nella padella. Chris era a carponi e stava cercando di riparare qualcosa che si era allentato sotto la cucina. Mia moglie conosceva i suoi trucchi. Sapeva che stava bruciando la cena di proposito, perché era risentito di dover cucinare. Era risentito per il ruolo femminile, anche se i compiti domestici erano suddivisi in maniera ragionevole, e lui lo sapeva perfettamente. Stava sistemando la cucina per avere una scusa plausibile, e persino credibile, per bruciare il cibo. Quando mia moglie notò ciò che stava facendo, Chris assunse il ruolo della vittima, ma era profondamente e pericolosamente furioso. Una parte di lui, e non la parte buona, era convinta di essere più intelligente di chiunque altro. Fu un duro colpo per il suo orgoglio che Tammy potesse capire i suoi trucchi. Era una brutta situazione.

Il giorno successivo Tammy e io decidemmo di fare una passeggiata in un parco della città. Avevamo bisogno di uscire dall'appartamento, anche se era una giornata fredda in maniera pungente, umida e nebbiosa, con quasi 35 °C sotto zero. C'era vento e tutto sembrava essere nemico alla vita. Tammy disse che non ce la faceva più a vivere con Chris. Entrammo nel parco. Gli alberi allungavano i loro rami spogli verso l'alto, nell'aria grigia e umida. Uno scoiattolo nero, senza peli sulla coda, afferrò un ramo senza foglie, rabbrividì violentemente, lottando per rimanere aggrappato, nonostante il vento. Che cosa faceva là fuori al freddo? Gli scoiattoli d'inverno entrano in un sonno profondo, simile al letargo, ed escono dalla propria tana solo quando fa caldo. Poi ne vedemmo un altro e un altro e un altro e un altro e un altro. C'erano scoiattoli tutt'intorno a noi, nel parco, tutti parzialmente glabri, code e corpi simili, tutti aggrappati ai rami sferzati dal vento, tutti tremanti e mezzi congelati nel freddo mortale. Non c'era nessun altro. Era impossibile, inesplorabile. Era veramente inappropriato. Eravamo sul palcoscenico di una commedia dell'assurdo, diretta da Dio. Tammy se ne andò subito dopo con nostra figlia, per trascorrere qualche giorno altrove.

Verso Natale, quello stesso anno, mio fratello minore e la sua nuova moglie arrivarono in visita dal Canada occidentale. Anche mio fratello

conosceva Chris. Indossarono tutti i loro abiti invernali per prepararsi a una passeggiata nel centro di Montréal. Chris si mise un lungo cappotto scuro. Poi si calcò un berretto di lana nero in testa. Il cappotto era nero, così come i pantaloni e gli stivali. Era molto alto, magro e un po' curvo. "Chris" scherzai. "Sembri un serial killer." Quasi una maledetta premonizione. I tre rientrarono dalla passeggiata. Chris era fuori di testa. C'erano degli estranei nel suo territorio. Un'altra coppia felice: era come sale sulle sue ferite.

Cenammo, abbastanza piacevolmente. Parlammo e poi la serata giunse al termine. Ma non riuscivo a dormire. Qualcosa non andava. Era nell'aria. Alle quattro del mattino ne avevo abbastanza. Sgusciai fuori dal letto. Bussai silenziosamente alla porta di Chris ed entrai nella stanza senza aspettare una risposta. Era sveglio sul letto e fissava il soffitto, proprio come mi aspettavo. Mi sedetti accanto a lui. Lo conoscevo molto bene. Parlai con lui della sua rabbia omicida. Poi tornai a letto a dormire. La mattina successiva mio fratello mi prese da parte. Voleva parlare con me. Ci sedemmo. Mi disse: "Che diavolo stava succedendo ieri sera? Non riuscivo a dormire. C'era qualcosa che non andava?". Dissi a mio fratello che Chris non stava molto bene. Non gli dissi che era fortunato a essere vivo e che lo eravamo tutti. Lo spirito di Caino aveva fatto visita alla nostra casa, ma eravamo rimasti incolumi.

Forse quella notte sentii un odore diverso, quando la morte era sospesa nell'aria. Chris aveva un odore molto acre. Si lavava di frequente, ma gli asciugamani e le lenzuola sapevano di lui. Era impossibile farli tornare puliti. Quell'odore era il prodotto di una psiche e di un corpo che non operavano in armonia. Un'assistente sociale che conosceva anche Chris mi raccontò che quell'odore le era familiare. Tutti sul suo posto di lavoro lo conoscevano, anche se ne parlavano solo a bassa voce. Lo chiamavano "l'odore della persona che non può trovare lavoro."

Poco dopo questi eventi, portai a termine i miei studi di postdottorato. Tammy e io ci trasferimmo da Montréal a Boston, dove nacque il nostro secondo figlio. Ogni tanto sentivo Chris al telefono. Una volta venne a trovarmi e andò bene. Aveva un lavoro in un negozio di autoricambi. Stava cercando di migliorare la propria situazione e in quel momento se la cavava. Ma non durò. Non lo rividi più a Boston. Quasi dieci anni dopo, la sera prima del suo quarantesimo compleanno, mi chiamò al telefono. A quel tempo mi ero trasferito con la famiglia a Toronto. Chris aveva alcune notizie da darmi. Un racconto che aveva scritto sarebbe stato pubblicato in

una raccolta edita da una piccola casa editrice. Voleva dirmelo. Scriveva bei racconti. Li avevo letti tutti. Ne discutevamo a lungo. Era anche un buon fotografo. Aveva un occhio attento e creativo. Il giorno seguente, Chris guidò il suo vecchio pickup, la stessa bestia malconcia che aveva a Fairview, nella boscaglia. Fece scorrere un flessibile dal tubo di scarico nella cabina di guida. Riesco a vederlo lì, a guardare attraverso il parabrezza rotto, a fumare e ad aspettare. Ne trovarono il corpo poche settimane dopo. Telefonai al padre. “Il mio meraviglioso figlio” singhiozzò.

Di recente, sono stato invitato a partecipare a una conferenza TED in una vicina università. Prima di me intervenne un altro professore. Era stato chiamato per via delle sue affascinanti ricerche nell’ambito dell’intelligenza computazionale. Parlò invece della minaccia che gli esseri umani costituivano per la sopravvivenza del Pianeta. Come Chris e troppe altre persone, quel professore era diventato antiumano, fino al midollo. Non aveva percorso quella strada fino in fondo, come aveva fatto il mio amico, ma entrambi erano animati dallo stesso terribile spirito.

Si mise in piedi di fronte a uno schermo che mostrava l’infinita carrellata di edifici di una fabbrica cinese di prodotti elettronici che si estendeva per alcuni isolati. Centinaia di operai vestiti di bianco stavano in piedi, come robot disumani e sterili, dietro le linee di montaggio, inserendo silenziosamente il pezzo A nella fessura B. Il professore raccontò al pubblico, pieno di giovani brillanti, della decisione che lui e la moglie avevano preso di fermarsi a un solo figlio. Disse che era qualcosa a cui tutti avrebbero dovuto pensare, se avessero voluto considerarsi persone etiche. Sentivo che una decisione del genere era corretta, ma solo nel suo caso particolare, in cui la scelta di non mettere al mondo nemmeno uno figlio avrebbe potuto essere persino migliore. I molti studenti cinesi presenti assistettero con distacco a quella predica. Pensavano, forse, alla fuga dei genitori dagli orrori della Rivoluzione culturale di Mao e dalla sua politica del figlio unico. Pensavano, forse, al notevole miglioramento degli standard di vita e alla libertà che quelle stesse fabbriche davano loro. Alcuni espressero questi pensieri quando fu il momento delle domande.

Il professore avrebbe riconsiderato le proprie opinioni, se avesse saputo fin dove tali idee potevano condurre? Mi piacerebbe dire di sì, ma non ci credo. Penso che avrebbe potuto saperlo, ma si rifiutò di farlo. Forse, peggio, lo sapeva, ma non gli importava, oppure lo sapeva, ma si dirigeva proprio lì, volontariamente, comunque.

Giudici autonominati dell'umanità

Non è passato molto tempo da quando la Terra sembrava infinitamente più grande delle persone che l'abitavano. Solo alla fine dell'Ottocento il geniale biologo Thomas Huxley, strenuo difensore di Darwin e nonno di Aldous Huxley, disse al parlamento britannico che era letteralmente impossibile che l'umanità esaurisse gli oceani. Il loro potere generativo era semplicemente troppo grande, a dispetto anche delle più assidue predazioni umane. Sono passati solo poco più di cinquant'anni da quando *Primavera silenziosa* di Rachel Carson ha dato il via al movimento ambientalista.¹⁶⁸ Cinquant'anni non sono davvero niente. Sembra ieri.

Abbiamo di recente sviluppato gli strumenti concettuali e le tecnologie che ci consentono di comprendere, anche se in modo imperfetto, l'architettura della vita. Meritiamo un po' di simpatia, quindi, per l'ipotetico oltraggio del nostro comportamento distruttivo. A volte non siamo in grado di pensare a niente di meglio. A volte sì, ma non abbiamo ancora formulato alternative pratiche. Non è che la vita sia facile per gli esseri umani, dopotutto, nemmeno adesso, e solo pochi decenni fa la maggior parte degli esseri umani era affamata, malata e analfabeta.¹⁶⁹ Possiamo contare sulle dita di una mano i decenni in cui abbiamo vissuto con le attuali condizioni di benessere, sempre crescente ovunque. Anche oggi, sono rare e fortunate le famiglie in cui almeno un membro non soffra di una malattia grave, e alla fine tutti affronteranno il problema. Facciamo del nostro meglio, per quanto possibile nella nostra vulnerabilità e fragilità, e il Pianeta è più duro con noi di quanto noi lo siamo con lui. Potremmo essere un po' più comprensivi con noi stessi.

Dopo tutto, gli esseri umani sono creature notevoli. Non esiste una specie simile a noi e i nostri limiti non sono poi così evidenti. Oggi accadono cose che sembravano umanamente impossibili nel recente passato, quando ha cominciato a risvegliarsi il nostro senso di responsabilità nei confronti del Pianeta. Qualche settimana prima di scrivere queste righe, mi sono imbattuto in due video su YouTube. Uno mostrava la Medaglia d'oro olimpica per il volteggio del 1956; l'altro, la Medaglia d'argento olimpica per il volteggio del 2012. Non sembrava nemmeno lo stesso sport, né la stessa specie. Ciò che McKayla Maroney fece nel 2012 sarebbe stato considerato sovrumano negli anni Cinquanta. Il *parkour*, uno sport derivato dall'addestramento militare francese per superare gli ostacoli, è incredibile, così come il *free running*. Assisto a tali spettacoli con un'ammirazione

evidente. Alcuni ragazzi saltano giù da edifici a tre piani senza ferirsi. È pericoloso e fantastico. Chi scala le gru è tanto coraggioso da turbare le menti. Lo stesso vale per gli appassionati di mountain bike estrema e di snowboard freestyle, per gli skater e per i surfisti che affrontano onde di quindici metri.

I ragazzi che avevano sparato alla Columbine High School, che abbiamo già citato poco fa, si erano autoproclamati giudici dell'umanità proprio come aveva fatto il professore invitato a parlare alla conferenza, anche se in maniera meno estrema, e come Chris, il mio amico dannato. Per Eric Harris, il più alfabetizzato dei due assassini, gli esseri umani erano una specie fallita e corrotta. Una volta accettato un presupposto del genere, la logica interiore si manifesta inevitabilmente. Se l'umanità è una piaga, come sostiene il naturalista e divulgatore scientifico David Attenborough,¹⁷⁰ o un cancro, come ha affermato il Club di Roma,¹⁷¹ la persona che la sradica è un eroe, un salvatore planetario, in questo caso. Un vero messia potrebbe seguire la propria logica morale rigorosa ed eliminare anche se stesso. È proprio ciò che gli assassini di massa, guidati da un risentimento quasi infinito, solitamente fanno. Persino il loro stesso essere non giustifica l'esistenza dell'umanità. In realtà, si uccidono proprio per dimostrare quanto il loro impegno per l'annientamento della razza umana sia puro. Nessuno nel mondo moderno potrebbe esprimere l'opinione, senza ricevere obiezioni, che l'esistenza migliorerebbe se venissero eliminati ebrei, neri, musulmani o inglesi. Perché, allora, è virtuoso proporre che il Pianeta potrebbe essere migliore se ci fossero meno persone ad abitarlo? Non riesco a fare a meno di vedere un volto scheletrico, attraversato da un ghigno inquietante, felice per una possibile apocalisse, nascondersi non molto distante da queste affermazioni. E perché molto spesso sembra proprio che sia la stessa gente che si oppone così visibilmente al pregiudizio a sentirsi obbligata a condannare l'umanità stessa?

Ho visto studenti universitari, in particolare quelli iscritti a facoltà umanistiche, subire un vero declino della propria salute mentale perché erano stati rimproverati filosoficamente da questi difensori del Pianeta per la loro stessa esistenza come membri della specie umana. È peggio, credo, per i giovani uomini. Come beneficiari privilegiati del patriarcato, i loro successi sono considerati non meritati. Come potenziali aderenti alla cultura dello stupro, sono sessualmente sospetti. Le loro ambizioni li rendono saccheggiatori della Terra. Non sono i benvenuti. Alla scuola media, alla

scuola superiore e all'università, non ottengono buoni risultati accademici. Quando mio figlio aveva quattordici anni, parlammo dei suoi voti. Stava andando molto bene, mi disse, per essere un ragazzo. Cercai di approfondire. Tutti sapevano, disse, che le ragazze vanno meglio a scuola rispetto ai ragazzi. Il tono della sua voce indicava la sorpresa di fronte alla mia ignoranza per qualcosa di così evidente. Mentre scrivevo questa parte, ho ricevuto l'ultima edizione della rivista “The Economist”. La storia di copertina? “Il sesso debole”, ossia i maschi. Nelle università, oggi le donne costituiscono più del 50 per cento degli studenti in più dei due terzi di tutte le discipline.

I ragazzi soffrono, nel mondo moderno. Sono più disobbedienti, in negativo, o più indipendenti, in positivo, rispetto alle ragazze, e risentono di questa differenza in tutto il percorso di studi fino all'università. Sono meno gradevoli (la piacevolezza è un tratto della personalità associato alla capacità di comprendere gli altri, all'empatia e all'*evitamento* del conflitto) e meno suscettibili all'ansia e alla depressione,¹⁷² almeno dopo la pubertà.¹⁷³ Gli interessi dei ragazzi si orientano verso le cose; quelli delle ragazze verso le persone.¹⁷⁴ Sorprendentemente queste differenze, fortemente influenzate da fattori biologici, sono più pronunciate nelle società scandinave dove l'uguaglianza di genere è stata promossa con maggior forza: è proprio l'opposto di ciò che ci si aspetterebbe da chi insiste, sempre più duramente, nel sostenere che il genere sia un costrutto sociale. Non lo è. Ed è fuori discussione. Ci sono i dati a dimostrarlo.¹⁷⁵

Ai ragazzi piace la competizione e non amano obbedire, in particolare quando sono adolescenti. Durante questo periodo sentono la spinta ad allontanarsi dalle proprie famiglie e a costruire la propria vita in maniera indipendente. C'è poca differenza tra questo e sfidare l'autorità. Le scuole, istituite alla fine del XIX secolo proprio per inculcare l'obbedienza,¹⁷⁶ non accettano di buon grado comportamenti provocatori e audaci, anche se questi sono segno della risolutezza e della capacità dell'allievo che li mette in atto. Altri fattori hanno un ruolo nel declino sociale dei ragazzi. Le ragazze, per esempio, partecipano a giochi considerati maschili, ma i ragazzi sono molto più riluttanti a intervenire in giochi femminili. Ciò accade in parte perché è ammirabile che una ragazza vinca quando gareggia con un ragazzo. Va comunque bene se perde con un ragazzo. Che un ragazzo vinca su una ragazza, però, spesso non va bene e, altrettanto

spesso, è ancora peggio se perde. Immagina che un bambino e una bambina di nove anni litighino e vengano alle mani. Già solo perché partecipa allo scontro con una bambina, è molto probabile che il bambino sia guardato con sospetto. Se vince, è patetico. Se perde, be', la sua vita potrebbe anche essere finita. Battuto da una ragazza.

Le ragazze possono vincere se raggiungono il successo nella propria gerarchia, se sono brave in ciò che le ragazze, in quanto tali, apprezzano. A questa vittoria possono aggiungere anche il successo di una vittoria ottenuta nella gerarchia dei ragazzi. I ragazzi invece possono vincere solo se raggiungono il successo nella gerarchia maschile. Perderanno il proprio status, tra le ragazze e i ragazzi, se sono bravi in ciò che le ragazze apprezzano. Perderanno la propria reputazione tra i ragazzi e fascino e interesse tra le ragazze. Le ragazze non sono attratte dai ragazzi che sono loro amici, anche se li apprezzano, qualunque cosa questo significhi. Sono attratte dai ragazzi che vincono competizioni con altri ragazzi e migliorano il proprio status. Se sei un maschio, in ogni caso, non puoi vincere su una femmina in maniera schiacciante come faresti con un altro maschio. I ragazzi non possono e non vogliono impegnarsi in giochi realmente competitivi con le ragazze. Non è chiaro come potranno vincere. Dato che, quindi, il gioco si trasforma in un gioco per ragazze, i ragazzi si allontanano. Le università e le discipline umanistiche in particolare stanno per diventare un gioco da ragazze? È ciò che vogliamo?

La situazione nelle istituzioni educative è molto più problematica di quanto le statistiche di base indichino.¹⁷⁷ A esclusione delle cosiddette facoltà STEM (scienze, tecnologia, ingegneria e matematica), a parte la psicologia, il rapporto tra maschi e femmine è ancora più distorto.¹⁷⁸ Quasi l'80 per cento degli studenti che si specializza nelle professioni della salute, della pubblica amministrazione, della psicologia e dell'istruzione, che comprendono un quarto di tutti i laureati, sono donne. La disparità è, inoltre, in rapido aumento. A questo ritmo, tra quindici anni, ci saranno pochissimi uomini nella maggior parte delle facoltà universitarie. Non è una buona notizia per gli uomini. Potrebbe anche essere una notizia catastrofica per loro. Ma non è una buona notizia nemmeno per le donne.

Carriera e matrimonio

Le donne che frequentano scuole di istruzione superiore a predominanza femminile trovano sempre più difficile instaurare una relazione

sentimentale di durata anche moderata. Di conseguenza, devono accontentarsi di un rapporto occasionale o di una serie di rapporti occasionali. Forse è un passo avanti, in termini di liberazione sessuale, ma ne dubito. Penso che per le ragazze sia terribile.¹⁷⁹ Una relazione stabile e amorevole è altamente desiderabile, sia per gli uomini sia per le donne. Per le donne, però, è spesso il desiderio principale. Dal 1997 al 2012, secondo il Pew Research Center,¹⁸⁰ il numero di donne tra i 18 e i 34 anni che ha affermato che un matrimonio di successo è una delle cose più importanti nella vita è salito dal 28 al 37 per cento (un aumento di oltre il 30 per cento*). Nello stesso periodo, il numero di giovani uomini che ha dichiarato la stessa cosa è diminuito del 15 per cento (dal 35 al 29 per cento†). In quello stesso periodo, il rapporto tra persone di età superiore ai 18 anni sposate e non sposate ha continuato a diminuire, dai tre quarti del 1960 alla metà di oggi.¹⁸¹ Infine, per gli adulti non sposati, tra i 30 e i 59 anni, ci sono probabilità tre volte maggiori negli uomini che nelle donne di affermare che non desiderano sposarsi affatto (27 contro 8 per cento).

Chi ha deciso, però, che la carriera sia più importante dell'amore e della famiglia? Lavorare ottanta ore alla settimana in uno studio legale di alto livello vale davvero i sacrifici richiesti per quel tipo di successo? E se ne vale la pena, perché? Una minoranza di persone (per lo più uomini che, se giudicati in base a quanto risultano gradevoli, ottengono ancora una volta un punteggio basso) è ipercompetitiva e vuole vincere a ogni costo. Una piccola percentuale troverà il lavoro intrinsecamente affascinante. Ma la maggior parte non desidera questo e il denaro non sembra migliorare la vita delle persone, oltre a una certa quota minima che ci evita di indebitarci. Inoltre, la maggior parte delle donne ad alto rendimento e con reddito elevato ha partner ad alto rendimento e con reddito elevato: questo è importante soprattutto per le donne. I dati del Pew indicano anche che un coniuge con un lavoro desiderabile è una priorità elevata per quasi l'80 per cento delle donne non sposate ma in cerca di matrimonio e per meno del 50 per cento degli uomini.

Quando raggiunge i trent'anni, la maggior parte degli avvocati di sesso femminile di alto livello abbandona quella carriera tanto impegnativa.¹⁸² Solo il 15 per cento dei soci azionari dei duecento maggiori studi legali statunitensi è donna.¹⁸³ Questa cifra non è cambiata molto negli ultimi quindici anni, anche se le donne associate e le rappresentanti legali sono

numerose. La situazione non dipende dal fatto che gli studi legali non vogliono donne né donne di successo. C'è una carenza cronica di persone eccellenti, a prescindere dal sesso, e gli studi legali cercano disperatamente di trattenerle con sé.

Le donne che abbandonano quella carriera vogliono un lavoro e una vita che lasci loro un po' di tempo. Dopo la scuola di legge e il praticantato e i pochi primi anni di lavoro, sviluppano altri interessi. Ciò è ben noto nelle grandi aziende, anche se non è qualcosa di cui si parli apertamente e serenamente, sia da parte degli uomini sia da parte delle donne. Di recente ho ascoltato una professoressa della McGill University tenere una conferenza, in una sala piena di donne socie di studi legali, o quasi associate, su come la mancanza di servizi per l'infanzia e le "definizioni maschili di successo" ostacolassero il loro avanzamento di carriera e costringessero le donne ad abbandonare quella professione. Conoscevo la maggior parte delle donne presenti in sala. Avevamo parlato a lungo. Sapevo che avevano ben chiaro che non era quello il problema. Tutte potevano contare sull'aiuto di una tata ed erano in grado di permettersela. Avevano già affidato ad altri tutte le incombenze e le necessità domestiche. Quelle donne capivano inoltre perfettamente che era il mercato a definire il successo, non gli uomini con cui lavoravano. Se guadagni 650 dollari l'ora a Toronto perché sei un ottimo avvocato, e il tuo cliente in Giappone ti telefona alle 4 del mattino di domenica, rispondi. Subito. Rispondi subito anche se ti sei appena riaddormentata dopo aver allattato il tuo bambino piccolo. Rispondi perché un collega iperambizioso di uno studio legale di New York sarebbe felice di rispondere, se non lo fai tu, ed è per questo che è il mercato a definire il lavoro.

La disponibilità sempre più scarsa di uomini con formazione universitaria pone un problema di crescente gravità per le donne che desiderano sposarsi o anche solo frequentare qualcuno. In primo luogo, le donne hanno una forte propensione a sposare chi è allo stesso livello o a un livello superiore nella scala del potere economico. Preferiscono un partner di status equivalente o maggiore del proprio. Ciò vale in tutte le culture.¹⁸⁴ Non è lo stesso per gli uomini, che sono perfettamente disposti a sposare anche una donna economicamente meno abbiente (come indicano i dati di Pew), sebbene mostrino una preferenza per compagne un po' più giovani di loro. Anche la recente tendenza alla scomparsa della classe media è in aumento, dal momento che le donne benestanti sono sempre più inclini¹⁸⁵

ad avviare relazioni sentimentali con uomini benestanti. Per questo motivo, e a causa del declino dei posti di lavoro ben retribuiti per gli uomini che lavorano nell'industria manifatturiera (negli Stati Uniti, un uomo su sei in età da lavoro è attualmente disoccupato), il matrimonio è oggi sempre più riservato ai ricchi. Non posso fare a meno di trovarlo divertente, anche se con un umorismo nero. L'opprimente istituzione patriarcale del matrimonio è ora diventata un lusso. Perché i ricchi opprimono se stessi?

Perché le donne vogliono un partner con un lavoro e, preferibilmente, con una posizione sociale elevata? In buona parte, è perché le donne diventano più vulnerabili quando hanno figli. Hanno bisogno di qualcuno competente che sostenga madre e figlio, quando ciò diventa necessario. È un atto compensativo perfettamente comprensibile, oltre ad avere una base biologica. Perché una donna che decide di assumersi la responsabilità di uno o più figli cerca un altro adulto che si prenda cura di loro. Per questo, il lavoratore disoccupato è un esemplare indesiderabile e la maternità affrontata da soli un'alternativa poco allettante. I figli che vivono in famiglie con padri assenti sono quattro volte più a rischio di povertà. Ciò significa che anche le loro madri sono povere. I figli che non hanno un padre accanto sono molto più a rischio di abuso di droghe e di alcol. I figli che vivono con genitori biologici sposati sono meno ansiosi, depressi e delinquenziali rispetto a quelli che vivono con uno o più genitori non biologici. Inoltre, i figli delle famiglie monoparentali hanno il doppio delle probabilità di suicidarsi.¹⁸⁶

La forte svolta verso il politicamente corretto nelle università ha esacerbato il problema. Le voci che gridano all'oppressione sono diventate più forti, a quanto pare, in proporzione precisa a quanto le scuole sono diventate paritarie: e adesso, anche sempre più problematiche per gli uomini. Nelle università ci sono intere discipline apertamente ostili agli uomini. Sono gli ambiti di studio dominati dalla pretesa postmoderna e neomarxista secondo cui la cultura occidentale, in particolare, è una struttura oppressiva, creata dagli uomini bianchi per dominare ed escludere le donne e altri gruppi e che ha successo solo grazie a tale dominio ed esclusione.¹⁸⁷

Il patriarcato: un aiuto o un pregiudizio?

Certo, la cultura è una struttura oppressiva. È sempre stato così. È una verità fondamentale e universale dell'esistenza. Il re tirannico è un'entità

simbolica, una costante archetipica. Ciò che ereditiamo dal passato è intenzionalmente cieco e obsoleto. È un fantasma, una macchina e un mostro. Deve essere salvato, riparato e tenuto a bada dall'attenzione e dallo sforzo dei vivi. Ci sbriola, mentre, a colpi di martello, ci dà una forma socialmente accettabile, e spreca un grande potenziale. Ma offre anche grandi benefici. Ogni parola che proferiamo è un dono dei nostri antenati. Persino ogni nostro pensiero è stato pensato in precedenza da qualcuno più intelligente di noi. L'infrastruttura altamente funzionale che ci circonda, in particolare in Occidente, è un dono dei nostri antenati: i sistemi politici ed economici relativamente incorrotti, la tecnologia, la ricchezza, la durata della vita, la libertà, il lusso e l'opportunità. La cultura prende con una mano, ma in alcuni luoghi fortunati dà di più con l'altra. Ritenere che la cultura sia solo oppressione è da ignoranti e ingratiti, oltre che pericoloso. Questo non vuol dire, come spero che questo libro abbia ormai ben chiarito, che la cultura non possa essere criticata.

Rifletti su questo punto, anche per quanto riguarda l'oppressione: ogni gerarchia crea vincitori e vinti. I vincitori sono, ovviamente, più propensi a giustificare la gerarchia, mentre i perdenti a criticarla. Ma 1) il perseguimento collettivo di qualsiasi obiettivo cui sia stato attribuito un valore produce una gerarchia, dal momento che alcuni riusciranno meglio e altri peggio nel conseguimento del fine, a prescindere da quale esso sia, e 2) è il perseguimento degli obiettivi che in gran parte dà il senso fondamentale alla vita. Sperimentiamo quasi tutte le emozioni che rendono la vita profonda e coinvolgente come una conseguenza del nostro procedere con successo verso qualcosa di profondamente desiderato e apprezzato. Il prezzo che paghiamo per questo coinvolgimento è l'inevitabile creazione di gerarchie di successo, mentre l'inevitabile conseguenza è la differenza nei risultati raggiunti. L'uguaglianza assoluta richiederebbe quindi il sacrificio del valore stesso, e pertanto non ci sarebbe nulla per cui valga la pena vivere. Potremmo invece notare con gratitudine che una cultura complessa e sofisticata consente molti giochi e molti giocatori di successo e che una cultura ben strutturata consente agli individui che la compongono di giocare e di vincere, in molti modi diversi.

Inoltre è perverso considerare la cultura come una creazione degli uomini. La cultura è simbolicamente, archetipicamente, miticamente, maschile. È questo in parte il motivo per cui ci si beve tanto facilmente l'idea del patriarcato. Ma è certamente una creazione dell'umanità, non

degli uomini, per non parlare degli uomini bianchi, che comunque hanno contribuito con la loro giusta quota. La cultura europea è stata dominante solo nella misura in cui l'Europa stessa è stata dominante, per circa quattro secoli. Sulla scala temporale dell'evoluzione culturale (che occorre misurare, come minimo, in migliaia di anni) un tale periodo si registra a malapena. Inoltre, anche se le donne non hanno contribuito in modo sostanziale all'arte, alla letteratura e alle scienze prima degli anni Sessanta del Novecento e della rivoluzione femminista (in cui non credo), il ruolo che svolsero nel crescere i propri figli e lavorando nelle fattorie fu tuttavia determinante nell'educazione della prole e nella liberazione degli uomini, pochissimi, in modo che l'umanità potesse diffondersi e progredire.

Ecco una teoria alternativa: nel corso della storia, uomini e donne hanno entrambi lottato strenuamente per liberarsi dagli orrori soverchianti delle privazioni e della necessità. Le donne si trovavano spesso in svantaggio in quella lotta, poiché erano vulnerabili proprio come gli uomini, con in più il compito della riproduzione e una minore forza fisica. Oltre alla sporcizia, alla miseria, alla malattia, alla fame, alla crudeltà e all'ignoranza che caratterizzavano la vita di entrambi i sessi, prima del ventesimo secolo, quando persino in Occidente le persone vivevano con meno di quello che oggi sarebbe un euro al giorno, le donne dovevano inoltre sopportare il difficile inconveniente pratico delle mestruazioni, l'alta probabilità di gravidanze indesiderate, il rischio di morire o di avere problemi gravi durante il parto e il peso di dover crescere troppi bambini piccoli. Forse questa è una ragione sufficiente a spiegare il diverso trattamento legale e pratico di uomini e donne che caratterizzò la maggior parte delle società prima delle recenti rivoluzioni tecnologiche, invenzione della pillola anticoncezionale compresa. Sarebbe bene prendere in considerazione almeno questi aspetti, prima di accettare come un'ovvia verità l'idea che gli uomini abbiano tiranneggiato le donne.

Mi sembra che la cosiddetta oppressione del patriarcato sia invece un tentativo collettivo imperfetto di uomini e donne, che si protrae da millenni, di liberarsi a vicenda dalle privazioni, dalle malattie e dalla fatica. Il caso recente di Arunachalam Muruganantham fornisce un ottimo esempio. Quest'uomo, il "re dei tamponi" indiano, era preoccupato perché la moglie doveva usare stracci sporchi durante il ciclo mestruale. La donna disse che si trattava di scegliere se comprare costosi assorbenti igienici o il latte per tutta la famiglia. L'uomo allora trascorse i successivi quattordici anni in

preda a una sorta di follia, secondo l'opinione dei vicini, cercando di risolvere il problema. Persino la moglie e la madre lo abbandonarono, per un breve periodo, terrorizzate dall'essere diventate la sua ossessione. Quando si ritrovò senza donne che si offrissero volontarie per testare il suo prodotto, Muruganantham prese a indossare una vescica piena di sangue di maiale. Evidentemente questo comportamento non poteva migliorare la popolarità o lo status dell'uomo. Oggi, però, i suoi assorbenti a basso costo, realizzati localmente, sono distribuiti in tutta l'India, prodotti da cooperative gestite da donne. Le donne che li utilizzano hanno trovato una libertà che non avevano mai sperimentato in precedenza. Nel 2014 quest'uomo, che non ha completato gli studi, è stato nominato dalla rivista "Time" tra i cento personaggi più influenti al mondo. Non credo che il guadagno personale sia stato la motivazione primaria di Muruganantham. Partecipa anch'egli al patriarcato?

Nel 1847 James Young Simpson usò l'etere per aiutare una donna, che aveva un bacino deformato, a partorire. In seguito, passò al cloroformio, ottenendo prestazioni migliori. Nel 1853 il cloroformio era abbastanza apprezzato da essere utilizzato dalla regina Vittoria, che partorì il settimo figlio sotto gli effetti della sostanza. Poco dopo, l'opzione del parto indolore fu disponibile ovunque. Alcune persone avvertirono il pericolo insito nell'opporsi a quanto Dio aveva detto alla prima donna, in Genesi 3:16: "Moltiplicherò i tuoi dolori e le tue gravidanze, con dolore partorirai figli". Alcuni si opposero anche all'uso dell'anestesia per gli uomini: i giovani, semplicemente sani e coraggiosi, non ne dovevano avere bisogno. Tale opposizione fu inefficace. L'uso dell'anestesia si diffuse con estrema rapidità e molto più rapidamente di quanto sarebbe possibile oggi. Persino importanti uomini di Chiesa ne sostennero l'uso.

Il primo tampone interno pratico – il Tampax – arrivò solo negli anni Trenta. Fu inventato dal dottor Earle Cleveland Haas. Lo realizzò con del cotone compresso e progettò un applicatore formato da piccoli cilindri di carta. L'applicatore contribuì a ridurre la resistenza al loro uso da parte di chi si opponeva pensando che inducesse le donne a toccare le proprie parti intime. All'inizio degli anni Quaranta, il 25 per cento delle donne usava gli assorbenti interni. Trent'anni dopo, era il 70 per cento. Ora sono quattro donne su cinque: le altre si affidano agli assorbenti esterni, che adesso sono superefficaci e saldamente mantenuti in posizione da adesivi efficaci, contrariamente a quelli degli anni Settanta, ingombranti, simili a pannolini

per neonati e fermati da cinghie e cinturini. Muruganantham, Simpson e Haas hanno oppresso le donne o le hanno liberate? E che dire di Gregory Goodwin Pincus, che inventò la pillola anticoncezionale? Come si può affermare che questi uomini pratici, illuminati e ostinati fossero anche loro partecipi del soffocante patriarcato?

Perché insegniamo ai giovani che la nostra incredibile cultura è il risultato dell'oppressione maschile? Accecate da questo assunto centrale, diverse discipline, come la pedagogia, le scienze sociali, la storia dell'arte, gli studi di genere, la letteratura e, sempre più, anche la giurisprudenza, trattano gli uomini come oppressori e l'attività degli uomini come intrinsecamente distruttiva. Spesso promuovono direttamente un'azione politica, confondendola con l'istruzione. L'istituto Pauline Jewett della Carleton University di Ottawa, che si occupa di studi di genere e sulle donne, per esempio, incoraggia l'attivismo. Il Dipartimento di Studi di genere presso la Queen's University di Kingston, nell'Ontario, "insegna teorie e metodi femministi, antirazzisti e queer che si focalizzano sull'attivismo come leva del cambiamento sociale", sostenendo così il presupposto secondo cui l'educazione universitaria dovrebbe soprattutto favorire un particolare tipo di impegno politico.

Il postmodernismo e la lunga mano di Marx

Queste discipline traggono il loro pensiero da più fonti. Tutte sono pesantemente influenzate dagli umanisti marxisti. Uno di questi fu Max Horkheimer, che negli anni Trenta sviluppò la cosiddetta "teoria critica". Qualunque breve sintesi delle sue idee è destinata a essere semplicistica, ma Horkheimer si considerava un marxista. Riteneva che i principi occidentali della libertà individuale o del libero mercato fossero solo maschere che servivano a camuffare le vere condizioni dell'Occidente: disuguaglianza, dominio e sfruttamento. Riteneva che l'attività intellettuale dovesse dedicarsi al cambiamento sociale, invece che alla semplice comprensione, e sperava di emancipare l'umanità dalla schiavitù. Horkheimer e la Scuola di Francoforte, prima in Germania e poi negli Stati Uniti, miravano a una critica e a una trasformazione, su vasta scala, della civiltà occidentale.

Più importante negli ultimi anni è stato il lavoro del filosofo francese Jacques Derrida, caposcuola dei postmodernisti, molto apprezzato alla fine degli anni Settanta. Derrida presentò le proprie idee come una forma radicalizzata di marxismo. Marx aveva tentato di ridurre la storia e la

società all'economia, considerando la cultura come l'oppressione dei poveri da parte dei ricchi. Quando il marxismo fu messo in pratica in Unione Sovietica, in Cina, in Vietnam, in Cambogia e altrove, le risorse economiche furono brutalmente ridistribuite. La proprietà privata fu eliminata e le popolazioni rurali forzatamente collettivizzate. Il risultato? Decine di milioni di persone morirono. Centinaia di milioni di altre furono oppresse, come accade ancora oggi nella Corea del Nord, l'ultimo baluardo comunista. I sistemi economici che ne risultarono furono corrotti e insostenibili. Il mondo fu coinvolto in una guerra fredda prolungata ed estremamente pericolosa. I cittadini di quelle società vissero nella menzogna, tradendo le proprie famiglie, facendo la spia nei confronti dei loro vicini, affrontando la povertà, senza lamentarsi.

Le idee marxiste riscossero successo tra gli intellettuali utopisti. Uno dei principali responsabili degli orrori dei khmer rossi, Khieu Samphan, ricevette un dottorato alla Sorbona prima di diventare capo di Stato, in Cambogia, alla metà degli anni Settanta. Nella sua tesi di dottorato, Samphan sosteneva che il lavoro svolto dai non-agricoltori nelle città cambogiane era improduttivo: banchieri, burocrati e uomini d'affari non davano nulla alla società. Succhiavano invece come parassiti il valore genuino prodotto dall'agricoltura, dalla piccola industria e dall'artigianato. Le idee di Samphan furono considerate con favore dagli intellettuali francesi che gli conferirono il dottorato. Rientrato in Cambogia, all'uomo fu offerta l'opportunità di mettere in pratica le proprie teorie. I khmer rossi evacuarono le città cambogiane, spinsero tutti gli abitanti nelle campagne, chiusero le banche, bandirono l'uso della valuta e distrussero tutti i mercati. Un quarto della popolazione cambogiana fu ucciso nelle campagne, nei campi di sterminio.

Per non dimenticare: le idee hanno conseguenze

Quando i comunisti fondarono l'Unione Sovietica dopo la Prima guerra mondiale, era ancora possibile comprendere e perdonare chi aveva creduto nelle utopie collettiviste propinate dai nuovi leader. L'ordine sociale decaduto della fine del diciannovesimo secolo aveva dato origine alle trincee e alle stragi di massa della Grande guerra. Il divario tra ricchi e poveri era estremo e la maggior parte delle persone viveva in schiavitù, in condizioni peggiori di quelle descritte più tardi da Orwell. Sebbene l'Occidente avesse avuto notizia degli orrori perpetrati da Lenin dopo la

Rivoluzione russa, era difficile valutarne le azioni da lontano. La Russia era nel caos postzarista e la notizia di un diffuso sviluppo industriale e della ridistribuzione della proprietà ai servi della gleba fornì un motivo di speranza. A complicare ulteriormente le cose, l'URSS e il Messico sostennero i repubblicani democratici quando scoppia la guerra civile spagnola, nel 1936. Lottarono contro i nazionalisti, fondamentalmente fascisti, che avevano rovesciato la fragile democrazia stabilita solo cinque anni prima e che avevano trovato aiuto nei nazisti tedeschi e nei fascisti italiani.

L'intellighenzia in America, in Gran Bretagna e altrove era molto contrariata dalla neutralità del proprio Paese d'origine. Migliaia di stranieri si riversarono in Spagna per combattere per i repubblicani, prestando servizio nelle Brigate internazionali. George Orwell fu uno di loro. Ernest Hemingway lavorò in Spagna come giornalista e fu un sostenitore dei repubblicani. Giovani americani, canadesi e inglesi, impegnati politicamente, sentirono l'obbligo morale di smettere di parlare e iniziare a combattere.

Tutto ciò distolse l'attenzione dai concomitanti eventi dell'Unione Sovietica. Negli anni Trenta, durante la Grande Depressione, i sovietici stalinisti mandarono in Siberia due milioni di kulaki, i contadini più ricchi (quelli cioè che possedevano qualche mucca, un paio di dipendenti o pochi ettari più degli altri). Nell'ottica comunista, i kulaki avevano guadagnato le proprie ricchezze saccheggiando chi li circondava, motivo per cui meritavano quel destino. Ricchezza significava oppressione e la proprietà privata era un furto. Era tempo di un po' di equità. Più di trentamila kulaki furono fucilati sul posto. Molti di più affrontarono il proprio destino per mano dei loro vicini più invidiosi, risentiti e improduttivi, che si servirono degli alti ideali della collettivizzazione comunista per mascherare il proprio intento omicida.

I kulaki erano "nemici del popolo", scimmie, feccia, parassiti, sudiciume e porci. "Con i kulaki faremo il sapone" affermò un gruppo particolarmente brutale di cittadini, mobilitato dal partito e dai comitati esecutivi sovietici, e mandato nelle campagne. I kulaki furono portati, nudi, nelle strade, picchiati e costretti a scavare le loro stesse tombe. Le donne furono stuprate. Le loro proprietà furono espropriate, il che, in pratica, significava che le case venivano spogliate dal pavimento fino alle travi del soffitto e tutto veniva rubato. In molti luoghi, i contadini che non erano kulaki

opposero resistenza, in particolare le donne, che circondarono e protessero con i loro corpi le famiglie perseguitate. Ma la resistenza si rivelò inutile. I kulaki che non morirono furono esiliati in Siberia, spesso nel cuore della notte. I treni cominciarono a partire a febbraio, nel rigido freddo russo. All’arrivo, nella taiga desertica, li attendevano alloggi del tipo più scadente. Molti morirono, in particolare bambini, per tifo, morbillo e scarlattina.

I kulaki “parassiti” erano, in generale, i contadini più abili e laboriosi. In qualsiasi settore, una piccola minoranza di persone è responsabile della gran parte della produzione, e l’agricoltura non fa eccezione. La produzione agricola crollò. Quel poco che restava veniva espropriato con la forza e portato dalla campagna nelle città. I contadini che si recavano nei campi dopo il raccolto per prendere i chicchi di grano per le famiglie affamate rischiavano l’esecuzione. Negli anni Trenta, sei milioni di persone morirono di fame in Ucraina, il granaio dell’Unione Sovietica. “Mangiare i propri figli è un atto barbarico” dichiaravano i manifesti del regime sovietico.

Nonostante la presenza di più che semplici voci di simili atrocità, l’atteggiamento di molti intellettuali occidentali nei confronti del comunismo rimaneva prevalentemente positivo. C’erano altre cose di cui preoccuparsi e la Seconda guerra mondiale vide l’alleanza tra l’Unione Sovietica e quei Paesi occidentali che si opponevano a Hitler, Mussolini e Hirohito. Alcuni occhi attenti rimanevano comunque aperti. Malcolm Muggeridge pubblicò una serie di articoli che descrivevano la distruzione sovietica dei contadini già nel 1933, per il “Manchester Guardian”. George Orwell capì cosa stava succedendo sotto Stalin e lo rese ampiamente noto. Nel 1945 scrisse *La fattoria degli animali*, una favola satirica sull’Unione Sovietica, nonostante il libro avesse incontrato notevoli resistenze alla pubblicazione. Molti di quelli che avrebbero dovuto capire meglio la situazione continuarono a non voler vedere, per molto tempo, anche dopo l’uscita del libro. In nessun luogo questo fu più vero che in Francia, soprattutto tra gli intellettuali.

Il filosofo più famoso della metà del secolo, Jean-Paul Sartre, fu un noto comunista, sebbene non fosse un membro di partito, finché non denunciò l’invasione e la repressione sovietica dell’Ungheria nel 1956. Rimase comunque un sostenitore del marxismo e non interruppe i legami con l’Unione Sovietica fino al 1968, quando i sovietici repressero violentemente i cecoslovacchi in seguito alla Primavera di Praga.

Non molto tempo dopo fu dato alla stampa *Arcipelago Gulag* di Aleksandr Solženicyn, di cui abbiamo parlato piuttosto approfonditamente nei capitoli precedenti. Come si è notato e come vale di nuovo la pena evidenziare, questo libro demolì completamente la credibilità morale del comunismo, prima in Occidente e poi nella stessa Unione Sovietica. Circolava clandestinamente in formato *samizdat*, ossia stampato in proprio. I russi avevano ventiquattro ore per leggere la loro rara copia prima di consegnarla alla successiva mente in attesa. Una lettura in lingua russa del libro fu trasmessa nell’Unione Sovietica da Radio Liberty.

Solženicyn sosteneva che il sistema sovietico non sarebbe mai sopravvissuto senza la tirannia e il lavoro degli schiavi; che i semi dei suoi peggiori eccessi furono sicuramente gettati al tempo di Lenin, tuttora difeso e glorificato dai comunisti occidentali; e che era sostenuta da infinite bugie, sia individuali sia pubbliche. I peccati dell’Unione Sovietica non potevano essere ricondotti a un semplice culto della personalità, come continuavano a proclamare i suoi sostenitori. Lo scrittore documentò il diffuso maltrattamento dei prigionieri politici, il sistema legale corrotto e gli omicidi di massa, e mostrò con grande dispiegamento di dettagli come queste non fossero aberrazioni ma espressioni dirette della filosofia comunista sottostante. Nessuno poté più difendere il comunismo dopo *Arcipelago Gulag*, nemmeno i comunisti stessi.

Ciò non significava che il fascino delle idee marxiste per gli intellettuali, in particolare per gli intellettuali francesi, fosse scomparso. Semplicemente, si trasformò. Alcuni rifiutarono palesemente di imparare la lezione. Sartre denunciò Solženicyn come un “elemento pericoloso”. Derrida, più sottile, sostituì l’idea del potere all’idea del denaro e proseguì felicemente per la propria strada. Un simile gioco di prestigio linguistico dava a tutti i marxisti a stento pentiti, che ancora abitavano le torri d’avorio intellettuali dell’Occidente, la soluzione per mantenere la propria visione del mondo. La società non era più la repressione dei poveri da parte dei ricchi. Era oppressione di tutti da parte dei potenti.

Secondo Derrida, le strutture gerarchiche sono emerse solo per includere alcuni, i beneficiari di quella struttura, e per escludere tutti gli altri, gli oppressi. Anche questa affermazione non fu sufficientemente radicale. Derrida affermò che la divisione e l’oppressione erano state incorporate nel linguaggio, costruito nelle stesse categorie che usiamo per semplificare pragmaticamente e negoziare il mondo. Ci sono “donne” solo perché gli

uomini vincono escludendole. Ci sono “maschi e femmine” solo perché i membri di quel gruppo più eterogeneo traggono giovamento dall’escludere la ristretta minoranza di persone la cui sessualità biologica è meno definita. La scienza giova solo agli scienziati. La politica giova solo ai politici. Secondo Derrida, le gerarchie esistono perché ottengono qualcosa dall’oppressione degli esclusi. È questo guadagno illecito che consente loro di prosperare.

Derrida disse, anche se più tardi lo negò: “Il n’y a pas de hors-texte”, spesso tradotto come “non esiste nulla al di fuori del testo”. I sostenitori del filosofo dicono che sia una traduzione errata, e che l’equivalente italiano dovrebbe essere “non esiste un fuori testo”. Resta comunque difficile, in entrambi i casi, leggere questa dichiarazione e affermare che significhi qualcosa di diverso da “tutto è interpretazione”, ed è così che l’opera di Derrida è stata generalmente letta.

È quasi impossibile sopravvalutare la natura nichilista e distruttiva di questa filosofia. Essa mette in dubbio l’atto stesso della categorizzazione. Nega l’idea che si possano tracciare distinzioni per qualsiasi altra ragione che non sia il potere puro e semplice. Distinzioni biologiche tra uomini e donne? Nonostante l’esistenza di una schiacciante letteratura scientifica multidisciplinare che indica che le differenze tra i sessi sono fortemente influenzate da fattori biologici, per Derrida e per i suoi accoliti marxisti postmoderni la scienza è solo un altro gioco di potere, che sostiene teorie a beneficio di chi è al vertice del mondo scientifico. Non esistono fatti. La posizione gerarchica e la reputazione come conseguenze dell’abilità e della competenza? Tutte le definizioni di abilità e competenza sono semplicemente stabilite da chi ne beneficia, per escludere gli altri e per beneficiarne personalmente ed egoisticamente.

Nelle affermazioni di Derrida c’è una certa verità che ne spiega la natura insidiosa. Il potere è effettivamente una forza motivazionale fondamentale. Le persone competono per arrivare ai vertici e attribuiscono importanza alla posizione nelle gerarchie di dominanza. Ma il fatto che il potere giochi un ruolo nella motivazione umana non significa che ne sia l’unico elemento e neppure il principale. È qui infatti che, in termini filosofici, si distinguono i ragazzi dagli uomini. Analogamente, come abbiamo visto a proposito della [Regola 10](#), l’impossibilità di conoscere completamente una qualsiasi realtà fa sì che in tutte le nostre osservazioni ed espressioni consideriamo solo alcuni aspetti, tralasciandone altri. Ciò non giustifica l’affermazione

secondo cui tutto è interpretazione o secondo cui la categorizzazione è solo esclusione. Guardati dalle interpretazioni che evidenziano una singola causa e da chi le sostiene.

Anche se i fatti non possono parlare da soli, proprio come una distesa di terra che si apre davanti agli occhi di un viaggiatore non può dirgli come attraversarla, ed esiste una miriade di modi di agire e di percepire la realtà, non significa che tutte le interpretazioni siano ugualmente valide. Alcune danneggiano te stesso e gli altri. Altre ti mettono in rotta di collisione con la società. Alcune non sono sostenibili nel tempo. Altre non ti portano dove vuoi andare. Molti di questi vincoli sono incorporati in noi, come conseguenza di miliardi di anni di processi evolutivi. Altri emergono quando siamo educati a cooperare e a competere pacificamente e produttivamente con gli altri. Altre interpretazioni ancora emergono quando, attraverso l'apprendimento, scartiamo strategie controproducenti. Un numero infinito di interpretazioni, certamente: non è diverso dal dire che esiste un numero infinito di problemi. Ma c'è un numero davvero limitato di soluzioni valide. Altrimenti la vita sarebbe facile. E non lo è.

Ora, ho alcune convinzioni che potrebbero essere considerate di sinistra. Penso, per esempio, che la tendenza dei beni di valore a distribuirsi con una netta disuguaglianza costituisca una minaccia sempre presente alla stabilità della società. Penso che ci siano prove chiare di questo. Ciò non significa che la soluzione al problema sia evidente. Non sappiamo come ridistribuire la ricchezza senza introdurre tutta una serie di altri problemi. Diverse società occidentali hanno provato approcci diversi. Gli svedesi, per esempio, spingono l'uguaglianza al limite. Gli Stati Uniti scelgono la strada opposta, presumendo che la creazione di ricchezza da parte di un capitalismo più libero per tutti sia la marea crescente che solleva tutte le barche. I risultati di questi esperimenti sono vari e i diversi Paesi si distinguono tra loro in modo molto rilevante. Le differenze storiche, geografiche, demografiche ed etniche rendono i confronti diretti molto difficili. Ma è certo che la ridistribuzione forzata delle ricchezze, in nome di un'uguaglianza utopica, sia una cura per ricoprire di vergogna la malattia.

Penso anche che la riorganizzazione, sempre più diffusa, delle istituzioni universitarie in strutture simili a società private sia un errore. Penso che la scienza del management sia una pseudodisciplina. Credo che il governo possa fare e faccia spesso del bene e anche che sia il giudice necessario di un piccolo insieme di regole necessarie. Nondimeno, non capisco perché la

nostra società stia fornendo finanziamenti pubblici a istituzioni ed educatori il cui obiettivo dichiarato, consapevole ed esplicito, è la demolizione della cultura che li sostiene. Queste persone hanno il perfetto diritto alle loro opinioni e azioni, se rimangono lecite. Ma non possono ragionevolmente pretendere finanziamenti pubblici. Se i radicali di destra ricevessero finanziamenti statali per operazioni politiche travestite da corsi universitari, come accade in modo palese per i radicali di sinistra, le proteste dei progressisti in tutto il Nord America diventerebbero assordanti.

Ci sono altri seri problemi in agguato nelle discipline radicali, a parte la falsità delle loro teorie e dei loro metodi e l'insistenza sul fatto che l'attivismo politico collettivo sia moralmente obbligatorio. Non c'è la minima prova concreta a sostegno delle loro rivendicazioni fondamentali: che la società occidentale sia patologicamente patriarcale; che la lezione principale della storia sia che gli uomini, piuttosto che la natura, siano stati la fonte primaria dell'oppressione nei confronti delle donne, invece che, come nella maggior parte dei casi, loro partner e sostenitori; che tutte le gerarchie siano basate sul potere e mirate all'esclusione. Le gerarchie esistono per molte ragioni – alcune verosimilmente valide, altre no – e sono incredibilmente antiche, evolutivamente parlando. I crostacei maschi opprimono i crostacei femmine? Le loro gerarchie dovrebbero essere capovolte?

Nelle società che funzionano bene, non in relazione a un'utopia, ma in confronto ad altre culture ancora esistenti o storiche, la competenza, non il potere, è una determinante primaria dello status. Competenza. Capacità. Abilità. Non potere. Questo è ovvio sia aneddoticamente sia fattualmente. Nessuno che sia colpito da un cancro al cervello è abbastanza equanime da rifiutare le cure del chirurgo con la migliore formazione, la migliore reputazione e forse i guadagni più alti. Inoltre, i più validi tratti predittivi della personalità di successo a lungo termine nei Paesi occidentali sono l'intelligenza, misurata in termini di capacità cognitive o tramite test di intelligenza, e la coscienziosità, un tratto caratterizzato da impegno e metodo.¹⁸⁸ Ci sono alcune eccezioni. Imprenditori e artisti sono più aperti alle esperienze,¹⁸⁹ altro aspetto fondamentale della personalità di successo, che coscienziosi. Ma l'apertura è associata all'intelligenza verbale e alla creatività: per questo l'eccezione è appropriata e comprensibile. Il potere predittivo di questi tratti, matematicamente ed economicamente parlando, è eccezionalmente alto. Una buona batteria di test cognitivi e di personalità

può aumentare la probabilità di assumere qualcuno più competente della media dal 50 all’85 per cento. Questi sono fatti, supportati anche dagli studi condotti dalle scienze sociali, e questo ci dice più di quanto si possa pensare, dal momento che le scienze sociali sono discipline più efficaci di quanto i loro cinici critici siano in grado di pensare. Quindi, lo Stato non solo sostiene il radicalismo unilaterale, ma anche l’indottrinamento. Non insegniamo ai nostri figli che il mondo è piatto. Né dovremmo insegnare loro teorie prive di fondamento ideologico sulla natura degli uomini e delle donne o sulla natura della gerarchia.

È ragionevole notare che la scienza può essere influenzata dagli interessi del potere, del resto se non lo fosse i decostruzionisti non l’avrebbero abbandonata. È importante portare l’attenzione su quest’aspetto e sottolineare che le prove sono troppo spesso quelle che i potenti, inclusi gli scienziati, decidono che siano. Dopotutto, anche gli scienziati sono persone, e le persone amano il potere, proprio come le aragoste, proprio come i decostruzionisti che amano essere conosciuti per le loro idee e che si sforzano giustamente di sedersi in cima alle gerarchie accademiche. Ma ciò non significa che la scienza, o anche il decostruzionismo, riguardi solo il potere. Perché credere in una cosa del genere? Perché insistere su ciò? Forse la motivazione è questa: se esiste solo il potere, allora l’uso del potere diventa pienamente giustificabile. Non è possibile delimitare tale uso tramite nessuna prova, metodo, logica o necessità di coerenza. Non c’è nulla “al di fuori del testo” che possa limitarlo. Ecco perché questa opinione permane e l’uso della forza è troppo allettante, in simili circostanze, ed è fin troppo certo il suo impiego al servizio di questa opinione. L’insano e incomprensibile insistere postmoderno sul fatto che tutte le differenze di genere sono costruite socialmente, per esempio, diventa assolutamente comprensibile quando ne cogliamo l’imperativo morale, quando il suo giustificare la forza è compreso una volta per tutte: la società deve essere modificata, e il pregiudizio eliminato, fino a quando tutti i risultati non siano equi. Ma il fondamento del costruttivismo sociale è proprio il desiderio di quest’ultimo aspetto. Dal momento che tutte le disuguaglianze che ne risultano devono essere eliminate (la disuguaglianza è il cuore di tutti i mali), allora tutte le differenze di genere devono essere considerate come socialmente costruite. Altrimenti la spinta verso l’uguaglianza sarebbe troppo radicale e la dottrina troppo apertamente propagandistica. Quindi, l’ordine della logica è invertito, in modo che l’ideologia possa

essere camuffata. Il fatto che tali affermazioni conducano immediatamente a incongruenze interne all'ideologia non viene mai affrontato. Il genere è costruito, ma un individuo che desidera un intervento chirurgico per cambiare genere va indiscutibilmente considerato un uomo intrappolato nel corpo di una donna, o viceversa. Il fatto che entrambi questi assunti non possano logicamente essere simultaneamente veri è semplicemente ignorato o razionalizzato con un'altra terrificante affermazione postmoderna: la stessa logica, insieme alla scienza, è solo una parte dell'oppressivo sistema patriarcale.

Si dà anche il caso, ovviamente, che tutti i risultati non possono essere valutati come uguali. In primo luogo, i risultati devono essere ponderati. Confrontare gli stipendi delle persone che ricoprono la stessa posizione è relativamente semplice, sebbene possa essere complicato in modo significativo da variabili quali la data di assunzione e la differenza nell'offerta di lavoro in diversi periodi di tempo. Ma ci sono altri termini di paragone che sono probabilmente altrettanto rilevanti, come la durata dell'incarico, la possibilità di ottenere una promozione e l'influenza sociale. L'argomento della parità retributiva a parità di posizione complica immediatamente anche il confronto salariale oltre la gestibilità, per una semplice ragione: chi decide quali lavori sono paritari? Non è possibile. Ecco perché esiste il mercato. Anche peggiore è il problema del confronto di gruppo: le donne dovrebbero guadagnare tanto quanto gli uomini. OK. Le donne nere dovrebbero guadagnare tanto quanto le donne bianche. OK. Il salario dovrebbe essere corretto per tutti i parametri etnici? A quale livello? Quali categorie etniche sono reali?

Il *National Institute of Health* [Istituto nazionale della Sanità] degli Stati Uniti, per prendere un singolo esempio burocratico, riconosce indiani americani, nativi dell'Alaska, asiatici, neri, ispanici, nativi hawaiani e di altre isole del Pacifico e bianchi. Ma ci sono più di cinquecento diverse tribù di indiani americani. In base a quale possibile logica, "l'indiano americano" può essere considerato una categoria? I membri tribali della Nazione Osage hanno un reddito medio annuo di 30.000 dollari, mentre quelli di Tohono O'odham ne guadagnano 11.000. Sono ugualmente oppressi? E che cosa dire delle disabilità? Le persone disabili dovrebbero guadagnare quanto le persone non disabili. OK. In apparenza, questa è una richiesta nobile, compassionevole ed equa. Ma chi si può considerare disabile? Chi vive con un genitore con l'Alzheimer è disabile? Se non è

così, perché? E che dire di chi ha un QI più basso? E di chi è meno attraente? E di chi è in sovrappeso? Alcune persone hanno una vita oberata da problemi che sfuggono al loro controllo, anzi una persona che, in un dato momento, non soffra di almeno una seria catastrofe è una rarità, in particolare se nell'equazione si include la famiglia. E perché non dovremmo farlo? Ecco il problema fondamentale: l'identità di gruppo può essere frazionata fino al livello individuale. Questa frase dovrebbe essere scritta in lettere maiuscole. Ogni persona è unica e questa non è una banalità: è unica in maniera importante, significativa, sostanziale. L'appartenenza a un gruppo non può riassumere questa particolarità. Punto.

Questa complessità non è mai affrontata e discussa dai pensatori postmoderni e marxisti. Al contrario, il loro approccio ideologico stabilisce un punto di verità, come la stella polare, e costringe tutto a ruotare attorno a quello. L'affermazione secondo cui tutte le differenze di genere sono una conseguenza dell'educazione non è dimostrabile, né indimostrabile, in un certo senso, perché la cultura può essere esercitata con una tale forza su gruppi o individui che praticamente qualsiasi risultato è raggiungibile, se siamo disposti a sostenerne il costo. Sappiamo, per esempio, da studi specifici che due gemelli identici,¹⁹⁰ separati alla nascita e adottati, differiranno in QI di 15 punti se il primo gemello è cresciuto in una famiglia che è più povera dell'85 per cento delle famiglie e il secondo è cresciuto in una famiglia più ricca del 95 per cento delle famiglie. Qualcosa di simile è stato recentemente dimostrato in rapporto alla formazione, piuttosto che alla ricchezza.¹⁹² Non sappiamo quanto costerebbe in termini di ricchezza o di formazione differenziale produrre una trasformazione più estrema.

Questi studi implicano che probabilmente potremmo minimizzare le differenze innate tra ragazzi e ragazze, se fossimo disposti a esercitare una pressione sufficiente. Ciò non garantirebbe in alcun modo che, così facendo, riusciremmo a rendere le persone di entrambi i sessi abbastanza libere perché possano fare le proprie scelte. Ma la scelta non trova posto nel quadro ideologico: se uomini e donne agiscono, volontariamente, in modo da produrre esiti disuguali per genere, quelle stesse scelte devono essere state determinate da pregiudizi culturali. Di conseguenza, ognuno è una vittima del lavaggio del cervello, ovunque esistano differenze di genere, e il rigoroso teorico critico è moralmente obbligato a chiarire quali siano. Ciò significa che quei maschi scandinavi, orientati all'uguaglianza, che non sono molto interessati alla professione dell'infermiere, hanno bisogno di

ulteriore formazione. Lo stesso vale, in linea di principio, per le donne scandinave, che non amano molto l'ingegneria.¹⁹³ Quale aspetto potrebbe avere una simile formazione aggiuntiva? Dove potrebbero situarsi i suoi limiti? Queste scelte vengono spesso spinte oltre qualsiasi ragionevole limite prima che qualcuno vi ponga fine. La rivoluzione culturale omicida di Mao avrebbe dovuto insegnarcelo.

Ragazzi come ragazze

È diventato un principio di un certo tipo di costruttivismo sociale quello secondo cui il mondo sarebbe di gran lunga migliore se i ragazzi fossero educati come le ragazze. Chi propone queste teorie presuppone, in primo luogo, che l'aggressività sia un comportamento appreso, e che quindi possa semplicemente non essere insegnata, e in secondo luogo, per fare un esempio specifico, che “i ragazzi dovrebbero essere educati nel modo in cui le ragazze sono state tradizionalmente educate, e dovrebbero essere incoraggiati a sviluppare qualità socialmente positive come la tenerezza, la sensibilità ai sentimenti, la cura, la collaborazione e il gusto estetico.” Nell'opinione di questi pensatori, l'aggressività si ridurrà solo quando i maschi adolescenti e i giovani adulti “aderiranno agli stessi standard comportamentali tradizionalmente proposti alle donne”.¹⁹⁴

Ci sono così tanti aspetti sbagliati in quest'idea che è difficile capire da dove cominciare. Primo, si dà il caso che l'aggressività non sia semplicemente appresa. L'aggressività c'è fin dall'inizio. Esistono primordiali meccanismi biologici, per così dire, alla base dell'aggressività, difensiva e predatoria.¹⁹⁵ Sono così fondamentali che operano anche in quelli noti come gatti decorticati, animali cui è stata rimossa la corteccia cerebrale, ossia la parte più grande ed evoluta del cervello, che costituisce la gran parte della struttura totale. Ciò suggerisce non solo che l'aggressività sia innata, ma che sia una conseguenza dell'attività di alcune aree cerebrali di base estremamente fondamentali. Se il cervello fosse un albero, allora l'aggressività, insieme alla fame, alla sete e al desiderio sessuale, sarebbe dislocata nel tronco stesso.

E in linea con questo, sembra che un sottogruppo di bambini maschi dell'età di due anni, circa il 5 per cento, sia piuttosto aggressivo per temperamento. Prendono i giocattoli di altri bambini, scalzano, mordono e picchiano. La maggior parte di loro risulta, tuttavia, educata in maniera efficace già all'età di quattro anni.¹⁹⁶ Ciò non accade, però, perché sono

stati incoraggiati ad agire come bambine. Al contrario, viene loro insegnato, o comunque apprendono, nella prima infanzia, a stemperare le tendenze aggressive con abitudini comportamentali più sofisticate. L'aggressività è alla base del desiderio di essere eccezionali e inarrestabili, di competere, vincere e di essere attivamente virtuosi, almeno in un ambito. La determinazione è il volto ammirabile e socialmente accettato dell'aggressività. I bambini aggressivi che non riescono a raffinare il loro temperamento entro la fine dell'infanzia sono condannati all'impopolarità, perché il loro antagonismo primordiale non sarà più utile socialmente nei periodi successivi. Rifiutati dai coetanei, mancano di ulteriori opportunità di socializzazione e tendono allo status di emarginati. Quando diventano adolescenti e adulti, sono individui molto più inclini al comportamento antisociale e criminale. Ma ciò non significa affatto che l'impulso aggressivo sia privo di utilità o di valore. Come minimo, è necessario per l'autoconservazione.

L'empatia come vizio

Molte donne che visito nella mia pratica clinica, forse la maggioranza, hanno problemi sul lavoro e nella vita familiare, non perché siano troppo aggressive, ma perché non lo sono abbastanza. Nella terapia cognitivo-comportamentale si definisce il trattamento di queste persone — generalmente contraddistinte dalle caratteristiche più femminili della gradevolezza (educazione ed empatia) e dall'instabilità emotiva (ansia e dolore emotivo) — “training di assertività”.¹⁹⁷ Le donne e, più raramente, gli uomini insufficientemente aggressivi fanno troppo per gli altri. Tendono a trattare le persone che li circondano come se fossero bambini bisognosi e a essere ingenui. Presumono che la cooperazione dovrebbe essere la base di tutti i rapporti sociali ed evitano i conflitti, il che significa che evitano di affrontare i problemi nelle relazioni personali come pure sul lavoro. Si sacrificano continuamente per gli altri. Ciò può sembrare virtuoso ed è sicuramente un atteggiamento che ha certi vantaggi sociali, ma spesso può diventare controproducente per loro. Dal momento che le persone troppo gentili si fanno in quattro per gli altri, non difendono abbastanza la propria posizione. Supponendo che gli altri la pensino come loro, si aspettano un atteggiamento di reciprocità per il loro agire attento. Quando ciò non accade, non fanno sentire la propria voce. Non riescono a pretendere un

riconoscimento. È così che emerge il lato oscuro del loro carattere, proprio perché si sentono sopraffatte e accumulano risentimento.

Insegno alle persone eccessivamente gentili a notare quando in loro emerge il risentimento, che è un'emozione molto importante, anche se molto tossica. Ci sono due ragioni principali per cui si prova risentimento: perché si è sfruttati, e spesso si permette a qualcuno di farlo, o perché ci si rifiuta lamentosamente di assumersi la responsabilità e crescere. Se sei risentito, ricercane le ragioni. Magari parlane con qualcuno di cui ti fidi. Ti sembra di essere stato trattato male e provi risentimento come una persona immatura? Se, dopo qualche onesta riflessione, non pensi che sia così, forse qualcuno si sta approfittando realmente di te. Ciò significa che ora hai l'obbligo morale di farti sentire. Questo potrebbe voler dire che è il momento di affrontare il tuo capo, tuo marito, tua moglie, tuo figlio o i tuoi genitori. Potrebbe significare che devi raccogliere alcune prove, in maniera strategica, in modo che quando affronti l'altra persona tu possa offrirle diversi esempi, almeno tre, del suo comportamento scorretto, perché non possa sottrarsi facilmente alle accuse. Potrebbe significare che non dovrai darla vinta quando ti proporrà le sue controargomentazioni. Le persone raramente ne hanno più di quattro a portata di mano. Se rimani fermo sulla tua posizione, l'altro si arrabbia o piange o scappa. In queste situazioni è molto utile assistere al momento delle lacrime. Possono essere usate come prova della colpa di chi muove le accuse, perché, in teoria, ha ferito i sentimenti dell'altra persona, causandone la sofferenza. Ma le lacrime spesso si trasformano in rabbia. Un viso rosso è un buon indizio. Se riesci a superare le prime quattro risposte difensive e rimani irremovibile di fronte all'emozione che segue, otterrai l'attenzione dell'altra persona e, forse, il suo rispetto. È un conflitto autentico, tuttavia, e non è né piacevole né facile.

Devi anche sapere con esattezza che cosa vuoi dalla situazione ed essere pronto a esprimere con chiarezza ciò che desideri. È una buona idea dire alla persona che stai affrontando esattamente ciò che vorresti che facesse, invece di ciò che ha fatto o che sta facendo. Potresti pensare: "Se mi amasse, saprebbe che cosa deve fare." È la voce del risentimento. Supponi l'ignoranza prima della malevolenza. Nessuno ha un canale diretto con i tuoi desideri e i tuoi bisogni, nemmeno tu. Se cerchi di definire esattamente che cosa desideri, potresti scoprire che è più difficile di quanto pensi. La persona che ti opprime probabilmente non ne sa più di te, soprattutto su di

te. Dille direttamente che cosa sarebbe preferibile, invece, dopo averlo capito tu stesso. Fai una richiesta, la più piccola e ragionevole possibile, ma assicurati che, se ascoltata, ti possa soddisfare. Così arriverai al momento del confronto con una soluzione, anziché solo con un problema.

Le persone gradevoli, compassionevoli, empatiche, avverse al conflitto (tutti questi tratti di solito si ritrovano associati) si lasciano calpestare dagli altri e diventano risentite. Si sacrificano per gli altri, a volte in modo eccessivo, e non riescono a capire perché non sono ricambiate. Le persone gradevoli sono accondiscendenti e questo le priva della loro indipendenza. Il pericolo associato può essere amplificato da un'alta instabilità emotiva. Le persone gentili concorderanno con chiunque dia loro un suggerimento, invece di proseguire, almeno qualche volta, sulla propria strada. Così smarriscono la strada e diventano indecise e troppo facilmente influenzabili. Se, inoltre, si spaventano e rimangono ferite facilmente, avranno ancora meno motivi per intraprendere il proprio cammino, perché, così facendo, si espongono alla minaccia e al pericolo, almeno nel breve periodo. Questa è la strada del disturbo dipendente di personalità, tecnicamente parlando.¹⁹⁸ Potrebbe essere considerato come l'esatto opposto del disturbo antisociale di personalità, ossia l'insieme dei tratti caratteristici delinquenziali nell'infanzia e nell'adolescenza e della criminalità nell'età adulta. Sarebbe bello se l'opposto di un criminale fosse un santo, ma non è così. L'opposto di un criminale è una madre edipica, che è un altro tipo di criminale.

La madre edipica (anche i padri possono rivestire questo ruolo, ma è piuttosto raro) dice al figlio: "Vivo solo per te." Fa tutto per i propri figli. Allaccia loro le scarpe, taglia il cibo e troppo spesso permette che s'infilino nel letto tra lei e il compagno. Questo è anche un buon metodo che, evitando il conflitto, permette di sottrarsi all'attenzione sessuale indesiderata.

La madre edipica fa un patto con se stessa, con i figli e con il diavolo stesso. L'accordo è questo: "Più di ogni altra cosa, non lasciami mai. In cambio, farò tutto per te. Mentre invecchierai senza maturare, diventerai inutile e amareggiato, ma non dovrai mai assumerti alcuna responsabilità, e tutto ciò che farai di sbagliato sarà sempre colpa di qualcun altro." I figli possono accettarlo o rifiutarlo, e in questo sta la loro scelta.

La madre edipica è la strega nella storia di Hansel e Gretel. Nella favola, i due bambini hanno una nuova matrigna. La donna ordina al marito di abbandonare i figli nella foresta, perché è in corso una carestia e lei pensa

che i bambini mangino troppo. L'uomo obbedisce alla moglie, porta i figli nel fitto del bosco e li abbandona al loro destino. Vagando, affamati e soli, i due bambini incontrano un miraggio. Una casa. Non una semplice casa, una casa di marzapane. Una persona che non sia troppo premurosa, empatica, comprensiva e cooperativa sarebbe scettica e si domanderebbe: "Non è troppo bello per essere vero?". Ma i bambini sono troppo giovani e troppo disperati.

All'interno della casa c'è una vecchina gentile, che soccorre i bambini sconvolti, sfiora gentilmente le loro teste e pulisce i nasi gocciolanti: è tutta seno e fianchi, pronta a farsi in quattro per soddisfare tutti i loro desideri, in un attimo. Dà da mangiare ai bambini tutto ciò che vogliono, ogni volta che vogliono, e senza che loro facciano alcuno sforzo. Ma offrire quel tipo di assistenza la rende affamata. Così mette Hansel in una gabbia, perché ingrassi. Lui la prende in giro, facendole credere di essere ancora magro e offrendole un vecchio ossicino quando la vecchia cerca di tastargli la gamba per capire se è tenera come desidera. La megera, alla fine, è troppo disperata per aspettare ancora e decide di accendere il forno e di prepararsi a cucinare e a mangiare l'oggetto delle sue cure. Gretel, che apparentemente non è stata sottomessa da attenzioni soffocanti, approfitta di un momento di distrazione e spinge la gentile vecchia nel forno. I bambini scappano e si ricongiungono al padre, profondamente pentito delle proprie azioni malvagie.

In una famiglia come quella, il taglio più pregiato del bambino è lo spirito, che viene sempre consumato per primo. Troppa protezione devasta l'anima in via di sviluppo.

La strega nella favola di Hansel e Gretel è la Madre Terribile, la metà oscura del simbolico femminile. Profondamente sociali come siamo nella nostra essenza, tendiamo a vedere il mondo come una storia, i cui personaggi sono madre, padre e figlio. Il femminile, nel complesso, è la natura sconosciuta oltre i confini della cultura, è creazione e distruzione: è il braccio protettivo della madre e l'elemento distruttivo del tempo, la bella madre vergine e la vecchia strega che abita nella palude. Alla fine dell'Ottocento, questa entità archetipica fu confusa con una realtà oggettiva e storica da un antropologo svizzero di nome Johann Jakob Bachofen. Bachofen sostenne che l'umanità era passata attraverso una serie di fasi di sviluppo nel corso della storia.

La prima fase, a grandi linee, dopo un inizio un po' anarchico e caotico, fu Das Mutterrecht [Il matriarcato],¹⁹⁹ una società in cui le donne occupavano le posizioni dominanti in quanto a potere, rispetto e onore, dove regnava il libero amore e la promiscuità e mancava ogni certezza di paternità. La seconda, il dionisiaco, fu una fase di transizione, nella quale queste fondamenta matriarcali originarie furono rovesciate e il potere fu preso dagli uomini. La terza fase, l'apollineo, regna ancora oggi. Il patriarcato è dominante e ogni donna appartiene esclusivamente a un uomo. Le idee di Bachofen divennero profondamente influenti, in certi ambienti, nonostante l'assenza di prove storiche che le supportassero. L'archeologa Marija Gimbutas, per esempio, negli anni Ottanta e Novanta affermò con successo che una cultura pacifica centrata sulle divinità femminili e sulle donne caratterizzò l'Europa neolitica.²⁰⁰ Affermò che tale cultura fu soppiantata e soppressa dall'arrivo di una cultura gerarchica guerriera, che pose le basi della società moderna. La storica dell'arte Merlin Stone propose lo stesso argomento nel proprio libro *Quando Dio era una donna*.²⁰¹ Tutte queste idee essenzialmente archetipiche e mitologiche divennero pietre miliari per la teologia del movimento delle donne e per gli studi del femminismo degli anni Settanta. Cynthia Eller, che scrisse un libro critico nei confronti di queste idee, *The Myth of Matriarchal Prehistory* [Il mito della preistoria matriarcale], definì questa teologia "una bugia nobilitante".²⁰²

Carl Jung si era confrontato già decenni prima con le idee di Bachofen relative al matriarcato primordiale. Jung si era reso presto conto, tuttavia, che la progressione evolutiva descritta dal pensatore svizzero rappresentava una realtà psicologica piuttosto che storica. Vide nel pensiero di Bachofen gli stessi processi di proiezione della fantasia immaginativa sul mondo esterno che avevano condotto a popolare il cosmo con costellazioni e divinità. In *Storia delle origini della coscienza*²⁰³ e *La Grande Madre*,²⁰⁴ il collaboratore di Jung, Erich Neumann, estende l'analisi del collega. Neumann traccia la genesi della coscienza, simbolicamente maschile, e la contrappone alle origini simbolicamente femminili, materiali, di madre e matrice, incorporando la teoria freudiana della genitorialità edipica in un modello archetipico più ampio. Per Neumann e per Jung, la coscienza, sempre simbolicamente maschile, anche nelle donne, lotta per raggiungere la luce, verso l'alto. Il suo sviluppo è doloroso e provoca ansia, perché porta

con sé la comprensione della propria vulnerabilità e della propria morte. La tentazione di ricadere nella dipendenza e nell'incoscienza e di gettare via il proprio fardello esistenziale è continua. È sostenuta in questo desiderio patologico da tutto ciò che si oppone all'illuminazione, all'articolazione, alla razionalità, all'autodeterminazione, alla forza e alla competenza: da tutto ciò che protegge troppo e quindi soffoca e divora. Proprio l'iperprotezione è l'incubo familiare edipico di Freud, che noi stiamo rapidamente trasformando in politica sociale.

La Madre Terribile è un simbolo antico. Si manifesta, per esempio, nella forma di Tiamat, nella più antica storia scritta mai ritrovata, il poema teogonico e cosmogonico mesopotamico *Enuma Eliš* [Quando in alto]. Tiamat è la madre di tutte le cose, sia degli dei sia degli uomini. È l'ignoto e il caos e la natura che dà origine a tutte le forme. Ma è anche la divinità drago femminile che distrugge i propri figli, quando uccidono incautamente il padre e cercano di vivere sui suoi resti mortali. La Madre Terribile è lo spirito dell'incoscienza incurante, che tenta lo spirito sempre impegnato della consapevolezza e dell'illuminazione, attirandolo verso l'abbraccio protettivo degli inferi. È il terrore che i giovani uomini provano nei confronti delle donne attraenti, che sono la natura stessa, sempre pronte a respingerli, intimamente, al livello più profondo possibile. Niente ispira l'autocoscienza, mina il coraggio e alimenta i sentimenti di nichilismo e di odio più di questo, tranne, forse, l'abbraccio troppo stretto della mamma eccessivamente premurosa.

La Madre Terribile appare in molte favole e in molte storie per adulti. Nella “Bella addormentata”, è la fata cattiva, la natura oscura in sé: Malefica, nella versione Disney. I regali genitori della principessa Aurora non invitano questa forza notturna al battesimo della loro bambina. Proteggono in maniera eccessiva la loro creatura, quindi, dal lato distruttivo e pericoloso della realtà, preferendo che cresca non turbata da queste cose. Cosa ottengono in cambio? Al momento della pubertà, la figlia è ancora incosciente. Lo spirito maschile, il principe, è sia un uomo che potrebbe salvarla, strappandola dai genitori, sia la sua stessa coscienza, imprigionata dalle macchinazioni del lato oscuro della femminilità. Quando quel principe scappa e raggiunge la fata cattiva, questa si trasforma nel drago del Caos stesso. Il simbolico maschile la sconfigge con la verità e con la fede, poi ritrova la principessa, aprendole gli occhi con un bacio.

Potremmo obiettare, com'è stato fatto con "Frozen", altro film Disney, che una donna non ha bisogno di un uomo che la salvi. Potrebbe essere vero, e potrebbe non esserlo. Può darsi che solo la donna che vuole o ha un figlio abbia bisogno di un uomo che la salvi, o almeno che la sostenga e l'aiuti. In ogni caso, è certo che una donna ha bisogno di consapevolezza per salvarsi e, come abbiamo notato sopra, la coscienza è simbolicamente maschile fin dall'alba dei tempi, nella forma sia dell'ordine sia del logos. Il principe potrebbe essere un amante, ma potrebbe anche essere l'attenta accortezza, la chiara visione e la tenace indipendenza della donna stessa. Quelli sono tratti maschili: nella realtà, oltre che simbolicamente, dal momento che gli uomini sono, in media, meno teneri e meno gentili delle donne ma anche meno inclini all'ansia e alla sofferenza emotiva. E per ribadirlo di nuovo: 1) questo è vero soprattutto in quelle nazioni scandinave dove sono stati fatti passi più decisi verso l'uguaglianza di genere; 2) le differenze non sono piccole rispetto agli standard con cui queste cose sono misurate.

La relazione tra il maschile e la coscienza è rappresentata, simbolicamente, anche nella "Sirenetta". Ariel, l'eroina, è piuttosto femminile, ma ha anche un forte spirito di indipendenza. Per questo motivo è la preferita dal padre, anche se è quella che crea più problemi. Il padre Tritone è il re, che rappresenta il noto, la cultura e l'ordine (con una leggera caratterizzazione da reggente oppressivo e tiranno). Dal momento che l'ordine è sempre minacciato dal caos, Tritone ha un avversario, Ursula, un polipo tentacolare: un serpente, una gorgone, un'idra. Dunque, Ursula rientra nella stessa categoria archetipica della strega Malefica, della regina gelosa in "Biancaneve e i sette nani", della matrigna di "Cenerentola", della Regina di Cuori di "Alice nel Paese delle Meraviglie", di Crudelia de Mon della "Carica dei 101", di Madame Medusa delle "Avventure di Bianca e Bernie" e di Madre Gothel in "Rapunzel".

Ariel vuole una storia d'amore con il principe Eric, che in precedenza ha salvato da un naufragio. Ursula inganna Ariel, in modo che, per tre giorni, la sirenetta sia priva della voce, in cambio della possibilità di vivere come un essere umano. Ursula sa perfettamente, tuttavia, che Ariel senza voce non sarà in grado di instaurare una relazione con il principe. Senza la facoltà di parlare, senza il logos, senza il Verbo divino, rimarrà sott'acqua, incosciente, per sempre.

Quando Ariel non riesce a entrare in contatto con il principe Eric, Ursula le ruba l'anima e la colloca nella sua vasta collezione di creature avvizzite e deformi, ben protette dalle sue grazie femminili. Quando il re Tritone si presenta per riavere la figlia, Ursula gli propone un'offerta terribile: potrà prendere il posto di Ariel. Certamente l'eliminazione del re saggio, che rappresenta, per sottolinearlo ancora, il lato benevolo del patriarcato, era il nefasto obiettivo di Ursula da sempre. Ariel viene liberata, ma Tritone è ora ridotto all'ombra patetica di se stesso. Inoltre Ursula ora possiede il tridente magico di Tritone, la fonte del suo potere divino.

Fortunatamente per tutti gli interessati, il principe Eric ritorna, distraendo la malvagia regina del mondo sotterraneo con un arpione. Ciò dà l'opportunità ad Ariel di attaccare Ursula, che reagisce assumendo proporzioni mostruose, proprio come aveva fatto Malefica. Ursula scatena un'enorme tempesta, mentre si prepara a uccidere Ariel, ma Eric requisisce una nave distrutta e la colpisce con forza con il bompresso. Tritone, liberato e ringiovanito, trasforma la figlia in un essere umano, perché possa può rimanere con Eric. Perché una donna diventi completa, affermano tali storie, deve creare una relazione con la coscienza maschile e resistere al mondo terribile, che a volte si manifesta, principalmente, nella forma della madre troppo presente. Un uomo reale può aiutarla in questo, in una certa misura, ma è meglio, per tutti gli interessati, se nessuno è troppo dipendente dall'altro.

Un giorno, quand'ero piccolo, stavo giocando a softball con alcuni amici. Le squadre erano composte da ragazzi e ragazze. Eravamo tutti abbastanza grandi perché i ragazzi e le ragazze iniziassero a interessarsi gli uni degli altri. Lo status quindi diventava sempre più rilevante e importante. Il mio amico Jake e io stavamo per venire alle mani e ci spingevamo l'un l'altro vicino al box di battuta, quando mia madre passò da quelle parti. Era a una certa distanza, a una trentina di metri circa, ma da come la postura del suo corpo cambiò compresi subito che sapeva che cosa stava succedendo. Di certo, la videro anche gli altri bambini. Ci passò accanto. Sapevo che quanto aveva visto l'aveva ferita. Una parte di lei era preoccupata pensando che sarei potuto tornare a casa con il naso sanguinante e un occhio nero. Sarebbe stato piuttosto facile per lei anche solo urlare: "Ehi, ragazzi, smettetela!". O raggiungerci e mettersi tra noi. Ma non lo fece. Alcuni anni dopo, quando da adolescente avevo problemi con mio padre, mia madre commentò: "Se fosse troppo bello qui a casa, non te ne andresti mai."

Mia madre è una persona dal cuore buono. È empatica, collaborativa e gentile. A volte lascia che gli altri la trattino male. Quando rientrava dal lavoro dopo essere stata a casa con noi, quando eravamo piccoli, per lei era difficile tenere testa agli uomini. A volte ciò le creava risentimento, anche nei confronti di mio padre, che tende spesso a fare ciò che vuole e quando vuole. Nonostante tutto, non è una madre edipica. Ha incoraggiato l'indipendenza dei propri figli, anche se ciò spesso è stato difficile per lei. Ha fatto la cosa giusta, anche se questo l'ha fatta soffrire.

Fatti forza, piccola serpe

Trascorsi un'estate della mia gioventù nella prateria canadese del Saskatchewan, lavorando insieme a un gruppo di manovali su una linea ferroviaria. In quel gruppo di soli uomini ogni nuovo arrivato veniva messo alla prova dagli altri nel corso delle prime due settimane di lavoro. Molti di loro erano nativi del Northern Cree, ragazzi generalmente tranquilli e rilassati, finché non bevevano troppo e non riaffioravano vecchi rancori. Entravano e uscivano di prigione, come la maggior parte dei loro parenti. Per loro non era motivo di vergogna: lo consideravano semplicemente un aspetto del sistema creato dall'uomo bianco. Inoltre, in inverno in prigione faceva caldo e il cibo era fornito regolarmente e in abbondanza. Una volta prestai 50 dollari a uno dei ragazzi Cree. Invece di ripagare il debito, mi offrì un paio di reggilibri che ancora possiedo, ricavati da alcuni binari originali delle ferrovie del Canada occidentale. Furono meglio dei soldi che mi spettavano.

Quando si presentava per la prima volta un ragazzo nuovo, gli altri lavoratori gli affibbiavano inevitabilmente un nomignolo offensivo. Quando fui accettato nel gruppo, mi chiamarono Howdy-Doody, come una nota marionetta di legno di un programma televisivo degli anni Settanta, cosa che ancora m'imbarazza leggermente ammettere. Quando domandai il perché di quel soprannome, chi l'aveva trovato mi disse, argutamente e incredibilmente: "Perché *non* gli assomigli." Gli uomini che svolgono lavori manuali sono spesso estremamente divertenti, in maniera caustica, pungente e offensiva (come abbiamo visto nella [Regola 9](#)). Si punzecchiano sempre a vicenda, in parte per divertimento, in parte per segnare punti nell'eterna battaglia per il dominio reciproco, ma in parte anche per vedere come reagisce l'altro quando è sottoposto a stress sociale. Fa parte del processo di valutazione del carattere, così anche il cameratismo. Quando

funziona bene, ovvero quando tutti incassano e restituiscono i colpi, e quando sono in grado di incassare e ribattere, è un aspetto molto importante che permette agli uomini che lavorano per vivere di sopportare o anche di divertirsi a posare binari e a lavorare su piattaforme petrolifere, come boscaioli, nelle cucine dei ristoranti e in tutti gli altri lavori caldi, sporchi, fisicamente impegnativi e pericolosi che sono ancora svolti quasi interamente dagli uomini.

Non molto tempo dopo aver iniziato a lavorare con il personale ferroviario, il mio soprannome fu cambiato in Howdy. Fu un grande progresso, perché non era più legato in maniera tanto evidente a quello stupido burattino. L'uomo che fu assunto dopo di me non fu altrettanto fortunato. Si presentò con un grazioso contenitore per il pranzo, il che fu un errore, in quanto i sacchetti di carta marrone erano la scelta giusta e non pretenziosa. Il suo contenitore invece era un po' troppo bello e un po' troppo nuovo. Sembrava che la madre l'avesse acquistato e preparato per lui. Così, diventò il suo nome. "Portapranzo" non era un tipo simpatico. Si lamentava di tutto e aveva un brutto atteggiamento. Era sempre colpa di qualcun altro. Era permaloso e non aveva buoni riflessi.

Portapranzo non riusciva ad accettare il proprio soprannome, né a trovare il proprio posto al lavoro. Quando qualcuno si rivolgeva a lui, aveva un atteggiamento di sdegnosa irritazione e affrontava anche il lavoro nello stesso modo. Non era divertente stare in sua compagnia e lui non riusciva ad accettare nessuna battuta. Questo è fatale, quando si lavora in squadra. Dopo circa tre giorni di malumore e un'aria di superiorità forzata, iniziò a dover sopportare noie che andavano ben oltre il soprannome. Lavorava stizzosamente lungo i binari, circondato da una settantina di uomini, sparsi per circa mezzo chilometro. All'improvviso un sassolino appariva dal nulla, attraversando l'aria, diretto al suo elmetto. Un colpo ben assestato produceva un suono sordo, che regalava una profonda soddisfazione a tutti gli spettatori silenziosi. Nemmeno questo riusciva a migliorare l'umore del ragazzo. Allora, i ciottoli diventarono più grandi. Portapranzo si lasciava coinvolgere in qualche lavoro e si dimenticava di fare attenzione. Poi, un sasso ben lanciato lo colpiva sulla zucca, producendo un'esplosione di furia irritata e inefficace. Una sensazione di svago tranquillo si diffondeva lungo la linea ferroviaria. Dopo alcuni giorni di questo trattamento, Portapranzo svanì, non più saggio ma con qualche livido in più rispetto a quando era arrivato.

Gli uomini applicano un codice di comportamento reciproco, quando lavorano insieme. Svolgi il tuo lavoro, fai la tua parte, resta sveglio e presta attenzione. Non lamentarti e non fare il permaloso. Difendi gli amici. Non fare il ruffiano o la spia. Non essere schiavo di regole stupide. Nelle immortali parole di Arnold Schwarzenegger: “Non fare la femminuccia.” Non dipendere da nessuno. Per nulla. Mai. Punto. I dispetti sono una prova per entrare a far parte di un gruppo di lavoro: sei tosto, divertente, competente e affidabile? In caso contrario, vattene. Semplice. Non ci dispiace per te. Non vogliamo sopportare il tuo narcisismo e non vogliamo svolgere il tuo lavoro.

Qualche decennio fa, il culturista Charles Atlas realizzò una famosa pubblicità, sotto forma di una striscia a fumetti, dal titolo “L’insulto che ha fatto di Mac un uomo”, che si trovava in quasi tutti i giornalini illustrati, letti in gran parte dai ragazzi. Mac, il protagonista, è seduto su un telo da spiaggia in compagnia di un’attraente giovane donna. Un bullo corre lì accanto e lancia della sabbia su di loro. Mac protesta. L’altro uomo, molto più grande, lo afferra per un braccio e dice: “Ascolta. Ti spaccherei la faccia, solo che sei così magro che potrei spazzarti via.” Il bullo si allontana. Mac dice alla ragazza: “Quel bullo! Pareggerò i conti un giorno.” La ragazza assume una posa provocante e dice: “Oh, non ti preoccupare, piccolo.” Mac torna a casa, osserva il proprio fisico patetico e acquista il programma di Atlas. Ben presto ha un fisico nuovo. Quando va nuovamente in spiaggia, colpisce il bullo sul naso. La ragazza, che ora lo ammira, si aggrappa al suo braccio. “Oh, Mac!” dice. “Sei un vero uomo.”

Questa pubblicità è famosa per una buona ragione. Riassume la psicologia sessuale umana in sette semplici tavole. Il giovane, troppo debole, è imbarazzato e impacciato. Che cosa può fare? Viene umiliato da altri uomini e, peggio, di fronte a donne desiderabili. Invece di affogare nel risentimento e di chiudersi nel proprio seminterrato a giocare ai videogiochi in mutande, coperto di briciole di patatine, si regala quella che Alfred Adler, il collega più pratico di Freud, ha definito una “fantasia compensativa”.²⁰⁵ L’obiettivo di una simile fantasia non è tanto il soddisfacimento dei desideri, quanto l’illuminazione che ci permette di vedere un autentico percorso di crescita. Mac prende seriamente in considerazione il proprio fisico da spaventapasseri e decide di costruirsi un corpo più forte. Ancora più importante, mette in azione il proprio piano. S’identifica con la parte di sé che è in grado di oltrepassare il suo stato attuale e diventa l’eroe della sua

stessa avventura. Torna in spiaggia e colpisce il bullo sul naso. Mac vince. E così vince anche quella che alla fine diventa la sua fidanzata. E così vincono anche tutti gli altri.

È un chiaro vantaggio per le donne che gli uomini non sopportino di dover dipendere gli uni dagli altri. Parte del motivo per cui così tante donne della classe operaia oggi non si sposano, come abbiamo accennato, è perché non vogliono dover badare a un uomo, oltre ai figli, mentre lavorano. Non è sbagliato. Una donna dovrebbe prendersi cura dei propri figli, anche se questo non esaurisce i suoi compiti. E un uomo dovrebbe prendersi cura di una donna e dei figli, anche se non è tutto ciò che rientra nei suoi doveri. Ma una donna non dovrebbe badare a un uomo, perché deve prendersi cura dei figli, e un uomo non dovrebbe essere un bambino. Ciò significa che un uomo non deve essere dipendente da una donna. Questo è uno dei motivi per cui gli uomini hanno poca pazienza con gli uomini che non sono indipendenti. E non dimentichiamo: le donne perfide possono produrre figli dipendenti, sostenere e persino sposare uomini dipendenti, ma le donne sveglie e consapevoli vogliono un partner sveglio e consapevole.

È per questo motivo che Nelson Muntz dei "Simpson" è così necessario per il piccolo gruppo sociale che circonda il figlio antieroe di Homer, Bart. Senza Nelson, il re dei bulli, la scuola sarebbe presto infestata da un risentito e permaloso Milhouse, da un narcisista e intellettuale Martin Prince, dal cicciottello bambino tedesco che ingurgita cioccolato e dall'infantile Ralph Winchester. Muntz è un bambino "punitivo", duro e autosufficiente, che usa il proprio disprezzo per decidere quale tipo di comportamento immaturo e patetico non può essere tollerato. Parte della genialità dei Simpson sta nel rifiuto degli autori di tratteggiare Nelson semplicemente come un bullo irriducibile. Abbandonato dal padre indegno, trascurato, per fortuna, dalla sconsiderata sgualdrina che è la madre, Nelson non se la cava poi male, tutto sommato. Suscita anche un interesse romantico nell'iperprogressista Lisa, con grande sgomento e confusione di lei, attrazione che nasce più o meno dallo stesso meccanismo della storia di *Cinquanta sfumature di grigio* che ha reso il libro un best seller mondiale.

Quando la tenerezza e l'essere innocui diventano le uniche virtù consapevolmente accettabili, allora la durezza e il dominio inizieranno a esercitare un fascino inconscio. In parte ciò significa che, se gli uomini subiscono troppe pressioni perché si femminilizzano, allora diventeranno sempre più interessati a un'ideologia politica dura e fascista. "Fight Club",

forse il film più fascista realizzato negli ultimi anni a Hollywood, con la possibile eccezione della serie di Iron Man, fornisce un perfetto esempio di quest’inevitabile attrazione. L’onda populista a sostegno di Donald Trump negli Stati Uniti è parte dello stesso processo, come lo è, in forma molto più sinistra, la recente ascesa di partiti politici di estrema destra, anche in Paesi moderati e liberali come l’Olanda, la Svezia e la Norvegia.

Gli uomini devono diventare più forti. Gli uomini lo pretendono e le donne lo vogliono, anche se forse non approvano l’atteggiamento duro e sprezzante che è parte integrante del processo sociale che alimenta e poi consolida quella forza. Ad alcune donne non piace lasciar andare i figli maschi, quindi li tengono con sé per sempre. Ad alcune donne non piacciono gli uomini e preferiscono un compagno sottomesso, anche se inutile. Ciò fornisce loro anche molti motivi per autocompiangersi. I piaceri di questa autocommiserazione non dovrebbero essere sottovalutati.

Gli uomini si rafforzano spingendosi oltre i propri limiti e spalleggiandosi a vicenda. Quando ero adolescente, i ragazzi avevano molte più probabilità di rimanere coinvolti in incidenti stradali rispetto alle ragazze ed è ancora così. Questo accadeva perché erano spesso impegnati a sfidarsi in gare ed evoluzioni automobilistiche, di notte, nei parcheggi ghiacciati. Si sfidavano nel *drag racing* e guidavano fuoristrada sulle colline. C’erano più probabilità che si scontrassero fisicamente, marinassero la scuola, rispondessero agli insegnanti e abbandonassero gli studi, perché erano stanchi di alzare la mano per avere il permesso di andare in bagno quando erano grandi e abbastanza forti per lavorare sulle piattaforme petrolifere. Erano più propensi a correre in moto sui laghi ghiacciati in inverno. Come gli skater, come chi si arrampica sulle gru e come i free runner, facevano cose pericolose, cercando di rendersi utili. Quando questo va troppo oltre, i ragazzi e gli uomini scivolano nel comportamento antisociale, che è molto più diffuso tra i maschi che tra le femmine.²⁰⁶ Ciò non significa che ogni manifestazione di audacia e di coraggio sia criminale.

Quando i ragazzi facevano i testacoda nei parcheggi, stavano testando i limiti delle loro auto, ma anche le loro abilità come guidatori e la loro capacità di controllo in una situazione incontrollabile. Quando rispondevano agli insegnanti, si opponevano all’autorità, per capire se esistesse un’autorità reale: il tipo di autorità su cui si potrebbe fare affidamento, in linea di principio, in una situazione di crisi. Quando

lasciavano la scuola, andavano a lavorare come manovali sulle piattaforme petrolifere a 40 °C sotto zero. Non era la debolezza ad allontanare tanti ragazzi dalla scuola, dove probabilmente li aspettava un futuro migliore. Era la forza.

Se sono sane, le donne non vogliono ragazzi. Vogliono uomini. Vogliono qualcuno con cui misurarsi, qualcuno con cui vedersela. Se sono toste, vogliono qualcuno che sia più tosto di loro. Se sono intelligenti, vogliono qualcuno più intelligente. Desiderano qualcuno che porti in tavola qualcosa che loro non sono già in grado di procurarsi. Per questo, spesso, è difficile per le donne forti, intelligenti e attraenti trovare un compagno: non ci sono in giro molti uomini che riescano a superarle tanto da essere considerati desiderabili, che abbiano, come dice una ricerca, “reddito, istruzione, fiducia in se stessi, intelligenza, dominio e posizione sociale” più elevati dei loro.²⁰⁷ Lo spirito che interferisce quando i ragazzi cercano di diventare uomini, quindi, non è più amico della donna che dell'uomo. Obietta, altrettanto violentemente e ipocritamente: “Non puoi farlo, è troppo pericoloso” quando le ragazze cercano di reggersi da sole sulle proprie gambe. Nega la consapevolezza. È antiumano, desideroso del fallimento, geloso, risentito e distruttivo. Nessuno che sia veramente dalla parte dell'umanità si alleerebbe con qualcosa del genere. Nessuno che miri a elevarsi si permetterebbe di essere posseduto da una cosa simile. E se pensi che gli uomini duri siano pericolosi, aspetta di vedere di che cosa sono capaci gli uomini deboli.

Lascia in pace i ragazzi che fanno skate.

* I nomi e altri dettagli sono stati modificati per ragioni di privacy.

* 37-28/28 = 9/28 = 32 per cento.

† 35-29/35 = 6/35 = 17 per cento.



REGOLA 12

SE INCONTRI UN GATTO PER STRADA, FERMATI AD ACCAREZZARLO

ANCHE I CANI NON SONO MALE

Comincio questo titolo, mettendo subito in chiaro che possiedo un cane, uno spitz americano, una delle molte varianti dello spitz. Erano conosciuti come spitz tedeschi fino a quando la Prima guerra mondiale vietò di ammettere che dalla Germania potesse venire qualcosa di buono. Gli spitz americani sono cani bellissimi, con un muso aguzzo da lupo, orecchie dritte, un manto lungo e folto e una coda arricciata. Sono anche molto intelligenti. Il nostro cane si chiama Sikko, che secondo mia figlia che gli ha dato questo nome significa ghiaccio in Inuit, e impara molto rapidamente, anche adesso che è vecchio. Di recente ha compiuto tredici anni e io gli ho insegnato una nuova acrobazia. Sapeva già come dare una stretta di zampa e come tenere un oggetto in equilibrio sul naso. Gli ho insegnato a fare entrambe le cose nello stesso momento. Però, non mi è chiaro se si diverta a farle.

Abbiamo preso Sikko per mia figlia, Mikhaila, quando lei aveva circa dieci anni. Era un cucciolo infinitamente carino. Il naso e le orecchie erano piccole, il muso rotondo, aveva grandi occhi e quando si muoveva era buffissimo: queste caratteristiche sollecitano automaticamente un comportamento di cura da parte degli esseri umani, maschi e femmine.²⁰⁸ Fu di sicuro il caso di Mikhaila che era occupata anche a prendersi cura di pogone, gechi, pitoni reali, camaleonti, iguane e di un coniglio gigante di Fiandra, lungo 80 centimetri per 10 chili di peso, di nome George, che mordicchiava ogni cosa in casa e scappava spesso, con grande preoccupazione di chi ne avvistava le gigantesche impronte nel piccolo giardino della propria casa cittadina. Mikhaila aveva tutti questi animali perché era allergica ai più tipici animali domestici, a eccezione di Sikko, che aveva il vantaggio aggiunto di essere un cane ipoallergenico.

Sikko si è conquistato numerosi soprannomi, che spaziano su un'ampia gamma di diversi toni emotivi e riflettono sia l'affetto che suscita in noi sia la nostra occasionale frustrazione per le sue abitudini bestiali. Scumdog [cane canaglia] è probabilmente il mio preferito, ma mi ricordo anche di Rathound [segugio da ratti], Furball [palla di pelo] e Suck-dog [cane ruffiano]. I bambini ne usavano molti altri, ne abbiamo contati cinquanta, ma il soprannome preferito da Mikhaila era Snorbs [piccolo folletto domestico]. Lo usava per salutarlo dopo una lunga assenza. Per un effetto migliore, il nome deve essere pronunciato con una voce sorpresa e un tono acuto.

Sikko aveva anche un proprio hashtag Instagram, #JudgementalSikko.

Sto raccontando del mio cane invece di scrivere direttamente dei gatti perché non voglio incorrere in un fenomeno noto come “paradigma dei gruppi minimali”, scoperto dallo psicologo sociale Henri Tajfel.²⁰⁹ Tajfel portò i soggetti della propria ricerca in laboratorio e li fece accomodare di fronte a uno schermo su cui proiettò, per brevi attimi, diversi punti. Ai soggetti fu chiesto di stimare quanti fossero. Poi Tajfel classificò i soggetti in sovrastimatori e sottostimatori, oltre che in accurati e non accurati, e li suddivise in gruppi a seconda della performance. In seguito domandò di dividere del denaro tra i membri di tutti i gruppi.

Tajfel rilevò che i soggetti mostravano una marcata preferenza per i componenti del proprio gruppo, rifiutando una strategia distributiva egualitaria e ricompensando sproporzionalmente le persone con cui s’identificavano. Altri ricercatori hanno suddiviso le persone in gruppi

utilizzando strategie ancora più arbitrarie, come il lancio di una moneta. Non era importante, persino quando i soggetti venivano messi al corrente del criterio in base al quale erano stati formati i gruppi. Le persone continuavano a favorire i membri del loro stesso gruppo.

Gli studi di Tajfel dimostrarono due cose: prima di tutto, che le persone sono esseri sociali; in secondo luogo, che le persone sono antisociali. Le persone sono esseri sociali perché apprezzano i membri del proprio gruppo. Sono antisociali perché non amano i membri degli altri gruppi. L'esatto motivo per cui ciò accade continua a essere argomento di dibattito. Penso che potrebbe essere un modo di trovare una soluzione a un complesso problema di ottimizzazione. Un problema simile insorge, per esempio, a causa del contrasto tra cooperazione e competizione, entrambi atteggiamenti desiderabili, sia socialmente sia psicologicamente. La cooperazione porta sicurezza, tranquillità e compagnia. La competizione favorisce la crescita personale e di status. Se, però, un dato gruppo è troppo piccolo, è privo di potere o di prestigio, non può respingere gli altri gruppi. Di conseguenza, non è utile far parte di quel gruppo. Se è troppo numeroso, però, la possibilità di arrivare in cima, o in prossimità della cima, diminuisce. Quindi, diventa difficile procedere. Forse le persone s'identificano nei gruppi formati da un lancio di moneta perché desiderano profondamente organizzarsi e proteggersi e perché continuano ad avere una certa ragionevole possibilità di scalare la gerarchia di dominio. Quindi, favoriscono il proprio gruppo, perché prosperi, dal momento che scalare qualcosa che sta crollando non è certo un'utile strategia.

In ogni caso, è per via della scoperta dei gruppi minimali di Tajfel che ho iniziato questo capitolo, con un titolo che parla di gatti, descrivendo invece il mio cane. Diversamente, il semplice fatto di aver menzionato un gatto nel titolo sarebbe stato abbastanza per mettere contro di me molti amanti dei cani, solo perché non ho incluso questi ultimi tra gli animali da accarezzare. Dal momento che anch'io amo i cani, non c'è motivo per cui mi debba esporre a tutto questo. Quindi, se quando incontri un cane per strada, ti piace fermarti ad accarezzarlo, non sentirti obbligato a odiarmi. Stai pur certo, invece, che sono dalla tua parte. Vorrei inoltre scusarmi con tutte le persone che amano i gatti e che adesso si sentono prese in giro perché speravano di leggere una storia di gatti ma si sono ritrovati a sentir parlare di cani. Forse saranno rassicurate se dico che i gatti chiariscono meglio il

punto che desidero affrontare e che alla fine parlerò di loro. Prima, però, vorrei passare ad altri argomenti.

La sofferenza e i limiti dell'Essere

L'idea che la vita sia sofferenza è un punto fondamentale, in una forma o nell'altra, di ogni principale dottrina religiosa, come abbiamo già visto. I buddisti lo affermano chiaramente. I cristiani lo rappresentano con la croce. Gli ebrei ricordano la sofferenza che hanno patito nei secoli. Una simile argomentazione caratterizza universalmente le principali confessioni perché gli esseri umani sono intrinsecamente fragili. Possono rimanere feriti, e persino essere distrutti, emotivamente e fisicamente, e sono soggetti alle devastazioni dell'età e della perdita. Tutto ciò è triste e per questo è ragionevole chiedersi come possiamo aspettarci di prosperare e di essere felici o persino desiderare di esistere, a volte, in simili condizioni.

Recentemente, stavo parlando con una paziente il cui marito aveva superato con successo una battaglia contro il cancro durata ben cinque anni. Entrambi avevano resistito notevolmente e con coraggio per questo tempo. La terribile malattia dell'uomo, però, manifestò la tendenza alla metastasi e, di conseguenza, gli fu diagnosticata una breve aspettativa di vita. È forse ancora più difficile ricevere notizie terribili come questa, quando attraversi ancora la fragile condizione del recupero, dopo aver affrontato con successo le cattive notizie che ti erano state date in precedenza. La tragedia, in un momento come questo, sembra particolarmente ingiusta. È il genere di cose che ti può far perdere la fiducia anche nella stessa speranza. Spesso basta a provocare un autentico trauma. La mia paziente e io parlammo di diversi argomenti, alcuni filosofici e astratti, altri più concreti. Condivisi con lei alcune mie riflessioni sui perché e sulle conseguenze della vulnerabilità umana.

Quando mio figlio Julian aveva circa tre anni, era particolarmente carino. Adesso ha vent'anni in più, ma è ancora piuttosto carino, un complimento che sono sicuro gli farà piacere leggere. Grazie a lui, ho riflettuto molto sulla fragilità dei bambini piccoli. Un bambino di tre anni si può far male facilmente. Può essere morsicato da un cane, investito da un'auto o spinto a terra da bambini maleducati. Può ammalarsi. Julian era soggetto a febbre alta e al delirio che talvolta le si accompagnava. A volte ho dovuto portarlo con me nella doccia per raffreddarne la temperatura corporea quando aveva le allucinazioni, o addirittura cercava di colpirmi, mentre era febbricitante.

Ci sono poche cose che rendono più difficile accettare le limitazioni fondamentali dell'esistenza umana di quanto possa fare un bambino malato.

Anche Mikhaila, che ha un anno e qualche mese più di Julian, ha avuto i suoi problemi. Quando aveva due anni, ero solito mettermela sulle spalle e portarla in giro. Ai bambini piace. Dopo, però, quando la rimettevo a terra, si sedeva e piangeva. Così smisi di prenderla in groppa. Quest'accortezza sembrò porre fine al problema, con un'eccezione in apparenza minore. Mia moglie, Tammy, disse che c'era qualcosa che non andava nell'andatura di Mikhaila. Tammy pensò che avesse qualcosa a che fare anche con la reazione della piccola, quando la prendevo sulle spalle.

Mikhaila era una bambina solare con cui era molto facile andare d'accordo. Un giorno, quando vivevamo a Boston e lei aveva circa quattordici mesi, la portai con Tammy e i suoi genitori a Cape Cod. Quando arrivammo, io e Mikhaila restammo in auto. Eravamo sui sedili anteriori: lei era sdraiata al sole e farfugliava qualcosa. Mi chinai per sentire che cosa dicesse.

“Felice, felice, felice, felice, felice.”

Ecco com'era.

Quando arrivò ai sei anni, però, cominciò a diventare triste. Era difficile farla alzare dal letto, la mattina. S'infilava i vestiti molto lentamente. Quando andavamo a piedi da qualche parte, lei rimaneva indietro. Si lamentava che i piedi le facevano male e le scarpe non andavano bene. Le comprammo dieci diverse paia di calzature ma non servì a nulla. Andò a scuola e se la cavò e si comportò correttamente. Ma quando tornava a casa e vedeva la mamma, scoppiava a piangere.

Ci eravamo appena trasferiti da Boston a Toronto e attribuimmo questi cambiamenti allo stress del trasloco. Ma la situazione non migliorò. Mikhaila cominciò a salire e a scendere le scale, uno scalino alla volta. Cominciò a muoversi come una persona anziana. Si lamentava se la prendevi per mano. Una volta, molto tempo dopo, mi chiese: “Papà, quando ero piccola e tu giocavi a ‘questo è il ditino bello’ con me, era previsto che mi facessei male?”. Certe cose si scoprono con il tempo.

Un dottore del centro medico di zona ci disse: “A volte i bambini soffrono per dolori della crescita. Sono normali, ma potreste pensare di portarla da un fisioterapista.” Così facemmo. Il fisioterapista cercò di far ruotare il tallone di Mikhaila, ma senza riuscirci. C'era qualcosa che non andava. Ci disse: “Vostra figlia soffre di artrite reumatoide giovanile.” Non

era quello che volevamo sentire. Non ci piacque quel fisioterapista. Tornammo allora al centro medico, dove un altro dottore ci consigliò di portare Mikhaila all'ospedale specializzato in malattie infantili di Toronto. Il dottore disse: "Portatela al Pronto soccorso, così riuscirete a ottenere una visita in tempi brevi con un reumatologo." Mikhaila soffriva di artrite. Il fisioterapista, latore di notizie sgradite, aveva ragione. Trentasette articolazioni colpite. Una forma severa di artrite idiopatica giovanile poliarticolare (AIG). La causa? Sconosciuta. La prognosi? Protesi articolari multiple.

Quale razza di Dio potrebbe creare un mondo dove può accadere una cosa del genere? E in particolare a una bimba innocente e felice? È una questione di importanza assolutamente fondamentale, per chi crede e anche per chi non crede. Questo argomento, insieme a molti altri temi difficili, è affrontato nei *Fratelli Karamazov*, il grande romanzo di Dostoevskij di cui abbiamo iniziato a parlare nella [Regola 7](#). Dostoevskij esprime i propri dubbi sull'appropriatezza dell'Essere tramite il personaggio di Ivan che, se ricordi, è il fratello eloquente, bello e raffinato e allo stesso tempo il più grande avversario del monaco novizio Alëša. "Non è Dio che non accetto. Comprendi questo" dice Ivan. "Non accetto il mondo che Egli ha creato, questo mondo di Dio, con cui sono in disaccordo."

Ivan racconta ad Alëša la storia di una bambina che viene punita dai genitori. La chiudono in un freddissimo gabinetto esterno alla casa, per tutta la notte, una storia che Dostoevskij lesse su un giornale dell'epoca. "Riesci a immaginarti quei due che dormono tranquilli mentre la figlia piange per tutta la notte?" dice Ivan. "E immagina la ragazzina: incapace di comprendere che cosa le accade, mentre si batte il piccolo petto ghiacciato e piange lacrime sommesse, pregando il 'buon Gesù' perché la tiri fuori da quel posto orribile... Alëša: se in qualche modo ti venisse promesso che il mondo potrà finalmente raggiungere una pace completa e totale, ma solo a condizione che tu torturi un bambino piccolo – diciamo, quella ragazzina che stava congelando nel gabinetto... lo faresti?". Alëša obietta. "No, non lo farei" dice, piano.²¹⁰ Non farebbe ciò che Dio sembra consentire a ruota libera.

Anni fa compresi qualcosa che aveva a che fare con questo, riguardo a Julian, che allora aveva tre anni. Pensai: "Amo mio figlio. Ha tre anni: è piccolo, carino e buffo. Ma sono anche preoccupato per lui, perché potrebbe soffrire. Se avessi il potere di cambiare questa situazione, che cosa potrei

fare?”. Pensai: “Potrei farlo diventare alto 6 metri invece dei 100 centimetri che misura adesso. Nessuno potrebbe spingerlo allora. Potrebbe essere fatto di titanio, invece che di carne e ossa. Quindi, se un moccioso gli tirasse un camion giocattolo in testa, a lui non importerebbe. Potrebbe avere un cervello potenziato da un computer. E anche se in qualche modo si danneggiasse, le parti potrebbero immediatamente essere sostituite. Problema risolto!”. Ma no, il problema non è affatto risolto, e non solo perché queste cose al momento sono impossibili. Rafforzare artificialmente Julian corrisponderebbe a distruggerlo. Non sarebbe più un bambino di tre anni, ma un freddo robot d'acciaio. Non sarebbe Julian, ma un mostro. Attraverso queste riflessioni sono arrivato a comprendere che ciò che amiamo davvero in una persona non si può separare dai suoi limiti. Julian non sarebbe stato carino e tenero se non fosse anche stato contemporaneamente esposto alla malattia, alla perdita, alla sofferenza e all'ansia. Dal momento che lo amavo tantissimo, decisi che andava bene così com'era, nonostante la sua fragilità.

Con mia figlia fu più difficile. Mentre la malattia progrediva, cominciai a portarla a cavalluccio, non sulle spalle, quando uscivamo a piedi. Cominciò ad assumere naprossene e metotrexato per via orale: l'ultimo è un potente agente chemioterapico. Si sottopose a molte iniezioni di cortisolo, a polsi, spalle, anche, gomiti, ginocchia, caviglie, dita, dita dei piedi, tendini, tutte sotto anestesia generale. Questo servì temporaneamente ma la malattia continuava a progredire. Un giorno Tammy portò Mikhaila allo zoo, su una sedia a rotelle.

Non fu una bella giornata.

La reumatologa suggerì il prednisone, un corticosteroide, da tempo in uso per combattere l'infiammazione. Ma il prednisone ha molti effetti collaterali, non ultimo un grave edema facciale. Non eravamo sicuri che fosse meglio dell'artrite, non per una ragazzina. Per fortuna, se questa è la parola giusta, la reumatologa ci parlò di un nuovo farmaco. Era già stato usato in precedenza, ma solo sugli adulti. Così Mikhaila fu la prima bambina canadese ad assumere etanercept, un farmaco “biologico”, appositamente studiato per le malattie autoimmuni. Per sbaglio, con le prime iniezioni, Tammy le somministrò una dose dieci volte superiore alla prescrizione. E Mikhaila guarì. Qualche settimana dopo la gita allo zoo, correva in ogni direzione mentre giocava nel campionato di calcio giovanile. Tammy trascorse l'intera estate a guardarla correre.

Volevamo che Mikhaila assumesse il maggior controllo possibile sulla sua vita. Il denaro l'aveva sempre motivata molto. Un giorno la trovai fuori casa che vendeva ai passanti i libri che aveva letto da piccola. Una sera le chiesi di sedersi e le dissi che le avrei dato 50 dollari se fosse riuscita a farsi l'iniezione da sola. Aveva otto anni. Ci provò per trentacinque minuti, tenendo la mano con l'ago vicina alla coscia. Poi lo fece. La volta successiva le diedi 20 dollari e solo dieci minuti di tempo. Poi fu la volta di 10 dollari per cinque minuti. Ci attestammo sui 10 dollari per un po'. Fu un affare.

Nel giro di qualche anno Mikhaila non ebbe più sintomi. La reumatologa suggerì che cominciassimo a scalare i farmaci. Alcuni bambini guariscono dall'AIG quando comincia la pubertà. Nessuno sa perché. Lei cominciò ad assumere il metotrexato in pillole, invece delle iniezioni. Le cose funzionarono per quattro anni. Poi, un giorno, cominciò a farle male il gomito. La riportammo in ospedale. "Hai solo un'articolazione attivamente artritica" disse l'assistente della reumatologa. Per noi non era "solo" una. Due è molto più di una, ma una è molto più di zero. Una significava che non era guarita dall'artrite, nonostante la pausa. Quella notizia la buttò giù per un mese, ma continuò a frequentare il corso di danza e a giocare a palla con gli amici nella via di fronte a casa.

Il successivo settembre la reumatologa aveva alcune altre cose spiacevoli da dirci, quando Mikhaila cominciò la terza superiore. Una risonanza magnetica rivelò una degenerazione dell'articolazione dell'anca. La dottoressa disse a Mikhaila: "Dovrai ricorrere a una protesi d'anca prima dei trent'anni." Forse il danno si era consumato prima che l'etanercept facesse il miracolo? Non lo sapevamo. Fu una notizia infausta. Un giorno, qualche settimana dopo, Mikhaila stava giocando a street hockey nella palestra della scuola. La sua anca si bloccò e lei dovette uscire dal campo zoppicando. Cominciò a farle male sempre più. La reumatologa disse: "Parte del tuo femore sembra priva di vita. Hai bisogno di una protesi all'anca adesso."

Mentre sedevo con la mia paziente e lei mi parlava dell'avanzare della malattia del marito, discutemmo della fragilità della vita, della catastrofe dell'esistenza e del nichilismo che lo spettro della morte evoca. Cominciai con i pensieri su mio figlio. Lei domandò, come chiunque nella sua situazione: "Perché mio marito? Perché me? Perché questo?". Quanto avevo compreso della stretta connessione tra la vulnerabilità e l'Essere era

la risposta migliore che avevo da darle. Le raccontai una vecchia storia ebraica, che credo sia parte del commentario della Torah. Comincia con una domanda, strutturata come un *koan* zen. “Immagina un Essere onnisciente, onnipresente e onnipotente. Che cosa gli manca?”.²¹¹ La risposta? Il limite.

Se tu sei già tutto, ovunque, sempre, non esiste un posto in cui tu possa andare e nulla che tu possa diventare. Tutto ciò che potrebbe essere è già e ogni cosa che potrebbe accadere è già accaduta. Ed è per questo, si dice, che Dio ha creato l'uomo. Niente limite, niente storia. Niente storia, niente Essere. Quest'idea mi ha aiutato ad affrontare la terribile fragilità dell'Essere. Aiutò anche la mia paziente. Non voglio sopravvalutarne l'importanza. Non voglio affermare che ciò in qualche modo rende tutto accettabile. Lei si trovava ancora ad affrontare il cancro che aveva colpito il marito, proprio come io ancora mi confrontavo con la terribile malattia di mia figlia. Ma è importante riconoscere che l'esistenza e il limite sono inestricabilmente connessi.

*Trenta raggi si uniscono in un mozzo:
ma è il foro centrale che rende utile la ruota.
Plasmiamo la creta per fare un vaso,
ma è il vuoto all'interno che lo rende utile
Senza una porta, non si può entrare in una stanza,
e senza una finestra è buio.
Tale è l'utilità del non essere.*²¹²

Una simile comprensione è emersa, più recentemente, nel mondo della cultura pop, con l'evoluzione dell'icona culturale di Superman. Il supereroe fu creato nel 1938 da Jerry Siegel e Joe Shuster. All'inizio Superman era in grado di spostare auto, treni e anche navi. Riusciva a correre più veloce di una locomotiva. Poteva “superare con un balzo edifici altissimi”. Nei quarant'anni successivi alla sua creazione, però, il potere di Superman cominciò a crescere. Alla fine degli anni Sessanta, era in grado di volare più veloce della luce. Aveva un superudito e una vista a raggi X. Riusciva a emettere raggi incandescenti dagli occhi. Poteva congelare oggetti e generare uragani con il respiro. E se rimaneva ferito, in qualche modo, guariva immediatamente. Superman divenne invulnerabile.

Poi accadde qualcosa di strano. Cominciò ad annoiarsi. Più le sue capacità diventavano incredibili, più difficile diventava pensare a qualcosa di interessante da fargli fare. La casa editrice DC superò il problema una

prima volta negli anni Quaranta. Superman divenne vulnerabile alla radiazione prodotta dalla kryptonite, un materiale salvatosi dalla distruzione del suo pianeta. Alla fine ce n'erano più di venti tipi. La kryptonite verde indeboliva Superman. A un dosaggio sufficiente, poteva anche ucciderlo. Quella rossa gli provocava un comportamento strano. La kryptonite rossa e verde gli provocava una mutazione, come la comparsa di un terzo occhio sul retro della testa.

Erano necessari altri stratagemmi perché le storie di Superman continuassero a essere coinvolgenti. Nel 1976 avrebbe dovuto combattere contro Spiderman. Fu il primo scontro tra supereroi che coinvolgeva la Marvel Comics di Stan Lee, con i suoi personaggi meno idealizzati, e DC, che aveva creato Superman e Batman. Ma la Marvel doveva aumentare i poteri di Spiderman in combattimento perché lo scontro fosse plausibile. Ciò infrangeva le regole del gioco. Spiderman è l'Uomo Ragno perché ha i poteri di un ragno. Se gli viene improvvisamente concesso un altro potere, non è più Spiderman. La trama cade in pezzi.

Negli anni Ottanta Superman soffriva di un'inevitabile e terminale sindrome da deus ex machina. A volte, per esempio, la Marvel Comics salva una storia fallimentare in questa esatta maniera. Lifeguard, per esempio, è un personaggio di *X-Men* che può sviluppare qualunque potere sia necessario a salvare una vita. È molto utile che sia nei paraggi. Gli esempi abbondano nella cultura popolare. Alla fine dell'*Ombra dello Scorpione* di Stephen King, per esempio (attenzione, spoiler!), Dio in persona distrugge i cattivi della storia. L'intera nona stagione della soap opera "Dallas" in seguito si rivelò un sogno. I fan protestano di fronte a queste scelte, e a ragione. Sono stati truffati. Le persone che seguono una storia sono disposti a crederci finché i limiti che rendono la storia possibile sono coerenti e congrui. Gli scrittori, da parte loro, accettano di attenersi alle premesse iniziali. Quando gli scrittori imbrogliano, i fan si annoiano. Vogliono gettare il libro nel camino e lanciare un mattone contro lo schermo della TV.

E questo è stato il problema di Superman: sviluppò poteri tanto estremi da poter essere il proprio deus ex machina in ogni situazione, in ogni momento. Di conseguenza, negli anni Ottanta, il marchio quasi morì. L'artista e scrittore John Byrne ne avviò una nuova versione con successo, mantenendo la biografia di Superman ma privandolo di molti dei nuovi superpoteri. Non poteva più sollevare pianeti né ignorare una bomba H.

Diventò inoltre dipendente dal sole per il proprio potere, come un vampiro al contrario. Acquisì qualche ragionevole limite. Un supereroe che può fare qualunque cosa si rivela tutto il contrario di un eroe. Non ha alcun potere in particolare, quindi non è nulla. Non ha nulla contro cui combattere, quindi non può essere degno di ammirazione. Un essere di qualunque ragionevole genere sembra aver bisogno di un limite. Forse perché l'Essere necessita del Divenire, così come della semplice esistenza statica: e diventare significa trasformarsi in qualcosa di più, o almeno in qualcosa di diverso. Ciò è possibile solo per qualcosa di limitato.

Giusto.

Ma che cosa dire allora della sofferenza causata da questi limiti? Forse i limiti necessari per l'Essere sono tanto estremi che l'intero progetto dovrebbe essere distrutto. Dostoevskij espresse molto chiaramente quest'idea con la voce del protagonista di *Memorie dal sottosuolo*: “In una parola, tutto si può dire della storia universale, tutto quel che può venire in mente alla più sfrenata immaginazione. Solo una cosa non si può dire: che sia ragionevole. Vi rimarrebbe la parola in gola”.²¹³ Il Mefistofele di Goethe, l'avversario dell'Essere, dichiara esplicitamente la propria opposizione alla creazione divina nel *Faust*, come abbiamo visto. Anni dopo, Goethe scrisse *Faust, Urfaust*. Mefistofele ribadisce il proprio credo, in una forma leggermente diversa, solo per insistere sul punto:²¹⁴

*Passato e puro nulla sono la stessa cosa!
A che pro dunque l'eterno creare!
Per far sparire il creato nel nulla?
“È passato!” Che senso si ricava?
È come se non fosse stato affatto,
eppure gira in tondo, come fosse.
Per me io preferisco il Vuoto eterno.*

Chiunque può comprendere queste parole, quando un sogno va in frantumi, un matrimonio finisce o un familiare è colpito da una malattia devastante. Come può la realtà essere tanto insopportabile? Come può essere?

Forse, come suggerirono i ragazzi di Columbine (vedi [Regola 6](#)), sarebbe meglio non esistere del tutto. Forse sarebbe persino meglio se non ci fosse un Essere. Ma chi giunge alla precedente conclusione flirta con il suicidio e chi giunge alla seconda flirta con qualcosa di peggio, qualcosa di veramente mostruoso. Queste persone accarezzano l'idea di distruggere ogni cosa.

Giocano con il genocidio e anche peggio. Anche le regioni più buie hanno angoli ancora più oscuri. E ciò che è veramente orribile è che queste conclusioni sono comprensibili, forse persino inevitabili, seppure non sia inevitabile che si trasformino in azione. Che cosa pensa, per esempio, una persona ragionevole di fronte alla sofferenza di un bambino? Non è proprio la persona ragionevole ed empatica alla cui mente si presentano simili pensieri? Come può un buon Dio permettere che questo mondo esista?

Potrebbero essere conclusioni logiche. Comprensibili. Ma nascondono un tranello orribile. Le azioni intraprese a partire da queste conclusioni, se non gli stessi pensieri, fatalmente rendono una brutta situazione persino peggiore. Odiare la vita, disprezzarla, anche solo per l'autentica sofferenza che infligge, serve semplicemente a rendere la vita stessa peggiore, insopportabilmente peggiore. Questa non è una protesta. Non c'è niente di bene in tutto ciò, solo il desiderio di causare sofferenza per il gusto della sofferenza stessa. È la vera essenza del male. Le persone che arrivano a pensarla così sono a un passo dal caos totale. A volte semplicemente mancano loro gli strumenti adatti. Altre volte, come Stalin, tengono il dito sul bottone che potrebbe far deflagrare un'esplosione nucleare.

Ma esiste una qualsiasi alternativa coerente, considerati gli evidenti orrori dell'esistenza? L'Essere di per sé, con le zanzare della malaria, i bambini-soldato e le malattie neurodegenerative, può davvero essere giustificato? Non sono sicuro che avrei potuto rispondere appropriatamente a questa domanda nel diciannovesimo secolo, prima che gli orrori totalitari del ventesimo secolo colpissero milioni di persone. So che questi dubbi risulterebbero moralmente inammissibili senza l'Olocausto e le purge sovietiche e il catastrofico Grande balzo in avanti di Mao.²¹⁵ Non credo inoltre che sia possibile rispondere alla domanda semplicemente pensando. Pensare porta inesorabilmente all'abisso. Non funzionò per Tolstoj. Forse non funzionò nemmeno per Nietzsche che indubbiamente, su questi argomenti, ebbe le idee più chiare di chiunque altro nella storia. Ma se nelle situazioni più disparate non possiamo affidarci al pensiero, che cosa ci rimane? Il pensiero, dopo tutto, è la più alta conquista umana, no?

Forse no.

Qualcosa soppianta il pensiero, nonostante il suo fantastico potere. Quando l'esistenza si rivela intollerabile, il pensiero collassa. In situazioni simili, nel profondo degli abissi, ciò che funziona è notare, non pensare. Forse puoi iniziare notando ciò: quando ami qualcuno, non accade

nonostante i suoi limiti, ma proprio in virtù di questi. Certo, è complicato. Non devi innamorarti di ogni difetto e semplicemente accettarlo. Non devi smettere di tentare di migliorare la tua vita né accettare semplicemente la sofferenza. Ma sembra che quando cerchiamo di migliorare le cose incontriamo limiti oltre i quali non dovremmo andare, se non a costo di sacrificare la nostra stessa umanità. Certo, una cosa è dire “l’Essere necessita di limiti” e accettare felicemente la situazione quando il sole splende e tuo padre non soffre di Alzheimer, i tuoi figli sono sani e il tuo matrimonio è felice. Ma quando le cose vanno male?

Sfacelo e sofferenza

Mikhaila rimase sveglia molte notti, in preda al dolore. Quando il nonno venne a farci visita, le diede un po’ dei suoi farmaci che contenevano codeina. Allora lei riuscì a dormire. Ma non a lungo. La nostra reumatologa, che fu determinante nell’alleviare i sintomi di Mikhaila, raggiunse l’apice del proprio coraggio quando si occupò della sofferenza di nostra figlia. Una volta aveva prescritto oppiacei a una ragazzina che poi ne diventò dipendente. Giurò di non farlo mai più. Domandò: “Hai mai provato l’ibuprofene?”. Mikhaila imparò sulla propria pelle che i dottori non sanno ogni cosa. L’ibuprofene per lei fu come una briciola di pane per un uomo affamato.

Parlammo con un nuovo dottore che ascoltò con attenzione. Poi aiutò Mikhaila. Prima le prescrisse lo stesso farmaco con codeina che prendeva il nonno. Fu coraggioso. I medici subiscono molta pressione perché evitino di prescrivere oppiacei, in particolare ai ragazzi giovani. Ma gli oppiacei funzionano. Ben presto, però, quel farmaco non bastò più. Mikhaila cominciò allora ad assumere ossicodone, un oppiaceo noto come l’eroina dei campagnoli. Il farmaco limitò la sofferenza ma portò altri problemi. Una settimana dopo che Mikhaila cominciò ad assumere il farmaco, Tammy la portò fuori a pranzo. Sembrava fosse ubriaca: pronunciava frasi confuse e muoveva la testa avanti e indietro. Non era una bella situazione.

Mia cognata è un’infermiera che si occupa di cure palliative. Pensò che avremmo potuto aggiungere il Ritalin, un’anfetamina utilizzata spesso per i bambini iperattivi, all’ossicodone. Il Ritalin ripristinò la lucidità di Mikhaila e servì anche da parziale antidolorifico. Ma il dolore diventò sempre più straziante. Cominciò a cadere a terra. Poi l’anca si bloccò di nuovo, questa volta nella metropolitana, un giorno in cui la scala mobile non funzionava.

Il fidanzato la portò su per le scale in braccio. Poi prese un taxi per tornare a casa. La metropolitana non era più un mezzo di trasporto affidabile. A marzo comprammo per Mikhaila uno scooter 50. Era pericoloso permettere che lo guidasse. Era pericoloso anche privarla della sua libertà. Scegliemmo di correre il primo tra i due pericoli. Passò il primo esame che le permetteva di guidare lo scooter di giorno. Poi aveva ancora qualche mese per migliorare prima dell'esame per la patente definitiva.

In maggio subì l'intervento di protesi all'anca. Il chirurgo riuscì persino a sistemare una differenza di mezzo centimetro nella lunghezza delle gambe. Inoltre, l'osso era ancora vitale. La zia e i nonni vennero a trovarla. Trascorremmo alcune belle giornate. Subito dopo l'intervento, però, Mikhaila fu assegnata a un centro di riabilitazione per adulti. Era la persona più giovane del centro: aveva circa sessant'anni meno degli altri. La sua anziana compagna di stanza, molto nevrotica, non permetteva che si spegnessero le luci, neppure di notte. La donna non riusciva a raggiungere il bagno e doveva usare una padella. Non sopportava che la porta della stanza rimanesse chiusa. Ma la camera si trovava proprio accanto alla sala infermieri, che era molto rumorosa per via del continuo suono degli avvisi di allarme e per le conversazioni ad alta voce. Non era possibile dormire, quando invece dormire era necessario. Non era consentito l'ingresso ai visitatori dopo le 19. Il fisioterapista, vero motivo per cui mia figlia era in quel centro, era in vacanza. L'unica persona che l'aiutò fu l'addetto alle pulizie che si occupò di spostarla in una camera a più letti quando lei disse all'infermiera di turno che non riusciva a dormire. Era la stessa infermiera che aveva riso quando aveva saputo a quale stanza era stata assegnata Mikhaila.

Era previsto che rimanesse in quel centro per sei settimane. Ci rimase tre giorni. Quando il fisioterapista rientrò dalla vacanza, Mikhaila salì per le scale del centro di riabilitazione e padroneggiò immediatamente gli esercizi richiesti. Nel frattempo, noi attrezzammo casa con i sostegni necessari. Poi la portammo a casa. Il dolore e l'intervento? Li affrontò bene. Il terribile centro di riabilitazione? Quello lasciò in lei sintomi da stress post traumatico.

Mikhaila s'iscrisse a un vero corso per guidare i veicoli a due ruote, in giugno, così poté continuare a usare legalmente lo scooter. Eravamo tutti spaventati da questa necessità. E se fosse caduta? E se avesse avuto un incidente? Il primo giorno Mikhaila fece pratica su una vera moto. Era

pesante. Cadde diverse volte. Vide un altro ragazzo che frequentava il corso rotolare e rotolare diverse volte nel parcheggio. Il mattino del secondo giorno di corso aveva paura di tornare. Non voleva alzarsi dal letto. Parlammo per un bel po' e insieme decidemmo che avrebbe dovuto almeno andare insieme a Tammy dove si teneva il corso. Se non ce l'avesse fatta, sarebbe potuta rimanere in auto fino alla fine della lezione. Lungo la strada riprese coraggio. Quando prese la patente, tutte le altre persone iscritte al corso si alzarono in piedi e applaudirono.

Poi la caviglia destra si disintegrò. I dottori volevano fondere le ossa colpite in un unico pezzo. Ma ciò avrebbe causato il deterioramento delle ossa più piccole del piede, che ora avrebbero dovuto sostenere una maggiore pressione. Forse non è intollerabile, se hai ottant'anni (anche se in ogni caso non è certo una passeggiata). Ma non è una buona soluzione quando sei un adolescente. Insistemmo per una protesi artificiale, anche se si trattava di una tecnologia nuova. C'era una lista d'attesa di tre anni. Non era pensabile. La caviglia danneggiata le diede molta più sofferenza di quanto avesse fatto l'anca. Una brutta notte Mikhaila divenne strana e apparentemente illogica. Non riuscivo a calmarla. Sapevo che era al limite della sopportazione. Dire che era una situazione stressante è un eufemismo.

Passammo settimane e poi mesi a studiare ogni sorta di protesi, cercando di valutarne l'adeguatezza. Cercammo ovunque un intervento in tempi più rapidi: India, Cina, Spagna, Gran Bretagna, Costa Rica, Florida. Contattammo il Ministero provinciale per la Salute dell'Ontario. Furono di grande aiuto: individuarono uno specialista a Vancouver. La caviglia di Mikhaila fu sostituita con una protesi nel mese di novembre. Dopo l'intervento sperimentò un'agonia totale. Il piede non era stato ben posizionato. L'ingessatura comprimeva la pelle contro l'osso. La clinica non era disposta a darle abbastanza ossicodone per consentirle di non sentire il dolore. Aveva sviluppato una certa tolleranza alla sostanza, perché l'aveva già usata in precedenza.

Quando tornò a casa e il dolore era in parte diminuito, Mikhaila cominciò a ridurre gli oppiacei. Odiava l'ossicodone, nonostante l'evidente utilità della sostanza. Diceva che rendeva grigia la sua vita. Forse era una buona cosa, considerate le circostanze. Smise di usarlo appena le fu possibile. Soffrì d'astinenza per mesi, però, con sudore e formicolii notturni. Non riusciva più a provare piacere per nulla. Era un altro effetto dell'astinenza da oppiacei.

Per gran parte di questo periodo, eravamo sopraffatti. Le richieste della vita di ogni giorno non s'interrompono solo perché sei a terra a causa di una catastrofe. Tutto ciò che fai di solito deve comunque essere fatto. Come riusciri? Ecco che cosa abbiamo imparato.

Ritagliati un po' di tempo per parlare e per pensare alla malattia o a un'altra crisi e a come gestirla ogni giorno. Non parlarne e non pensarci in altri momenti. Se non riesci a limitarne gli effetti, ti esaurirai, e tutto si avvolgerà in una spirale che ti trascinerà sul fondo. Questo non è utile. Conserva le forze. Sei in guerra, non in una battaglia, e una guerra è formata da molte battaglie. Devi rimanere in forze ed efficiente per tutte le battaglie. Quando le preoccupazioni associate alla crisi emergono in altri momenti, ricorda a te stesso che ci penserai a fondo al momento stabilito. Solitamente funziona. La parte del cervello che genera ansia è più interessata al fatto che ci sia un piano piuttosto che ai dettagli del piano. Non organizzare il tuo tempo pensando di riflettere sul problema la sera o prima di andare a dormire, perché in questa maniera non riuscirai a dormire. Se non riesci a dormire, allora ogni cosa va rapidamente a rotoli.

Cambia la misura del tempo con cui organizzi la tua vita. Quando il sole splende e il tempo è buono, e i raccolti sono abbondanti, puoi pianificare per il mese successivo e per l'anno seguente e per i successivi cinque anni. Puoi anche sognare con un decennio di anticipo. Ma non puoi farlo quando la tua gamba è serrata nella mandibola di un coccodrillo. "A ciascun giorno basta la sua pena" si dice in Matteo 6:34. Spesso questa frase è interpretata come "vivi nel presente, senza preoccuparti del domani". Ma non è questo che significa. Questa affermazione va interpretata nel contesto del Discorso della Montagna, di cui costituisce parte integrante. Quel sermone riassume i Dieci comandamenti di Mosè. Cristo dice ai suoi seguaci di avere fede nel regno celeste di Dio e nella verità. È una decisione consapevole di supporre la fondamentale bontà dell'Essere. È un atto di coraggio. Punta in alto, come Geppetto. Esprimi un desiderio e poi agisci adeguatamente, in accordo con quell'obiettivo. Quando sei allineato con il Cielo, puoi concentrarti sul giorno presente. Fai attenzione. Metti in ordine le cose che puoi controllare. Sistema ciò che è in disordine e rendi migliore ciò che è già buono. Puoi farcela. Le persone sono molto forti: possono sopravvivere a grandi dolori e perdite. Ma per farcela devono vedere il buono dell'Essere. Se non lo fanno, sono davvero perse.

Ancora cani, ma alla fine gatti

I cani sono come le persone. Sono gli amici e gli alleati degli esseri umani. Sono socievoli, amanti della gerarchia e addomesticati. Sono felici al fondo della piramide. Ricompensano per le attenzioni che ricevono con lealtà, ammirazione e amore. I cani sono fantastici.

I gatti, invece, sono creature particolari. Non sono socievoli, né organizzati gerarchicamente, se non incidentalmente. Sono solo semiaddomesticati. Non imparano a fare giochi. Sono amichevoli a modo loro. I cani sono stati addomesticati, ma i gatti hanno preso una decisione. Sembrano disposti a interagire con le persone, per alcune strane loro motivazioni. Per me, i gatti sono una manifestazione della natura, dell'Essere, in una forma quasi pura. Inoltre, sono una forma dell'Essere che osserva gli esseri umani e li approva.

Quando incontro un gatto per strada, possono accadere molte cose. Se vedo un gatto in lontananza, per esempio, la parte malvagia di me vuole spaventarlo con un forte sibilo, che produco appoggiando i denti sul labbro inferiore e poi soffiando. Questo farà sollevare il pelo a un gatto nervoso, che poi si metterà di traverso in modo da apparire più grande. Forse non dovrei ridere dei gatti, ma è difficile resistere. Il fatto che sia possibile spaventarli è uno degli aspetti di loro che preferisco, insieme al fatto che diventano immediatamente contrariati e imbarazzati dalla loro reazione eccessiva. Ma quando mi comporto bene, mi chino e chiamo il gatto per poterlo accarezzare. A volte scappa via. A volte m'ignora completamente, perché è un gatto. Ma a volte viene da me, spinge la testa contro la mia mano, in attesa, soddisfatto. A volte si rotola addirittura per terra e incurva il dorso contro il cemento polveroso, posizione in cui i gatti spesso mordono e graffiano anche una mano amica.

Dalla parte opposta della strada in cui abito c'è una gatta di nome Ginger. È una bellissima gatta siamese, molto calma e dotata di autocontrollo. Fra i cinque tratti della personalità, secondo il modello dei Big Five, ha un livello basso di *neuroticismo*, indice di ansia, paura e sofferenza emotiva. Ginger non è per nulla infastidita dai cani. Il nostro cane, Sikko, è un suo amico. A volte quando la chiamo, Ginger attraversa la strada, con la coda alzata e ben dritta. Poi si rotola sulla schiena di fronte a Sikko, che scodinzola felice, di conseguenza. Dopo, se ne ha voglia, viene da me per mezzo minuto. È una pausa piacevole. È un po' di luce in più in una buona giornata e un attimo di tregua in una brutta giornata.

Se presti attenzione, anche in una brutta giornata, puoi essere abbastanza fortunato da incontrare piccole opportunità simili. Forse vedrai una ragazzina che danza per strada perché indossa un costume da ballo. Forse berrai un caffè particolarmente buono in un bar che ha a cuore i propri clienti. Forse puoi ritagliarti dieci o venti minuti per fare qualche piccola cosa ridicola che ti distrae o ti ricorda che puoi ridere dell'assurdità dell'esistenza. Personalmente, mi piace guardare gli episodi dei "Simpson" a una velocità di una volta e mezzo superiore alla norma: tutto il divertimento, due terzi del tempo.

E forse, mentre stai facendo una passeggiata e la tua mente gira a velocità folle, noterai un gatto e, se gli presti attenzione, allora ti ricorderai, solo per quindici secondi, che la meraviglia dell'Essere compensa l'inestimabile sofferenza che l'accompagna.

Se incontri un gatto per strada, fermati ad accarezzarlo.

P.S. Poco dopo la stesura di questo capitolo, il chirurgo di Mikhaila le disse che la caviglia artificiale doveva essere rimossa e le ossa sarebbero state fuse insieme. L'amputazione avrebbe potuto essere il passo successivo. Dal momento dell'intervento Mikhaila aveva sofferto per otto anni e la sua mobilità ne aveva risentito notevolmente, anche se sia il dolore sia la capacità di muoversi erano molto migliorati rispetto a prima. Quattro giorni dopo conobbe un nuovo fisioterapista. Era una persona attenta, forte e capace. Si era specializzato a Londra, nel trattamento della caviglia. Mise le mani intorno alla caviglia di Mikhaila comprimendola per quaranta secondi, mentre Mikhaila muoveva il piede avanti e indietro. Un osso che si trovava nella posizione sbagliata scivolò nella corretta posizione. Il dolore scomparve. Mikhaila non piange mai di fronte ai medici, ma allora scoppiò in lacrime. Il ginocchio si raddrizzò. Adesso può percorrere a piedi lunghe distanze e camminare senza scarpe. Il muscolo del polpaccio della gamba danneggiata sta ricrescendo. Riesce a flettere l'articolazione artificiale molto più di prima. Quest'anno si è sposata e ha avuto una bambina, Elizabeth, che ha preso il nome della mamma di mia moglie.

Le cose vanno bene.

Per ora.

CONCLUSIONE

CHE COSA DOVREI FARE CON LA MIA NUOVA PENNA LUMINOSA?

Qualche anno fa attraversai la California settentrionale per incontrare un amico e socio in affari. Trascorremmo una serata insieme, riflettendo e parlando. A un certo punto, lui estrasse una penna dal taschino e cominciò a prendere qualche appunto. La penna aveva una luce led ed emetteva un fascio di luce dalla punta, così che scrivere al buio risultasse più facile. “Ecco un altro gadget” pensai. Più tardi, però, mentre mi trovavo in uno stato mentale più aperto alle metafore, rimasi colpito piuttosto profondamente dall’idea di una penna luminosa. Aveva qualcosa di simbolico, qualcosa di metafisico. Ci muoviamo tutti nel buio, dopo tutto, per gran parte del tempo. Potremmo beneficiare tutti di qualcosa scritto con la luce, capace di guidarci lungo la strada. Dissi al mio amico che volevo scrivere qualcosa mentre parlavamo e gli domandai se potesse regalarmi la penna. Quando me la passò, mi sentii esageratamente felice. Adesso avrei potuto scrivere parole illuminate nel buio! Ovviamente, era importante farlo in maniera appropriata. Quindi dissi a me stesso, in tutta serietà: “Che cosa dovrei fare con la mia nuova penna luminosa?”. Nel Nuovo Testamento ci sono due passi che trattano questo argomento, su cui ho riflettuto a lungo:

Chiedete e vi sarà dato; cercate e troverete; bussate e vi sarà aperto; perché chiunque chiede riceve, e chi cerca trova e a chi bussa sarà aperto.

(Matteo 7:7-7:8)

A un primo sguardo, non sembra nient’altro che un’attestazione della magia della preghiera, nel senso di invocare Dio per ottenere favori. Ma Dio, qualunque cosa o chiunque sia, non si limita ad accontentare i nostri desideri. Quando, nel deserto, fu tentato dal Diavolo in persona (come abbiamo visto nella [Regola 7](#)) Cristo stesso non volle chiedere aiuto al Padre; inoltre, ogni giorno, le preghiere di molte persone disperate rimangono inascoltate. Ma forse è perché le domande che contengono non sono formulate in maniera corretta. Forse non è ragionevole chiedere a Dio di violare le leggi della fisica ogni volta che andiamo fuori strada o commettiamo un grave errore. Forse, in simili circostanze, non puoi mettere il carro davanti ai buoi e semplicemente desiderare che il tuo problema si risolva in maniera magica. Forse potresti chiedere, invece, che cosa dovrresti fare adesso per aumentare la tua determinazione, rafforzare il tuo carattere e trovare la forza per andare avanti. Forse dovrresti chiedere di vedere la verità.

In molte occasioni, nel nostro matrimonio quasi trentennale, mia moglie e io siamo stati in disaccordo, a volte in maniera netta. La nostra unità sembrava andata in frantumi, a un livello insondabilmente profondo, e non eravamo in grado di risanare facilmente la frattura parlando. Ci ritrovavamo intrappolati, invece, in discussioni emotive, arrabbiate e cariche d’ansia. Concordammo che, quando si fossero presentate circostanze simili, ci saremmo separati, brevemente: lei in una stanza, io nell’altra. Spesso era piuttosto duro, perché è difficile calmarsi nel corso di una discussione, quando la rabbia porta a un desiderio di sconfiggere l’altro e di vincere. Ma sembrava una scelta migliore che rischiare di affrontare le conseguenze di una disputa che minacciava di sfuggire al nostro controllo.

Da soli, mentre cercavamo di calmarci, ci ponevamo la stessa domanda: “In quale modo ognuno di noi ha contribuito alla situazione di cui stiamo discutendo? Per quanto piccoli, per quanto diversi, entrambi abbiamo compiuto alcuni errori.” Poi ci ritrovavamo e condividevamo i risultati delle nostre domande: “Ecco dove sbagliavo.”

Il problema insito nel porti una simile domanda è che devi volere veramente conoscere la risposta, perché non ti piacerà. Quando discuti con qualcuno, vuoi avere ragione e vuoi che l’altra persona abbia torto. Quindi è l’altro che deve sacrificare qualcosa e cambiare, non tu. Se sei tu ad avere torto e a dover cambiare, allora devi prendere in esame te stesso e riconsiderare i tuoi ricordi del passato, la tua maniera di essere nel presente

e i tuoi piani per il futuro. Poi devi decidere di migliorare, capire come farlo e poi farlo veramente, alla fine. È estenuante. Richiede una pratica ripetuta, per rendere le nuove azioni abituali. È molto più facile limitarsi a non capire, non riconoscere e non impegnarsi. È molto più facile distogliere l'attenzione dalla verità e rimanere volontariamente ciechi.

Ma è proprio a quel punto che devi decidere se vuoi aver ragione o vuoi stare in pace.²¹⁶ Devi decidere se insistere sull'assoluta correttezza del tuo punto di vista o se ascoltare e negoziare. Non trovi la pace se hai ragione. Ottieni solo ragione, mentre l'altro è in torto, sconfitto e in errore. Comportati così diecimila volte e il tuo matrimonio sarà finito o vorrai che lo sia. Per scegliere l'alternativa e cercare la pace, devi decidere che vuoi la risposta più di quanto vuoi avere ragione. Ecco la via d'uscita dalla prigione dei tuoi ostinati preconcetti. È il prerequisito della negoziazione. Questo significa veramente rispettare il principio della [Regola 2](#) e trattare te stesso come qualcuno di cui prenderti cura.

Mia moglie e io imparammo che, se ti poni questa domanda e desideri davvero una risposta, a prescindere da quanto possa essere disonorevole, terribile e vergognosa, allora dalle profondità della tua mente emergerà il ricordo di qualcosa che hai fatto e che era stupido e sbagliato, in un certo momento, nel passato generalmente non troppo distante. Allora puoi tornare dal tuo compagno e rivelare di essere un idiota e scusarti sinceramente. Allora voi due idioti riuscirete a parlarvi ancora. Forse questa è la vera preghiera, la domanda: "Che cosa ho fatto di sbagliato e che cosa posso fare adesso per sistemare le cose almeno un po'?". Ma il tuo cuore deve rimanere aperto alla terribile verità. Devi essere ricettivo a ciò che non vuoi sentire. Quando decidi di saperne di più sui tuoi errori, per poterli correggere, apri un canale di comunicazione con la sorgente di ogni pensiero rivelatore. Forse è lo stesso che consultare la tua coscienza. Forse corrisponde, in un certo modo, a discutere con Dio.

Fu in un tale spirito, con qualche foglio di carta davanti a me, che mi posì la domanda: "Che cosa dovrei fare con la mia nuova penna luminosa?". Domandai, perché desideravo davvero la risposta. Attesi che mi venisse detto. Stavo intrattenendo un dialogo tra due differenti parti di me. Stavo realmente pensando o ascoltando, con le modalità descritte nella [Regola 9](#). Questa regola si può applicare tanto a te stesso quanto agli altri. Fui io ovviamente a porre la domanda e fui io ovviamente a rispondere. Ma quelle due parti di me non erano la stessa cosa. Non sapevo quale sarebbe

stata la risposta. Aspettavo che apparisse nel teatro della mia immaginazione. Aspettavo che le parole sgorgassero dal vuoto. Come può una persona pensare qualcosa che la sorprenda? Come può non sapere già che cosa pensa? Da dove nascono i nuovi pensieri? Chi o cosa li pensa?

Dal momento che, tra tutte le cose, mi era appena stata data una penna luminosa, che avrebbe potuto scrivere parole illuminate nel buio, desideravo usarla al meglio possibile. Quindi, posai la domanda appropriata e, quasi subito, mi si rivelò la risposta: "Scrivi le parole che vuoi incidere nella tua anima." Lo scrisse. Mi sembrò una cosa buona, un po' romantica, ma coerente con il gioco. Poi alzai la posta. Decisi di porre a me stesso le domande più difficili cui sarei riuscito a pensare e di aspettare le risposte. Se hai una penna luminosa, dopo tutto, dovresti usarla per rispondere a domande difficili. Ecco la prima: "Che cosa dovrei fare domani?". La risposta arrivò: "Quanto di meglio è possibile nel minor tempo." Era anche soddisfacente: coniugare un obiettivo ambizioso con la richiesta della massima efficienza. Un cambiamento notevole. La seconda domanda era sullo stesso genere: "Che cosa dovrei fare l'anno prossimo?". "Cercare di assicurarmi che il bene che farò sia superato solo dal bene che farò l'anno successivo." Anche questo mi sembrò valido: una bella estensione degli obiettivi della risposta precedente. Dissi al mio amico che stavo provando a fare un serio esperimento, scrivendo con la penna che mi aveva dato. Gli domandai se potessi leggere ad alta voce quanto avevo scritto fino a quel momento. Le domande e le risposte toccarono anche le sue corde. Era una buona cosa. Era uno stimolo a proseguire.

La domanda successiva pose termine alla prima serie: "Che cosa dovrei fare della mia vita?". "Mirare al Paradiso e concentrarmi sull'oggi." Ah! Sapevo che cosa significava. È ciò che Geppetto fa nel film "Pinocchio", quando esprime il suo desiderio più profondo guardando una stella cadente. L'anziano falegname solleva gli occhi a guardare il diamante scintillante che brilla sopra il mondo terreno delle quotidiane preoccupazioni umane e chiede che la marionetta da lui creata perda i fili tramite cui è manovrata dagli altri e si trasformi in un ragazzo reale. È anche il messaggio centrale del Discorso della Montagna, come abbiamo visto nella [Regola 4](#), che vale la pena ripetere qui:

E perché vi affannate per il vestito? Osservate come crescono i gigli del campo: non lavorano e non filano. Eppure io vi dico che neanche Salomone, con tutta la sua gloria, vestiva come uno di loro. Ora se Dio veste così l'erba del campo, che oggi c'è e domani verrà gettata nel forno, non farà assai più

per voi, gente di poca fede? Non affannatevi dunque dicendo: Che cosa mangeremo? Che cosa berremo? Che cosa indosseremo? Di tutte queste cose si preoccupano i pagani; il Padre vostro celeste infatti sa che ne avete bisogno. Cercate prima il regno di Dio e la sua giustizia, e tutte queste cose vi saranno date in aggiunta.

(Matteo 6:28-6:33)

Che cosa significa tutto questo? Scegli una direzione appropriata. Solo allora concentrati sulla giornata. Metti davanti a tutto il bene, il bello e la verità e poi concentrati con cura e dedizione sulle preoccupazioni di ogni momento. Punta continuamente al Cielo mentre lavori diligentemente sulla Terra. Ti occupi pienamente del futuro, in quella maniera, mentre sei impegnato nel presente. Allora hai la più grande opportunità di rendere migliori entrambi.

Passai, quindi, dall'uso del tempo alle mie relazioni con le persone e scrissi e poi lessi queste domande e risposte al mio amico: "Che cosa dovrei fare con mia moglie?". "Trattarla come la Santa madre di Dio, perché possa dare alla luce l'eroe che redimerà il mondo." "Che cosa dovrei fare con mia figlia?". "Sostenerla, ascoltarla, proteggerla, formare la sua mente e farle sapere che va bene se desidera essere una madre." "Che cosa dovrei fare con i miei genitori?". "Agire in modo che il tuo operato giustifichi le sofferenze che sopportano." "Che cosa dovrei fare con mio figlio?". "Incoraggiarlo a essere un vero Figlio di Dio."

Rispettare tua moglie come madre di Dio significa notare e sostenere l'elemento sacro del suo ruolo materno, non solo come madre dei tuoi figli, ma come madre in quanto tale. Una società che dimentica questo non può sopravvivere. La madre di Hitler generò quel figlio, così come fece la madre di Stalin. Ci fu qualcosa di sbagliato in quei rapporti cruciali? Sembrerebbe di sì, considerata l'importanza del ruolo materno nello stabilire la fiducia,²¹⁷ per fare un singolo esempio fondamentale. Forse l'importanza dei loro doveri materni e della loro relazione con i figli non è stata appropriatamente sottolineata; forse quanto facevano le donne nel loro ruolo materno non è stato debitamente preso in considerazione dal marito, dal padre e dalla società. Che cosa potrebbe fare invece una donna se fosse trattata adeguatamente, con rispetto e attenzione? Dopo tutto, il destino del mondo è nelle mani di ogni bambino che nasce: piccolo, fragile e in pericolo, ma nel tempo capace di parlare e di agire per conservare l'eterno e delicato equilibrio tra caos e ordine.

Sostenere mia figlia? Significa incoraggiarla, in ogni cosa voglia audacemente fare, ma non dimenticare, in questo, di includere un sincero apprezzamento per la sua femminilità: riconosci l'importanza di avere una famiglia e dei figli e supera la tentazione di sminuire o svalutare questo obiettivo confrontandolo con il soddisfacimento dell'ambizione personale e con il perseguimento di una carriera lavorativa. Non per niente la Madonna col bambino è un'immagine divina, come abbiamo detto. Le società che smettono di rispettare quell'immagine, che smettono di vedere l'importanza fondamentale e trascendente di quel rapporto, smettono anche di esistere.

Agire in modo da giustificare la sofferenza dei tuoi genitori significa ricordare tutti i sacrifici che i tuoi genitori e coloro che sono vissuti prima di te hanno fatto per te in tutto il loro terribile passato, essere grato per tutti i progressi compiuti da allora e agire in accordo con questi ricordi e con questa gratitudine. Le persone si sono sacrificate enormemente per darci ciò che abbiamo oggi. In molti casi sono letteralmente morte per questo scopo e noi dovremmo agire portando rispetto per tutto questo.

Incoraggiare mio figlio a essere un vero Figlio di Dio? Significa volere che egli faccia, prima di tutto, ciò che è giusto e sostenerlo mentre lo fa. Questo è, credo, parte del messaggio sacrificale: stimare e sostenere l'impegno di tuo figlio nei confronti del bene trascendente sopra tutte le cose, inclusi i suoi progressi per così dire, materiali, la sua sicurezza, e forse anche la sua vita.

Continuai a porre domande. Le risposte arrivarono in pochi secondi. “Come mi dovrei comportare con lo straniero?”. “Invitarlo in casa mia e trattarlo come un fratello, perché possa diventarlo.” Ciò significa dare fiducia a qualcuno in modo che la sua parte migliore possa farsi avanti e agire con reciprocità. Manifestare la sacra ospitalità che rende possibile la vita tra due persone che ancora non si conoscono. “Che cosa dovrei fare con un'anima caduta?”. “Offrire un aiuto cauto e sincero, ma non unirmi a lei nel fango.” È un buon riassunto di quanto detto sulla [Regola 3](#). È un'indicazione a non dare perle ai porci e a non nascondere i propri vizi dietro la maschera della virtù. “Come dovrei rapportarmi al mondo?”. “Comportarmi in modo che l'Essere abbia più valore del Non-Essere. Agire come se non fossi amareggiato e corrotto dalla tragedia dell'esistenza.” Questa è l'essenza della [Regola 1](#): affronta volontariamente l'incertezza del mondo e con fede e coraggio.

“Come dovrei educare la mia gente?”. “Condividendo con loro quelle cose che ritengo veramente importanti.” Questa è la [Regola 8](#). Ciò significa orientarsi verso la saggezza, distillare quella saggezza in parole e pronunciarle come se fossero importanti, con vera attenzione e cura. Tutto questo è rilevante anche per la domanda successiva: “Cosa dovrei fare con una nazione lacerata?”. “Ricucirla con accurate parole di verità.” L’importanza di questa raccomandazione è, quanto meno, diventata più chiara negli ultimi anni: ci stiamo dividendo e polarizzando e stiamo andando alla deriva verso il caos. È necessario in simili condizioni, se desideriamo evitare la catastrofe, che ognuno di noi dica la verità, come la vede: non argomentazioni a sostegno delle nostre ideologie, non le macchinazioni che incoraggiano le nostre ambizioni, ma i puri e semplici fatti della nostra esistenza, rivelati perché gli altri li vedano e li osservino, in modo che sia possibile trovare un terreno comune e procedere insieme.

“Che cosa dovrei fare per Dio, mio padre?”. “Sacrificare ogni cosa ritengo cara per una perfezione ancora maggiore. Lasciare che i rami secchi brucino, per facilitare la crescita di nuovi virgulti.” È la terribile lezione di Caino e Abele, di cui si parla in dettaglio nella [Regola 7](#). “Che cosa dovrei fare con un uomo che mente?”. “Lasciarlo parlare, in modo che possa rivelare se stesso.” La [Regola 9](#) è ancora una volta rilevante qui, come lo è un’altra sezione del Nuovo Testamento:

Dai loro frutti li riconoscerete. Si raccoglie forse uva dalle spine, o fichi dai rovi? Così ogni albero buono produce frutti buoni e ogni albero cattivo produce frutti cattivi; un albero buono non può produrre frutti cattivi, né un albero cattivo produrre frutti buoni. Ogni albero che non produce frutti buoni viene tagliato e gettato nel fuoco. Dai loro frutti dunque li potrete riconoscere.

(Matteo 7:16-7:20)

Il marciume deve essere portato alla luce prima di poter essere rimpiazzato con qualcosa di vigoroso, come indicato nella [Regola 7](#). E tutto questo è pertinente alla comprensione della domanda e della risposta che seguono: “Come dovrei comportarmi con il concetto di illuminato?”. “Sostituisciolo con l’autentico ricercatore dell’illuminazione.” Non esiste un illuminato. C’è solo chi cerca una maggiore illuminazione. La giusta condizione dell’essere è un processo, non uno stato; un viaggio, non una meta. È la continua trasformazione del noto, attraverso l’incontro con l’ignoto, piuttosto che il disperato aggrapparsi alla certezza che in ogni caso è eternamente insufficiente. Ciò significa che è necessario riconoscere e

accettare la tua mancanza perché possa continuamente essere corretta. È doloroso, sicuramente, ma è un buon affare.

Le domande e le risposte che seguono formano un altro gruppo omogeneo, centrato sulla mancanza di gratitudine: “Che cosa dovrei fare quando disprezzo ciò che ho?”. “Ricordati di chi non ha nulla e sforzati di provare gratitudine.” Fa’ il punto di ciò che vedi davanti a te. Pensa alla [Regola 12](#), che è un po’ ironica. Pensa anche che forse sei bloccato nei tuoi progressi non perché ti mancano le opportunità, ma perché sei troppo arrogante per usare appieno ciò che già si trova davanti a te. Entra in gioco, quindi, la [Regola 6](#).

Di recente, ho affrontato questi argomenti con un giovane uomo. Aveva lasciato solo qualche volta la propria famiglia e non era mai uscito dal suo Paese, ma viaggiò fino a Toronto per assistere a una delle mie letture e per incontrarmi a casa mia. Fino a quel momento, per il breve arco della sua vita, aveva vissuto in un isolamento troppo rigido e soffriva pesantemente d’ansia. Quando c’incontrammo per la prima volta, riuscì a parlare a stento. Nell’ultimo anno, tuttavia, aveva deciso di fare qualcosa al riguardo. Cominciò con l’intraprendere l’umile lavoro del lavapiatti. Decise di farlo bene, quando avrebbe potuto svolgerlo senza alcuna cura. Abbastanza intelligente da essere amareggiato da un mondo che non riconosceva i suoi doni, decise invece di accettare con sincera umiltà, che è precorritrice della saggezza, ogni opportunità che riuscisse a trovare. Adesso vive da solo. Meglio che vivere a casa con i genitori. Adesso ha un po’ di denaro. Non molto, ma meglio di niente. Guadagnato con il proprio lavoro. Adesso si confronta con il mondo sociale e trae beneficio dal conflitto che ne scaturisce:

La conoscenza spesso nasce
dal conoscere gli altri,
ma l'uomo che si è risvegliato
ha visto il blocco non intaccato.
Gli altri possono essere dominati con la forza,
ma per controllare se stessi
è necessario il Tao.
Chi ha molti beni materiali
può essere descritto come ricco,
ma chi sa di avere abbastanza
ed è tutt'uno con il Tao
può avere abbastanza cose materiali
e anche padronanza di sé.²¹⁸

Mentre continua il proprio percorso, ancora ansioso, ma determinato e in trasformazione, il mio visitatore diventerà molto più competente e abile, e non ci vorrà molto. Ma questo accadrà solo perché ha accettato il proprio umile stato ed è stato sufficientemente grato da intraprendere il primo umile passo per allontanarsene. È molto preferibile all’aspettare, infinitamente, il fatidico arrivo di Godot. È molto preferibile a un’esistenza arrogante, statica e immutabile, mentre i demoni della rabbia, del risentimento e di una vita non vissuta si radunano.

“Che cosa dovrei fare quando l’avidità mi consuma?” “Ricorda che è davvero meglio dare che ricevere.” Il mondo è una piazza di condivisione e scambi ([Regola 7](#), ancora), non un baule del tesoro da saccheggiare. Dare significa fare ciò che puoi per rendere le cose migliori. Il bene che è nelle persone risponderà a questo e lo sosterrà, lo imiterà, lo moltiplicherà, lo restituirà e lo favorirà, perché tutto migliori e proceda.

“Che cosa dovrei fare quando danneggio i miei fiumi?” “Cerca acqua viva e lascia che ripulisca la Terra.” Ho trovato questa domanda e la risposta che segue particolarmente inaspettate. Sembrano associate soprattutto alla [Regola 6](#). Forse i nostri problemi ambientali non sono compresi al meglio, tecnicamente. Forse sono compresi meglio psicologicamente. Più persone mettono ordine in se stesse e si risolvono, maggiore responsabilità si assumeranno del mondo intorno a loro e più problemi risolveranno.²¹⁹ È meglio, come dice il proverbio, governare il proprio spirito che governare una città. È più facile sottomettere un nemico esterno che un nemico interno. Forse il problema ambientale è, in ultima analisi, spirituale. Se facciamo ordine in noi stessi, forse faremo lo stesso per il mondo. Ovviamente, che cos’altro potrebbe pensare uno psicologo?

La successiva serie di domande e risposte riguarda la crisi e l’esaurimento: “Che cosa dovrei fare quando il mio nemico vince?”. “Punta un po’ più in alto e sii grato per la lezione.” Ritornando a Matteo: “Avete inteso che fu detto: amerai il tuo prossimo e odierai il tuo nemico; ma io vi dico: amate i vostri nemici e pregate per i vostri persecutori, perché siate figli del Padre vostro celeste” (Matteo 5:43-5:45). Che cosa significa? Impara dal successo dei nemici; ascolta ([Regola 9](#)) le loro critiche, così potrai raccogliere dalla loro opposizione ogni frammento di saggezza ti sia possibile assimilare, per migliorarti; ambisci a creare un mondo in cui chi lavora in opposizione a te veda la luce, si svegli e abbia successo, in modo che il meglio cui miri possa comprendere anche loro.

“Che cosa dovrei fare quando sono stanco e impaziente?” “Accetta con gratitudine una mano protesa ad aiutarti.” Questo ha un duplice significato. È un invito, prima di tutto, a notare la realtà dei limiti dell’essere individuale e, secondo, ad accettare e a essere grati per il sostegno altrui: famiglia, amici, conoscenti ed estranei. L’esaurimento e l’impazienza sono inevitabili. C’è così tanto da fare e così poco tempo per farlo. Ma non dobbiamo lottare da soli e non può che venire del bene dal suddividere le responsabilità, dal collaborare insieme e dal ripartire i crediti per il produttivo e importante lavoro svolto.

“Che cosa dovrei fare per il fatto che invecchio?” “Sostituire il potenziale della mia giovinezza con le conquiste della maturità.” Questo ci rimanda alla discussione sull’amicizia affrontata nella [Regola 3](#) e alla storia del processo e della morte di Socrate, che può essere riassunta come segue: una vita pienamente vissuta ne giustifica gli stessi limiti. Il giovane uomo privo di fortune ha la possibilità di contrapporsi alle conquiste degli anziani. Non è chiaro se si tratti necessariamente di un cattivo affare per entrambi. “Un uomo anziano non è nient’altro che una cosa misera” scrisse William Butler Yeats, “un cappotto a brandelli su un appendiabiti, a meno che la sua anima batta le mani e canti, e più forte canti, per ogni strappo nel suo vestito mortale”.²²⁰

“Come dovrei comportarmi nei confronti della morte di mio figlio?” “Stringermi alle altre persone che amo e guarire il dolore.” È necessario essere forti di fronte alla morte, perché la morte è intrinseca alla vita. È per questa ragione che dico ai miei studenti: puntate a essere la persona su cui, al funerale di vostro padre, chiunque, nel lutto e nel dolore, possa fare affidamento. C’è un’ambizione meritevole e nobile: la forza nelle avversità. È ben diverso dal desiderare una vita priva di problemi.

“Che cosa dovrei fare nei prossimi momenti tragici?” “Focalizzare l’attenzione sulla mossa successiva.” L’alluvione sta arrivando. L’alluvione sta sempre arrivando. L’apocalisse è sempre sopra di noi. Ecco perché la storia di Noè è archetipica. La situazione va in pezzi, l’abbiamo sottolineato nell’argomentare la [Regola 10](#), e non riusciamo a tenerla in piedi. Quando tutto è diventato caotico e incerto, tutto ciò che rimane a guidarti potrebbe essere il carattere che hai costruito, in precedenza, puntando in alto e concentrando sul momento presente. Se hai fallito in quello, fallirai nei momenti di crisi, e allora Dio ti aiuterà.

L'ultima serie conteneva quelle che ritenevo fossero le domande più difficili che possi quella notte. La morte di un bambino è, forse, la peggiore delle catastrofi. Molte relazioni vengono compromesse da una tragedia simile. Ma la dissoluzione di fronte a un simile orrore non è inevitabile, anche se è comprensibile. Ho visto persone rafforzare immensamente i legami familiari che rimanevano quando qualcuno vicino a loro è morto. Ho visto quelle persone rivolgersi verso chi rimaneva e raddoppiare gli sforzi per connettersi con loro e sostenerli. Con questa scelta, tutto riguadagnava almeno parte di ciò che era stato tanto terribilmente strappato via dalla morte. Dobbiamo quindi stringerci nel nostro dolore. Dobbiamo unirci di fronte alla tragedia dell'esistenza. Le nostre famiglie possono essere il soggiorno con il caminetto, raccolto e accogliente e caldo, mentre all'esterno infuriano le tempeste invernali.

La maggiore conoscenza della fragilità e della mortalità che la morte porta con sé può terrorizzare, amareggiare e creare divisioni. Può anche risvegliare. Può ricordare a chi è in lutto di non dare per scontate le persone che lo amano. Una volta feci alcuni calcoli agghiaccianti riguardo ai miei genitori, che hanno circa ottant'anni. Erano un esempio dell'odiosa aritmetica che abbiamo incontrato nella [Regola 5](#): calcolai alcune equazioni per rimanere adeguatamente consapevole. Vedo mamma e papà circa due volte l'anno. Di solito, trascorriamo diverse settimane insieme. Nel frattempo, tra una visita e l'altra, parliamo al telefono. Ma l'aspettativa di vita delle persone che hanno più di ottant'anni è inferiore ai dieci anni. Ciò significa che è probabile che veda ancora i miei genitori, se sono fortunato, poco più di venti volte. È terribile saperlo. Ma questa consapevolezza m'impedisce di dare queste opportunità per scontate.

L'ultima serie di domande riguarda lo sviluppo del carattere. "Che cosa dovrei dire a un fratello privo di fede?" "Il re dei dannati è un giudice inadeguato per l'Essere." È mia ferma consapevolezza che il modo migliore per sistemare il mondo, il sogno di un tuttofare, se mai ce n'è stato uno, è di sistemare noi stessi, come abbiamo visto nella [Regola 6](#). Qualunque altra scelta è presuntuosa. Ogni altra soluzione presenta rischi, che nascono dalla nostra ignoranza e imperizia. Ma va bene. Hai molto da fare, lì dove sei adesso. Dopotutto, i tuoi specifici errori personali influenzano negativamente il mondo. I tuoi volontari e consapevoli peccati (sì, è la parola giusta) rendono le cose peggiori di quanto sarebbero. La tua inazione, la tua inerzia e il tuo cinismo tolgoni dal mondo quella parte di te

che potrebbe imparare a placare la sofferenza e a portare pace. Non va bene. Ci sono infinite ragioni per perdere la speranza nel mondo e per diventare arrabbiato e risentito, in cerca di vendetta.

Non riuscire a fare i sacrifici appropriati, non riuscire a rivelare te stesso, non riuscire a vivere e a dire la verità: tutto questo ti indebolisce. In quello stato di indebolimento, non riuscirai a prosperare nel mondo e non sarai di beneficio a te stesso né agli altri. Fallirai e soffrirai, stupidamente. Questo corromperà la tua anima. Come potrebbe essere altrimenti? La vita è già abbastanza difficile quando va bene. Ma quando va male? Attraverso la mia dolorosa esperienza, ho imparato che niente va così male da non poter andare peggio. Ecco perché l'inferno è un pozzo senza fondo. Ecco perché l'inferno è associato con il peccato di cui dicevamo. Nei casi più terribili, l'orribile sofferenza delle anime sfortunate diventa ascrivibile, secondo la loro stessa opinione, agli errori che hanno consapevolmente compiuto nel passato: atti di tradimento, inganni, crudeltà, incuria, viltà e, più comune di tutti, cecità volontaria. Soffrire terribilmente e sapere che tu ne sei la causa: ecco l'inferno. E una volta che ci si trova all'inferno è molto facile maledire l'Essere. Non c'è da meravigliarsi. Ma non è giustificabile. Ed ecco perché il re dei dannati è inadatto a giudicare l'Essere.

Come puoi trasformarti in qualcuno su cui puoi contare, nei tempi migliori e in quelli peggiori, in pace e in guerra? Come puoi costruire per te stesso il tipo di carattere che non si allea, nella sofferenza e nella miseria, con chi dimora all'inferno? Le domande e le risposte continuano, tutte pertinenti, in un modo o nell'altro, alle regole che ho indicato in questo libro.

“Che cosa dovrei fare per rafforzare il mio spirito?” “Non dire bugie e non fare ciò che disprezzi.”

“Che cosa dovrei fare per nobilitare il mio corpo?” “Usarlo solo al servizio dell'anima.”

“Che cosa dovrei fare con le domande più difficili?” “Pensarle come la porta per intraprendere il cammino della tua vita.”

“Che cosa dovrei fare riguardo alla condizione dei poveri?” “Lottare per mostrare il giusto esempio che sollevi i loro cuori a pezzi.”

“Che cosa dovrei fare di fronte al richiamo della grande folla?” “Alzarmi e pronunciare le mie incerte verità.”

Ed ecco quanto. Possiedo ancora la mia penna luminosa. Non l'ho più usata da allora. Magari lo farò ancora quando sarò dell'umore giusto e

qualcosa affiorerà dal profondo di me. Ma anche se non lo farò, mi ha aiutato a trovare le parole per concludere in maniera appropriata questo libro.

Spero che le mie parole ti siano state utili. Spero che ti abbiano rivelato cose che sapevi di non sapere. Spero che l'antica saggezza di cui ho parlato ti dia forza. Spero di aver acceso una scintilla in te. Spero che tu ti sistemi, metta ordine nella tua famiglia e porti pace e prosperità alla tua comunità. Spero, in accordo con la [Regola 11](#), che ti fortifichi e incoraggi chi è affidato alle tue cure, invece di proteggerlo fino al punto di indebolirlo.

Ti auguro tutto il meglio e spero che tu possa augurarla agli altri.

Che cosa scriverai con la tua penna luminosa?

RINGRAZIAMENTI

Mentre scrivevo questo libro, ho attraversato un periodo tumultuoso, per non dire altro. Avevo però accanto tante persone affidabili, competenti e fidate che mi sostenevano, e ringrazio Dio per questo. In particolare vorrei ringraziare mia moglie Tammy, grande e buona amica da quasi cinquant'anni. È stata un pilastro assoluto di onestà, stabilità, sostegno, aiuto pratico, organizzazione e pazienza, negli anni in cui ho scritto questo libro, in ogni circostanza della nostra vita, a prescindere da quanto fosse stressante o importante. Anche mia figlia Mikhaila e mio figlio Julian così come i miei genitori, Walter e Beverley, mi sono stati vicini, dedicandomi molta attenzione, discutendo con me di questioni complicate e aiutandomi a organizzare pensieri, parole e azioni. Lo stesso vale per mio cognato, Jim Keller, straordinario progettista di architetture informatiche, e per la mia sempre seria e avventurosa sorella Bonnie. L'amicizia di Wodek Szemberg e di Ester Bekier si è dimostrata inestimabile per me, in molti modi, per molti anni, così come il sostegno discreto e dietro le quinte del professor William Cunningham. Il dottor Norman Doidge ha fatto ben più del dovuto nello scrivere la prefazione di questo libro, che ha richiesto molto più impegno di quanto avessi inizialmente stimato; l'amicizia e il calore che lui e sua moglie Karen mi donano continuamente sono stati molto apprezzati da tutta la mia famiglia. È stato un piacere collaborare con Craig Pyette, il mio editor alla Random House, Canada. La scrupolosa attenzione di Craig per il dettaglio e la capacità di convogliare diplomaticamente gli scoppi di

passione (e talvolta d'irritazione) in eccesso nelle mie numerose bozze hanno prodotto un libro molto più misurato ed equilibrato.

Gregg Hurwitz, scrittore, sceneggiatore e amico, ha usato molte delle mie regole nel suo best seller *Orphan X*, ben prima che il mio libro fosse scritto, il che è stato un grande complimento e un indicatore del loro potenziale valore e dell'interesse che avrebbero potuto riscuotere. Anche Gregg si è prestato a lavorare come redattore e commentatore attento, accurato, ferocemente incisivo e ironicamente cinico, mentre ero impegnato nella stesura e nell'editing del testo. Mi ha aiutato a tagliare inutili verbosità (alcune, almeno) e a rimanere sulla traccia narrativa. Gregg mi ha anche raccomandato Ethan van Scriver, che ha realizzato le belle illustrazioni con cui si apre ogni capitolo, e vorrei ringraziarlo per questo, oltre che complimentarmi con Ethan stesso, i cui disegni aggiungono un tocco di leggerezza, eleganza e calore a quello che altrimenti sarebbe forse stato un libro un po' pesante e drammatico.

Infine, desidero ringraziare Sally Harding, la mia agente, e le persone capaci con cui lavora alla CookeMcDermid. Senza Sally, questo libro non sarebbe mai stato scritto.

NOTE

I siti indicati erano attivi al momento della consultazione da parte dell'autore.

1. Solženicyn, A.I. (2017). *Arcipelago Gulag*. Milano: Mondadori.
2. Se ti incuriosisce la vita delle aragoste e vuoi saperne di più, ecco un buon punto di partenza: Corson, T. (2005). *The secret life of lobsters: how fishermen and scientists are unraveling the mysteries of our favorite crustacean*. New York: Harper Perennial.
3. Schjelderup-Ebbe, T. (1935). *Social behavior of birds*. Clark University Press. Tratto da: <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1935-19907-007>; si veda anche Price, J. S., Sloman, L. (1987). "Depression as yielding behavior: An animal model based on Schjelderup-Ebbe's pecking order." *Ethology and Sociobiology*, 8, 85-98.
4. Sapolsky, R. M. (2004). "Social status and health in humans and other animals." *Annual Review of Anthropology*, 33, 393-418.
5. Rutishauser, R. L., Basu, A. C., Cromarty, S. I., Kravitz, E. A. (2004). "Long-term consequences of agonistic interactions between socially naive juvenile American lobsters (*Homarus americanus*)."*The Biological Bulletin*, 207, 183-7.
6. Kravitz, E.A. (2000). "Serotonin and aggression: insights gained from a lobster model system and speculations on the role of amine neurons in a complex behavior." *Journal of Comparative Physiology*, 186, 221-238.
7. Huber, R., Kravitz, E. A. (1995). "A quantitative analysis of agonistic behavior in juvenile American lobsters (*Homarus americanus L.*)". *Brain, Behavior and Evolution*, 46, 72-83.
8. Yeh S-R, Fricke RA, Edwards DH (1996) "The effect of social experience on serotonergic modulation of the escape circuit of crayfish." *Science*, 271, 366-369.
9. Huber, R., Smith, K., Delago, A., Isaksson, K., Kravitz, E. A. (1997). "Serotonin and aggressive motivation in crustaceans: altering the decision to retreat." *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 94, 5939-42.
10. Antonsen, B. L., Paul, D. H. (1997). "Serotonin and octopamine elicit stereotypical agonistic behaviors in the squat lobster *Munida quadrispina* (*Anomura, Galatheidae*)."*Journal of Comparative Physiology A: Sensory, Neural, and Behavioral Physiology*, 181, 501-510.
11. Credit Suisse (ottobre 2015). *Global Wealth Report 2015*, p. 11. Tratto da: <https://publications.creditsuisse.com/tasks/render/file/?fileID=F2425415-DCA7-80B8->

[EAD989AF9341D47E](#).

12. Fenner, T., Levene, M., Loizou, G. (2010). "Predicting the long tail of book sales: Unearthing the power-law exponent." *Physica A: Statistical Mechanics and Its Applications*, 389, 2416-2421.
13. De Solla Price, D. J. (1967). *Sociologia della creatività scientifica*. Milano: Bompiani.
14. Come teorizzato da Wolff, J.O., Peterson, J.A. (1998). "An offspring-defense hypothesis for territoriality in female mammals." *Ethology, Ecology & Evolution*, 10, 227-239; generalizzato in riferimento ai crostacei da Figler, M.H., Blank, G.S., Peek, H.V.S (2001). "Maternal territoriality as an offspring defense strategy in red swamp crayfish (*Procambarus clarkii*, Girard)." *Aggressive Behavior*, 27, 391-403.
15. De Waal, F. (1984). *La politica degli scimpanzé: potere e sesso tra le scimmie*. Roma-Bari: Laterza; de Waal, F. (2001). *Naturalmente buoni. Il bene e il male nell'uomo e in altri animali*. Milano: Garzanti.
16. Bracken-Grissom, H. D., Ahyong, S. T., Wilkinson, R. D., Feldmann, R. M., Schweitzer, C. E., Breinholt, J. W., Crandall, K. A. (2014). "The Emergence of Lobsters: Phylogenetic relationships, morphological evolution and divergence time comparisons of an ancient group." *Systematic Biology*, 63, 457-479.
17. Una breve presentazione: Ziomkiewicz-Wichary, A. (2016). "Serotonin and dominance." In T.K. Shackelford & V.A. Weekes-Shackelford (Eds.). *Encyclopedia of evolutionary psychological science*, DOI 10.1007/978-3-319-16999-6_1440-1. Tratto da: https://www.researchgate.net/publication/310586509_Serotonin_and_Dominance.
18. Janicke, T., Häderer, I. K., Lajeunesse, M. J., Anthes, N. (2016). "Darwinian sex roles confirmed across the animal kingdom." *Science Advances*, 2, e1500983. Tratto da: <http://advances.sciencemag.org/content/2/2/e1500983>.
19. Steenland, K., Hu, S., Walker, J. (2004). "All-cause and cause-specific mortality by socioeconomic status among employed persons in 27 US states, 1984-1997." *American Journal of Public Health*, 94, 1037-1042.
20. Crockett, M. J., Clark, L., Tabibnia, G., Lieberman, M. D., Robbins, T. W. (2008). "Serotonin modulates behavioral reactions to unfairness." *Science*, 320, 1739.
21. McEwen, B. (2000). "Allostasis and allostatic load implications for neuropsychopharmacology." *Neuropsychopharmacology*, 22, 108-124.
22. Salzer, H. M. (1966). "Relative hypoglycemia as a cause of neuropsychiatric illness." *Journal of the National Medical Association*, 58, 12-17.
23. Peterson J.B., Pihl, R.O., Gianoulakis, C., Conrod, P., Finn, P.R., Stewart, S.H., LeMarquand, D.G. Bruce, K.R. (1996). "Ethanol-induced change in cardiac and endogenous opiate function and risk for alcoholism." *Alcoholism: Clinical & Experimental Research*, 20, 1542-1552.
24. Pynoos, R. S., Steinberg, A. M., Piacentini, J. C. (1999). "A developmental psychopathology model of childhood traumatic stress and intersection with anxiety disorders." *Biological Psychiatry*, 46, 1542-1554.
25. Olweus, D. (2007). *Bullismo a scuola. Ragazzi oppressi, ragazzi che opprimono*. Firenze: Giunti Editore.
26. Ibid.
27. Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered assumptions: Towards a new psychology of trauma*. New York: The Free Press.
28. Weisfeld, G. E., Beresford, J. M. (1982). "Erectness of posture as an indicator of dominance or success in humans." *Motivation and Emotion*, 6, 113-131.
29. Kleinke, C. L., Peterson, T. R., Rutledge, T. R. (1998). "Effects of Self-Generated Facial Expressions on Mood." *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 272-279.
30. Tamblyn, R., Tewodros, E., Huang, A., Winslade, N., Doran, P. (2014). "The incidence and determinants of primary nonadherence with prescribed medication in primary care: a cohort

- study.” *Annals of Internal Medicine*, 160, 441-450.
31. Ho delineato questo argomento più in dettaglio in Peterson, J.B. (1999). *Maps of meaning: The architecture of belief*. New York: Routledge.
32. Van Strien, J.W., Franken, I.H.A., Huijding, J. (2014). “Testing the snake-detection hypothesis: larger early posterior negativity in humans to pictures of snakes than to pictures of other reptiles, spiders and slugs.” *Frontiers in Human Neuroscience*, 8, 691-697. Per una discussione più generale, si veda Ledoux, J. (1998). *The emotional brain: The mysterious underpinnings of emotional life*. New York: Simon & Schuster.
33. Per la trattazione di questo argomento, si veda Gibson, J.J. (2015). *L'approccio ecologico alla percezione visiva*. Milano: Fabbri. Si veda anche Floel, A., Ellger, T., Breitenstein, C., Knecht, S. (2003). “Language perception activates the hand motor cortex: implications for motor theories of speech perception.” *European Journal of Neuroscience*, 18, 704-708, per un’argomentazione della relazione tra parola e azione. Per un esame più generale della relazione tra azione e percezione, si veda Pulvermüller, F., Moseley, R.L., Egorova, N., Shebani, Z., Boulenger, V. (2014). “Motor cognition-motor semantics: Action perception theory of cognition and communication.” *Neuropsychologia*, 55, 71-84.
34. Flöel, A., Ellger, T., Breitenstein, C., Knecht, S. (2003). “Language perception activates the hand motor cortex: implications for motor theories of speech perception.” *European Journal of Neuroscience*, 18, 704-708; Fadiga, L., Craighero, L., Olivier, E. (2005). “Human motor cortex excitability during the perception of others’ action.” *Current Opinions in Neurobiology*, 15, 213-218; Palmer, C.E., Bunday, K.L., Davare, M., Kilner, J.M. (2016). “A causal role for primary motor cortex in perception of observed actions”. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 28, 2021-2029.
35. Barrett, J.L. (2004). *Why would anyone believe in God?* Lanham, MD: Altamira Press.
36. Per una buona trattazione dell’argomento, si veda Barrett, J.L., Johnson, A.H. (2003). “The role of control in attributing intentional agency to inanimate objects.” *Journal of Cognition and Culture*, 3, 208-217.
37. A questo proposito, raccomando molto caldamente il libro del collega e studente più brillante di C.G. Jung, Neumann, E. (2007). *La grande madre. Fenomenologia delle configurazioni femminili dell'inconscio*. Roma: Astrolabio Ubaldini.
38. https://www.dol.gov/wb/stats/occ_gender_share_em_1020_txt.htm.
39. Muller, M.N., Kalhenberg, S.M., Thompson, M.E. & Wrangham, R.W. (2007). “Male coercion and the costs of promiscuous mating for female chimpanzees.” *Proceedings of the Royal Society (B)*, 274, 1009-1014.
40. Per molte e interessanti statistiche ricavate dal sito per appuntamenti OkCupid, si veda Rudder, C. (2015). *Dataclysm: Love, sex, race & identity*. New York: Broadway Books. In siti di questo tipo una piccolissima parte di iscritti riceve la gran parte delle richieste di contatto (ecco un altro esempio della distribuzione paretiana).
41. Wilder, J.A., Mobasher, Z., Hammer, M.F. (2004). “Genetic evidence for unequal effective population sizes of human females and males.” *Molecular Biology and Evolution*, 21, 2047-2057.
42. Miller, G. (2002). *Uomini, donne e code di pavone. La selezione sessuale e l'evoluzione della natura umana*. Torino: Einaudi.
43. Pettis, J. B. (2010). “Androgyny BT.” In D. A. Leeming, K. Madden, S. Marlan (A cura di). *Encyclopedia of psychology and religion* (pp. 35-36). Boston, MA: Springer US.
44. Goldberg, E. (2003). *The executive brain: Frontal lobes and the civilized mind*. New York: Oxford University Press.
45. Per una trattazione completa, si veda Campbell, D.T., Fiske, D.W. (1959). “Convergent and discriminant validation by the multitrait-multimethod matrix.” *Psychological Bulletin*, 56, 81-105. Una simile idea è stata sviluppata in Wilson, E.O. (1998). *Consilience: The unity of*

- knowledge*. New York: Knopf. È anche il motivo per cui abbiamo cinque sensi: così possiamo “pentangolarci” nel mondo, con modalità di percezione qualitativamente distinte che operano contemporaneamente e si controllano tra loro.
46. Headland, T. N., Greene, H. W. (2011). “Hunter-gatherers and other primates as prey, predators, and competitors of snakes.” *Proceedings of the National Academy of Sciences USA*, 108, 1470-1474.
 47. Keeley, L. H. (1996). *War before civilization: The myth of the peaceful savage*. New York: Oxford University Press.
 48. “A poco a poco compresi che la linea che separa il bene dal male non passa attraverso gli Stati, né tra le classi, né tra i partiti politici – ma attraverso il cuore di ognuno – e attraverso tutti i cuori umani. Nel corso della vita questa linea si sposta. Al nostro interno, oscilla negli anni. E anche nei cuori sopraffatti dal male, si conserva una piccola testa di ponte del bene. E anche nel migliore di tutti i cuori, rimane... un piccolo angolo di male non estirpato. Da allora sono arrivato a comprendere la verità di tutte le religioni del mondo: lottano con il male che è all’interno di un essere umano (dentro ogni essere umano). È impossibile estirpare dal mondo il male nella sua interezza, ma si può comprimerlo all’interno di ogni persona.” Solženycyn, A.I. *Arcipelago Gulag*.
 49. La miglior indagine che conosca su questo argomento è stata condotta nel brillante documentario sulla vita del fumettista underground Robert Crumb, intitolato *Crumb*, diretto da Terry Zwigoff (1995), realizzato da Sony Pictures Classic. Questo documentario ti dirà più di quanto vorresti sapere sul risentimento, l’inganno, l’arroganza, l’odio per l’umanità, la vergogna sessuale, la madre divoratrice e il padre tirannico.
 50. Bill, V.T. (1986). *Chekhov: The silent voice of freedom*. Allied Books, Ltd.
 51. Costa, P.T., Teracciano, A., McCrae, R.R. (2001). “Gender differences in personality traits across cultures: robust and surprising findings.” *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 322-331.
 52. Isbell, L. (2011). *The fruit, the tree and the serpent: why we see so well*. Cambridge, MA: Harvard University Press; si veda anche Hayakawa, S., Kawai, N., Masataka, N., Luebker, A., Tomaiuolo, F., Caramazza, A. (2011). “The influence of color on snake detection in visual search in human children.” *Scientific Reports*, 1, 1-4.
 53. La *Madonna con bambino* (1480) di Geertgen tot Sint Jans (1465-1495) ce ne fornisce un notevole esempio, in cui Maria, il Cristo bambino e il serpente sono sovrapposti, a strati, su uno sfondo di strumenti musicali medievali (e il Cristo bambino interpreta il ruolo di direttore d’orchestra).
 54. Osorio, D., Smith, A.C., Vorobyev, M., Buchanan-Smieth, H.M. (2004). “Detection of fruit and the selection of primate visual pigments for color vision.” *The American Naturalist*, 164, 696-708.
 55. Macrae, N. (1992). *John von Neumann: the scientific genius who pioneered the modern computer, game theory, nuclear deterrence, and much more*. New York: Pantheon Books.
 56. Wittman, A. B., Wall, L. L. (2007). “The evolutionary origins of obstructed labor: bipedalism, encephalization, and the human obstetric dilemma.” *Obstetrical & Gynecological Survey*, 62, 739-748.
 57. Ci sono anche altre spiegazioni: Dunsworth, H. M., Warrener, A. G., Deacon, T., Ellison, P. T., Pontzer, H. (2012). “Metabolic hypothesis for human altriciality.” *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 109, 15212-15216.
 58. Heidel, A. (1963). *The Babylonian Genesis: The story of the creation*. Chicago: University of Chicago Press.
 59. Salisbury, J. E. (1997). *Perpetua’s passion: The death and memory of a young Roman woman*. New York: Routledge.

60. Pinker, S. (2011). *The better angels of our nature: why violence has declined*. New York: Viking Books.
61. Nietzsche, F.W., Kaufmann, W.A. (1982). *The portable Nietzsche*. New York: Penguin Classics.
62. Peterson, J.B. (1999). *Maps of meaning: The architecture of belief*. New York: Routledge, p. 264.
63. Miller, G. (3 novembre 2016). “Could pot help solve the U.S. opioid epidemic?” *Science*. Tratto da: <http://www.sciencemag.org/news/2016/11/could-pot-help-solve-us-opioid-epidemic>.
64. Barrick, M. R., Stewart, G. L., Neubert, M. J., Mount, M. K. (1998). “Relating member ability and personality to work-team processes and team effectiveness.” *Journal of Applied Psychology*, 83, 377-391; per un effetto simile sui bambini, si veda Dishion, T. J., McCord, J., Poulin, F. (1999). “When interventions harm: Peer groups and problem behavior.” *American Psychologist*, 54, 755-764.
65. McCord, J., McCord, W. (1959). “A follow-up report on the Cambridge-Somerville youth study.” *Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 32, 89-96.
66. Si veda <https://www.youtube.com/watch?v=jQvvmT3ab80> (tratto da MoneyBART: Episodio 3, Stagione 23 dei “Simpson”).
67. Rogers ha delineato sei condizioni necessarie perché si verifichi una modificazione costruttiva della personalità. Il secondo di questi è lo “stato di incongruenza” del paziente, che è, grosso modo, la consapevolezza che qualcosa è sbagliato e deve cambiare. Si veda Rogers, C. R. (1957). “The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change.” *Journal of Consulting Psychology*, 21, 95-103.
68. Poffenberger, A.T. (1930). “The development of men of science.” *Journal of Social Psychology*, 1, 31-47.
69. Taylor, S.E., Brown, J. (1988). “Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health.” *Psychological Bulletin*, 103, 193-210.
70. I termini “errore” ed “errare” derivano dal latino *errare*, che significa “andare qua e là senza direzione o meta certa” e, per estensione, “perdere la via”, “sbagliare”. Si veda: <http://www.treccani.it/vocabolario/errare/>.
71. Si veda Gibson, J. J. (2015). *Un approccio ecologico alla percezione visiva*. Milano: Fabbri.
72. Simons, D. J., Chabris, C. F. (1999). “Gorillas in our midst: Sustained inattentional blindness for dynamic events.” *Perception*, 28, 1059-1074.
73. <http://www.dansimons.com/videos.html>.
74. Azzopardi, P., Cowey, A. (1993). “Preferential representation of the fovea in the primary visual cortex.” *Nature*, 361, 719-721.
75. Si veda http://www.maat.it/maat4/index_htm_files/Tommaso-copto.pdf.
76. Nietzsche, F. (2014). *Al di là del bene e del male*. Roma: Newton Compton.
77. <http://www.nytimes.com/2010/02/21/nyregion/21yitta.html>.
78. Balaresque, P., Poulet, N., Cussat-Blanc, S., Gerard, P., Quintana-Murci, L., Heyer, E., Jobling, M. A. (2015). “Y-chromosome descent clusters and male differential reproductive success: young lineage expansions dominate Asian pastoral nomadic populations.” *European Journal of Human Genetics*, 23, 1413-1422.
79. Moore, L. T., McEvoy, B., Cape, E., Simms, K., Bradley, D. G. (2006). “A Y-chromosome signature of hegemony in Gaelic Ireland.” *American Journal of Human Genetics*, 78, 334-338.
80. Zerjal, T., Xue, Y., Bertorelle, G., Wells et al. (2003). “The genetic legacy of the Mongols.” *American Journal of Human Genetics*, 72, 717-21.
81. Jones, E. (1953). *The life and work of Sigmund Freud* (Vol. I). New York: Basic Books. p. 5.
82. Per una breve ma discreta spiegazione della teoria, si veda: <https://www.britannica.com/art/noble-savage>.
83. L’argomento è esaminato con cura in Roberts, B. W., Mroczek, D. (2008). “Personality trait change in adulthood.” *Current Directions in Psychological Science*, 17, 31-35.

Per una discussione approfondita, empiricamente fondata e attendibile su tali argomenti, si veda

84. Olweus, D. (2007). *Bullismo a scuola: ragazzi oppressi, ragazzi che opprimono*. Firenze: Giunti Editore.
85. Goodall, J. (1990). *Through a window: My thirty years with the chimpanzees of Gombe*. Boston: Houghton Mifflin Harcourt.
86. Finch, G. (1943). "The bodily strength of chimpanzees." *Journal of Mammalogy*, 24, 224-228.
87. Goodall, J. (2014). *L'ombra dell'uomo*. Roma: Castelvecchi.
88. Wilson, M.L. et al. (2014). "Lethal aggression in Pan is better explained by adaptive strategies than human impacts." *Nature*, 513, 414-417.
89. Goodall, J. (1990). *Through a window: My thirty years with the chimpanzees of Gombe*. Boston: Houghton Mifflin Harcourt, pp. 128-129.
90. Chang, I. (2000). *Lo stupro di Nanchino: l'olocausto dimenticato della Seconda guerra mondiale*. Milano: Corbaccio.
91. United Nations Office on Drugs and Crime (2013). *Global study on homicide*. Tratto da: https://www.unodc.org/documents/gsh/pdfs/2014_GLOBAL_HOMICIDE_BOOK_web.pdf
92. Thomas, E.M. (1959). *The harmless people*. New York: Knopf.
93. Roser, M. (2016). *Ethnographic and archaeological evidence on violent deaths*. Tratto da: <https://ourworldindata.org/ethnographic-and-archaeological-evidence-on-violent-deaths/>.
94. Ibid.; anche Brown, A. (2000). *The Darwin wars: The scientific battle for the soul of man*. New York: Pocket Books.
95. Keeley, L.H. (1997). *War before civilization: The myth of the peaceful savage*. Oxford University Press, USA.
96. Carson, S.H., Peterson, J.B., Higgins, D.M. (2005). "Reliability, validity and factor structure of the Creative Achievement Questionnaire." *Creativity Research Journal*, 17, 37-50.
97. Stokes, P.D. (2005). *Creativity from constraints: The psychology of breakthrough*. New York: Springer.
98. Wrangham, R. W., Peterson, D. (2005). *Maschi bestiali: basi biologiche della violenza umana*. Roma: Franco Muzzio Editore.
99. Peterson, J.B., Flanders, J. (2005). "Play and the regulation of aggression." In: Tremblay, R.E., Hartup, W.H., Archer, J. (A cura di). *Developmental origins of aggression*. (pp. 133-157). New York: Guilford Press; Nagin, D., Tremblay, R. E. (1999). "Trajectories of boys' physical aggression, opposition, and hyperactivity on the path to physically violent and non-violent juvenile delinquency." *Child Development*, 70, 1181-1196.
100. Sullivan, M.W. (2003). "Emotional expression of young infants and children." *Infants and Young Children*, 16, 120-142.
101. Si veda BF Skinner Foundation: <https://www.youtube.com/watch?v=vGazyH6fQQ4>.
102. Glines, C.B. (2005). "Top secret World War II bat and bird bomber program." *Aviation History*, 15, 38-44.
103. Flasher, J. (1978). "Adultism." *Adolescence*, 13, 517-523; Fletcher, A. (2013). *Ending discrimination against young people*. Olympia, WA: CommonAction Publishing.
104. de Waal, F. (1984). *La politica degli scimpanzé: potere e sesso tra le scimmie*. Bari: Laterza.
105. Panksepp, J. (1998). *Affective neuroscience: The foundations of human and animal emotions*. New York: Oxford University Press.
106. Tremblay, R. E., Nagin, D. S., Séguin, J. R., Zoccolillo, M., Zelazo, P. D., Boivin, M., Pérusse, D., Japel, C. (2004). "Physical aggression during early childhood: trajectories and predictors." *Pediatrics*, 114, 43-50.
107. Krein, S. F., Beller, A. H. (1988). "Educational attainment of children from single-parent families: Differences by exposure, gender, and race." *Demography*, 25, 221; McLoyd, V.C. (1998). "Socioeconomic disadvantage and child development." *The American Psychologist*, 53, 185-204; Lin, Y.-C., Seo, D.-C. (2017). "Cumulative family risks across income levels predict

- deterioration of children's general health during childhood and adolescence." *PLOS ONE*, 12(5), e0177531. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0177531>; Amato, P. R., Keith, B. (1991). "Parental divorce and the well-being of children: A meta-analysis." *Psychological Bulletin*, 110, 26-46.
108. Il diario di Eric Harris: <http://melikamp.com/features/eric.shtml>.
109. Goethe, J.W. (1862). *Faust*. Firenze: Le Monnier. Per una traduzione italiana più recente si veda: Amoretti, G. V. (A cura di) (2014). *Faust e Urfaust*. Milano: Feltrinelli.
110. Ibid.
111. Tolstoj, L. (2016). *Confessione*. Milano: Freebook – Edizioni LibroLibero.
112. The Guardian (2016, giugno 14). *1000 mass shootings in 1260 days: this is what America's gun crisis looks like*. Tratto da: <https://www.theguardian.com/us-news/ng-interactive/2015/oct/02/mass-shootings-america-gun-violence>.
113. Le parole di Eric Harris: https://schoolshooters.info/sites/default/files/harris_journal_1.3.pdf.
114. Citato in Kaufmann, W. (1975). *Existentialism from Dostoevsky to Sartre*. New York: Meridian, pp. 130-131.
115. Si veda: Solzhenitsyn, A.I. (2017). *Arcipelago Gulag*. Milano: Mondadori.
116. Piaget, J. (1932). *The moral judgement of the child*. London: Kegan Paul, Trench, Trubner and Company; si veda anche Piaget, J. (1999). *La formazione del simbolo nel bambino. Imitazione, gioco e sogno. Immagine e rappresentazione*. Firenze: La Nuova Italia.
117. Franklin, B. (1920). *Vita di Benjamin Franklin*. Firenze: Barbera. Online disponibile in lingua inglese: <https://www.gutenberg.org/files/20203/20203-h/20203-h.htm>.
118. Si veda la traduzione in lingua inglese dell'Apologia di Socrate di Senofonte, sezione 23, tratto da: <http://www.perseus.tufts.edu/hopper/text?doc=Perseus%3Atext%3A1999.01.0170%3Atext%3DApol.%3Asection%3D23a>.
119. Ibid., sezione 2.
120. Ibid., sezione 3.
121. Ibid., sezione 8.
122. Ibid., sezione 4.
123. Ibid., sezione 12.
124. Ibid., sezione 13.
125. Ibid., sezione 14.
126. Ibid., sezione 7.
127. Ibid.
128. Ibid., sezione 8.
129. Ibid.
130. Ibid., sezione 33.
131. Goethe, J.W. (1862). *Faust*. Firenze: Le Monnier. Per una traduzione italiana più recente si veda: Amoretti, G. V. (A cura di) (2014). *Faust e Urfaust*. Milano: Feltrinelli.
132. Commenti molto utili e interessanti ai passi della Bibbia sono disponibili sul sito, in lingua inglese: <http://biblehub.com/commentaries> e su questo versetto in particolare, si veda <http://biblehub.com/commentaries/genesis/4-7.htm>.
133. "E donde, fuori/Che dal solo Satan, dal sole autore/Di tutti i mali, sì profonda e nera/Nequizia uscir potea? D'infettar tutta/L'umana stirpe in sua radice e ad onta/Del Creator sovrano, inferno e terra/Mescer insiem?" Milton, J. (2016). *Il paradiso perduto*. Milano: Mondadori.
134. Jung, C.G. (1997). *Aion: ricerche sul simbolismo del Sé*. Torino: Bollati Boringhieri.
135. <http://www.acolumbinesite.com/dylan/writing.php>.
136. Schapiro, J.A., Glynn, S.M., Foy, D.W., Yavorsky, M.A. (2002). "Participation in war-zone atrocities and trait dissociation among Vietnam veterans with combat-related PTSD." *Journal of Trauma and Dissociation*, 3, 107-114; Yehuda, R., Southwick, S.M., Giller, E.L. (1992).

- “Exposure to atrocities and severity of chronic PTSD in Vietnam combat veterans.” *American Journal of Psychiatry*, 149, 333-336.
137. Si veda Harpur, T. (2004). *The pagan Christ: recovering the lost light*. Thomas Allen Publishers. L’argomento è trattato anche in: Peterson, J.B. (1999). *Maps of meaning: The architecture of belief*. New York: Routledge.
 138. Lao-Tzu (2017). *Il libro del Tao. Tao-Teh-Ching*. Roma: Newton Compton Editori.
 139. Jung, C.G. (1969). *Aion: ricerche sul simbolismo del Sé*. Torino: Bollati Boringhieri.
 140. Dobbs, B.J.T. (2008). *The foundations of Newton’s alchemy*. New York: Cambridge University Press.
 141. Efesini 2:8-9, per esempio (nella versione Cei): “Per questa grazia infatti siete salvi mediante la fede; e ciò non viene da voi, ma è dono di Dio; né viene dalle opere, perché nessuno possa vantarsene”. Un concetto simile è espresso in Romani 9:15-16: “Userò misericordia con chi vorrò, e avrò pietà di chi vorrò averla. Quindi non dipende dalla volontà né dagli sforzi dell’uomo, ma da Dio che usa misericordia”.
 142. Nietzsche, F.W. & Kaufmann, W.A. (1982). *The portable Nietzsche*. New York: Penguin Classics.
 143. Nietzsche, F. (2015). *La gaia scienza e Idilli di Messina*. Milano: Adelphi.
 144. Nietzsche, F. (2005). *La volontà di potenza: scritti postumi per un progetto*. Roma: Newton Compton.
 145. Dostoevskij, F.M. (2012). *Il grande inquisitore*. Milano: Salani.
 146. Nietzsche, F. (2014). *Al di là del bene e del male*. Roma: Newton Compton.
 147. “Lasciamo che le nostre congetture e le nostre teorie muoiano al nostro posto! Dobbiamo ancora imparare ad uccidere le nostre teorie invece che ucciderci l’un l’altro.” Da Popper, K. (2002). *Tre saggi sulla mente umana*. Roma: Armando Editore.
 148. Questo argomento è affrontato in dettaglio in: Peterson, J.B. (1999). *Maps of meaning: the architecture of belief*. New York: Routledge.
 149. Adler, A. (1973). “Life-lie and responsibility in neurosis and psychosis: a contribution to melancholia.” In P. Radin (traduzione a cura di). *The practice and theory of Individual Psychology*. Totawa, N.J.: Littlefield, Adams & Company.
 150. Milton, J. (1667). *Il paradiso perduto*. Libro primo: 46-58 it.wikisource.org/w/index.php?title=Il_paradiso_perduto/Libro_primo&oldid=1288011 (ultimo accesso aprile 22, 2018).
 151. Milton, J. (1667). *Il paradiso perduto*. Libro primo: 317-322 it.wikisource.org/w/index.php?title=Il_paradiso_perduto/Libro_primo&oldid=1288011 (ultimo accesso aprile 22, 2018).
 152. Milton, J. (1667). *Il paradiso perduto*. Libro primo: 46-58 it.wikisource.org/w/index.php?title=Il_paradiso_perduto/Libro_primo&oldid=1288011 (ultimo accesso aprile 22, 2018).
 153. Milton, J. (1667). *Il paradiso perduto*. Libro primo: 323-324 e 332-334 it.wikisource.org/w/index.php?title=Il_paradiso_perduto/Libro_primo&oldid=1288011 (ultimo accesso aprile 22, 2018).
 154. Questo argomento è affrontato in dettaglio in: Peterson, J.B. (1999). *Maps of meaning: The architecture of belief*. New York: Routledge.
 155. Hitler, A. (1925). *Mein kampf*. Per l’edizione italiana, si veda: Galli, G. *Il Mein Kampf di Adolf Hitler*. Milano: Kaos Edizioni.
 156. Finkelhor, D., Hotaling, G., Lewis, I.A., Smith, C. (1990). “Sexual abuse in a national survey of adult men and women: prevalence, characteristics, and risk factors.” *Child Abuse & Neglect*, 14, 19-28.
 157. Rind, B., Tromovitch, P., Bauserman, R. (1998). “A meta-analytic examination of assumed properties of child sexual abuse using college samples.” *Psychological Bulletin*, 124, 22-53.
 158. Loftus, E.F. (1997). “Creating false memories.” *Scientific American*, 277, 70-75.
 159. Tratto da Rogers, C. R. (1952). “Communication: its blocking and its facilitation.” *ETC: A Review of General Semantics*, 9, 83-88.

- Si veda Gibson, J.J. (2015). *Un approccio ecologico alla percezione visiva*, Milano: Fabbri, per la trattazione classica di questo argomento. Si veda anche Floel, A., Ellger, T., Breitenstein, C., Knecht, S. (2003). "Language perception activates the hand motor cortex: implications for motor theories of speech perception." *European Journal of Neuroscience*, 18, 704-708 per una discussione sulla relazione tra parola e azione. Per una panoramica più generale della relazione tra azione e percezione, si veda Pulvermüller, F., Moseley, R.L., Egorova, N., Shebani, Z., Boulenger, V. (2014). "Motor cognition–motor semantics: Action perception theory of cognition and communication." *Neuropsychologia*, 55, 71-84.
160. Cardinali, L., Frassinetti, F., Brozzoli, C., Urquizar, C., Roy, A.C., Farnè, A. (2009). "Tool-use induces morphological updating of the body schema." *Current Biology*, 12, 478-479.
161. Bernhardt, P.C., Dabbs, J.M. Jr., Fielden, J.A., Lutter, C.D. (1998). "Testosterone changes during vicarious experiences of winning and losing among fans at sporting events." *Physiology & Behavior*, 65, 59-62.
162. Per una trattazione parziale dell'argomento, si veda Gray, J., McNaughton, N. (2003). *The neuropsychology of anxiety: An enquiry into the functions of the septal-hippocampal system*. Oxford: Oxford University Press. Si veda anche Peterson, J.B. (2013). "Three forms of meaning and the management of complexity." In T. Proulx, K.D. Markman, M.J. Lindberg (a cura di). *The psychology of meaning* (pp. 17-48). Washington, D.C.: American Psychological Association; Peterson, J.B., Flanders, J.L. (2002). "Complexity management theory: Motivation for ideological rigidity and social conflict." *Cortex*, 38, 429-458.
163. Yeats, W.B. (2016) "Il Secondo Avvento". In Melchiori G. (Traduzione). *Quaranta poesie*. Milano: Einaudi Editore.
164. Come trattato in Vrolix, K. (2006). "Behavioral adaptation, risk compensation, risk homeostasis and moral hazard in traffic safety." *Steunpunt Verkeersveiligheid*, RA-2006-95. Tratto da <https://doclib.uhasselt.be/dspace/bitstream/1942/4002/1/behavioraladaptation.pdf>.
165. Nietzsche, F.W. e Kaufmann, W.A. (1982). *The portable Nietzsche*. New York: Penguin Classics, pp. 211-212.
166. Orwell, G. (2015). *La strada di Wigan Pier*. Milano: Mondadori Editore.
167. Carson, R. (2016). *Primavera silenziosa*. Milano: Feltrinelli.
168. Si veda: <http://reason.com/archives/2016/12/13/the-most-important-graph-in-the-world>.
169. <http://www.telegraph.co.uk/news/earth/earthnews/9815862/Humans-are-plague-on-Earth-Attenborough.html>.
170. "The Earth has cancer, and the cancer is man." Mesarović, M.D. e Pestel, E. (1974). *Mankind at the turning point*. New York: Dutton, p. 1. L'idea fu proposta inizialmente da Gregg, A. (1955). "A medical aspect of the population problem." *Science*, 121, 681-682, p. 681 e successivamente sviluppata da Hern, W.M. (1993). "Has the human species become a cancer on the planet? A theoretical view of population growth as a sign of pathology." *Current World Leaders*, 36, 1089-1124. Dal Club di Roma, King A. e Schneider, B. (1991). *The first global revolution*. New York: Pantheon Books, p. 75: "Il nemico comune dell'umanità è l'uomo. Cercando un nuovo nemico che ci unisse, ci siamo imbattuti nell'inquinamento, nella minaccia del riscaldamento globale, nella scarsità di risorse idriche, nella carestia e simili. Tutti questi pericoli sono causati dall'intervento umano ed è solo cambiando comportamento e atteggiamento che potremo risolverli".
171. Costa, P. T., Terracciano, A., e McCrae, R. R. (2001). "Gender differences in personality traits across cultures: robust and surprising findings." *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 322-31; Weisberg, Y. J., DeYoung, C. G., e Hirsh, J. B. (2011). "Gender differences in personality across the ten aspects of the Big Five." *Frontiers in Psychology*, 2, 178; Schmitt, D. P., Realo, A., Voracek, M., e Allik, J. (2008). "Why can't a man be more like a woman? Sex differences in Big Five personality traits across 55 cultures." *Journal of Personality and Social Psychology*, 94, 168-182.

- De Bolle, M., De Fruyt, F., McCrae, R. R., et al. (2015). "The emergence of sex differences in personality traits in early adolescence: A cross-sectional, cross-cultural study." *Journal of Personality and Social Psychology*, 108, 171-85.
173. 174. Su, R., Rounds, J., e Armstrong, P. I. (2009). "Men and things, women and people: A meta-analysis of sex differences in interests." *Psychological Bulletin*, 135, 859-884. Per una prospettiva dello sviluppo neurologico di queste differenze, si veda Beltz, A. M., Swanson, J. L., e Berenbaum, S. A. (2011). "Gendered occupational interests: prenatal androgen effects on psychological orientation to things versus people." *Hormones and Behavior*, 60, 313-7.
175. Bihagen, E. e Katz-Gerro, T. (2000). "Culture consumption in Sweden: the stability of gender differences." *Poetics*, 27, 327-3409; Costa, P., Terracciano, A. e McCrae, R.R. (2001). "Gender differences in personality traits across cultures: robust and surprising findings." *Journal of Personality and Social Psychology*, 8, 322-331; Schmitt, D., Realo, A., Voracek, M. e Alli, J. (2008). "Why can't a man be more like a woman? Sex differences in Big Five personality traits across 55 cultures." *Journal of Personality and Social Psychology*, 94, 168-182; Lippa, R.A. (2010). "Sex differences in personality traits and gender-related occupational preferences across 53 nations: Testing evolutionary and social-environmental theories." *Archives of Sexual Behavior*, 39, 619-636.
176. Gatto, J. N. (2000). *The underground history of American education: A school teacher's intimate investigation of the problem of modern schooling*. New York: Odysseus Group.
177. Si veda "Why are the majority of university students women?" *Statistics Canada*: Tratto da: <http://www.statcan.gc.ca/pub/81-004-x/2008001/article/10561-eng.htm>.
178. Si veda, per esempio, Hango, D. (2015). "Gender differences in science, technology, engineering, mathematics and computer science (STEM) programs at university." *Statistics Canada*, 75-006-X: Tratto da http://www.statcan.gc.ca/access_acces/alternative_alternatif.action?l=eng&loc=/pub/75-006-x/2013001/article/11874-eng.pdf.
179. Non sono il solo a pensarla così. Si veda, per esempio, Hymowitz, K.S. (2012). *Manning up: How the rise of women has turned men into boys*. New York: Basic Books.
180. Si veda: <http://www.pewresearch.org/fact-tank/2012/04/26/young-men-and-women-differ-on-the-importance-of-a-successful-marriage/>.
181. Si veda: <http://www.pewresearch.org/data-trend/society-and-demographics/marriage/>.
182. Questo argomento è stato ampiamente trattato dalla stampa generalista: si vedano https://www.thestar.com/life/2011/02/25/women_lawyers_leaving_in_droves.html; <http://www.cbc.ca/news/canada/women-criminal-law-1.3476637>; http://www.huffingtonpost.ca/andrea-lekushoff/female-lawyers-canada_b_5000415.html.
183. Jaffe, A., Chediak, G., Douglas, E., Tudor, M., Gordon, R.W., Ricca, L. e Robinson, S. (2016) "Retaining and advancing women in national law firms." *Stanford Law and Policy Lab, White Paper*: Tratto da <https://www-cdn.law.stanford.edu/wp-content/uploads/2016/05/Women-in-Law-White-Paper-FINAL-May-31-2016.pdf>.
184. Conroy-Beam, D., Buss, D. M., Pham, M. N., e Shackelford, T. K. (2015). "How sexually dimorphic are human mate preferences?" *Personality and Social Psychology Bulletin*, 41, 1082-1093. Per una trattazione di come le preferenze riguardo alla scelta del compagno cambino in conseguenza di fattori puramente biologici (ovulatori), si veda Gildersleeve, K., Haselton, M. G., e Fales, M. R. (2014). "Do women's mate preferences change across the ovulatory cycle? A meta-analytic review." *Psychological Bulletin*, 140, 1205-1259.
185. Si veda Greenwood, J., Nezih, G., Kocharov, G e Santos, C. (2014). "Marry your like: Assortative mating and income inequality." *IZA discussion paper No. 7895*. Tratto da <http://hdl.handle.net/10419/93282>.
186. Una buona trattazione di questi tristi argomenti in Suh, G.W., Fabricious, W.V., Parke, R.D., Cookston, J.T., Braver, S.L. e Saenz, D.S. "Effects of the interparental relationship on

- adolescents' emotional security and adjustment: The important role of fathers." *Developmental Psychology*, 52, 1666-1678.
187. Hicks, S. R. C. (2011). *Explaining postmodernism: Skepticism and socialism from Rousseau to Foucault*. Santa Barbara, CA: Ockham' Razor Multimedia Publishing. Il pdf in lingua inglese è disponibile all'indirizzo: <http://www.stephenhicks.org/wp-content/uploads/2013/12/ep-ee-2014-printing.pdf>.
188. Higgins, D.M., Peterson, J.B. e Pihl, R.O. "Prefrontal cognitive ability, intelligence, Big Five personality, and the prediction of advanced academic and workplace performance." *Journal of Personality and Social Psychology*, 93, 298-319.
189. Carson, S.H., Peterson, J.B. e Higgins, D.M. (2005). "Reliability, validity and factor structure of the Creative Achievement Questionnaire." *Creativity Research Journal*, 17, 37-50.
190. Bouchard, T.J. e McGue, M. (1981). "Familial studies of intelligence: a review." *Science*, 212, 1055-1059; Brody, N. (1992). *Intelligence*. New York: Gulf Professional Publishing; Plomin R. e Petrill S.A. (1997). "Genetics and intelligence. What's new?" *Intelligence*, 24, 41-65.
191. Schiff, M., Duyme, M., Dumaret, A., Stewart, J., Tomkiewicz, S. e Feingold, J. (1978). "Intellectual status of working-class children adopted early into upper-middle-class families." *Science*, 200, 1503-1504; Capron, C. e Duyme, M. (1989). "Assessment of effects of socio-economic status on IQ in a full cross-fostering study." *Nature*, 340, 552-554.
192. Kendler, K.S., Turkheimer, E., Ohlsson, H., Sundquist, J. & Sundquist, K. (2015). "Family environment and the malleability of cognitive ability: a Swedish national home-reared and adopted-away cosibling control study." *Proceedings of the National Academy of Science USA*, 112, 4612-4617.
193. Per la posizione dell'OCSE su questo argomento, si veda *Closing the gender gap: Sweden*, che passa in rassegna le statistiche secondo cui che le ragazze hanno risultati migliori dei ragazzi per quanto riguarda l'istruzione e che le donne sono fortemente sovrarappresentate nel settore dell'assistenza sanitaria e quindi sminuisce l'attuale posizione di vantaggio degli uomini nel settore informatico. Tratto da <https://www.oecd.org/sweden/Closing%20the%20Gender%20Gap%20-%20Sweden%20FINAL.pdf>.
194. Eron, L. D. (1980). "Prescription for reduction of aggression." *The American Psychologist*, 35, 244-252 (p. 251).
195. Trattato in in Peterson, J.B. & Shane, M. (2004). "The functional neuroanatomy and psychopharmacology of predatory and defensive aggression." In J. McCord (a cura di). *Beyond empiricism: Institutions and intentions in the study of crime*. (Advances in Criminological Theory, Vol. 13) (pp. 107-146). Piscataway, NJ: Transaction Books; si veda anche Peterson, J.B. e Flanders, J. (2005). "Play and the regulation of aggression." In Tremblay, R.E., Hartup, W.H. e Archer, J. (a cura di). *Developmental origins of aggression*. (Capitolo 12; pp. 133-157). New York: Guilford Press.
196. Come trattato in Tremblay, R. E., Nagin, D. S., Séguin, J. R., et al. (2004). "Physical aggression during early childhood: trajectories and predictors." *Pediatrics*, 114, 43-50.
197. Heimberg, R. G., Montgomery, D., Madsen, C. H., e Heimberg, J. S. (1977). "Assertion training: A review of the literature." *Behavior Therapy*, 8, 953-971; Boisvert, J.-M., Beaudry, M., e Bittar, J. (1985). "Assertiveness training and human communication processes." *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 15, 58-73.
198. Trull, T. J., e Widiger, T. A. (2013). "Dimensional models of personality: The five-factor model and the DSM-5." *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 15, 135-46; Vickers, K.E., Peterson, J.B., Hornig, C.D., Pihl, R.O., Séguin, J. & Tremblay, R.E. (1996). "Fighting as a function of personality and neuropsychological measures." *Annals of the New York Academy of Sciences*, 794, 411-412.
199. Bachofen, J.J. (1993). *Oriente e occidente: storia e miti del matriarcato*. Ferrara: Gallio editori.

200. Gimbutas, M. (1991). *The civilization of the goddess*. San Francisco: Harper.
201. Stone, M. (2011). *Quando Dio era una donna*. Roma: Venexia.
202. Eller, C. (2000). *The myth of matriarchal prehistory: Why an invented past won't give women a future*. Boston: Beacon Press.
203. Neumann, E. (1978). *Storia delle origini della coscienza*. Roma: Astrolabio Ubaldini.
204. Neumann, E. (1981). *La grande madre. Fenomenologia delle configurazioni femminili dell'inconscio*. Roma: Astrolabio Ubaldini.
205. Si veda, per esempio, Adler, A. (2002). “Theoretical part I-III: The accentuated fiction as guiding idea in the neurosis.” In H.T. Stein (a cura di). *The collected works of Alfred Adler volume 1: The neurotic character: Fundamentals of individual psychology and psychotherapy* (pp. 41-85). Bellingham, WA: Alfred Adler Institute of Northern Washington, p. 71.
206. Moffitt, T.E., Caspi, A., Rutter, M. e Silva, P.A. (2001). *Sex differences in antisocial behavior: Conduct disorder, delinquency, and violence in the Dunedin Longitudinal Study*. London: Cambridge University Press.
207. Buunk, B.P., Dijkstra, P., Fetchenhauer, D. e Kenrick, D.T. (2002). “Age and gender differences in mate selection criteria for various involvement levels.” *Personal Relationships*, 9, 271-278.
208. Lorenz, K. (1943). “Die angeborenen Formen moeglicher Erfahrung.” *Ethology*, 5, 235-409.
209. Tajfel, H. (1970). “Experiments in intergroup discrimination.” *Nature*, 223, 96-102.
210. Tratto da Dostoevskij, F. (2014). *I fratelli Karamazov*. Torino: Einaudi Editore.
211. Non è la capacità di cuocere a microonde un burrito così caldo che perfino Lui stesso non riuscirebbe a mangiarlo (come chiede Homer in “L’erba di Homer” [episodio 16, stagione 13, I Simpson]).
212. Lao-Tzu (2017). *Il libro del Tao. Tao-Teh-Ching*. Roma: Newton Compton Editori.
213. Dostoevskij, F. (2017). *Memorie dal sottosuolo*. Milano: Mondadori.
214. Dikotter, F. (2010). *Mao's great famine*. London: Bloomsbury.
215. Si veda Peterson, J.B. (2006). Peacemaking among higher-order primates. In Fitzduff, M., Stout, C.E. (a cura di). *The psychology of resolving global conflicts: From war to peace. In Volume III, Interventions* (pp. 33-40). New York: Praeger. Tratto da: https://www.researchgate.net/publication/235336060_Peacemaking_among_higher-order_primates.
216. Si veda Allen, L. (2011). Trust versus mistrust (Erikson’s infant stages). In S. Goldstein, J. A. Naglieri (a cura di). *Encyclopedia of child behavior and development* (pp. 1509-1510). Boston, MA: Springer US.
217. Lao-Tzu (2017). *Il libro del Tao. Tao-Teh-Ching*. Roma: Newton Compton Editori.
218. Prendi, per esempio, il grande e coraggioso Boyan Slaat. Questo giovane uomo olandese, poco più che ventenne, ha sviluppato una tecnologia che potrebbe fare esattamente questo, e con profitto, ed essere impiegata in tutti gli oceani del mondo. È un vero ambientalista: Si veda <https://www.theoceancleanup.com/>.
219. Yeats, W.B. (2015). *Verso Bisanzio*. Venezia: Marsilio.