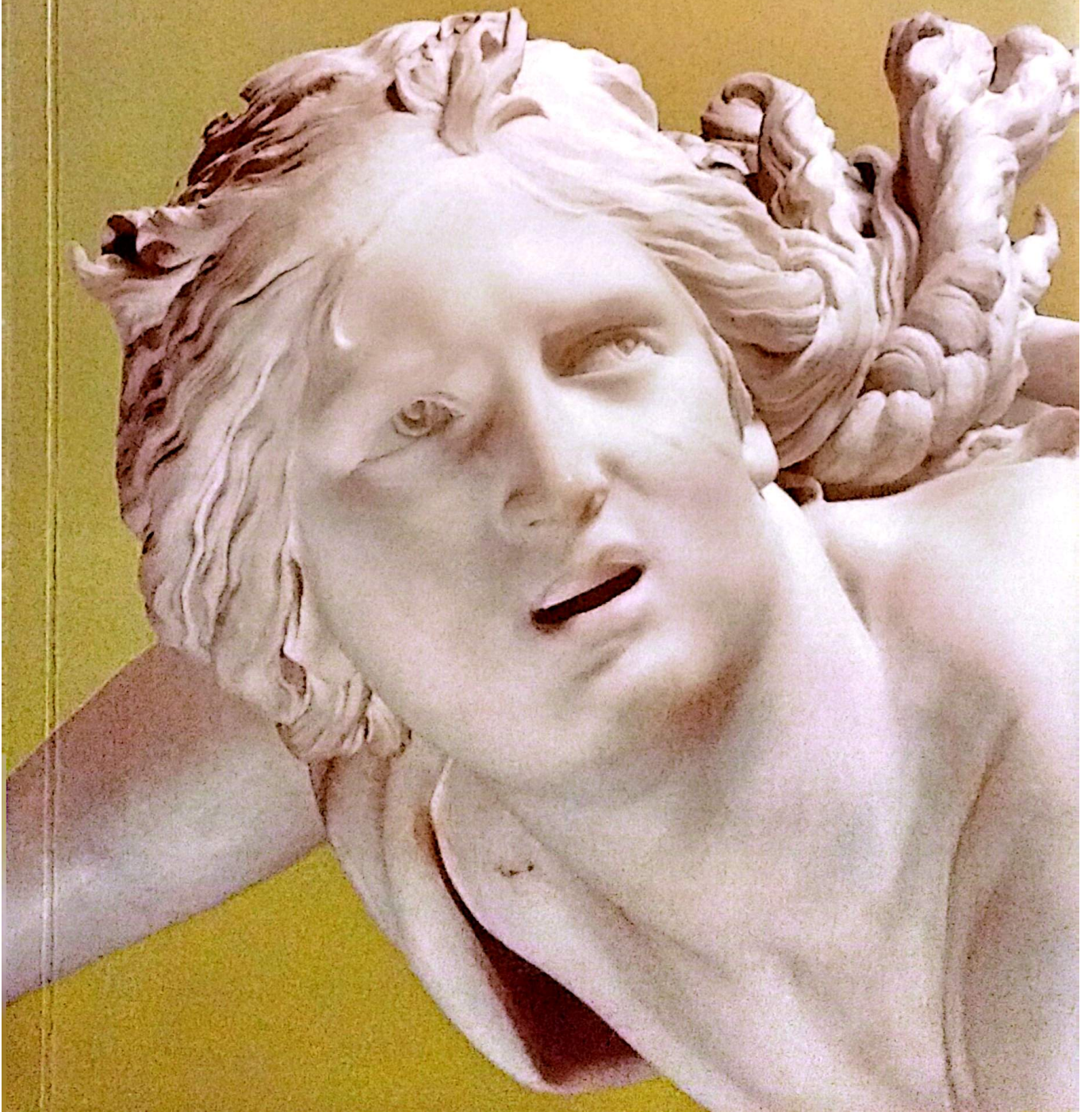


Serie Bianca ◀ Feltrinelli

UMBERTO GALIMBERTI IL LIBRO DELLE EMOZIONI



sciuti, hanno le chiavi di casa, come si farà, quando saranno adolescenti, a dire di non rincasare alle sei del mattino?

Spesso sentiamo parlare di famiglia, di difesa della famiglia, di aiuti alla famiglia e nessuno ci avverte che la famiglia è incompatibile con il modello capitalistico, costretto a diventare turbo-capitalista per effetto della concorrenza globale. Oggi una famiglia media non ha sufficienti risorse economiche se non lavorano entrambi i genitori, e per giunta a quel ritmo che va tutto a discapito della cura.

Cura dei figli, cura degli anziani, cura delle relazioni reciproche familiari e di vicinato, cura della propria vita emotiva. E se il mercato ci soccorre per tutto quello che non riusciamo più a "curare", non dimentichiamo che il denaro non vale uno sguardo accogliente, una carezza tranquilla, un sentimento gravido di storia, un tratto umano inscritto nel "prenderci cura (*Fürsorge*)" che, come ci ricorda Heidegger, è altra cosa del "pro-curare (*Besorgen*)" qualcosa a qualcuno.¹⁰⁰

¹⁰⁰ M. Heidegger, *Essere e tempo*, cit., §§ 39-44, pp. 286-349.

18. L'effetto internet sulle nostre emozioni

Le odierne tecniche di comunicazione, che sembrano limitarsi a facilitare la divulgazione non solo delle informazioni ma anche delle nostre emozioni e dei nostri sentimenti su scala molto più vasta di un tempo, a un esame più approfondito dimostrano di impedire la circolazione delle nostre idee e dei nostri sentimenti, non tanto perché il controllo viene esercitato da un pugno di grandi organizzazioni (questo già lo sappiamo), ma perché quando, per effetto dell'esposizione della nostra interiorità, nessuno ha più segreti per nessuno, e per tutti è identica l'esperienza del mondo e persino le parole per descriverlo, ciascuno ascolta quello che da sé potrebbe tranquillamente dire, e dice come sua opinione ciò che al pari di tutti ha ascoltato.

In questo monologo collettivo, abbiamo l'impressione di una maggiore libertà dovuta alla quantità dei mezzi di comunicazione a disposizione. In realtà ne abbiamo molta meno, perché nessuno dispone di altri contenuti da comunicare che non siano quelli a tutti comuni. Impossibilitati a distinguere tra realtà e apparenza perché, per effetto della mediazione tecnica, il mondo è diventato "rappresentazione", ciascuno

no forma il proprio mondo a partire dalle immagini del mondo di cui tutti siamo ugualmente e inesorabilmente riforniti, per cui, anche con il più piccolo accenno di introversione, ciascuno trova in ciò che ha di più intimo nulla di più di quanto vede scorrere sugli schermi di casa propria.

Dal modo di alimentarsi a quello di vestire, dal modo di abitare a quello di comunicare, tutto è appreso dai media, dove ogni spettatore, attraverso microprocessi di identificazione, compra la sua identità, per declinarla nella gioia o nel dolore, nella bontà o nell'odio, nel protagonismo, nella sessualità, nella morte. Tutto questo seguendo quel percorso tracciato dalle odierne tecniche di comunicazione che ci consentono di partecipare a tutte le modulazioni della vita con la velocità e la facilità della pressione digitale.

Questa, in modo allucinatorio, per brevi attimi, ci fa sentire creatori in un mondo sottratto al suo limite e consegnato per intero alla sua positività, per cui non c'è corpo che non sia affidato alla bellezza, la bellezza al contatto sociale, il contatto sociale alla comunicazione felice. In trenta secondi è possibile comprare l'evazione in un'agenzia di viaggi, il sesso in un sexy shop, la linea in un negozio di alimenti dietetici, la salute in una sorgente imbottigliata, in quel cortocircuito tra il desidero e la sua soddisfazione in cui gli uomini hanno sempre pensato si nascondesse la felicità.

Penetrando senza essere richiesto, in modo indiscreto e invadente, senza neppure bisogno del nostro esplicito consenso, il mondo delle parole e delle immagini ci costringe alla "partecipazione" là dove le parole rinviano e dove le immagini rimandano, in quella sorta di capovolgimento del rapporto figura-sfondo, per cui la parola non emerge dal silenzio, e l'immagine dallo sfondo, ma parole e immagini sono diventate

lo sfondo da cui ciascuno deve ritagliare un brandello di silenzio e di vuoto per incontrare se stesso.

Se la parola, come ci ricorda Aristotele, è il tratto distintivo dell'uomo (*zoon lógon échon*), che ne è dell'essenza dell'uomo se la parola che egli pronuncia non è altro che una variante che accompagna la parola che ascolta o, come dice Anders, "un metro recitare insieme ciò che insieme si ascolta senza posa"¹⁰¹. Ridotti come siamo a ripetitori del monologo collettivo, l'anima di ciascuno risulta conforme all'anima dell'altro, e il suo tratto specifico, non avendo a disposizione un vocabolario che non sia il monologo collettivo in cui non riesce a esprimersi, o tace in quel silenzio che ciascuno sempre più avverte quando incontra se stesso, o prende gli itinerari spezzati, disarticolati e dissennati della follia, dove, come scrive Nietzsche: "Tutti vogliono le stesse cose, tutti sono uguali: chi sente diversamente va da sé al manicomio."¹⁰²

Che ne è delle nostre emozioni e dei nostri sentimenti, che oggi passano per la gran parte attraverso internet, la posta elettronica, il cellulare e tutti gli altri mezzi consimili che sono i grandi rivelatori del rapporto che abbiamo con la realtà, con noi stessi e con gli altri? Quali aspetti della nostra personalità e delle nostre nevrosi rivelano?

Come i bambini cominciano a padroneggiare la realtà e a instaurare relazioni affettive tramite gli orsacchiotti e i giocattoli preferiti, così sembra che noi adulti non siamo più capaci di abitare il mondo e di garantirci le relazioni affettive senza quel tramite che è il cellulare, il computer portatile o il tablet, in nulla

¹⁰¹ G. Anders, *L'uomo è antiquato*, Libro II: *Sulla distruzione della vita nell'epoca della terza rivoluzione industriale*, cit., p. 248.

¹⁰² F. Nietzsche, *Also sprach Zarathustra. Ein Buch für Alle und Keinen* (1883-1885); tr. it. *Così parlò Zarathustra. Un libro per tutti e per nessuno*, in *Opere*, vol. VI, 1, Adelphi, Milano 1968, Prefazione, § 12, p. 13.

dissimili dall'orsacchiotto o dal giocattolo preferito dal bambino.

Che dire a questo punto? Che le nuove tecnologie di cui andiamo tanto fieri, portano a una progressiva infantilizzazione di tutti noi e in generale della società in cui viviamo, confortati dalle considerazioni degli psicologi Luciano Di Gregorio,¹⁰³ Giorgio Nardone e Federica Cagnoni¹⁰⁴ che qui esponiamo.

L'intolleranza della distanza. Non c'è dubbio che il cellulare è un regolatore e un moderatore dell'angoscia di separazione, determinata non solo dalla lontananza fisica, ma soprattutto da quella più intollerabile di natura sentimentale che nasce dai vissuti di mancanza o di perdita del contatto con l'altro. È un sentimento, questo, che abbiamo provato più volte da bambini quando la mamma si assentava. La possibilità che il cellulare ci offre di superare questa distanza e sopperire a questa assenza dice quanto le sindromi infantili sono presenti e attive in noi, e quanto incapaci di superarle, le tamponiamo con il mezzo tecnico. Se non riceviamo la telefonata che con ansia attendiamo, ci mettiamo noi a telefonare, a chiedere a scrivere mail, non perché abbiamo davvero qualcosa da dire, ma per soddisfare un bisogno di sicurezza incrinato, da ricostruire con contatti continui per non dire compulsivi. Non tollerando la distanza non sopportando l'assenza, viviamo come dono degli altri, in uno stato di dipendenza parziale o totale, che la dice lunga sul nostro stato infantile e sulla nostra mancanza di autonomia.

L'illusione dell'onnipotenza. Sappiamo che l'infanzia non conosce solo la dipendenza, ma anche l'on-

¹⁰³ L. Di Gregorio, *Psicopatologia del cellulare. Dipendenza e possesso del telefonino*, Franco Angeli, Milano 2003.

¹⁰⁴ G. Nardone, F. Cagnoni, *Perversioni in rete. Le psicopatologie di internet e il loro trattamento*, Ponte alle Grazie, Firenze 2002.

nipotenza, che compensa la dipendenza infantile. Le nuove tecnologie soddisfano anche questo bisogno, perché garantiscono illusoriamente il dominio e il controllo delle persone e degli eventi che ci interessano, con conseguente ridimensionamento dell'ansia a essi connessa che non viene più elaborata, ma immediatamente agita e placata dalla risposta dell'altro. Ciò comporta che le nostre capacità interiori di gestire ansie e conflitti si indeboliscono progressivamente, e al loro posto subentra quella sorta di delirio di onnipotenza che ci dà l'illusione di poter controllare la realtà a distanza con la semplice attivazione di una tastiera o di un auricolare.

Il controllo paranoico. Se per placare l'ansia abbiamo bisogno del controllo, il controllo a sua volta alimenta i nostri vissuti paranoici, per cui incontentibili diventano le nostre verifiche sulla vita delle persone che ci interessano, sui luoghi che frequentano, sugli spostamenti che effettuano, sulle persone che incontrano e sulle cose che fanno in nostra assenza. In nome dell'amore ci trasformiamo in investigatori privati che in ogni momento vogliono sapere dove si trova il compagno, la compagna, la moglie, il marito, la figlia, il figlio, sempre che essi ci raccontino la verità quando li raggiungiamo con il cellulare, e a condizione di essere abbastanza abili a captare alcuni segnali, i rumori di fondo, le voci d'attorno, e ora anche le immagini, che ci possono fornire utili indizi per alimentare la nostra ansia o garantire la nostra quiete. Quanta nostra impotenza a governare la nostra vita, il nostro presente e il nostro futuro, su cui non esercitiamo alcun controllo, scarichiamo sul controllo di quei malcapitati che sono i nostri familiari e i nostri partner?

Lesibizionismo. Ma l'onnipotenza non è vera onnipotenza se non è esibita, e l'esibizionismo è un'altra patologia che il cellulare manifesta, ogni volta che per

strada o sul treno sentiamo persone che volutamente parlano a voce alta del loro elevato ruolo professionale o sociale, oppure delle loro faccende intime, personali, riservate, senza vergognarsi, anzi, quasi soddisfatti di avere un pubblico davanti al quale ostentare il loro bisogno di essere visibili a buon mercato al costo di una telefonata.

L'angoscia dell'anonimato. Il bisogno di visibilità la dice lunga sul terrore dell'anonimato in cui gli individui, nella nostra società, temono di affogare. "Anonimato" qui ha una duplice e tragica valenza: da un lato sembra la condizione indispensabile perché uno possa mettere a nudo, per via telefonica o per via telematica, i propri sentimenti, i propri bisogni, i propri desideri profondi, le proprie (per versioni sessuali; dall'altro, è la denuncia dell'isolamento dell'individuo che, nel momento in cui cerca di superarlo attraverso contatti telefonici o telematici, svela quella triste condizione di chi può vivere solo se un altro lo contatta.

La perdita del mondo circostante e del mondo interiore. Di Gregorio fa notare ironicamente che, per uno strano scherzo lessicale, il "cellulare" ha lo stesso nome del mezzo che si usa per il trasferimento dei detenuti.¹⁰⁵ Andiamo allora a scoprire che cosa perdiamo con l'uso disinvolto di questo mezzo. Un'infinità di cose, a cui hanno rinunciato tutti quei nevrotici che per strada, al ristorante, in treno, al cinema, a teatro, e in generale ovunque arriva prepotente il trillo, girano ansiosamente su se stessi per "cercare campo", congedandosi immediatamente dalla conversazione, finché la telefonata non finisce. Naturalmente si scrivano prima e dopo la telefonata. In entrambi i casi vi fanno comunque sapere che voi venite dopo, e molto

¹⁰⁵ L. Di Gregorio, *Psicopatologia del cellulare*, cit., p. 173.

dopo, la loro ansia, che non riesce ad astenersi dal flusso di parole che si scambiano al telefono.

Per loro il cellulare è la spina che li tiene legati al mondo, e così perdono il mondo circostante e soprattutto il loro mondo interiore. Infatti non sanno più cos'è il silenzio, che è poi l'unica condizione di cui disponiamo per entrare in comunicazione con noi stessi e quindi in qualche modo per conoscerci. Non sanno più cos'è l'attesa, con il carico di emozioni che comporta, e quel tanto di imprevisto che colora di sorpresa la nostra quotidianità. Non hanno più rispetto dell'atmosfera che si crea nella *comunicazione d'amore*, quando il mondo deve essere messo tra parentesi perché un altro mondo possa prender quota. Il loro presentzialismo al mondo esterno non concede all'interlocutore alcun privilegio. Un cellulare acceso è un mondo in mezzo ai due.

La perdita della libertà. Ma i telefonini si possono spegnere, talvolta non prendono, oppure la batteria è finita. E allora ecco tutta quella cascata di bugie e di giustificazioni a cui sono costretti quanti sono raggiungibili in qualsiasi punto della Terra, senza potersi sottrarre a quella sorveglianza continua a cui si sono sottoposti per sentirsi al mondo. Acceso o spento che sia, il cellulare non ci dà scampo. Se chiamiamo vuol dire che non sappiamo più attendere e, nell'attesa, pensare ed elaborare, se rispondiamo siamo in ogni momento alla mercé degli altri, se spegniamo il cellulare dobbiamo prima o poi giustificarci.

Come ognuno può constatare, non siamo più liberi, non abbiamo più *chance*. Non disponiamo più del nostro tempo per pensare le nostre risposte perché dobbiamo darle subito e di corsa, non abbiamo più la possibilità di interiorizzare i nostri amori perché, se non chiamano, è già subito abbandono. Non sappiamo più stare soli con noi stessi per più di un'ora, e così la nostra interiorità si impoverisce. E tutto ciò

per sapere subito e sul momento che la mamma sta bene, che la fidanzata ci ama, che l'amico ci aspetta che il commercialista è riuscito ad aggiustare le tasse, che l'avvocato ha trovato un buco per ricevere, insomma che il mondo esterno c'è e funziona, e noi siamo in mezzo, e in ogni istante lo possiamo controllare. Così sappiamo di esistere.

Forse abbiamo perso il soliloquio dell'anima, ma in compenso il cellulare, anche se con qualche interferenza, con qualche forzato silenzio in galleria, con qualche vuoto di campo, ci ha dato il mondo, e se non proprio il mondo, senz'altro il rumore del mondo. Un buon baratto, tutto sommato. In cambio ha voluto solo una grossa fetta della nostra libertà.

La dipendenza da internet. Se ti svegli alle quattro di notte per andare in bagno e ti fermi a controllare la posta elettronica prima di tornare a letto, se disconnetti il wi-fi e provi un vuoto terribile perché per te il mondo reale non ha ormai più alcuna consistenza, se viaggi in treno o in aereo con il tuo portatile sulle gambe, se deridi le persone che hanno un computer che non è di ultima generazione, allora evidenti si sono fatti i segni della patologia che alcune ricerche americane hanno etichettato come *Internet Addiction Disorder*. Una patologia che ha le stesse caratteristiche della tossicodipendenza, del tabagismo, dell'alcolismo, del gioco d'azzardo, dell'attività sessuale irrefrenabile, dell'assunzione di cibo seguita da vomito. Queste caratteristiche, riconoscibili in quanti fanno un uso eccessivo di internet per soddisfare sul piano virtuale quel che non riescono a ottenere sul piano della realtà, ci dicono che siamo giunti fino al punto di percepire il mondo reale come un semplice ostacolo o impedimento all'esercizio della nostra onnipotenza che sperimentiamo con immenso piacere nel mondo virtuale.

Lo shopping compulsivo on-line. Secondo Nardone

e Cagnoni,¹⁰⁶ non è un comportamento dettato tanto dal bisogno di eliminare una sensazione spiacevole, quanto dal piacere di catapultarsi in qualsiasi centro commerciale del mondo, di frugare incuriosito senza essere visto da nessuno, entrando e uscendo dal negozio in corrispondenza delle proprie esitazioni dettate dall'ansia e dal desiderio, senza suscitare il riso del commesso che, nella realtà, osserverebbe divertito lo svolgersi di questo rituale.

Il *trading on-line* a cui si applicano quanti giocano in Borsa attraverso internet. A parere di Nardone e Cagnoni,¹⁰⁷ "il trader oscilla solitamente tra due estremi: la paura e l'avidità" che, quando entrano in cortocircuito, minano le capacità di controllo dell'investitore, "spinto da una sensazione di invincibilità a correre rischi sempre più grandi e a prendere decisioni più frettolose". Questo processo viene esaltato da internet, "perché la rete aumenta la sensazione di poter tenere sotto controllo la situazione, poiché permette di conoscere l'andamento dei mercati a qualunque ora del giorno e della notte, con la contemporanea possibilità di operare on-line". Rispetto al gioco d'azzardo, il gioco in Borsa on-line è molto più pericoloso perché, grazie alla legittimità che gli viene attribuita, non è attraversato dai sensi di colpa di chi in rete si accosta ai numerosi casinò virtuali oggi esistenti, e quindi manca quel leggero freno che il senso di colpa può indurre in chi perde per aver "giocato", rispetto a chi perde per aver "investito".

Il *cybersesso* è una vera e propria dipendenza da sesso virtuale, dove la masturbazione individuale si arricchisce di una rappresentazione condivisa.

¹⁰⁶ G. Nardone, F. Cagnoni, *Perversioni in rete. Le psicopatologie da internet e il loro trattamento*, cit., pp. 55-57.

¹⁰⁷ Ivi, pp. 67-70.

La possibilità di parlare senza censura, offerta dall'anonimato, consente di liberare tutte quelle fantasie vissute finora in privato e talvolta con un senso di colpa, dal quale ci libera la possibilità di condividerle. Accade però che, giocando con la perversione e l'allucinazione del desiderio, ci si allontana dai rapporti sessuali reali che, rispetto a quelli virtuali, appaiono troppo insignificanti o troppo limitati dall'opacità della materia oppure troppo impegnativi per la presenza reale del partner.

Nelle *chat*, infine, uno è catturato dal piacere di poter liberare la sua fantasia presentandosi a degli sconosciuti con un'identità sessuale o con caratteristiche fisiche, di età, di occupazione, di stato civile diverse da quelle reali. Questa possibilità di mentire senza conseguenze, in mancanza di riscontri verificabili, riconduce a quel vissuto infantile dove si sono sperimentati sentimenti di onnipotenza e di libertà illimitata, a cui si aggiunge il piacere di essere affascinanti, almeno nel mondo virtuale, compensando in questo modo tutte le frustrazioni a cui si va incontro nel mondo reale.

Infatti chi chatta ha la possibilità di realizzare, anche se solo in modo virtuale, l'ideale del proprio Io, e di sentirsi finalmente ciò che vorrebbe essere e non riesce a essere. Con queste sensazioni a portata di mano, come fa costui a spegnere il computer e tornare in famiglia o tra gli amici dove nessuno lo crede davvero ideale? Di qui il bisogno irrefrenabile di aumentare le ore davanti al computer che, come una scatola magica, realizza d'incanto, e senza impedimenti o zone d'ombra, il sogno della nostra identità agognata.

Se poi scatta la tentazione di incontrarsi dopo diversi contatti on-line, spesso la realtà non rispecchia le aspettative, e allora il sogno si infrange e la delusione, se non addirittura la depressione, riconduce bruscamente alla realtà che non si sa come trattare. Eppure, nonostante la realtà smentisca il virtuale, non per questo ci si astiene, perché se solo il virtuale dà quello che il reale nega, allora si prende casa nel virtuale, riducendo i contatti reali, quelli a tu per tu, ormai divenuti fonte d'ansia e quindi da evitare il più possibile.

L'amore romantico e l'amore virtuale.
I siti di incontri in internet

La ragione per cui ci soffermiamo sui siti di incontri in internet non è dettata da una curiosità, ma dal fatto che internet riproduce il modello platonico di anima e corpo, dove una mente descritte con categorie psicologiche le emozioni del corpo, a differenza del modello fenomenologico che descrive le emozioni senza mediazioni razionali, ma nell'immediatezza di come sono vissute dal corpo originariamente aperto al mondo della vita.

I due modelli, che abbiamo illustrato nella *Prima* e nella *Seconda parte*, ci consentono di comprendere la differenza tra un'emozione raffreddata dalla descrizione compiuta dal primo modello, quello platonico riproposto da internet, rispetto alla descrizione del secondo modello, quello fenomenologico, che presenta l'emozione come appare quando è vissuta dal corpo dove sorge e si manifesta.

I rapporti virtuali hanno come loro caratteristica il fatto di prescindere dal corpo, il che consente, secondo alcuni, una più autentica espressione dello Valgano per tutti le considerazioni di Deborah Lupton, sociologa australiana che dirige il Centro di ricerca sociale all'Università di Canberra: "La tecnologia del computer offre all'uomo la possibilità di prescin-

dere dal corpo. [...] Nella cultura del computer, la corporeità viene spesso indicata come un malaugurato ostacolo ai piaceri dell'interazione virtuale. [...] Nella letteratura cyber, il corpo viene spesso designato come la 'ciccia', la carne morta di cui è circondata la mente attiva che costituisce il 'vero' Io".¹⁰⁸

La tecnologia telematica qui sembra seguire, senza esitazione, il percorso indicato da Platone per giungere alla verità. Scrive infatti Platone: "Sembra ci sia un sentiero che ci porta, mediante il ragionamento, direttamente a questa considerazione, e cioè fino a quando noi possediamo il corpo, e la nostra anima resta invischiata in un male siffatto, noi non raggiungeremo mai in modo adeguato ciò che ardentemente desideriamo, vale a dire la verità".¹⁰⁹

Non c'è dubbio che i due percorsi si somigliano, come se Platone avesse anticipato la purezza del mondo virtuale rispetto al mondo reale gravato dalla materia. L'unica differenza – e non è una differenza di poco conto – è che Platone prescindeva dal corpo perché le informazioni che provengono dai sensi corporei sono differenti da individuo a individuo e, nello stesso individuo, a seconda delle diverse età. Pertanto queste informazioni non sono in grado di fondare un sapere universale e valido per tutti. Di qui la necessità di procedere per astrazioni che prescindono dal corpo, come sono le idee, i numeri, le misure, oggi noi diremmo i costrutti della mente, di cui, secondo Platone, è capace l'anima. Nasce da qui quel dualismo di anima e corpo, all'interno del quale, come abbiamo visto nella *Prima parte*, la psicologia ha letto il significato delle emozioni.

¹⁰⁸ D. Lupton, *The Embodied Computer/User*, in M. Featherstone, R. Burrows (a cura di), *Cyberspace, Cybertotics, Cyberpunk*, Routledge, London, 1996, p. 100.

¹⁰⁹ Platone, *Fedone*, 66b-67a.