

Gli eroi, e il senso della vita

Riccardo Fesce (*)

Studiando e praticando la psicoterapia ho imparato quanto sia importante saper dare un nome alle nostre emozioni.

Commozione

Ho partecipato a una storia che si potrebbe definire triste, e dolorosa. Ma cercando di leggere le emozioni che si muovevano in me, e tra le persone che l'hanno vissuta ancor più da vicino, ho scoperto che si trattava di altro.

Elisa, 20 anni, ha alla fine ceduto a un nemico molto più forte di lei. Le mancava uno dei meccanismi di difesa che le cellule hanno per correggere gli errori di replicazione del DNA, e questo apre la strada ai tumori; aveva visto suo padre percorrere prima di lei quella stessa strada e andarsene. Dopo anni di interventi e terapie, che parevano dare qualche speranza, hanno vinto loro.

Era una mia studentessa. Io l'ho conosciuta per soli sei mesi, ho scambiato poche parole con lei, più che altro all'esame. Un estraneo, in fondo. Ma sapevo; e per mesi l'ho vista in aula, attenta, costante, impegnata.

Nonostante il dolore, nonostante i farmaci. Spariva a volte per una recrudescenza, un ciclo di terapia, un ricovero; ma poi ricompariva, sorridente con gli amici, vogliosa di imparare, crescere, acquisire gli strumenti per curare gli altri, un giorno. Era difficile guardarla senza che sorgesse forte una emozione profonda. L'ho rivista qualche giorno prima che se ne andasse, in ospedale; sofferente, molto provata, ma ciò che la preoccupava era di non avere forze, guardava avanti a quando sarebbe potuta

tornare, sperava che i suoi compagni non mancassero di registrare le lezioni per lei.

E ancora quella stessa emozione si è scatenata, forte e irresistibile. Non si trattava di commiserazione; affatto. C'era rabbia, sensazione di impotenza, tristezza, dolore. Ma a dominare era qualcos'altro, più simile a quello sgomento che ti prende davanti ai picchi innevati delle dolomiti, all'infinità dell'oceano, al mare infuriato sotto la pioggia, al tramonto infuocato, a una notte limpida e stellata. L'emozione di fronte a ciò che è bello, grande, più grande di te, più grande di tutto. L'emozione che provi leggendo le storie degli eroi. L'emozione di fronte a Ettore che si toglie l'elmo e sorride,



per non spaventare il figlioletto e poterlo abbracciare, prima di affrontare l'ultima sfida, contro lo spietato e invincibile Achille, nonostante le preghiere delle donne che cercano di dissuaderlo:

“Infelice, proprio il tuo valore ti ucciderà”. Sfida insensata, diresti, dato che l’esito è già scritto. Ma forse, invece, la sfida più nobile e imprescindibile: non arretrare di fronte a un compito essenziale, vitale, sia pure impossibile. Perché se pure non si può avere successo, se pure non si può vincere, la vera, unica disfatta sarebbe tirarsi indietro.

L’emozione di fronte alle parole di Paolo Borsellino, prima di essere trucidato dalla mafia: “Siamo morti che camminano...”, “È normale che esista la paura, in ogni uomo, l’importante è che sia accompagnata dal coraggio...”, “Temo la fine perché la vedo come una cosa misteriosa, non so quello che succederà nell’aldilà. Ma l’importante è che sia il coraggio a prendere il sopravvento”

Credo che il nome di quella emozione sia “commozione”. Si può non piangere per il dolore. O per la sconfitta, la perdita, la tristezza. Ma le lacrime salgono da sole, e la voce trema, se cerchi di parlare, quando ti prende lo sgomento, l’ammirazione, lo struggimento per aver intravisto un mondo carico di bellezza e di valore, immaginato una vita che vale la pena di essere vissuta. Guardando Elisa in aula, visitandola in ospedale alla fine, e davanti a quella cassa di legno chiaro mi veniva da chiedere “perché gli eroi non possono mai vincere?”. Forse, la risposta è che proprio per quello sono eroi. Perché sanno che cosa è importante, che cosa è ancora più importante della vita e della morte. E non si fermano, non rinunciano per il semplice fatto che ciò che importante è a volte (spesso?) impossibile. Finisce che raramente vincono, ma non sono mai sconfitti, perché la loro battaglia non è *contro* il destino o la morte; la loro è una battaglia *per*.

Dolore e piacere – Risultati e valore.

Come ogni animale che abbia un cervello, anche noi abbiamo circuiti nervosi che generano la percezione di dolore e di piacere. Possiamo produrre dolore stimolando elettricamente un neurone, possiamo

produrre piacere stimolandone elettricamente un altro. Ciò che ci distingue è la complessità dei circuiti cerebrali capaci di generare queste stesse emozioni per motivi astratti: provar dolore di fronte a ciò che è sbagliato, o ingiusto; provar piacere quando qualcosa ci meraviglia, quando scopriamo o riusciamo a capire, a dare coerenza e senso, quando riusciamo a cogliere l’armonia, di fronte a qualcosa di bello, di giusto, quando *facciamo* qualcosa di bello, di giusto. Si crea una nuova dimensione, nell’essere umano: si crea il *valore* di un gesto, di un impegno, perché ha senso, perché è giusto. Valore in sé. Questa società, così centrata sul competere per prevalere, sul successo, sull’avere, possedere, acquisire, distorce e comprime questa dimensione: ci spinge a concentrare l’attenzione sull’effetto pratico di ogni azione, sul premio, sul successo, sul riconoscimento sociale; sui risultati più che sulle motivazioni di ogni nostro comportamento. Sarà pur vero che “di buone intenzioni è lastricata la via dell’inferno”, ma forse non dovremmo farci ingannare, fraintendendo il significato di questa frase: troppo facile interpretarla come “ciò che conta non è il motivo, ma solo il risultato del tuo comportamento”, mentre significa tutt’altro, e cioè che hai un bel giocare a fantasticare di sogni e progetti, e buone intenzioni, ma se non si traducono in impegno e azione le buone intenzioni non servono a nulla. In impegno e azione. Non in risultati. In comportamenti che hanno senso, coerenza, bellezza, valore etico, in sé e per sé, quale che sia il risultato. Questo è ciò che ci distingue da animali che hanno meno corteccia cerebrale. Non il fatto di essere più bravi a ottenere risultati. Il ghepardo corre più forte, il ratto sopravvive in condizioni molto più difficili, i batteri sanno sfuggire agli antibiotici, le cellule tumorali sanno espellere i nostri farmaci e modificarsi e spesso sfuggire a ogni trucco che i nostri formidabili progressi scientifici riescono a

escogitare. Spesso sono loro a vincere. Ma ciò che fanno non ha valore. Non li muove il bisogno di armonia, di bellezza, di giustizia, di senso.

Dare senso

Credo si tratti dunque di riscoprire, e non dimenticare, che cosa ci distingue, come esseri umani: la capacità di essere malvagi – come giustamente sostengono gli animalisti – ma anche di agire in nome di ciò che sentiamo giusto, in difesa di ciò che ha valore, e dà senso a una azione.

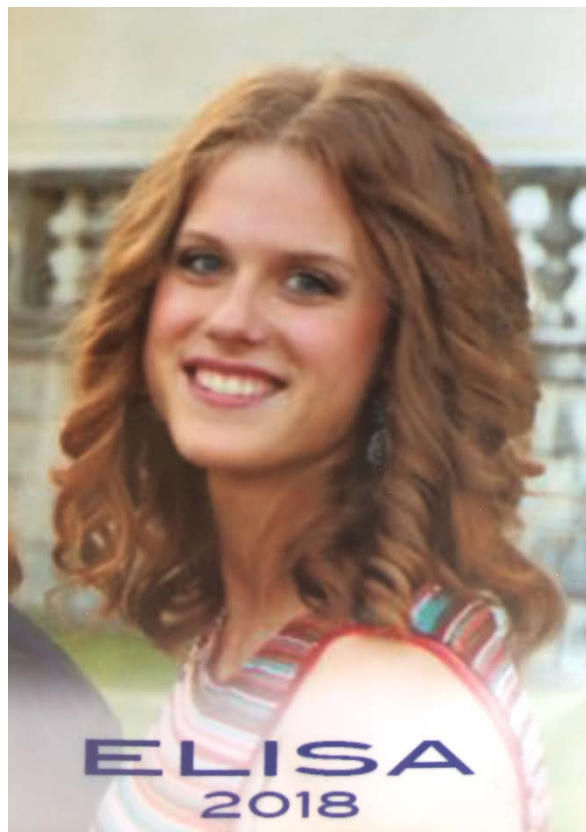
Mi tornano alla mente dei versi di De André: “Dio di misericordia / il tuo bel Paradiso / l’hai fatto soprattutto / per chi non ha sorriso / per quelli che han vissuto / con la coscienza pura / l’inferno esiste solo / per chi ne ha paura”. E vorrei parafrasarli con un equivalente paradosso laico: *la morte esiste solo per chi ne ha paura*. Perché per costoro la morte sa togliere valore alla vita. Invece per “quelli che han vissuto con la coscienza pura”, per quelli che sanno che cosa è importante, e sanno perseguirlo, che sia o no possibile, senza fermarsi, guardando avanti, per quelli che chiamiamo *eroi*, è chiaro che ben più che la vita, importante è *dare un senso* alla vita.

E se il dolore ci avvicina, nel tentativo di farci forza a vicenda, l’esempio dell’eroe ci fa sentire ancora più uniti, partecipi di un mondo migliore, ci dà energia, ci dà significato.

Eravamo in tanti a ricordare Elisa, qualche giorno fa. E c’era tristezza, c’era rabbia, c’era dolore. E lacrime. Ma non solo lacrime lamentose; soprattutto lacrime di commozione, di sgomento, di ammirazione, di gratitudine, di speranza.

Perché tutti, parenti, amici e compagni di studio, sentivamo con forza che lei ci aveva insegnato qualcosa di essenziale, qualcosa che ci faceva sentire vicini, uniti e *forti*. Ci ha insegnato che si può continuare a impegnarsi, a guardare avanti, qualunque

cosa succeda. Ci ha insegnato quanto sia chiara la strada per affrontare il destino e far fronte alla prova finale che nessuno può vincere, per farle fronte senza uscirne sconfitti: basta dare un senso alla vita.



L’auspicio è che possiamo non dimenticare mai.

(*) **Medico, psicoterapeuta, neurofisiologo.**
Centro di ricerca in Neuroscienze, Università degli Studi dell’Insubria – Busto Arsizio (VA)