

EMOZIONE ESTETICA E PROMOZIONE DELLA SALUTE

Graziella Magherini

"Le idee che hanno influenzato il mio lavoro (biologia molecolare) e alimentato il mio interesse per la memoria cosciente e inconscia derivano da una visione della mente che ho appreso dalla psichiatria e dalla psicoanalisi" Così scrive Kandel, lo scienziato premio Nobel per la medicina, che ha promosso una feconda integrazione fra biologia molecolare e comportamento, studiando in particolare il rapporto fra biologia e apprendimento (Kandel, 2007). "... ho imparato in pari misura - continua Kandel - dal modo di pensare analitico e sfaccettato della psicoanalisi e della psichiatria, nonché dal metodo rigoroso della biologia contemporanea."

Un fecondo incontro si sta attuando fra psicoanalisi, biologia e neuroscienze anche a proposito della creazione e della fruizione artistica.

È ragionevole ritenere che la prima esperienza estetica coincida con l'incontro sensoriale del bambino con il mondo esterno: il volto della madre, i suoi seni, la sua voce costituiscono le predominanti e più ricche sorgenti di sensazioni. Il mondo esterno è primariamente bello come è bello l'oggetto primario. (D. Meltzer: Cfr. G. Magherini, 2007).

Dal punto di vista delle scienze cognitive, uno dei maggiori studiosi dell'argomento, Alberto Argenton (1993), sostiene che l'emozione estetica è da considerare una caratteristica modalità di risposta a qualsiasi tipo di stimolo, evento, oggetto, persona ecc., soggettivamente valutato come bello o brutto, attraente o sgradevole. Una modalità di risposta che trova occasione esemplare di manifestarsi nel variegato mondo delle arti ma che trae ragione d'essere in una disposizione mentale che a quel mondo conduce. Numerosi studi riguardanti l'età evolutiva hanno mostrato come la sensibilità estetica definita come un complesso di abilità e competenze percettive e cognitive nei confronti delle varie forme di arte si manifesti precocemente nel bambino e segua un modello di sviluppo analogo e parallelo a quelli che attestano i progressi compiuti nella padronanza del linguaggio, del pensiero logico, nella capacità rappresentativa di tipo grafico, nella produzione musicale. Questi studi mostrano anche come solo nel periodo dell'adolescenza, almeno nella norma, si giunga a un apprezzamento, consapevole e critico, della bellezza e come sia nello stesso periodo che riemergono e si consolidano quelle capacità espressive che si erano potute manifestare diffusamente e riccamente durante l'infanzia. Intesa, al pari delle altre emozioni, come una disposizione biologica che evolve e matura tramite l'apprendimento e l'educazione, l'emozione estetica costituisce "il momento apicale di un atteggiamento pervasivo della nostra quotidiana interazione con l'ambiente naturale e artificiale, consistente in una continua valutazione delle porzioni di realtà con cui abbiamo a che fare in belle, piacevoli, sgradevoli, interessanti, noiose, brutte". Tale atteggiamento, su cui si forma la nostra esperienza estetica del mondo, guida e regola le nostre azioni, i nostri pensieri, i nostri affetti. Collegate a quanto accennato sono la sua *utilità*, essendo un elemento essenziale nella formazione della personalità e la sua *educabilità*, soprattutto l'educazione informale che potrebbe essere di preparazione a una istruzione più formalizzata dando un'adeguata

valenza pedagogica all'insegnamento artistico, della letteratura, della musica, delle arti visive.

L'ipotesi di lavoro che sta alla base di questo mio intervento è che la fruizione estetica sia una capacità innata. La biologia ha chiarito che per innato si deve intendere una potenzialità presente geneticamente in ogni essere umano, la quale tuttavia assume specifiche caratteristiche individuali in relazione con ciò che incontra nel mondo esterno. Questo, come è noto, è un meccanismo di carattere generale, ed è questo che consente l'educazione. Gli elementi, anche di natura immateriale presenti nell'ambiente, possono entrare in gioco modificando la stessa espressione genica, la disposizione dei geni a indurre specifiche azioni. Tale ipotesi richiama il modello del linguaggio. "Il punto cruciale dell'argomento - scrive Steven Pinker (1997) a proposito del linguaggio - è che il linguaggio complesso è universale perché *i bambini in realtà lo reinventano*, generazione dopo generazione è non perché viene loro insegnato, non perché sono generalmente svegli, non perché è loro utile, ma perché non possono fare a meno di fare così". Ciò che dicono molti autorevoli psicoanalisti del senso estetico è analogo a quello che dicono i linguisti della lingua: "l'architettura di base è innata" (ivi).

Si sa che "l'istinto del linguaggio", come lo chiama Pinker, conduce all'apprendimento di lingue diverse a seconda dell'ambiente. "La linguistica moderna - scrive Andrea Moro (2006) - si propone di spiegare l'apprendimento del linguaggio da parte del bambino ipotizzando una guida biologicamente determinata, una sorta di 'intelaiatura' o di 'griglia' che fornisce solo i gradi di libertà entro i quali l'esperienza, individuale (e di conseguenza collettiva) può muoversi"

La creazione e la fruizione artistica sono attività mentali e neurali ("ogni processo mentale è anche un processo neurale", Kandel, op. cit.) giocate in misura rilevante - anche se ovviamente non esclusiva - sui 'luoghi' della memoria.

Nell'ambito delle neuroscienze si parla oggi di *memoria dichiarativa o esplicita* e di *memoria procedurale o implicita*; questa seconda forma di memoria riguarda vari tipi di processi inconsci, dalla "formazione di nuove abitudini motorie (e forse anche cognitive)" alla percezione dei vari segnali affettivi, delle emozioni; ognuno di questi tipi di processi inconsci ha un preciso substrato biologico in una zona dell'encefalo (corpo striato, amigdala, ecc.) (Cfr. Kandel, op. cit.).

Fra i risultati delle ricerche delle neuroscienze e l'impostazione psicoanalitica vi sono interessanti punti di contatto. Gli psicoanalisti sono concordi nel ritenere che oltre all'inconscio dinamico "descritto da Freud, prodotto dalla rimozione e perciò depositato nella memoria esplicita o autobiografica, esiste anche un inconscio non rimosso prodotto da esperienze (anche traumatiche) dei primissimi periodi della vita relazionale e degli ultimi periodi della vita prenatale. Tali esperienze, con le fantasie e le difese prodotte, sono archiviate - come si esprime Mancia - nella memoria implicita (preverbale e presimbolica), in quanto non sono mature le strutture nervose (ippocampo e aree corticali temporali e baso-frontali) necessarie al funzionamento della memoria esplicita. [...] il lavoro del poeta e dell'artista (così come quello del sogno) avrebbe il compito di esprimere simbolicamente [...] l'inconscio non rimosso di quel poeta o di quell'artista [...]. Con questo si identifica l'inconscio non rimosso del lettore e del fruitore [...] dell'opera d'arte" (Mancia, 2004).

La competenza estetica si manifesterebbe, come ho accennato, fin dalla nascita. L'esperienza estetica della madre con il suo bambino è comune, regolare, abituale, perché ha millenni dietro di sé (Meltzer, 1988). Fin dalla nascita il bambino - sostiene Meltzer - vive un'intensa risposta estetica alla bellezza del mondo esterno con tutta la gamma di stimoli nuovi: colori, suoni, sapori, odori che colpiscono i suoi sensi. Mentre il bambino riceve il latte, contempla il volto della madre e il "buono" provato viene assimilato al "bello" visto, sicché il bello viene a fungere da simbolo. L'immagine materna contemplata nei primi tempi di vita è il precursore di ogni bellezza. Il mondo interno, la vita mentale, prende forma grazie a questa dimensione formale "estetica" delle cure materne.

Dal primo impatto estetico l'esperienza estetica evolve poi nel *gioco infantile* in cui i contenuti delle fantasie vengono trattenuti e delimitati entro cornici definite. Si pensi alla descrizione che in *Il mondo incantato* ha dato Bettelheim (1977) dell'impatto della fiaba sul bambino. La trama della fiaba è intessuta dei contenuti - libidici e aggressivi - che caratterizzano la fantasia del bambino, contenuti che lo preoccupano e che, nella loro cruda concretezza e intensità, lo angosciano. Ma la fiaba esprime quei contenuti secondo particolari regole del gioco, secondo un codice per cui essi perdono il loro carattere angosciante; per esempio la fiaba descrive i conflitti del bambino trasferendoli in un altro scenario, con personaggi che non sono il figlio, la mamma, il babbo ma l'eroe, la fata, l'orco; inoltre le mete dei desideri vengono espresse in modo figurato, indiretto come, ad esempio, sposare la principessa e diventare il re. Così il bambino, attraverso la fiaba, si confronta con il reale mondo dei suoi impulsi, li esprime ma senza provarne eccessivo allarme, senza sentirsi troppo in colpa per i loro aspetti distruttivi proprio perché questi si esprimono in effigie, in modo simbolico. Si rende possibile, così, l'espressione della totalità del mondo interno del bambino. La nascita dell'area estetica può essere colta nei primi mesi di vita di un bambino che viene allattato al seno: il suo sguardo e le sue mani sono attratti dai capelli sciolti della madre che anche sotto il tocco delle mani del bambino si muovono un poco, durante questa sequenza, in momenti in cui la bocca è staccata dal capezzolo, sorride e accenna dei gorgheggi. Lo stesso bambino, poi, supino in carrozzina sotto un albero, ride e gorgheggia guardando i rami più bassi che oscillano lievemente e le cui foglie fremono sotto la brezza. Qui si può ipotizzare proprio un passaggio, uno spostamento simbolico dai capelli della madre alle foglie, per cui il vibrare delle foglie susciterebbe nel bambino beata allegria come gliela suscitavano, poco prima, i capelli della madre, che erano belli proprio perché in quel momento avveniva non solo il mero fatto materiale della nutrizione ma anche un sogno di totale reciproco rispecchiamento, sogno che dal punto di vista di un osservatore esterno, è reso possibile dall'adattamento attivo della madre ai bisogni del bambino. Riguardo a questo adattamento attivo della madre, Bion (1962) ha ipotizzato che il bambino alla nascita e nei primi tempi della vita riverserebbe le impressioni sensoriali dell'esperienza emotiva allo stato grezzo nella madre che con la propria *reverie*, con il proprio essere in contatto emotivo con il piccolo, sarebbe in grado di restituirgli quello stesso materiale elaborato e trasformato in quello che Bion chiama *elementi alfa*. La madre dunque fungerebbe da contenitore per le impressioni emotive del bambino, questi interiorizza la funzione di contenimento, che si istituisce, quindi, come un processo interno della propria mente. Se la madre nella sua *reverie* è accogliente, flessibile, ricettiva, il figlio si troverà a possedere un inconscio contenitore che svolge una buona attività simbolizzante. Possiamo rifarci a questo piccolo frammento di osservazione di un bambino è da me condotta alcuni anni fa nell'ambito di una ricerca sulla *baby observation* secondo Ester Bick (1964) è per precisare come quel tipo di esperienza transizionale-estetica (Winnicott, 1956) sia non solo accettabile ma indispensabile per un vissuto ottimale nella vita adulta. Possiamo fantasticare che il bambino, diventato adulto, faccia il botanico e si occupi di genetica delle piante; ma il suo

relazionarsi alla natura, il suo interesse caldo e duraturo non avrebbero preso l'avvio da una considerazione positivistica, bensì da un suo significato profondamente radicato nell'area dell'illusione estetica, per cui l'albero-capelli della madre sarà diventato nel frattempo, durante l'infanzia, il bosco dove sta il castello delle fate e altro ancora.

Tra illusione estetica e conoscenza oggettiva vi è dunque compenetrazione nel senso che la prima è il costante supporto alla seconda.

Winnicott descrive la differenza fra la persona che sviluppa un sé autentico e la persona che si costruisce con una personalità tipo falso sé, un falso sé compiacente che si adegua alle esigenze, alle aspettative dell'ambiente. È di Schiller (ried. 1976) una pregnante descrizione dell'uomo moderno che ha bisogno vitale dell'esperienza estetica per rientrare in contatto con la propria totalità ma ha insieme forti difficoltà nel viverla. Nella società moderna l'uomo "eternamente legato solo a un piccolo frammento del tutto, si forma egli stesso solo come un frammento e non sviluppa mai l'armonia del suo essere e, anziché esprimere nella sua natura l'umanità, diventa solo una copia della sua occupazione, della sua scienza. Questa moderna "barbarie" (così la chiama Schiller) dell'uomo che identifica se stesso con un frammento e su questo frammento pone tutta la sua attenzione è perché esso gli dà onore e profitto è sembra attendere nell'età adulta è per confermarne e rafforzarne la condizione è quelle persone che già dall'infanzia sviluppano un falso sé, essendosi sentiti accettati solo in quanto fonte di appagamento per le esigenze e per le aspettative delle madri e dell'ambiente familiare. Capita di osservare individui e gruppi nei quali le richieste dell'ambiente sembrano schiacciare o vanificare sia la creatività sia la possibilità di fruizione estetica.

Quando l'emozione estetica si attiva davanti a un oggetto artistico dobbiamo tener presente che nell'oggetto d'arte sono depositate strutture inconscie, profonde, che vanno a toccare realtà interne di chi osserva. Si tratta di rappresentazioni "rimosse" (area simbolica della mente) e di emozioni che sono state registrate ma non simbolizzate (area asimbolica della mente). Queste ultime possono trovare nell'opera d'arte la simbolizzazione, cioè la messa in forma di una esperienza emozionale che non aveva conseguito ancora un'immagine simbolica. Può essere che l'incontro con certi luoghi e opere particolari possa far sì che avvenga una unione fra un insieme di emozioni che non hanno una forma e che assumono forma nel momento della fruizione artistica. Questo apre una prospettiva nuova alla crescita della personalità ed è l'aspetto altamente educativo della fruizione dell'opera d'arte, l'aspetto pedagogico, che mi rende del tutto favorevole a generalizzare esperienze di fruizione artistica, fra i giovani, indipendentemente da una precisa e già assimilata educazione culturale.

Non solo, ma con l'ausilio delle opere d'arte è possibile il ritrovamento di quei momenti creativi primari nel corso dei quali si ripresenta la capacità di apprendere dall'esperienza sensibile.

L'ambiente può favorire - come ho già detto - o mortificare lo sviluppo estetico; esiste il rischio che una errata educazione possa spengere, o corra il pericolo di spengere la creatività, come nei due esempi che ora riporto.

Il Piccolo Principe

Antoine De Saint-Exupery così comincia il suo celebre libro: "Un tempo lontano, quando

avevo sei anni, in un libro sulle foreste primordiali, intitolato "Storie vissute della natura", vidi un magnifico disegno Rappresentava un serpente nell'atto di inghiottire un animale [...]. C'era scritto i boa ingoiano la loro preda tutta intera, senza masticarla. Dopo di che non riescono più a muoversi e dormono durante i sei mesi che la digestione richiede. Meditai a lungo sulle avventure della giungla. E a mia volta riuscii a tracciare il mio primo disegno. Il mio disegno numero uno [fig.1]. Mostrai il mio capolavoro alle persone grandi, domandando se il disegno li spaventava. Ma mi risposero: Spaventare? Perché mai uno dovrebbe essere spaventato da un cappello? Il mio disegno non era un disegno di un cappello: Era il disegno di un boa che digeriva un elefante. Affinché vedessero chiaramente che cos'era disegnai l'interno del boa."Bisogna sempre spiegargliele le cose ai grandi" [fig. 2]



Fig.1



Fig.2

Questa volta mi risposero di lasciare da parte i boa, sia di fuori che di dentro e di applicarmi invece alla storia, alla matematica e alla grammatica"

Rachele e la maestra

Rachele, una giovane madre proveniente da una famiglia di persone molto creative, lei stessa dedita ad una attività artistica, raccontava, in una seduta di gruppo, che la maestra di asilo della propria figlia fa disegnare e colorare i bambini ma controlla che si adeguino al reale. "Un albero deve avere il tronco marrone e la chioma verde e non può tollerare che abbia la chioma bleu e il tronco rosso e così via.[fig. 3] Non dà spazio alla fantasia

dei bambini perché devono imparare. Da bambini noi avevamo spesso, invece, di queste esplosioni estetiche. La maestra di mia figlia ha paura dello scoppio, dello sfogo, dell'esplosione di una cosa passionale. Da bambina io avevo delle vere passioni estetiche. Crescendo i momenti diventano più rari, ma se lavoriamo dentro di noi li continuiamo ad avere.

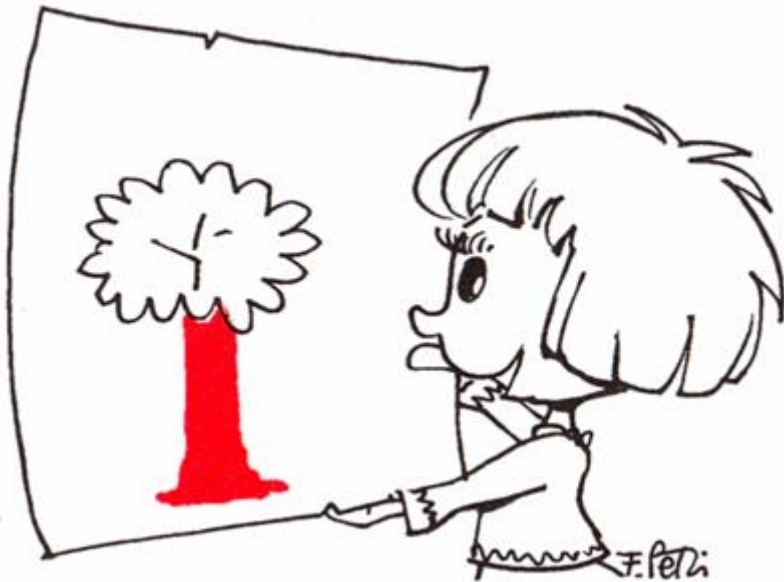


Fig.3

"Ho chiesto alla maestra di mia figlia di dare più spazio alla sua fantasia e lei è stata d'accordo ma poi mi ha detto 'che fatica star loro dietro'. Sì, è una fatica dar loro libertà di espressione. Anch'io non ho ancora trovato l'equilibrio fra le regole per vivere e la libertà di esprimersi. Non è sempre chiaro. Ad esempio, il caos, il disordine non è raccomandabile quando ci sono venti bambini insieme. Ma se uno non dà spazio a un po' di caos, di disordine, che cosa si può sperimentare? ...c'è bisogno di un po' di distruttività per creare."

Lo sviluppo della personalità come una totalità integrata trova nell'esperienza estetica un suo momento fondamentale. La psicoanalisi, in particolare con Winnicott, Meltzer e Bion, ha offerto un notevole contributo alla comprensione della evoluzione della vita psichica, sottolineando il continuo intreccio fra tendenze maturative e tutto quanto l'ambiente offre, o non offre, per saturare o lasciare insature le tendenze innate, fra le quali appunto la competenza estetica. Se l'azione dell'ambiente è tale da preservare la ricchezza e la bellezza dell'intimità del mondo interiore del bambino -favorendo in tal modo la spontaneità creativa estetica e la fantasia, accanto al necessario processo adattativo alla realtà - è possibile che riemergano nell'adulto le prime esperienze estetiche, base di quello che Schiller ha chiamato "istinto del gioco" inteso come libero gioco delle parti di sé, che emergono stimolati dall'impatto con gli oggetti estetici.

Il potersi permettere il piacere estetico è forse il caso più limpido, più puro di vacanza della mente rispetto ai binari del quotidiano pensare canalizzato verso finalità pratiche di esecuzione di un compito. Nell'esperienza estetica, liberati dall'estenuante abbraccio del Super-Io, corriamo incontro a sensazioni nuove, imprevedute, spontanee, significative di per se stesse, che mettono una nuova intensità e colore nel ritmo dell'abituale sensibilità. Quelle sensazioni sono come un gioco, un sconsiderato far chiasso. Il piacere estetico è per sua natura gratuito, disinteressato, stimola percorsi mentali non stereotipati e non rigidamente lineari ma "primaverili". E' vivere un rapporto creativo col mondo

[trovandovi risonanze con le parti del proprio mondo interno] e la nostra teoria comprende - scriveva Winnicott - che vivere creativamente è una situazione di sanità.

Bibliografia

Argenton A., L'emozione estetica, il poligrafo, Padova, 1993.

Bettelheim B., Il mondo incantato, Zeffirelli, Milano, 1977.

Bick E., Notes on infant observation in psychoanalytic training, Int. J. Psychoanal., 45, 558, 1964.

Bion W.R., Apprendere dall'esperienza, Armando, Roma, 1972 (ed. orig. 1962).

Kandel E.R., Psichiatria, psicoanalisi e nuova biologia della mente, Cortina, Milano, 2007.

Magherini G., Mi sono innamorato di una statua. Oltre la sindrome di Stendhal, Nicomp, Firenze, 2007.

Mancia M., Sentire le parole, Bollati Boringhieri, Torino, 2004.

Meltzer D., The Apprehension of Beauty, The role of Aesthetic Conflict of Development. Art and Violence, The Roland Harris Educational Trust, London, 1988.

Moro A., I confini di Babele, Longanesi, Milano, 2006.

Pinker S., L'istinto del linguaggio, Mondadori, Milano, 1997.

Schiller F., Educazione estetica, Armando, Roma, 1976.

Winnicott D.W., Psychoses and child care, in D.W. Winnicott, Collected papers, Tavistock Publ., 1956.