

Oltre l'empatia: sperimentare nuove forme di coinvolgimento con il mondo*

Laura Boella

Dipartimento di Filosofia, Università Statale di Milano, Italia
laura.boella@unimi.it

Abstract

Talking about empathy today is not easy. The word seems to get lost in a sky full of good intentions, the utopia of a better world, and all-purpose sayings. Empathy has become a key word of our time and resonates more and more often in the crisis situations that relentlessly plague our societies. My work on empathy has been nurtured by the conviction that the importance of this human capacity in the contemporary world stems from the fact that it is not the solution, as many think, but the problem. I therefore proposed a new paradigm, that of empathies, which considers the multiplicity of concrete experiences, lived in changing contexts, of contact with people, objects, non-human beings. There are many forms of individual and collective experience that have an empathic quality. At the same time, they go beyond, as they intersect with other levels and planes of experience which produce ever tighter links between justice, equality, vulnerability of human bodies and of the natural environment. This means being open to the richness of reality. Empathy is a capacity with which we are all endowed, but it is developed and practiced in very different ways, depending on the individual and, in particular, on the social, cultural situation in which each of us lives. Not only that: in the empathic experience, time, the duration of an encounter count, and similarly the space, the architecture of a place.

Parlare di empatia oggi non è facile, la parola sembra perdersi nel cielo delle buone intenzioni, dell'utopia di un mondo migliore, e insieme dei modi di dire, buoni per tutti gli usi. L'empatia è diventata una parola chiave del nostro tempo e risuona sempre più spesso nelle situazioni di crisi che investono senza tregua le nostre società. Il mio lavoro sull'empatia è stato nutrito dalla convinzione che l'importanza assunta nel mondo contemporaneo da questa capacità umana derivi dal fatto che essa non sia la soluzione, come molti pensano, ma il problema. Ho proposto pertanto un nuovo paradigma, quello delle 'empatie', che tiene conto della molteplicità delle esperienze concrete, vissute in contesti mutevoli, di incontro con persone, oggetti, esseri non umani. Ci sono molte forme di esperienza individuale e collettiva che presentano una qualità empatica e al tempo stesso chiedono di andare oltre poiché s'incrociano con altri livelli e piani di esperienza, che producono nodi sempre più stretti tra giustizia, uguaglianza e vulnerabilità dei corpi umani e dell'ambiente naturale. Ciò significa aprirsi alla ricchezza della realtà.

L'empatia è una capacità di cui tutti siamo dotati, ma si sviluppa e si pratica in modo molto diverso a seconda degli individui e in particolare in relazione alla situazione sociale, culturale in cui ognuno di noi vive. Non solo: nell'esperienza empatica contano il tempo, la durata di un incontro, e analogamente contano lo spazio, l'architettura di un luogo.

Keywords

Empathies, levels of experience, bodies, place and changing contexts.

Empatie, livelli di esperienza, corpi, luogo e contesti mutevoli.

Received: November 2022 / Accepted: November 2022 | © 2022 Author(s). Open Access issue/article(s) edited by RI-VISTA, distributed under the terms of the CC-BY-4.0 and published by Firenze University Press. Licence for metadata: CC0 1.0 DOI: 10.36253/rv-13990 - <https://oaj.fupress.net/index.php/ri-vista/index>

Parlare di empatia oggi non è facile, la parola sembra perdersi nel cielo delle buone intenzioni, dell'utopia di un mondo migliore, e insieme dei modi di dire, buoni per tutti gli usi. L'empatia è diventata una parola chiave del nostro tempo e risuona sempre più spesso nelle situazioni di crisi che investono senza tregua le nostre società. Gli studi scientifici e filosofici sull'empatia si sono moltiplicati a partire dalla fine del secolo scorso in stretto rapporto con la globalizzazione, con la diffusione dell'accesso agli strumenti digitali e la dimensione planetaria degli scambi tra persone e popolazioni appartenenti a mondi economici e culturali diversissimi. Un virus che non conosce confini è stato la manifestazione più eclatante di un legame che sembrava connettere l'umanità in un unico destino, ma che non è mai stato scontato. La connessione globale metteva in primo piano l'interdipendenza tra Stati, nazioni, istituzioni, gruppi, fedi, culture e al tempo stesso chiamava a gestirla, a tradurla in forme di vita individuali e interpersonali. L'empatia è balzata in primo piano all'inizio del nuovo millennio in seguito allo spalancarsi del vuoto tra individuo e collettivo creato dal crollo delle ideologie novecentesche. A differenza dei modelli rivoluzionari (cambiamento del modo di produzione, collettivizzazione dell'agricoltura e dell'industria, fine della proprietà privata), l'empatia chiamava in causa il singolo individuo, la

sensibilità e le emozioni modellate nel corso dell'evoluzione, almeno secondo Darwin, in direzione della cooperazione, dell'associazione, della cura dei piccoli e dei deboli per la sopravvivenza della specie.

In pochi anni la prospettiva si è enormemente ampliata: alle preoccupazioni per la difficoltà delle relazioni interpersonali in un mondo ferocemente individualistico si sono affiancate le minacce derivanti dalle discriminazioni sociali e razziali, dall'odio, dalla volontà di potenza degli Stati e dagli integralismi. Ad esse si è aggiunta la consapevolezza di essere vicini ad un punto di non ritorno per quanto riguarda l'abitabilità del pianeta e lo sfruttamento indiscriminato delle risorse naturali. Gli studi concentrati sull'empatia come risorsa etica e sociale, sulla solidarietà, sull'altruismo, sulla partecipazione alla sofferenza altrui, spesso non sono riusciti a tenere insieme la questione della giustizia, dell'uguaglianza, della vulnerabilità e dipendenza, della distruzione e cura della Terra su cui poggiamo i piedi, dell'aria che respiriamo. È accaduto anche che la scienza dell'empatia ci ha dimostrato (e la guerra tra Russia e Ucraina non ha fatto che confermarlo) che le riserve di compassione e di partecipazione alle sofferenze altrui sono temporanee (dopo un picco si esauriscono), che le risposte di aiuto e di solidarietà sono affette da partigianeria e selettività. La forza con cui l'interdipendenza che ci lega ai nostri simili e ai

processi naturali ci è cascata addosso ci ha trovati impreparati. La pandemia, il riscaldamento globale e i sommovimenti geopolitici causati dalla guerra sono entrati in una sorta di competizione per quanto riguarda gli interessi politici individuali e collettivi. Non possiamo ignorare questa realtà che provoca un forte senso del limite della capacità empatica, della sua inadeguatezza in una realtà complessa. Il mio lavoro sull'empatia è stato nutrito dalla convinzione che l'importanza assunta nel mondo contemporaneo da questa capacità umana derivi dal fatto che essa non sia la soluzione, come molti pensano, ma il problema. Ho proposto pertanto un nuovo paradigma, quello delle 'empatie', che tiene conto della molteplicità delle esperienze concrete, vissute in contesti mutevoli, di incontro con persone, oggetti, esseri non umani. Parlare di empatie vuole anche dire segnalare il fatto che la capacità empatica non può essere considerata una sorta di base neurobiologica sottostante a ogni forma di esperienza intersoggettiva e di relazione con l'ambiente sociale e naturale. Ci sono molte forme di esperienza individuale e collettiva che presentano una qualità empatica e al tempo stesso chiedono di andare oltre poiché s'incrociano con altri livelli e piani di esperienza. Ciò significa aprirsi alla ricchezza della realtà e in particolare ai profili del mutamento radicale reso evidente dalle molteplici crisi odierne. Il riscaldamento globale, la pandemia, la guerra che ha innescato profondi sommovimenti geopolitici invitano a spostarci dal punto di vista della storia e del mondo umano alla prospettiva della vitale interdipendenza con altri mondi, popolati da esseri infinitamente numerosi ugualmente legati alla Terra e che in molti modi hanno collaborato a renderla vivibile per la specie umana.

Oggi, di fronte al succedersi di eventi che minacciano direttamente l'associazione, la cooperazione, la solidarietà, la sopravvivenza della specie, l'interdipendenza, l'essere in relazione continua a essere un dato della costituzione neurobiologica di ogni esse-

re umano, un fenomeno di connessione globale economica, finanziaria e culturale, ma non si esaurisce nella socialità umana. La relazionalità costitutiva della condizione umana mette in gioco diversi livelli di esperienza che producono nodi sempre più stretti tra giustizia, uguaglianza e vulnerabilità dei corpi umani e dell'ambiente naturale.

Usare una parola sola, empatia, per affrontare questo intreccio di interazioni e interrelazioni è quindi insufficiente.

Il discorso sull'empatia deve ripartire dall'ampiezza del suo spettro, peraltro incarnata nei nomi usati per descrivere l'esperienza empatica - simpatia, compassione, cura - e nella consapevolezza, documentata dagli studi più recenti, della sua fragilità e complessità, della molteplicità di sfaccettature che la caratterizzano e comprendono lati oscuri e limiti. Le differenti forme di relazione generano variazioni notevoli di esperienza. Nelle relazioni interpersonali il linguaggio ci permette di dare un nome (anche solo un pronome quando è anonimo) al partner o interlocutore (io-tu, io-lui/lei, io-noi). Possiamo anche riconoscere per analogia o differenza) alcune sue caratteristiche antropologiche ed etniche. Se pensiamo alle relazioni con l'ambiente, le cose si complicano. Parliamo di 'essere viventi' (animali, piante, microorganismi), di 'mondo non-umano' (dalle pietre alla sabbia all'acqua alla polvere e cenere di un incendio), di 'oggetti fabbricati e prodotti dagli esseri umani' (tecnologici, architettonici, artistici) con i quali intratteniamo relazioni quotidiane. Ma che cosa attribuiamo a loro? Un 'noi', perché vivono in branchi, stormi, greggi o altro tipo di associazioni? Li riuniamo in generici assemblaggi di molecole, microprocessori, viti, mattoni, acciaio, metalli rari? Li classifichiamo in 'forme' e stili artistici e architettonici (il quadro, la statua, il ponte, la casa)? Eppure siamo fatti di relazioni cosce e inconscie con esseri e entità non sociali e non umane che attivano processi neurobiologici e psichici individuali, attività emotive e cognitive, aspettative di conoscenza

e di azione generate dall'incontro, dalle infinite, disparate forme del contatto. Tale incontro non è certo interpretabile semplicemente (e spesso retoricamente) nei termini di condivisione, di risonanza affettiva, di reciproca animazione. Esso consiste invece nella sperimentazione in prima persona dell'impegno richiesto dal vivere in un mondo che non ci coinvolge solo nella dimensione della globalizzazione economica e finanziaria, ma anche nei feed-back (studiati dalle Scienze del Sistema Terra ESS), di cui siamo in parte responsabili, tra le nostre tecnologie, un sistema industriale e forme di vita basate sull'uso sfrenato dei combustibili fossili e l'atmosfera, il suolo, gli oceani, i ghiacciai. Questo coinvolgimento nel mondo trasforma in molti modi il soggetto umano, ampliando l'orizzonte delle sue esperienze. E ciò avviene perché la realtà (e ciò vale per un familiare così come per una foresta o un dipinto di Bosch) resiste alla presa di possesso, alla pretesa di conoscenza, di previsione, all'imposizione di un unico punto di vista. Resiste non perché si erge come minaccia, limite, mitica alterità, ma perché ha misure, luoghi, interazioni che traboccano ampiamente da quelle umane.

Parlare di empatia come esperienza individuale può sembrare veramente sproporzionato rispetto alla realtà appena descritta. La difficoltà sta soprattutto nella necessità di connettere l'esperienza interpersonale, con il peso delle sue contraddizioni e conflitti nelle società contemporanee, con l'esperienza vitale che ci lega all'ambiente naturale e artificiale che ci circonda. Non bisogna però dimenticare che anche il più quotidiano e 'antropocentrico' (questa è l'obiezione che viene spontanea nei confronti dell'empatia) incontro con un altro essere, umano o non-umano genera un movimento, si sviluppa cioè attraverso la nascita di emozioni, pensieri, intenzioni sulla scena della relazione. Si tratta di un movimento complesso e per nulla caratterizzato dalla reciprocità e dalla somiglianza. Anche quando si incontra ciò che è comune, i movimenti corporei,

determinate emozioni, intenzioni e comportamenti appartenenti al repertorio dell'umano, si incontra l'irriducibile differenza dell'altro/a (la vergogna che empatizzo è la 'sua' e non la 'mia'), non un mio so-sia, che agisce e si situa in un luogo che interferisce, ma non è il mio.

Gli sviluppi dell'esperienza empatica sono molto diversi e portano lontano. Seguendone i cambiamenti sulle diverse scene e ambienti delle relazioni, si nota che la molteplicità di esperienze vitali, emotive e cognitive aprono lo spazio di modelli alternativi rispetto a quello dell'incontro interpersonale.

Sappiamo che l'empatia è una capacità di cui tutti siamo dotati, ma si sviluppa e si pratica in modo molto diverso a seconda degli individui (uomini e donne, giovani, adulti, anziani) e in particolare in relazione alla situazione sociale, culturale in cui ognuno di noi vive. Non solo: nell'esperienza empatica contano il tempo, la durata di un incontro, e analogamente contano lo spazio, l'architettura di un luogo. Pensiamo alla differenza tra l'empatia tra medico e paziente in una struttura ospedaliera, in una sala operatoria o in un pronto soccorso, e l'empatia di un giudice o di un avvocato con un imputato che ha come teatro le aule di un tribunale. Pensiamo all'empatia con un'opera d'arte esposta in un museo, costruito in modo da favorire un rapporto con un dipinto o una scultura che è variato nel corso delle epoche, passando dalla contemplazione ammirata dell'opera d'arte all'immersione diretta resa possibile dalle risorse digitali.

Le cose cambiano ancora se pensiamo all'empatia che si esplica nei confronti di un paesaggio naturale, a contatto con alberi, foreste, animali, rocce e ghiacci non sempre gentili con noi.

È chiaro che descrivere in questo modo l'esperienza empatica implica alcune importanti conseguenze. L'atto individuale legato all'incontro sensibile e corporeo con un altro essere umano può servire solo da pietra di paragone per l'incontro con l'ambiente, gli esseri e gli oggetti che lo popolano. Ne consegue

uno spostamento rispetto alla ricerca attuale fondata sullo studio dei meccanismi cerebrali, emotivi e cognitivi, dell'individuo che 'risponde' alle espressioni, ai movimenti di un altro spesso definito come target, semplice destinatario dell'atto empatico. L'atto primario di incontro con un'altra persona, con un oggetto, un manufatto, un paesaggio, è invece l'inizio di un'esperienza emotiva, cognitiva, pratica mossa e guidata dalla presenza di un altro essere - umano e non-umano - sulla scena del mondo.

L'empatia deve pertanto essere considerata un 'laboratorio di esperienze' e non ha senso fissarsi sulla definizione di una capacità dalle mille sfaccettature legate alle molteplici forme di relazione in cui siamo coinvolti. Più interessante può essere riconfigurare i tre movimenti fondamentali che caratterizzano l'esperienza empatica nell'orizzonte di una realtà in cui tempi, spazi, differenze sociali e culturali, relazioni di potere, tecnologie, interferenze di agenti non-umani e di processi che coinvolgono il sistema-Terra sono inestricabilmente intrecciati. Si noterà come la riconfigurazione che mi limito ad abbozzare non deve essere letta come un passaggio 'dall'empatia interpersonale all'empatia per la natura'. Al contrario, mettere al centro una nuova visione della realtà e il conseguente ampliamento (con i limiti a cui ho accennato) dell'orizzonte della capacità empatica, comporta l'intensificazione del legame tra i fenomeni sociali, geopolitici, tecnologici, economici e finanziari che segnano il mondo contemporaneo e i processi del sistema Terra.

1. *L'incontro dei corpi*

Sappiamo bene cosa significhi l'emozione, il fascino, la paura di un incontro con un essere umano. Eppure viviamo consciamente o inconsciamente incontri con animali (a parte gli animali domestici purtroppo eccessivamente 'umanizzati') o con pezzi di materia, con un virus o con l'inquinamento dell'aria o del mare che spesso non si vedono né si annusano. Il nostro corpo è coinvolto in corpi del tutto eterogenei, viviamo attrazione e repulsione, volontà di

possessione e inermità, senso di sproporzione (troppo grande, troppo piccolo). Non si tratta della semplice proiezione dei nostri sentimenti e intenzioni su ciò che abbiamo di fronte. La parete di roccia non è solo occasione di performance sportiva, il mare o il fiume minaccioso o tranquillizzante a seconda che risponda alla nostra abilità nella vela, la mucca e la capra guardate con interesse e cura se producono buon latte. L'incontro implica un passaggio tra un corpo umano, le sue storie e discorsi, e il flusso di messaggi che vengono da altri corpi, controparti vegetali, organiche o inorganiche. Il corpo umano e il suo linguaggio stanno al crocevia di questo incontro e degli effetti reciproci che transitano tra di esso e entità differenti.

2. *Lo spostamento dal luogo in cui si sta verso un altro luogo*

Conosciamo il mettersi nei panni dell'altro, adottare la sua prospettiva, anche se spesso non facciamo altro che chiederci "cosa proverei al suo posto?", mentre questo movimento implica una domanda più difficile: "che cosa sta provando, vivendo l'altro?". Nel momento in cui affrontiamo una realtà spesso fuori scala rispetto a quella umana ci troviamo privi di risorse linguistiche e di strumenti di comprensione oppure sentiamo che non ci bastano neppure conoscenze scientifiche efficaci. È vero che la nostra sensibilità si può estendere fino a un certo limite oltre la struttura antropologica. Siamo in grado di capire che lo scodinzolare di un cane è un sintomo di gioia o di salute, anche se sappiamo benissimo che una coda non è una mano che può intrecciarsi con quella di un'altra persona. E' altrettanto vero che il nostro senso della vitalità (energia, stanchezza, slancio, abbattimento, fragilità) ci permette di sentire la 'stanchezza' di un uccello che ha fatto un lungo volo, l' 'esaurimento' di un corallo sbiadito, la 'vulnerabilità' di un albero che, come noi, non respira a causa dell'aria inquinata e non riesce più a fiorire. D'altra parte, l'impossibilità di mettersi materialmente 'nei panni o nelle scarpe' dei microrganismi,

dei pesci e degli uccelli, dei batteri, dei virus, di un blocco di marmo o di tufo invita a non cercare a tutti i costi una 'simpatia' sensoriale o vitale con il mondo non-umano che resta in ogni caso antropomorfa.

Il movimento di cui sto parlando richiede immaginazione, un ampliamento della nostra sensibilità verso ciò che non conosciamo e non riusciamo ad esprimere basato sulla capacità di osservazione, sull'attenzione ai particolari. Resta il fatto che si tratta di uno spostamento di luogo, da quello in cui siamo a un altro con caratteristiche totalmente eterogenee. Ciò che deve essere messo al centro e ridefinito è dunque il 'luogo', che non è più il vicino o il distante, il locale o il globale, il micro o il macro, il noto e l'ignoto, ma è un 'qui e ora' di localizzazioni e temporalità multiple abitato e popolato da corpi con scale diverse: montagne, persone, insetti, paesaggi, fiumi. Come se il passaggio da un luogo (il nostro) a un altro (dove stanno molti altri anonimi, invisibili, sconosciuti) facesse del movimento di spostamento facesse del luogo (di un territorio in cui si è radicati o sradicati) una sorta di colata lavica di processi cognitivi, azioni materiali (costruzione di ponti e di edifici), effetti duraturi di forze naturali, sociali, tecnologiche, passioni, affetti, rappresentazioni.

3. *La trasformazione dell'idea classica di individuo che sta di fronte a un mondo oggettivo* (che ormai non si può più chiamare 'natura') *in quella di un essere che è immerso, sta dentro uno scambio continuo con dinamiche ecologiche che investono cellule e sistemi immunitari attraverso il cibo, l'aria, le pareti delle case, i materiali dell'ambiente circostante.*

L'ampliamento dell'orizzonte dell'empatia avrà fatto perdere la possibilità di usarne il nome come una sorta di superpotere, ma produce un guadagno, quello di attraversare numerosi piani di esperienza spingendosi in un regno che per molto tempo abbiamo pensato non recasse se non labili tracce dell'umano, fosse caratterizzato da processi di lentezza incomparabile rispetto al tempo umano, fosse sordo e insensibile al modo in cui picconavamo le rocce, deviammo il corso dei fiumi, assorbivamo felicemente i raggi del sole sulla pelle, sfidavamo pareti di ghiaccio e di roccia per fini di conoscenza o altro. Questo è il merito di un tema discusso e diventato uno dei tanti miti della *pop science*, l'Antropocene, il nome che alcuni scienziati propongono di dare alla nuova era geologica in cui la grande accelerazione dello sviluppo industriale moderno e del consumo di energia fossile, la crescita della popolazione, gli esperimenti atomici e l'invasione della plastica (un batter di ciglia rispetto al *deep time* della Terra) hanno modificato i processi della biosfera lasciando tracce paragonabili a quelle della caduta di un asteroide o di un'era glaciale. La trasformazione di sé, che deve passare anche attraverso il confronto della mentalità occidentale con la visione della natura delle popolazioni che abitano altre aree del pianeta, è forse il primo passo. Cercare la misura delle nostre emozioni, scelte di vita e stili di pensiero di fronte all'umanità in pericolo significa iniziare a sperimentare spazi, scritture, immaginazioni capaci di mettere in atto il nostro coinvolgimento nella pluralità di mondi che fanno dell'universo umano un multiverso.

Note

*Questo testo è una cellula embrionale di un lavoro in corso, una nuova pista di ricerca che prende le mosse dal mio libro *Empatie. L'esperienza empatica nella società del conflitto*, Raffaello Cortina Editore, Milano 2018, e dal saggio *L'Antropocene o il mondo che ha ruotato il suo asse*, in «Altre modernità», 9, 2019 (rivista on line dell'Università di Milano).