DOPPIOZERO

L'empatia, nel bene e nel male

Mauro Portello

21 Aprile 2020

Pochi giorni prima dell'infuriare del virus in Europa, e in Italia in particolare, avevo scritto un possibile inizio di questo articolo e ora non posso fare a meno di riportarlo come una sorta di testimonianza fattuale di un prima che oggi forse non c'è più. "Nell'aria – dicevo – c'è come un sentore di disgregazione, cresce un'allerta psicologica contro ciò che separa, divide e allontana. Viene da alzare la voce per lanciare un sincero 'Teniamoci stretti!' per affrontare una sensazione forte di smarrimento, per un incombere di paure generiche che si intersecano con quelle personali di ognuno di noi. Insomma: teniamoci stretti perché tutti abbiamo bisogno di tutti. Per questo viene naturale riflettere sull'empatia, sulla qualità che, nel bene e nel male, ci tiene insieme." Eravamo intorno alla fine di febbraio. E solo pochi giorni dopo l'esplosione dell'epidemia, Mariangela Gualtieri in *Nove marzo duemilaventi* ci ha detto, con grandezza: "ci dovevamo fermare. / Lo sapevamo. Lo sentivamo tutti / ch'era troppo furioso / il nostro fare. Stare dentro le cose. / Tutti fuori di noi."

Quello che ora stiamo vivendo, che forse sarà uno *switch* epocale, tocca anche *Critica della ragione empatica. Fenomenologia dell'altruismo e della crudeltà* di Anna Donise (il Mulino, 2020, p. 303), un libro in cui necessariamente manca un capitolo, probabilmente non secondario, che l'autrice non poteva aver scritto e nemmeno pensato, un capitolo dedicato appunto agli "uomini del coronavirus" e al loro modo di sperimentare l'empatia. Manca cioè quell'ulteriore riflessione che *prima* semplicemente non poteva darsi e che solo ora, con la concretezza della "prova in vivo", come dicono i biologi, possiamo fare. Non spetta a me riempire questo vuoto, di certo è pressoché impossibile leggere un libro sull'empatia senza un incombente retropensiero che l'enorme realtà di una moderna pandemia in corso giocoforza impone. E proprio per questo *Critica della ragione empatica* assume, secondo me, un valore ancora più pregnante nella misura in cui ci propone un pensiero ordinato e sedimentato con cui la nuova "tempesta" si dovrà

misurare e verificare. Quando sarà finita “torneremo con una comprensione dilatata”, dice Mariangela Gualtieri, e in quel momento forse si potrà parlare anche di una *nuova empatia*.

Lo studio molto denso di Anna Donise, dopo una prima parte (*Pensare l’empatia*) in cui si dà conto passo passo delle progressioni e/o deviazioni della riflessione teorica sviluppata – anche faticosamente – nel tempo, si chiude con la seconda parte (*Praticare l’empatia*) di “verifica” dedicata alla connessione che l’empatia può instaurare con la psicopatologia e la crudeltà. L’empatia, dice l’autrice, non è una qualità transitoria “perché la capacità di sentire l’altro è parte del nostro essere umani” e dunque non è una caratteristica che solo alcuni individui hanno e non altri. L’empatia siamo noi. Tutto comincia nel Settecento quando David Hume e Adam Smith introducono il tema della simpatia, l’analisi del quale, via Kant, giunge al primo Novecento quando la riflessione di Theodor Lipps chiarisce che l’empatia (*Einfühlung*, “sentire” *fühlen*, “dentro” *ein*, l’altro) “è una fonte di conoscenza al pari della percezione sensibile”. Anche l’empatia, come strumento di conoscenza, avrà, dunque, un suo modo di funzionare, una sua “ragione”. E una *critica della ragione empatica* consentirà di comprendere che cosa mediante l’empatia possiamo conoscere. Karl Jaspers, ad esempio, considererà l’empatia uno strumento della psicoterapia capace di “leggere” anche i silenzi e le cecità dei pazienti. L’etica stessa, lo stadio più generale dei doveri sociali, avrà un’arma in più a sua disposizione, perché se “tutti i livelli dell’empatia ci dicono qualcosa dell’altro (e di noi stessi)” questo significa, conclude Donise, che “la dimensione razionale e universalizzante propria dell’etica non può fare a meno di questa sorta di lente d’ingrandimento o di *zoom* cognitivo che è l’empatia” (p.13).

QUADERNI PER L'UNIVERSITÀ

STEFANO PASTA

Razzismi 2.0

Analisi socio-educativa dell'odio online



Scholé

Io provo empatia quando condivido un'emozione simile o uguale a quella che provano altre persone, come se momentaneamente io fossi l'altro. È una cosa che fa parte della vita quotidiana e mette in azione sia processi cognitivi che affettivi; per provare empatia devo sapere e sentire. L'empatia è "un nostro modo d'essere, di stare al mondo e di conoscerlo" non qualcosa che decidiamo di attivare o meno, dice Donise accogliendo il pensiero di Theodor Lipps (p.147).

Per essere compresa l'empatia va osservata nei suoi diversi piani come fossero gli strati di una torta in cui ognuno fa da base a, e determina quello successivo. C'è un'"empatia di base" su cui poggia strutturalmente l'empatia più "alta e spirituale". È proprio questa "stratificazione dei vissuti empatici" che, secondo l'autrice, ci permette di individuare le diversità del comportamento empatico.

Credo importante riassumere i punti essenziali della teoria (perdonate se schematizzo e semplifico). La "teoria della stratificazione" individua prima il grado zero dell'*Unipatia*, un "sentire unico" vitale proprio di tutti noi, inconscio e pulsionale, "che precede la distinzione tra io e tu" (p.92), e poi cinque altri livelli: 1. Il livello del *Contagio emotivo o empatia fusionale*, di una immersione involontaria, irrazionale e inconscia nel corpo dell'altro, di quando, ad esempio, proietto sull'acrobata che sto guardando la mia sensazione di vuoto allo stomaco che lui probabilmente non prova. 2. Il livello dell'*Empatia emotiva*, di quando non ho un "vissuto fusionale", ma "sento la tristezza dell'altro senza che questa diventi la mia tristezza". 3. Il livello dell'*Empatia immedesimativa*, quello tipico dei bambini quando giocano a "facciamo che io ero…", e si mettono nei panni dell'altro mantenendo però chiara la consapevolezza di sé. 4. Il livello dell' *Empatia comprendente e narrativa*, della capacità di entrare nella visione del mondo dell'altro, con uno sforzo di immaginazione come quando si leggono e si partecipa delle vicende e delle riflessioni di un personaggio di un romanzo. 5. Il livello della *Simpatia* che, tuttavia, è un "vissuto ibrido" come l'*Unipatia*, poiché contiene in sé altro, cioè "la nostra capacità di prenderci cura degli altri, ma anche la nostra disponibilità a farlo" (pp.139-141). Con la teoria della stratificazione, dice Donise, io posso dar conto di tutte le sfumature empatiche e, nel momento in cui uno degli "strati" non funziona (ad esempio nelle patologie psichiche), posso capire se e come intervenire per ripararlo, agendo sugli altri livelli, lavorando con le loro interconnessioni.

Comunemente "essere empatici" è ritenuto un positivo aspetto di generosa (e generica) disponibilità verso gli altri e soprattutto verso chi si trova in difficoltà. Come se il contatto empatico fosse in sé garanzia di rispetto e amore per il

prossimo (un equivoco in cui lo stesso Barak Obama è caduto in un celebre discorso poco prima di diventare presidente). Un pensiero, sottolinea Donise, spesso fatto proprio da diversi addetti ai lavori. Ma l'empatia non necessariamente è altruista, né orientata all'uguaglianza tra gli uomini. Al contrario, proprio l'empatia può indurci a comportamenti di parte e può anche diventare "una preziosa alleata della crudeltà". L'empatia nel bene e nel male, appunto. Mi viene in mente la *Casa di carta*, nota serie TV spagnola, in cui (episodio 13) il Professore, mente diabolica della rapina, dice che per controllare e rendere più docili gli ostaggi, soprattutto quando essi saranno ormai innervositi dalla tensione, la banda di rapinatori dovrà usare l'empatia. Le funzioni empatiche, in quanto parti costitutive dell'umano, non possono non intervenire, ai vari livelli della stratificazione, in ogni contesto sociale, anche, ad esempio, in una comunità criminale. Dietro agli stessi piccoli screzi quotidiani che ci capita di subire (su cui ragionavo tempo fa in *La piccola cattiveria*), c'è sempre un sentire empatico che si orienta verso "il male". L'empatia, dice Donise – riprendendo ancora Lipps –, è "un sentire la vita intesa come attività e forza nell'oggetto o nell'altro", è "un'attività istintiva che non scelgo: se sono in platea e guardo i movimenti dell'acrobata sul filo non posso scegliere di non provare il vuoto allo stomaco e le vertigini, perché l'attivazione è inconscia e immediata" (p.214). Solo la ragione può fungere da "correttivo dell'immediata relazione empatica".

C'è un tema che non compare in *Critica della ragione empatica*: l'empatia nel web. Un'altra dimensione delle relazioni umane che con l'empatia non può non avere a che fare e su cui penso andrebbe posta più enfasi. Su questo riflette Stefano Pasta in *Razzismi 2.0. Analisi socio-educativa dell'odio online* (Morcelliana, 2018) proponendo un vero progetto di "educazione all'empatia" come argine fondamentale all'uso anti-etico della rete.

Il repentino riflettere sul senso di comunità che proviamo in questo momento di oppressione "globale" causata dall'epidemia, offrirà di sicuro nuovi oggetti d'analisi, sulle nuove possibilità relazionali, revisioni valoriali, un nuovo desiderare. Sarà molto importante, ma sarà anche uno spettacolo culturale bello perché servirà *anche* a "tenerci stretti".

Se continuiamo a tenere vivo questo spazio è grazie a te. Anche un solo euro per noi significa molto.
Torna presto a leggerci e SOSTIENI DOPPIOZERO

Anna Donise

Critica della ragione empatica

Fenomenologia dell'altruismo e della crudeltà



il Mulino Saggi