

Etica e empatia sono social

Molti studi degli ultimi anni tendono a farci capire che abbiamo un'etica fondata biologicamente e che questa etica si fonda su una situazione gruppale e per di più incarnata nel nostro corpo e nei suoi movimenti. Non siamo un "io" ma piuttosto un "noi", e fin dalla nascita. Motivo per cui l'empatia diventa una dimensione molto importante per l'etica.

La scoperta dei neuroni specchio ad opera di un gruppo di scienziati guidati da Giacomo Rizzolatti è stata giudicata dall'insigne neuroscienziato Vilayanur S. Ramachandran foriera di cambiamenti per la psicologia pari a quelli che la scoperta del DNA ha causato nella biologia: la nostra capacità di riprodurre le azioni altrui e di comprendere le loro reazioni dipende da specifici processi cerebrali che coinvolgono i neuroni specchio che si attivano in modo immediato e inconsapevole (non dunque mediante processi cognitivi o volitivi) per "rispecchiare" vale a dire riprodurre, senza portarla all'esecuzione, l'azione, l'emozione e la sensazione altrui. Ciò che ci lega agli altri esseri umani – e soprattutto ciò che ce li fa "capire" – è quindi in primo luogo una condizione biologica che non dipende per niente dalla consapevolezza, dalla decisione, dalla rappresentazione cognitiva: si tratta di empatia, di una condizione pre-cognitiva e pre-verbale. Del resto lo diceva già Aristotele: l'uomo è un *zoon politikon*, un animale sociale e la conseguenza più rilevante di questa nuova visione dell'empatia è che noi siamo biologicamente sociali perché abbiamo incorporato in noi in modo geneticamente determinato un apparato che permette di percepire, riconoscere e riprodurre ciò che sentono e fanno le altre persone.

Del resto già Paul Ekman, consulente della celebre serie TV *Lie to me*, aveva dimostrato che gli esseri umani esprimono e riconoscono le emozioni in modo indipendente dalla cultura di appartenenza. Come? Con l'empatia.

Insomma non siamo un io ma un noi, ed è curioso che il mondo occidentale abbia sviluppato negli ultimi due o tre secoli una cultura così sfrenatamente individualista e come ancora oggi molti pensino con candida ingenuità che "la società è fatta di individui", che "alla fine chi decide è la persona" e che "siamo tutti egoisti" e "in fondo tutti pensano solo al proprio tornaconto". In termini scientifici sono fesserie. Certo che siamo individui, ma immersi in reti di imitazioni reciproche, come già Freud sosteneva, e una persona (parola che ricordo significa *maschera*) è il frutto di interazioni e imitazioni continue che lo connettono a tantissime altre persone che a loro volte lo rispecchiano e si rispecchiano: il cervello non è individuale, il cervello è un social network.

Ma c'è di più la scoperta della funzione dei neuroni specchio, insieme ad altre ricerche, come per esempio le ricerche di Lakoff sulla metafora, ci conduce a pensare che non solo l'apprendimento e la conoscenza avvengono in contesti sociali, che non solo siamo biologicamente un noi, ma pure, che noi conosciamo, apprendiamo, comunichiamo anche e soprattutto mediante il corpo e il movimento. Siamo animali corporei, oltre che sociali, e il ruolo fondamentale nella comprensione degli altri, ovvero nell'empatia, lo svolge il *sistema motorio* che, essendo preposto al controllo muscolare e alla regolazione dei movimenti, ci permette per esempio di provare tristezza quando vediamo un viso triste – motivo per cui le emozioni sono contagiose e i cartoni animati, con le loro espressioni stilizzate e aumentate, li capiscono tutti in tutto il mondo.

Empatia non è essere buoni o simpatici o comprensivi. Consiste in una capacità innata e legata al sistema motorio, ovvero all'agire, che ci rende capaci di comprendere in modo immediato gli altri e le loro azioni, e di conseguenza le loro e nostre interazioni, consentendoci di condividere il senso di tutto quanto facciamo, tanto quanto alle motivazioni tanto quanto agli scopi. Insomma senza empatia si ferma tutto (si pensi che secondo molte ricerche il deficit di neuroni specchio è da correlare all'autismo), per lo meno tutto quanto si lega alle interazioni degli esseri umani, al loro stare insieme in società per fare delle cose. Ecco perché l'empatia è importante: con più empatia si fa meglio e di più.

Paolo Cervari, consulente aziendale, coach e formatore, è coautore del libro [IES – Intelligenza empatico sociale](#), Franco Angeli.

