

# Creativi per sconfiggere l'angoscia

## La mente che reinventa il mondo

**Neuroscienze**  
Quando i bambini immaginano animali fantastici o viaggi in terre sconosciute stanno esercitando il cervello nella sua funzione primaria di «generatore di diversità». E per gli adulti le cose non sono poi molto diverse, come insegna Borges

di GIANCARLO DIMAGGIO

**C**reare è un atto gentilmente criminale. Guardatelo il bambino all'opera con la sua corte di pupazzetti: sta rubando alla realtà la sua sostanza. Prestate attenzione al piccolo alchimista. Dentro il suo cervello gli oggetti diventano immagini mentali che manipolerà, doserà, smonterà e ricomporrà in un atto interminabile di mancanza di rispetto per le cose. Osservatene i momenti di stizza: è la realtà che reclama il suo dazio e la mente, fiera, si oppone. Un soldatino, una bambola, una matita. A noi adulti ormai sembrano nient'altro che quello che sono. Il bambino da subito li fotografa, li respira, li ascolta, li sente con le manine e se ne forma un'immagine che incorpora e che vivrà di vita propria, con la quale parla, litiga, fa pace, sulla quale sale e vola. Inventa un sacco di animali fantastici.

Ha ragione l'adulto a considerare un trenino come un giocattolo che necessita di pile per girare sempre e solo sulla stessa pista? O il bambino, che ci sale e arriva fino in Africa, terra famosa per i leoni e gli unicorni? Ha ragione il bambino e l'adulto si inganna, se crede che la sua mente funzioni in maniera troppo diversa. Se solo prestasse attenzione ai propri sogni scoprirebbe quello che la mente continuamente compie: ricombina informazioni, mescola pozzi e montagne, ladri e maschere, vestali in uniforme e maree grigie che montano minacciose. Il terremoto che crepa il muro del castello nel quale è entrato è solo nella sua mente, eppure si spaventa e si sveglia preoccupato. La ragazza esile che lo invita a partire per la neve e poi lo lascia in una steppa arida non esiste, ma

lui si sveglia triste e lo resta per buona parte della mattina. La mente è indaffarata a inventare, lavora con poche soste.

«La creatività è la principale attività della mente umana» scrive Stefano Calamandrei nel libro *L'identità creativa* (Franco Angeli), cercando di capirne il funzionamento e gli scopi. Il suo volume è molto ricco, ne distillo una serie di riflessioni.

Creare è il modo naturale di funzionamento della mente. Una sorta di predisposizione a scomporsi e ricomporsi per affrontare i continui mutamenti dell'ambiente. Il neuroscienziato Gerald Edelman identifica nel cervello un «generatore di diversità». Come il Dna che si ricombina per favorire l'adattamento, come la cultura che attraverso il tabù dell'incesto comanda agli individui: mischiate i vostri geni e verrete su più sani e forti. La mente filtra gli stimoli che percepisce e li organizza per dare loro senso e risolvere problemi: nel farlo, il «sistema sensoriale... è molto creativo e produce ipotesi differenti e continui raffronti per ogni stimolo ricevuto». Un tavolo è un tavolo, ma la mente lo configura di volta in volta come qualcosa su cui si poggia il piatto di spaghetti (serve per mangiare), il laptop (serve per lavorare), su cui si sale per riparare il lampadario (serve per arrivare al soffitto), si balla (solo il venerdì sera, con gli amici e dopo due cocktail «Moscow mule»).

Creare ha dei vincoli. Le opere della mente hanno un'utilità pragmatica. Le idee che generiamo, il modo in cui immaginiamo il reale, devono essere adatte ad affrontare problemi concreti. In alcuni momenti la mente mescola le carte come il più talentuoso degli illusionisti: nel sogno, durante l'attività che gli psicologi cognitivi chiamano «vagare con la mente» (*mind wandering*), gli psicoanalisti «attenzione fluttuante» e gli scrittori, più onestamente, «non far niente fingendo di lavorare».



In altri momenti la piena attenzione cosciente si volge a risolvere un problema imprevisto. In altri momenti ancora getta via il due di briscola e tiene solo le carte utili. Affronta la realtà, in particolare al fine di assolvere a scopi indispensabili per sopravvivenza e adattamento. Calamandrei riprende Jaak Panksepp, che spiegava come la mente sia innanzitutto deputata a esplorare l'ambiente, provare paura per evitare i pericoli, provare desiderio sessuale, arrabbiarsi per rimuovere gli ostacoli, curare i conspecifici, intristirsi quando mancano le cure, giocare e fantasticare. La creatività deve sottostare a questi vincoli: se il parto della mente non evita un pericolo, non rimuove un ostacolo, non provvede a curare un simile in difficoltà, allora è bene che si disseccchi e cada.

La creatività è una risposta all'angoscia. Il

percorso più vincolato, necessario, salvifico. Una strada gremita di viaggiatori: Frida Kahlo, Massimo Troisi, John Coltrane e mille altri. Il cammino dall'angoscia alla creazione è iniziato molte epoche prima della comparsa della parola. Il via è il momento in cui, in assenza dello sguardo attento e sorridente della madre, fronteggiando un viso immobile, il bambino si disorienta, si perde, si frammenta. Finché non tornano sguardo e sorriso. Poi arriva il giorno

in cui quel sorriso e l'emozione che lo accompagna diventano immagine interna, simbolo, invenzione privata e consolatoria, si incidono nel corpo come «forme vitali». Il bambino impara ad aspettare, a sentirsi vivo anche nell'assenza.

Quindi, creatività grazie all'altro e in risposta alla sua assenza. E infine: la creazione dedicata all'altro. Uno degli psicoanalisti più innovativi, Heinz Kohut, parlava di rispecchiamento narcisistico. Non si tratta di sentirsi Dio, ma di quel semplice impulso infantile al trionfo imbevuto di uno sguardo ammirante. È un nutrimento indispensabile. Ci si pensi un istante: l'atto creativo avviene in un momento di solitudine, chi inventa sta ricostruendo un mondo nel segreto della sua mente. L'atto si compie, il soggetto si guarda intorno. Nel terrore capisce che nessuno sa cosa ha prodotto. Ha fatto un passo avanti e... chi lo accompagna? È in quella steppa arida dove la ragazza della neve lo aveva abbandonato.

Lo sguardo ammirante è necessario, consolida, placa, spinge a continuare l'opera di invenzione del mondo. Quello sguardo lo si chiama per convenzione «madre» e poi pubblico ed è al tempo stesso un collante e un lenitivo.

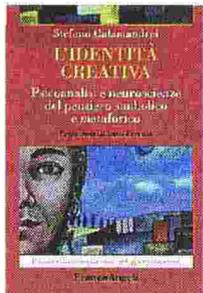
Alla fine torna l'illuminazione. Il rapporto tra la mente e il mondo: un faticoso tentativo di accordo che lascia sempre insoddisfatti entrambi. La realtà impone vincoli che la mente a riposo poi ignora. La mente si arrende alla realtà per donare all'organismo sopravvivenza e adattamento, la realtà cede terreno alla potenza ricombinante della mente perché generi forme nuove. La mente vuole autonomia e per ottenerla dipende dall'altro e poi se ne stacca e trema e lo cerca, e poi se ne libera ancora.

E in tutto questo a me sfugge sempre il ruolo nel creato degli animali immaginari e mi chiedo senza requie chi abbia rivelato a Jorge Luis Borges che: «Sulla scala della Torre della Vittoria abita dal principio dei tempi l'A Bao A Qu, sensibile ai valori delle anime umane. Vive in stato letargico, sul primo gradino, e solo fruisce di vita cosciente quando qualcuno sale la scala». Un animale così Darwin alle Galapagos non l'ha visto di sicuro.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Stile	■ ■ ■ ■ ■
Rigore	■ ■ ■ ■ ■
Copertina	■ ■ ■ ■ ■

**i**



**STEFANO CALAMANDREI**  
**L'identità creativa.**  
Psicoanalisi e neuroscienze  
del pensiero simbolico e  
metaforico  
Prefazione di Anna Ferruta  
**FRANCO ANGELI**  
Pagine 317, € 35

**L'autore**  
Psichiatra e psicoanalista,  
Stefano Calamandrei  
(Firenze, 1956) coordina  
strutture riabilitative per  
giovani con disturbi mentali.  
Ha pubblicato diversi articoli  
e interventi su psicoanalisi  
e arte, oltre che sul disagio  
e la sua prevenzione



Conrad Shawcross (Londra, 1977), *ADA* (2013, installazione, mixed media): realizzato per il Palais de Tokyo di Parigi, il progetto rientra nel più ampio *The ADA Project* che combina scultura, robotica e musica (courtesy dell'artista/Victoria Miro Londra)