

MAGDA ARNOLD

Il grande inganno delle emozioni

Intervista

Un saggio di Stefano Parenti riscopre la psicologa statunitense cattolica che aveva anticipato le conseguenze di una cultura edonista e senza ragione

ANTONIO GIULIANO

Nella società del like ossessivo e del "mi piace" facile, al tempo del sentimentalismo social e della celebrazione dell'istinto – come insegnano la cultura dominante e i salottini televisivi –, diventa sempre più difficile ammettere di aver perso la testa. È dunque illuminante imbattersi nelle teorie di una studiosa delle emozioni come Magda Arnold (1903-2002), figura controcorrente della psicologia contemporanea. Ne era senz'altro consapevole lei stessa, dal momento che ha sempre rivendicato l'apporto ricevuto della fede cattolica nell'ambito dei suoi studi. È merito di Stefano Parenti avvicinarci alla sua lettura con un saggio documentato e scorrevole pubblicato da **D'Editoris**, casa editrice da anni impegnata nella lodevole riscoperta degli psicologi cattolici.

Il volume *Magda Arnold. Psicologa delle emozioni* (pagine 200, euro 15,90) mette subito in chiaro l'originalità della studiosa, originaria della Repubblica Ceca, ma statunitense d'adozione: «Nessuno mai – spiega Parenti – aveva esposto una teoria unitaria delle emozioni che tenesse insieme le componenti neurofisiologiche, le cause e le esperienze come ha fatto lei nel suo libro *Emotion and Personality* del 1960. Fu la prima a intuire che "l'emozione non è qualcosa che ci accade, ma qualcosa che facciamo". Non è la semplice reazione riflessa a uno stimolo o una pura sensazione: ma all'interno c'è un giudizio "ragionevole", anche se spesso implicito. Tra percezione ed emozione c'è dunque una valutazione (*appraisal*) che può innescare una tensione, una tendenza all'azione che è quella che Magda Arnold definisce emozione. Succede per esempio quando conosciamo una cosa o una persona: se le giudichiamo distaccate da noi non ci sarà emozione. Quando invece le valuteremo come un bene/male per noi e ci sentiremo attratte o spinte all'azione verso di esse allora parleremo di emozioni».

Una concezione tanto attuale nella società degli emoticon quanto controcorrente in una cultura che ha scisso e contrapposto emozione e ragione. «Abbiamo divinizzato l'emozione – spiega Parenti. Per cui è facile sentire oggi espressioni come "basta che ti faccia star bene" o

«l'importante è che susciti un'emozione». È il tempo dell'emozionalismo in cui anche qualcosa di nocivo per l'uomo, come la droga, può essere ritenuto positivo perché comporta piacere o godimento».

Magda Arnold aveva di fatto anticipato le conseguenze di una società edonista: «Quando l'emozione è slegata dalla ragione – chiarisce Parenti – segue l'istinto. Arnold dice invece: segui la tua "intuizione", ossia l'istinto con dentro la ragione, non fidarti solo di quello che "senti" e che "provi" perché può cambiare in funzione del tempo o dell'umore. Lo vediamo con i rapporti sentimentali: sono diventati una tragedia. Spesso si basano sulla sensazione. Ma prima ci deve essere un giudizio, soprattutto di stima, come diceva Giovanni Paolo II. Le emozioni sono fondamentali ma da ricondurre sotto la ragione».

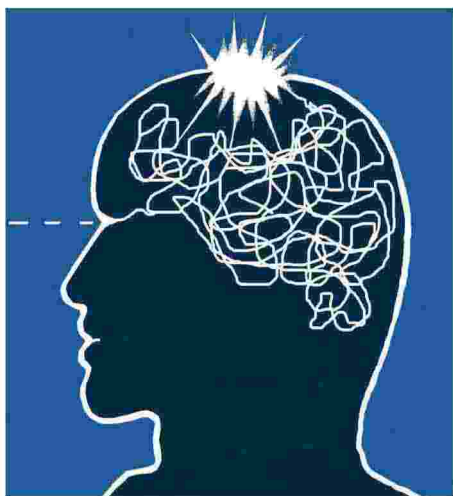
Un compito arduo, oggi, poiché raccogliamo i frutti di una lotta secolare contro le leggi morali e religiose e contro la ragione iniziato nella filosofia occidentale sin dal XVI secolo. Il risultato è una vita guidata unicamente dal piacere che non riconosce alcun valore trascendente. Ma un mondo che disprezza l'uso della ragione e le norme morali sfocia per forza nella violenza, nel cinismo, nella sopraffazione e nell'infelicità generata dall'illusione del piacere.

Per far sì che le persone si realizzino ed esprimano le proprie virtù è necessario riconsiderare l'uomo secondo il modello aristotelico-tomista in cui la ragione discerne il bene dal male e indirizza le emozioni. È la convinzione a cui approda Magda Arnold quando si converte al cattolicesimo nel 1948. Decisivo l'incontro col gesuita John Gasson

che gli farà scoprire quale grande tesoro sia anche per la psicologia la filosofia di san Tommaso. Tanto più per un altro concetto chiave elaborato dalla psicologa statunitense: l'ideale di sé. «Ognuno di noi – afferma Parenti – ha un ideale a cui

tende. Spesso è inconsapevole ma ci muoviamo in base all'idea che abbiamo di noi. Lo vedo con i miei pazienti che hanno scarsa autostima. Se abbiamo un'ideale troppo alto penseremo che non sono capace. Al contrario se l'idea di noi fosse troppo bassa non punteremmo in alto avendo ugualmente bassa stima di noi stessi. Le emozioni ci svelano non solo quale ideale abbiamo di noi stessi dal momento che proviamo rabbia o vergogna, imbarazzo o frustrazione. Ma anche qual è la nostra scala di valori e i nostri modelli».

Ecco allora che diventa decisivo per Arnold distinguere non tra come sono e come voglio/devo essere, ma come sono io e come Dio vuole che diventi, imitando Cristo o i santi. Un invito rivolto in libertà anche a tutti i pazienti perché, come dice Gasson, «in tutta la storia c'è un solo uomo così perfetto che anche i suoi nemici hanno riconosciuto come tale: Gesù Cristo. Anche in culture non cristiane, la persona umana ideale è uno che è ed agisce come Cristo». L'amarrezza di Magda Arnold è che anche alcuni cattolici si siano lasciati condizionare dalla psicoanalisi di Freud, per cui «l'uomo è essenzialmente una creatura dagli impulsi irrazionali». C'è invece nell'uomo un bisogno di senso insaziabile, abbiamo bisogno di sapere la direzione, il fine verso cui tendiamo. Recuperare così una psicologia che sia integrata dall'antropologia cristiana è la missione per Magda Arnold per rimettere ogni paziente, ma in generale ogni uomo, sulla strada della salvezza.



Magda Arnold (1903 - 2002)

«Quando l'emozione è slegata dalla ragione, segue l'istinto. Arnold dice invece: segui la tua "intuizione", ossia l'istinto con dentro la ragione, non fidarti solo di quello che "senti"»

