

R2

L'intervista

«La passione non è un'emozione: è una pulsione nata milioni di anni fa»

L'antropologa Helen Fisher racconta le sue ricerche: «I sentimenti? Sono una droga»

«Negli uomini e nelle donne le regioni cerebrali si attivano allo stesso modo»

# “Persalvarvi dal mal d'amore ho studiato tutti i segreti del cervello”

CHRISTINE LORIOL

**H**ELEN Fisher è considerata una delle maggiori antropologhe del mondo. «The Brain in Love», ossia il “cervello in amore”, è da 30 anni al centro della sua ricerca. I traumi dell'innamoramento sono ora al centro di un documentario già pluripremiato del regista Christian Frei, dal titolo *Sleepless in New York*, che vede proprio la professoressa Fisher tra i suoi protagonisti.

**Lei mette in un tomografo computerizzato persone che stanno vivendo un intenso innamoramento, per studiarne il cervello. Perché?**

«Nel mio primo libro ho parlato del matrimonio e dei motivi che ci portano a contrarre legami di coppia. Poi ne ho scritto un altro sulle separazioni. E un bel giorno, mentre stavo viaggiando di notte, mi è venuta all'improvviso un'idea: forse abbiamo sviluppato per l'amore tre diversi sistemi cerebrali: uno per l'attrazione sessuale, uno per l'amore romantico e uno per il legame. E forse è nel cervello che bisognerebbe cercare il significato dell'innamoramento».

**Come ha proceduto?**

«Il cervello dei soggetti che si erano innamorati da poco era al-

l'amore romantico. Stando nello scanner, dovevano osservare due foto: un ritratto della persona amata e una foto di un individuo della stessa età e dello stesso sesso, che non suscitava particolari sentimenti. Per evitare che i sentimenti amorosi si trasferissero sull'immagine neutrale, venne impartita, come distrattore, una consegna, in modo che il cervello, per così dire, si raffreddasse».

**E come è giunta a risultati utilizzabili?**

«L'esperimento durava 12 minuti, senza preparazione e intervista. La persona innamorata stava nella macchina; al di sopra dei suoi occhi era stato collocato uno specchio verso il quale avevamo rivolto la telecamera. I soggetti guardavano per 30 secondi l'immagine della persona amata, poi contavano 30 secondi alla rovescia di sette in sette (trenta, ventitré, sedici...) — una sfida anche per matematici innamorati — quindi fissavano per 30 secondi un'immagine neutrale. Poi sovrapponevamo le scansioni cerebrali dell'immagine positiva a quelle dell'immagine neutrale e filtrammo l'immagine risultante: ora avevamo davanti a noi il “brain in love”, il cervello innamorato. È stato meraviglioso!».

**Cosa ne ha dedotto?**

«L'amore romantico, o l'innamoramento appassionato, non è un'emozione! Naturalmente, esso coinvolge molti sentimenti — ma

l'innamorarsi è una pulsione, sorta milioni di anni fa. L'amore passionale è uno dei sistemi cerebrali più forti tra quelli sviluppati dall'animale umano».

**La pena d'amore è un'esperienza fisica. Perché?**

«La pena d'amore è come una dipendenza, come la mancanza di una droga. È proprio quello che ho voluto dimostrare. Abbiamo scoperto delle attività in una regione cerebrale che è collegata con tutte le dipendenze, non importa se la droga si chiama cocaina, eroina, nicotina, gioco d'azzardo, sesso compulsivo. Il centro della dipendenza è collegato con il sistema dopaminico».

**Abbiamo qualche possibilità di evitarla?**

«In realtà, no. Ci sono persone che escono così distrutte da un'esperienza dolorosa da evitare l'amore. Ma il cervello è come un gatto addormentato. Il sistema può scatenarsi nel giro di pochi minuti. La grande maggioranza di noi continua a innamorarsi, almeno tre o quattro volte nella vita».

**Le donne e gli uomini si innamorano in modo diverso?**

«In entrambi sono attive le stesse regioni del cervello. L'amore colpisce uomini e donne esattamente nello stesso modo. È come la paura, perlomeno per quanto riguarda il cervello».

**Si supera più rapidamente la pena d'amore, quando si ta-**

**glia il contatto con l'oggetto del desiderio?**

«Sì, la pena d'amore va considerata come una dipendenza dalla quale si vuole uscire. Ciò significa che occorre girare al largo dalla droga. Nessun contatto, non scrivere lettere, non guardare vecchie foto, non telefonare. Il tempo guarisce. La regione del cervello che ha a che fare con il legame è molto attiva quando si viene respinti o lasciati. Ma quanto più ci allontaniamo dal momento del distacco, tanto più questa attività del legame si riduce».

**Che ne sarà dell'amore in futuro?**

«Fra un milione di anni l'amore continuerà ad essere lo stesso di oggi, almeno per quel che riguarda il cervello. Fra mille anni avremo ancora fame e sete. Siamo degli animali, perlomeno in certe regioni del cervello».

**L'amore migliora invecchiando?**

«Ho sempre amato l'amore. Quello che so come antropologa non ha rovinato per me il mistero dell'innamoramento. Tuttavia, nessuno sopravvive indenne all'amore. Sono stata lasciata e ho vissuto tempi di dolore sconvolgente. Ora ho 69 anni, sono single e spero proprio di potermi innamorare ancora».

Tages-Anzeiger

Traduzione di Carlo Sandrelli

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## LA SCHEDEA

### IL TEST

All'interno del tomografo si osservano due foto: una dell'amato e una neutra. Le due scansioni mostrano l'attività del cervello innamorato

### GLI STIMOLI

A secondo di quel che si prova si accende una zona del cervello: una per l'attrazione sessuale, una per l'amore romantico e una per i legami amorosi

### LA SOFFERENZA

L'amore è come una droga: una dipendenza. Si sta male perché si attiva il sistema dopaminico, il centro della gratificazione

### LA LONTANANZA

È la cura migliore: durante una separazione la regione del cervello che ha a che fare col legame è molto attiva ma col tempo si placa



### LA SCIENZIATA

Helen Fisher, 69 anni, si occupa da oltre tre decenni del rapporto tra amore e attività cerebrali

