

A caccia di ricordi

Charles Assisi, Open, India

Una grave malattia virale, un incidente cerebrale, l'amnesia. Un giornalista di Forbes racconta come sta ricostruendo la sua memoria con l'aiuto del computer e di software che immagazzinano dati

Per farla breve: un paio di anni fa alcuni neuroni nella mia testa hanno fatto cilecca. Quando è successo ero nel mio ufficio. Non scenderò nei sordidi dettagli che hanno accompagnato la scena, a parte il fatto che i miei colleghi mi hanno visto cadere come un sacco vuoto, schiumando dalla bocca e in preda alle convulsioni. Due di loro mi hanno scaraventato in macchina e correndo come pazzi mi hanno portato all'ospedale, dove sono stato ricoverato in terapia intensiva. Un mese dopo che sono stato dimesso i medici hanno spiegato ai miei familiari che un virus aveva invaso il mio sistema immunitario, attraversando la barriera sangue-cervello, danneggiando parti del cervello e scatenando un attacco di encefalite virale, un raro disturbo che in certe condizioni è associato a un alto tasso di mortalità. Io sono uno dei sopravvissuti.

Il problema di chi sopravvive è che deve affrontare diverse complicazioni. Nel mio caso, la perdita della memoria: non sapevo chi ero, dove mi trovavo, cosa facevo, dove vivevo e - a parte pochi intimi - chi erano le persone che avevo intorno. Ero praticamente morto. In compenso respiravo, quasi tutte le mie facoltà erano intatte e sapevo ancora parlare la mia lingua. Per fare un'analogia, pensate all'hard disk di un computer. Quando dovete consultare dei dati, digitate alcuni comandi, il computer

accede alla ram, dice alla macchina dove sono i file sull'hard disk, li estrae e li fa comparire sullo schermo. Quando la ram è danneggiata, però, non è detto che il computer sappia a quale parte dell'hard disk accedere. Anche se le informazioni sono nella macchina, possono non essere accessibili. E quando lo sono, il più delle volte i dati sono corrotti.

Questo, in sintesi, spiega perché pur avendo perso la memoria, nel mio cervello c'erano ancora delle "parti buone" che mi permettevano di riconoscere alcune persone, di usare il computer e di camminare, parlare e respirare. Purtroppo però non sono un computer, e la ram corrotta non poteva essere estratta dal cervello e sostituita.

I medici hanno detto ai miei familiari che ci avrei messo un po' di tempo a guarire completamente. Almeno cinque anni, secondo i loro calcoli. Con un'avvertenza: era difficile prevedere cosa e quanto avrei ricordato. A turno, mia moglie, mio fratello, i miei genitori e pochi amici intimi mi hanno spiegato chi ero. Ma dopo pochi minuti me ne dimenticavo, e tornavo a rompere le scatole a tutti ripetendo la stessa sequela di domande. Vi state chiedendo come faccio a saperlo? Grazie a mia moglie, che ha annotato minuziosamente su un taccuino tutte le risposte alle mie domande. Mio fratello Kolya ha provato a spiegarmi cosa stava succedendo nel mio cervello. Mio cugino Niffy mi ha scritto delle lettere in cui mi ha

descritto tutti gli avvenimenti, i luoghi e gli oggetti della nostra giovinezza. I miei colleghi - I. G., Dinesh e Peter - hanno cercato di aiutarmi a rimettere insieme i pezzi del mio mestiere di giornalista.

Guardare dentro

Facciamo un salto in avanti. I tessuti danneggiati del mio cervello hanno cominciato a guarire e la mia memoria ha fatto progressi: le informazioni che all'inizio riuscivo a trattenere solo per pochi minuti, ora duravano quasi 24 ore. Una psicoterapeuta molto gentile mi ha spiegato che era arrivato il momento di prendere appunti da solo inve-

DWIGHT ESCHLIMAN (GETTY IMAGES)





ce di farli scrivere a mia moglie Anna. Gli appunti mi avrebbero aiutato a trattenere i ricordi. Senza non avrei riavuto la mia libertà. Con il senno di poi posso dire che è stato uno dei migliori consigli che abbia mai ricevuto.

Per raggiungere il mio scopo dovevo pensare al mio caso come a quello di un'azienda in bancarotta. Era arrivato un nuovo amministratore delegato con l'incarico di rilanciarla. Probabilmente la metafora nasceva dalla mia formazione di giornalista economico e si era radicata nella mia psiche. La domanda era: come fare?

La cosa più ovvia, mi diceva la ragione,

era provare a riappropriarmi del passato. Forse in questo modo sarei riuscito a contestualizzare il presente. Fortunatamente sapevo ancora usare il computer. Ma siccome ero un po' fissato con la sicurezza, la mia macchina era protetta da password e le informazioni erano crittate. Solo io conoscevo le password. Perché il mio viaggio cominciasse dovevo trasformarmi in un hacker. Contrariamente a quello che pensa molta gente, non è una cosa particolarmente complicata. *Hacking*, nel gergo dei nerd, significa "guardare dentro", più o meno come un meccanico guarda il motore di un'auto. Ma per farlo servono gli attrezzi. Sicco-

me all'epoca lavoravo su un computer con il sistema Windows, ho usato un delizioso software gratuito che si chiama Ophcrack (onophcrack.sourceforge.net). Dopo aver smanettato un po' sono riuscito a entrare nell'hard disk. Da lì in poi è stato tutto in discesa. Per andare su internet in genere uso Chrome. Estrarre le password è stato facile grazie a un altro software, Chrome-pass. A quel punto ero a cavallo. Dopo qualche giorno passato a rovistare tra migliaia di email, gli account di Facebook e LinkedIn e la cronologia di Twitter, pian piano i pezzi sono andati al loro posto. Ho cominciato a farmi un'idea di chi ero. È stato utile anche per dare un volto ai nomi sulla mia rubrica telefonica. Molti li avevo dimenticati. Se non fossero stati su Facebook, LinkedIn o da qualche parte nella mia posta elettronica, non so come avrei fatto.

Ho subito capito che se mi avesse chiamato qualcuno che non era nei miei appunti o non faceva parte della rete delle mie relazioni sociali, forse era meglio non rispondere. Se sul mio display compariva il nome di qualcuno, probabilmente l'avevo incontrato da qualche parte. Ma senza sapere nulla del contesto in cui l'avevo conosciuto, di cosa avrei parlato? E poi, avere il numero di una persona non vuol dire che ti puoi fidare. In ogni caso, se qualcuno mi diceva qualcosa dovevo prenderla per buona. Era la sua parola contro la mia. E la mia non valeva niente, nemmeno per me, perché non avevo ricordi e quindi non ero in grado di contestualizzare. Cominciava a mancarmi il tempo. Scrivere un diario per tenere traccia delle cose era sempre più faticoso. Le pagine aumentavano. E più aumentavano, più era difficile ritrovare le informazioni. Dovevo automatizzare il processo. E dovevo trovare un modo per capire di chi potevo fidarmi. Anche le emozioni andavano gestite: nemmeno io sapevo se erano reali o chimicamente indotte dai farmaci che prendevo. In parole povere, dovevo appaltare i miei ricordi, le mie emozioni e le mie capacità decisionali a delle fonti più affidabili.

Dopo aver cercato a lungo ho scoperto Quantified self, un movimento di persone che credono nella quantificazione di tutti gli aspetti della vita. L'idea di base è che tutto ciò che non può essere misurato o tracciato non può essere gestito. I sostenitori del Quantified self non trascurano nessun particolare: gli alimenti che mangiano, le calorie che consumano, le ore di sonno, la quantità di tempo che dedicano al lavoro, il numero di rapporti sessuali che hanno. Poi scambiano i loro dati con altre persone e confrontano gli appunti. Di regola, io non lo

faccio. Questo movimento, però, si riallaccia a un'impastazione filosofica che con il passare del tempo mi ha convinto sempre di più. Quando siamo in punto di morte come misuriamo la nostra vita? È stata bella o brutta? Che rimpianti abbiamo? Cosa ci sarebbe piaciuto fare? Cosa non rifaremmo? Questa linea di pensiero è stata articolata per la prima volta da uno dei più bravi insegnanti di economia della nostra epoca, Clayton M. Christensen, in un discorso ad Harvard che può essere rivisto su Measureyourlife.com. Successivamente Christensen ha scritto un libro sull'argomento, *How will you measure your life?* e ha parlato spesso in pubblico. Mentre il movimento Quantified self è focalizzato sul "qui e ora", Christensen guarda le cose da una prospettiva più olistica. Dal mio punto di vista entrambi gli aspetti andavano considerati se volevo venire a capo della mia situazione.

Perciò ho esplorato tutte le possibili soluzioni tecnologiche. Il primo strumento che mi è capitato per le mani - e anche il più potente - è un software chiamato Evernote. In sintesi si tratta di un programma per prendere appunti, ma con capacità molto avanzate. Mi permette di creare delle cartelle e di archiviare ogni cosa sia sul computer sia sulla nuvola. In pratica tutte le informazioni di cui voglio tenere traccia sono a mia disposizione in qualsiasi luogo e in qualsiasi momento. A fine giornata, anche se sono stanco, mi prendo un po' di tempo per scrivere un appunto su tutto quello che è successo nelle ultime 24 ore. Quello che scrivo finisce in una cartella chiamata "appunti per me". Quando mi va faccio un file audio o un video.

Tutte le volte che capito in un posto o incontro una persona, scatto delle foto di nascosto con il mio BlackBerry e le invio per email sul mio account Evernote. Alla fine della giornata ci metto delle etichette con i nomi delle persone e le etichette in cui sono state scattate. Ogni cosa che leggo online viene archiviata elettronicamente su Evernote in una cartella con un semplice clic sul browser. Se incontro qualcuno che ho visto qualche giorno fa e non ho idea di cosa ci siamo detti, do un'occhiata di nascosto al telefono o al tablet e tutte le informazioni sull'ultima interazione con quella persona compaiono sullo schermo. In questo modo posso andare avanti come se niente fosse. A volte, però, mi capita di non avere nessuna informazione. In questi casi ho capito che l'unica cosa da fare è sorridere, fare domande vaghe, rispondere in maniera evasiva e defilarmi appena possibile. Questa cosa mi diverte moltissimo, perché

con il passare del tempo ho capito che è facile trattare con le persone. Se sei gentile e comprensivo la gente si apre e ti fa entrare nella sua vita come non ti saresti mai immaginato. Mi è capitato di avere conversazioni profonde con molte persone e di riuscire a comprenderle meglio proprio perché, oltre a mancarmi il contesto, non avevo conti in sospeso con loro o pregiudizi. Niente come questa vicenda mi ha insegnato che bisogna essere gentili.

Se tutti questi strumenti mi aiutano a risolvere i problemi quotidiani e a tenere sotto controllo la mia vita, le emozioni sono un'altra faccenda. Come si fa a gestire le emozioni usando la tecnologia? Come ho già detto ci sono delle volte in cui non so se le mie reazioni sono naturali o chimicamente indotte dai farmaci. Per capire se le decisioni che prendo sono giuste, mi sono messo a studiare le probabilità e la teoria dei giochi. Potrà suonare ridicolo perché questa branca della matematica si occupa

Spesso le persone che mi stanno vicino mi accusano di essere poco umano

dell'analisi delle strategie nelle varie situazioni e dei possibili risultati. È stata applicata agli affari, alla guerra e alla biologia. Ma dal mio punto di vista la mia è una guerra, perciò ogni arma che trovo la imbraccio con due mani. Per me la teoria dei giochi dovrebbe essere insegnata a scuola. Ti permette di visualizzare tutte le opzioni che hai di fronte.

Ma per metterle in pratica bisogna fare una scala delle priorità e stabilire quando e dove agire. Per questo uso Omnifocus: mi aiuta a capire cosa è realisticamente possibile, quanto tempo impiegherò per raggiungere lo scopo e se l'impresa giustifica l'impegno. Grazie a tutti questi strumenti ora mi concentro di più e riesco a essere spietato nelle mie decisioni. Un tempo ero un animale sociale e avevo delle amicizie che consideravo profonde. Alla luce di questi modelli, oggi quelle amicizie mi sembrano superficiali e fin troppo impegnative.

Non ho "larghezza di banda" da sprecare per cose superflue. Quando questa realtà diventa evidente in modo così drammatico, grazie all'aiuto di modelli matematici e software, ti ritrovi a eliminare senza pietà molte persone dalla tua vita. Può sembrare difficile. Ma i vantaggi sono evidenti. Improvvisamente il tempo a disposizione au-

menta e la vita è molto più tranquilla.

Quando rileggo i miei appunti mi accorgo che sono descrizioni puntuali di avvenimenti, molto simili ad articoli di giornale. Oggi la mia memoria arriva a un massimo di 15 giorni. Poi scompare. Quando parlo con qualcuno di un argomento che ho già affrontato in passato, spesso mi accorgo che è incoerente. Le persone cambiano versione sulle cose che sono successe. Questo, secondo me, dimostra che la memoria è elastica e si adatta alle situazioni contingenti delle persone.

Nulla di certo

Qualche mese fa ho chiesto a un tizio di darmi lezioni di kickboxing. D'istinto mi è piaciuto subito. Gli ho detto candidamente qual era il mio problema e che probabilmente sarei stato un cliente più impegnativo della media. Lui mi ha giurato su Dio che non si sarebbe tirato indietro. Poi ha aggiunto che voleva tre mesi di pagamento anticipato. Dopo la nostra conversazione ho introdotto le variabili all'interno delle mie mappe mentali e ho applicato gli insegnamenti tratti dalla teoria dei giochi. Il mio modello diceva che le probabilità che scappasse via con il denaro erano molto alte. L'istinto mi diceva il contrario. L'istinto, per inciso, è una funzione dei ricordi accumulati di una persona. Ho ceduto all'istinto e l'ho pagato. È sparito. Secondo il mio modello avrebbe richiamato più o meno dopo dodici settimane. Dopo quattordici settimane mi ha chiamato e mi ha chiesto perché avevo interrotto le lezioni. Ho perso i soldi ma ho imparato una lezione. Non fidatevi di nessuno che giura su Dio. Altra benzina per il mio ateismo. È stato un piacere mostrargli il dito medio.

Spesso le persone che mi stanno vicino mi accusano di essere poco umano. Gli esseri umani si affidano all'intuito, al buon senso e all'esperienza per fare delle scelte. Io invece mi affido al software. Vuol dire che sono un cyborg? Penso di no. Come scrive Cartesio nelle *Meditazioni*: "Suppongo dunque che tutto quello che vedo sia falso; credo che non sia mai esistita nulla di quelle cose che una fallace memoria mi ripropone; non ho assolutamente nessuno dei sensi; il corpo, la figura, l'estensione, il moto, il luogo, lo spazio sono delle pure chimere. Quale sarà dunque la verità? Forse questo solo, che non vi è nulla di certo". ♦ *fas*

L'AUTORE

Charles Assisi è *managing editor* della rivista Forbes India.