

F DOSSIER

COSE SEMPLICI CHE...

Con l'evoluzione, l'uomo è diventato capace di trarre piacere anche da attività apparentemente neutre come giocare con un videogame (sotto) o andare in palestra (a destra).



Vizio e piaceri più "leciti" nel cervello sono indistinguibili: attivano lo stesso circuito

tamento altruistico attiva il loro sistema cerebrale della ricompensa più intensamente rispetto a scelte egoistiche. Ma dato che i sistemi della ricompensa e dell'apprendimento nel nostro cervello operano in stretta collaborazione, gli scienziati ritengono che la maggiore generosità femminile possa essere collegata alle diverse aspettative culturali: perché le ragazze, più dei ragazzi, sono educate a essere generose e sono elogiate quando effettivamente lo sono. È la dimostrazione che una reazione di piacere di fronte a un ben preciso avvenimento può essere indotta dall'educazione. Ed è interessante notare (diversi studi condotti impiegando tecniche di *brain imaging* lo hanno dimostrato) che molti comportamenti che consideriamo virtuosi attivano i centri cerebrali in modo del tutto simile a quelli che consideriamo viziosi. La meditazione, l'esercizio fisico, l'apprendimento, la preghiera, fare beneficenza seguono la stessa "strada di neuroni" dell'orgasmo, di un bicchiere di vino o del fumare una sigaretta. Con la conseguenza che chi prova la sensazione

appagante cerca di ripetere quell'esperienza, positiva o meno che sia. Il rischio insomma è sempre la dipendenza, che in fondo non è altro che la ricerca ripetuta di qualcosa che ci soddisfa.

IN FUTURO... E se in futuro si riuscisse a dissociare il piacere dalla dipendenza? Bisognerebbe saper stimolare o inattivare, a piacimento, ogni singolo neurone dei circa cento miliardi presenti nel nostro cervello. Sarebbe così possibile manipolare il circuito "giusto" per provare benessere, gratificazione, euforia ogni volta che si vuole. In fondo, è proprio questo ciò che ci attende secondo l'inventore e futurologo Ray Kurzweil. «Nello scenario che Kurzweil ipotizza, nanorobot cerebrali potranno facilmente manipolare le funzioni motorie, i processi cognitivi, i ricordi, le emozioni e le pulsioni basilari», dice Linden. Uno scenario probabilmente lontano. «Ma è solo questione di tempo», aggiunge Canali, convinto che prima o poi avremo dispositivi per controllare i circuiti del piacere: «forse qualcosa di simile alla

stimolazione cerebrale profonda cui già si ricorre per il trattamento della malattia di Parkinson, cioè elettrodi impiantati chirurgicamente nel cervello. Oppure qualcosa di più evoluto che non richieda alcun impianto ma riesca comunque a dialogare con la nostra mente». Dispositivi che potrebbero essere usati per stimolare il sistema della gratificazione per motivarci: per esempio per superare le difficoltà di imparare una nuova lingua. Oppure per contrastare la sedentarietà: ricordando al cervello che correre o andare in bicicletta è bello a dispetto di qualsiasi fatica.

Perché il piacere funziona così: ci spinge a ripetere il comportamento gratificante e funziona da segnale che predice l'arrivo di una potenziale ricompensa. Per cui, se impariamo che una determinata situazione per noi è fonte di soddisfazione, possiamo regalarci più piacere vivendola. E pregustare la gratificazione che ne seguirà. **F**

Simona Regina

PER SAPERNE DI PIÙ
David J. Linden, *La bussola del piacere* (Codice Edizioni). Saggio sul confine tra piacere, vizio e dipendenza nel nostro cervello.