



SAGGISTICA

Respirare è umano troppo umano

La psicoanalista Jamieson Webster riflette sul nostro gesto più naturale. Tra filosofia e storia dell'evoluzione

di Marco Belpoliti

Respiro è il titolo di un testo teatrale di Samuel Beckett. Dura 35 secondi e non contempla la presenza di attori. Sulla scena ci sono rifiuti sparsi. Si accendono le luci e si ode un grido, poi un'inspirazione quindi un'espiazione, mentre s'abbassano le luci, segue un altro grido. Fine. Forse lo scrittore irlandese voleva attirare la nostra attenzione sul fatto che non ci rendiamo conto di respirare.

Il primo respiro, subito seguito dal pianto, è il primo atto d'indipendenza, il segno della separazione dalla madre. Così scrive Jamieson Webster, psicoanalista americana, nel saggio *Sul respirare* (il Saggiatore). Il suo libro è una lunga riflessione su questo atto fondamentale dei viventi e insieme un'autobiografia professionale. Tutto nasce dall'esperienza della quarantenne analista, collaboratrice del *New York Times*, nelle sale di rianimazione degli ospedali durante il Covid.

Il libro di Webster ha il merito di mostrare i problemi psichici che si creano intorno all'atto di respirare. Tutti noi abbiamo sperimentato almeno una volta nella vita come l'angoscia provochi un senso di soffocamento, una costrizione del respiro, che a sua volta molti-

plica l'angoscia stessa, tanto che, durante un attacco di panico, si ha la sensazione d'aver dimenticato come si faccia a respirare. Jacques Lacan, citato dall'autrice, ha sottolineato come il respiro, indotto dalla incessante presenza dell'aria, costituisce, al pari del linguaggio, qualcosa di estraneo e traumatico.

Gli fa eco Shubin, per cui parlare ha per noi un prezzo molto alto: l'ampliamento delle nostre capacità linguistiche ha causato un abbassamento della laringe che è costituita da una "cartilagine dell'arco branchiale" strettamente legata all'evoluzione dell'apparato respiratorio dei pesci. La lingua si trova nella parte posteriore della bocca, e questo ci permette di muoverla più facilmente per produrre suoni.

Siamo l'unica specie che non può respirare e deglutire allo stesso tempo. Come si sa, continuiamo a respirare anche quando dormiamo grazie al nervo vago, che collega i processi involontari del nostro corpo: battito cardiaco, digestione e appunto respirazione - ha anche un ruolo importante nel sistema immunitario. Si sa ben poco di questo nervo, composto di 160 mila fibre, il cui nome viene dal latino *vagus*, "vagabondo", che parte dal cranio e scende fino allo stomaco. Appartiene al sistema nervoso periferico e ha antiche

connessioni con la parte del tronco encefalico che controlla il respiro, eredità dei pesci; ma per regolarlo noi possediamo anche il diaframma, come sottolinea Webster, che tuttavia si trova lontano dal cervello. Siamo insomma esseri complessi, frutto di una evoluzione che ci ha lasciato aspetti contraddittori e curiosi, che si manifestano in piccole anomalie collegate al respiro: il singhiozzo, lo sbadiglio, i tic vocali, il pianto, le risate, gli starnuti, tutte azioni che coinvolgono voce, gola e diaframma.

I neurologi hanno dimostrato che già il feto singhiozza e sbadiglia. Il primo è l'effetto di una inspirazione brusca seguita dalla chiusura della glottide: *hic, hic, hic*. E sarebbe un residuo evolutivo, dice Webster, dell'epoca in cui gli anfibi oscillavano tra la respirazione acquatica e quella aerea.

Tra tutti i gesti umani la risata è poi uno dei più recenti, come mostra quella degli scimpanzé simile a un ansimare. Si ipotizza che nei bipedi la fine della sincronia tra respirare e camminare abbia consentito la comparsa della risata vocale grazie al linguaggio articolato. Freud, ricorda l'autrice, riteneva la risata un'irruzione corporea dell'inconscio. Sbadiglio, singhiozzo e starnuto stanno dalla parte dell'inspirazione, perché necessitano di una forte introduzione d'a-

JACQUES LACAN, CITATO
DALL'AUTRICE,
LO CONSIDERAVA QUALCOSA
DI ESTRANEO E TRAUMATICO



ria, mentre ridere e piangere, e anche tossire, si sviluppano attraverso l'espiazione.

Le pagine del libro di Webster costituiscono un viaggio affascinante dentro questa funzione decisiva del nostro vivere che, come molti aspetti del nostro corpo, par-

tecipa di una dualità complessa e articolata. L'autrice ci ricorda poi che esiste anche il piacere di manipolare l'aria mediante la bocca. Il bambino, prima di trasformare il respiro in parole, emette con grande gioia suoni ritmici, una forma prelinguistica così entusiasta da

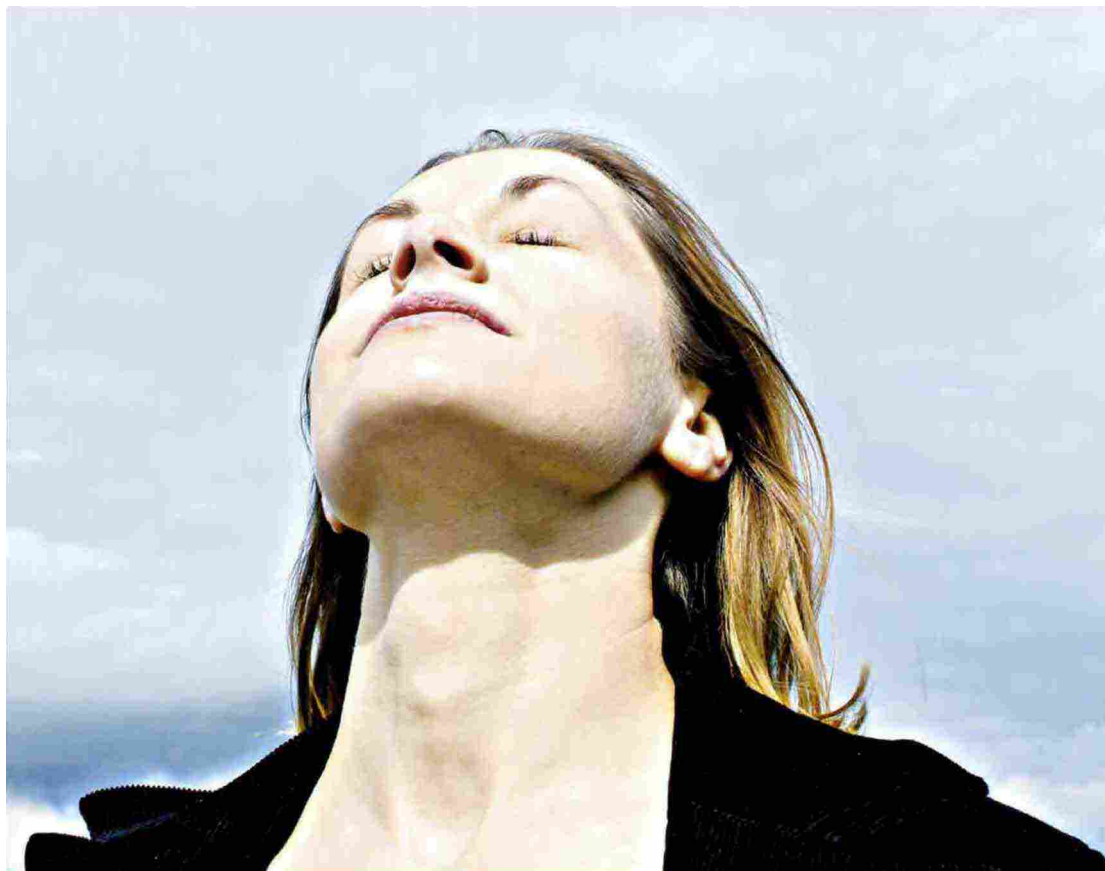
lasciare sorpresi noi adulti ogni volta che ci capita d'assistere a questa pantomima comunicativa fatta di *ohoh, ahah, brrr, lala*.

Il poeta Mark Strand ha condensato in un semplice verso l'intera questione: «Il respiro è uno specchio offuscato dalle parole».

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Jamieson Webster
Sul respirare
il Saggiatore
Traduzione
Andrea Libero
Carbone
pagg. 288
euro 24
Voto 7/10



MICHAELA BEGSTEIGER/GETTY IMAGES/IMAGEBROKER RF

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



147383-IT09YA