

Articoli/4

## «*Bundles of habits*»: la prospettiva fisio-psicologica di William James

Michela Bella

Articolo sottoposto a doppia *blind peer review*. Inviato il 11/01/2021. Accettato il 03/03/2021

### «BUNDLES OF HABITS»: THE PHYSIO-PSYCHOLOGICAL PERSPECTIVE OF WILLIAM JAMES

William James devotes Chapter IV of his *Principles of Psychology* (1890) to *Habit*. Parts of the chapter initially appeared a few years earlier as an article in the «Popular Science Monthly» (1887) and later, in condensed form, constituted the tenth chapter of the abridged version of his *Psychology (Psychology: Briefer Course, 1892)*. Habit directly connects to James's attempt to make psychology a natural science, thus binding it to cerebral physiology and definitively detaching it, at least in his original intentions, from metaphysics. Despite deterministic interpretations of James's habits, his masterpiece's more attentive reading allows acknowledging a different interpretation of habits. Within this broader framework, organic plasticity and the teleological aspect of consciousness are pivotal aspects of his biological and evolutionary characterization of living creatures as «bundles of habits». These indeterministic aspects are undergoing a recent rediscovery in cognitive science and neuroscientific studies.

\*\*\*

### Introduzione

Per quanto riguarda in particolare la filosofia anglo-americana, il tema dell'*habit* è oggi al centro di interessanti dibattiti che propongono di analizzare il fenomeno in una prospettiva necessariamente interdisciplinare. Di recentissima pubblicazione è il volume a cura di Fausto Caruana e Italo Testa, dal titolo *Habits. Pragmatist Approaches from Cognitive Science, Neuroscience, and Social Theory*, per la Cambridge University Press<sup>1</sup>. Come evidente dal sottotitolo, il volume presenta un'indagine della nozione pragmatista di abito attraverso i contributi di studiosi e studiose afferenti ai diversi ambiti della filosofia, delle scienze cognitive, delle neuroscienze e delle scienze sociali. L'approccio pragmatista alla

<sup>1</sup> F. Caruana, I. Testa (eds.), *Habits. Pragmatist Approaches from Cognitive Science, Neuroscience, and Social Theory*, Cambridge 2020.

nozione di abito non può prescindere dalle concezioni epistemologiche elaborate dai principali protagonisti di questa corrente di pensiero, non soltanto in ambito strettamente filosofico ma anche e soprattutto psico-fisiologico. A tal riguardo, un riferimento inaggirabile è il capitolo IV dei *Principles of Psychology*<sup>2</sup> di William James, dedicato proprio al tema dell'*habit*. Il capitolo apparve originariamente qualche anno prima in forma di articolo, pubblicato sul *Popular Science Monthly*<sup>3</sup>, e in seguito, in forma condensata e parzialmente modificata, costituì il capitolo X della versione compendiata dei *Principles, Psychology: Briefer Course*<sup>4</sup>.

Come scrivono i curatori del volume, la concezione dell'abito fa il suo ingresso nella storia della psicologia proprio grazie al suddetto capitolo jamesiano, nel quale si tenta una sintesi tra le intuizioni del fisiologo William B. Carpenter (1813-1885) e quelle del filosofo francese Léon Dumont (1837-1877)<sup>5</sup>. La versione jamesiana dell'abito risulta così una «incredibly modern explanation and, to some extent, a forerunner theory of brain plasticity»<sup>6</sup>. Allo stesso tempo, per avversare l'interpretazione meccanicistica della teoria jamesiana dell'abito come «blind routine, with little or no contribution from our cognitive processes»<sup>7</sup>, che è stata dominante anche in ragione degli aspetti associazionistici che permangono nella sua psicologia, Caruana e Testa sottolineano principalmente due punti. Innanzitutto che accanto agli aspetti routinari passivi messi a fuoco dalla lettura comportamentista, James attribuisca agli abiti anche una struttura plastica e teleologica che, a partire dalla dimensione fisiologica, corporea – da cui la contemporanea ripresa di James da parte delle prospettive «embodied»<sup>8</sup> – caratterizza altri aspetti della vita, compresa la dimensione morale degli individui. Alla luce di una concezione jamesiana quindi ben più ampia degli abiti, che potremmo definire «esperienziale», per cui gli esseri umani si caratterizzano nella loro complessità come «bundles of habits», un secondo indizio a favore della lettura anti-meccanicistica è l'affinità di James con la teoria peirceana delle credenze come abiti d'azione<sup>9</sup>, nonché con la ripresa e integrazione deweyana

---

<sup>2</sup> W. James, *The Principles of Psychology*, ed. by di F. H. Burkhardt, F. Bowers, I. K. Skrupskelis, Cambridge (MA) and London 1981.

<sup>3</sup> W. James, *The Laws of Habit*, «The Popular Science Monthly», XXX, 1887, pp. 433-451.

<sup>4</sup> W. James, *Psychology: Briefer Course*, ed. by di F. H. Burkhardt, F. Bowers, I. K. Skrupskelis, Cambridge (MA) and London 1984.

<sup>5</sup> Sulla storia del concetto di *habit* nella letteratura evoluzionistica di fine Ottocento si veda in questo stesso numero monografico il contributo di Chiara Pertile, *Ereditarietà artificiali. Habit e adattamento*. Si veda anche M. Piazza, *Creature dell'abitudine. Abito, costume, seconda natura da Aristotele alle scienze cognitive*, Bologna 2018.

<sup>6</sup> F. Caruana, I. Testa, *The Pragmatist Reappraisal of Habit in Contemporary Cognitive Science, Neuroscience, and Social Theory: Introductory Essay*, in F. Caruana, I. Testa (eds.), *Habits*, cit., p. 4.

<sup>7</sup> *Ibid.*

<sup>8</sup> A. Chemero, *Radical Embodied Cognitive Science*, Cambridge-London 2009; M. Johnson, *Cognitive Science*, in J. Margolis, J. R. Shook (eds.), *A Companion to Pragmatism*, Oxford 2006, pp. 369-377.

<sup>9</sup> C. S. Peirce, *How to Make our Ideas Clear*, «Popular Science Monthly», 12, 1878, pp. 286-302; trad. it. *Come rendere chiare le nostre idee*, in Id., *Scritti Scelti*, a cura di G. Maddalena, Torino 2005, pp. 205-227.

della psicologia funzionalistica<sup>10</sup> di James in senso relazionale e interazionale<sup>11</sup>. In breve, una più accurata lettura delle concezioni pragmatiste dell'abito consente di mostrarne l'elaborazione assai più complessa e di utilizzare una tale prospettiva, in cui si evidenzia invece l'«interplay between automatic habitual actions and goal-oriented behavior»<sup>12</sup> per superare la dicotomia tra azioni routinarie e azioni intelligenti che ha ampiamente condizionato il dibattito neuroscientifico, contribuendo inevitabilmente a oscurare a lungo il problematico tema degli abiti.

Due sono quindi i principali obiettivi di questo articolo. Da un lato, approfondire la concezione jamesiana dell'abito nei suoi aspetti plastici e teleologici, come espressa prevalentemente in ambito psicologico, nella convinzione che l'epistemologia della psicologia jamesiana costituisca un piano di analisi rilevante per la sua filosofia<sup>13</sup>. Sempre in questa prospettiva, e per corroborare ulteriormente l'argomentazione proposta da Caruana e Testa, mostreremo come anche rimanendo soltanto entro i limiti della sua psicologia evoluzionistica – senza dover approfondire il riferimento ai successivi testi morali di James<sup>14</sup> – il passaggio dal piano bio-psicologico a quello etico sia considerato una «natural transition»<sup>15</sup>. Per quanto la concezione jamesiana degli abiti si avvalga ampiamente della ricerca in ambito biologico, è possibile contestare una visione strettamente meccanicistica dell'abito che gli è stata anche recentemente attribuita<sup>16</sup>.

## 1. «Habit» tra ereditarietà ed esperienza

Il *Dictionary of Philosophy and Psychology*, a cura di James Mark Baldwin, è una fonte importante per ricostruire lo stato dell'arte della filosofia e della psicologia americana di inizio Novecento, poiché alla redazione delle voci contribuirono moltissimi noti esponenti dei principali ambiti di ricerca del

<sup>10</sup> Il funzionalismo jamesiano è stato recuperato da C. Lloyd Morgan, a questo proposito si veda in questo stesso numero monografico il contributo di Guido Baggio, *L'emergere della coscienza tra istinto e habit nelle Lowell Lectures di Conwy Lloyd Morgan*. Sul senso 'biologico' del funzionalismo jamesiano, si veda A. Klein, *The Death of Consciousness? James's Case against Psychological Unobservables*, «Journal of the History of Philosophy», 58 (2), 2020, p. 317.

<sup>11</sup> J. Dewey, *Human Nature and Conduct* (1922), in Id., *The Middle Works of John Dewey*, vol. 14, Carbondale and Edwardsville 1978.

<sup>12</sup> F. Caruana, I. Testa (eds.), *Habits*, cit., p. 11.

<sup>13</sup> M. Bella, *Ontology after Philosophical Psychology. The Continuity of Consciousness in William James's Philosophy of Mind*, Lanham 2019; R. M. Calcaterra, *William James's Naturalism Within the Common Project of Pragmatist Philosophy*, «Rivista di Storia della Filosofia», 3, 2017, pp. 475-492.

<sup>14</sup> In particolare, gli autori fanno riferimento a W. James, *Talks to Teachers on Psychology* (1899), ed. by di F. H. Burkhardt, F. Bowers, I. K. Skrupskelis, Cambridge (MA) and London 1983; W. James, *The Varieties of Religious Experience* (1902), ed. by di F. H. Burkhardt, F. Bowers, I. K. Skrupskelis, Cambridge (MA) and London 1985.

<sup>15</sup> W. James, *The Principles of Psychology*, cit., p. 124.

<sup>16</sup> J. Bernacer, J. I. Murillo, *The Aristotelian Conception of Habit and Its Contribution to Human Neuroscience*, «Frontiers in Human Neuroscience», 8, 2014, pp. 1-10.

tempo, tra i quali anche William James, Charles S. Peirce e John Dewey. La voce «Habit», a cura di Baldwin, riporta le seguenti definizioni suddivise rispettivamente in tre ambiti di ricerca: psicologia, neurologia e biologia. Nella prima accezione, l'abito è definito come una funzione mentale la cui ripetizione consente una sempre migliore «accomodation» dell'azione e l'insorgere di un sentimento di familiarità. La «legge dell'abito» è una generalizzazione delle funzioni mentali che si modificano e si organizzano progressivamente attraverso sforzi ripetuti. Tali sforzi di modificazione sono prevalentemente volitionali all'inizio («volitional conatus») per divenire infine impulsivi («non-volitional-conatus»). L'abito consiste quindi nel principio genetico di «formazione e conservazione di tipi di operazioni mentali»<sup>17</sup>, e in quanto tale si contrappone al principio di «Accomodation» che prevede, invece, la modificazione di prestazioni abituali. Dal punto di vista neurologico o della fisiologia cerebrale, si sottolinea come le funzioni abituali tendano a stabilizzarsi, e come a livello organico il passaggio dalla fase volitiva a quella impulsiva si delinea come principio di facilitazione. Infine, a livello biologico, l'abito viene nettamente distinto dall'istinto. Nonostante l'uso improprio che talvolta viene fatto di questi termini, assimilandoli, Baldwin sottolinea – con riferimenti bibliografici specifici a Morgan, Weismann, Romanes e altri – l'opportunità concettuale di distinguere l'abito inteso come acquisizione individuale dall'istinto inteso come eredità fisica. A questo proposito, l'ipotesi lamarckiana si configura come la base più indicata per avvicinare abiti e istinti, poiché come è noto il naturalista francese parlava di istinti come «race-habits» acquisiti gradualmente<sup>18</sup>.

Il IV capitolo dei *Principles of Psychology* (1890) di William James è dedicato a «Habit»<sup>19</sup>. Già apparso in una versione molto simile come articolo nel febbraio 1887 sul *Popular Science Monthly*, e in seguito compendiato nel *Briefer Course*<sup>20</sup>, questo capitolo occupa una posizione centrale nell'economia dei due volumi dell'opera e secondo alcuni interpreti nella psicologia jamesiana<sup>21</sup>. Infatti, si tratta di un capitolo cerniera tra i precedenti capitoli sulla fisiologia cerebrale, la vera novità della psicologia naturalistica jamesiana, e i successivi capitoli V e VI in cui si discutono, rispettivamente, la teoria dell'automatismo e la teoria della «mind-stuff»<sup>22</sup>. James affronta e critica apertamente le letture metafisiche delle suddette ipotesi scientifiche, accusando la prima di sconfinare in un

---

<sup>17</sup> J. M. Baldwin, *Dictionary of Philosophy and Psychology*, vol. 1, New York 1901, p. 435.

<sup>18</sup> *Ibid.*

<sup>19</sup> W. James, *The Principles of Psychology*, cit., pp. 109-131.

<sup>20</sup> W. James, *Psychology: Briefer Course*, cit., cap. X.

<sup>21</sup> Nella sua puntuale ricostruzione, Leary considera l'*habit* e non la coscienza come il vero architrave della psicologia jamesiana. D. E. Leary, *A Moralism in an Age of Scientific Analysis and Skepticism: Habit in the Life and Work of William James*, in T. Sparrow, A. Hutchinson (eds.), *A History of Habit: From Aristotle to Bourdieu*, Lanham 2013, pp. 177-208.

<sup>22</sup> Sulla traduzione italiana di questa espressione da parte del traduttore G. C. Ferrari in «minimi psichici» si veda M. Bella, *La première traduction italienne des Principles of Psychology: le langage psychologique et les conceptions philosophiques*, «Revue Philosophique de la France et de l'étranger», à paraître en Novembre 2021.

determinismo meccanicista e la seconda di essere espressione di una versione estrema della teoria associazionista dei composti mentali.

La frase con cui si apre il capitolo è già programmatica: «When we look at living creatures from an outward point of view, one of the first things that strikes us is that they are bundles of habits»<sup>23</sup>. Assumendo un punto di vista metodologico externalista, le creature viventi appaiono come forme di vita organica caratterizzate da una molteplicità di abiti. L'apertura alle «creature viventi» risente dell'influenza della prospettiva biologica evoluzionista e continuista che caratterizza l'approccio jamesiano alla psicologia. Ciò detto, viene subito individuata una distinzione tra abiti innati, che James definisce «istinti» e abiti acquisiti, gli «atti di ragione». Questa distinzione rende più esplicita la vastissima gamma di attività della vita a cui è possibile riferirsi con questo termine, nonché rende ancora più evidente la confusione di cui è foriera la mancanza di una definizione psicologica più accurata di «habit». La mancanza di un linguaggio psicologico specifico è un *leitmotif* della psicologia jamesiana, e di gran parte dei lavori dell'epoca, a causa del movimento di istituzionalizzazione della psicologia naturalistica rispetto alla filosofia e che necessitava di dotarsi di un linguaggio che non si prestasse a possibili fraintendimenti<sup>24</sup>.

Le leggi della natura sono abiti immutabili delle particelle di materia, laddove gli abiti che riguardano le forme di vita organica sono per loro natura mutabili: in una specie gli stessi istinti possono modificarsi da individuo a individuo e possono subire modificazioni anche nel corso della vita degli stessi individui. È in questo contesto che James mette subito a fuoco la nozione chiave di *plasticità*, un termine che Leary sostiene sia ripreso proprio da Darwin<sup>25</sup> a ulteriore conferma della prospettiva evoluzionistica in cui si colloca tutta la psicologia jamesiana. Se, infatti, anche per la filosofia atomistica, le particelle materiali sono immutabili, non lo sono i loro composti, la cui struttura può andare incontro a cambiamenti seppure lenti quando sottoposti a forze esterne o tensioni interne. Da parte sua, invece, i tessuti organici e in particolare il tessuto cerebrale mostrano di essere dotati di un «very extraordinary degree of plasticity», laddove per plasticità James intende:

*Plasticity, then, in the wide sense of the word, means the possession of a structure weak enough to yield to an influence, but strong enough not to yield all at once. Each relatively stable phase of equilibrium in such a structure is marked by what we may call a new set of habits. [...] the phenomena of habit in living beings are due to the plasticity of the organic materials of which their bodies are composed*<sup>26</sup>.

---

<sup>23</sup> W. James, *The Principles of Psychology*, cit., p. 109.

<sup>24</sup> Sul problema della mancanza di un linguaggio psicologico come difficoltà strutturale per una scienza psicologica naturale, ivi, p. 185 segg.; cfr. J. M. Baldwin, *Handbook of Psychology. Feeling and Will*, New York 1891, pp. iii-iv.

<sup>25</sup> D. E. Leary, *A Moralism in an Age of Scientific Analysis and Skepticism*, cit., p. 203.

<sup>26</sup> W. James, *The Principles of Psychology*, cit., p. 110.

La plasticità dei materiali, e in particolare dei materiali organici, implica una possibilità di cambiamento e trasformazione che – e questo va sottolineato – in linea con la teoria evoluzionistica darwiniana è potenzialmente aperta in senso illimitato, ma pur sempre graduale quanto alla sua evoluzione temporale. Si definisce, infatti, un tessuto plastico la cui struttura interna o la forma esterna mostrino un certo grado di resistenza al cambiamento che gli faccia sperimentare successive fasi di equilibrio, quindi di stabilizzazione di nuovi abiti. La definizione degli abiti a partire dalla fisica dei materiali è il motivo di connessione con il filosofo francese Léon Dumont<sup>27</sup>, uno degli autori che più influenzano la concezione jamesiana di *habit*. Traducendo alcuni passaggi del suo saggio *De l'habitude*, apparso sulla «Revue Philosophique de la France et de l'étranger», James sottolinea come gli studi recenti pongano attenzione all'analogia tra abiti acquisiti dalla materia organica e abiti della materia inorganica<sup>28</sup>. Inoltre, spiega come la prospettiva meccanicista in scienza segua un ragionamento per analogia sulla base del quale – con eccessiva certezza rispetto alla probabilità dei dati a disposizione – attribuisce al comportamento invisibile della materia le caratteristiche rinvenute negli abiti acquisiti a livello macroscopico.

Per quanto riguarda il sistema nervoso, la plasticità rispetto a forze esterne è fortemente limitata dai rivestimenti ossei che proteggono il cervello e il midollo spinale. Perciò, oltre al sangue, l'unico mezzo di comunicazione sono le correnti elettrofisiologiche che passano attraverso «radici nervose sensoriali»<sup>29</sup>. Dal punto di vista meccanico, una volta entrate, le correnti nervose devono uscire e per fare ciò possono soltanto prendere percorsi già battuti, e lasciare in essi la loro traccia, oppure crearne di nuovi. La plasticità del sistema nervoso si può ridurre così a queste due possibilità: la formazione di abiti semplici o di abiti complessi. Gli abiti del primo tipo sono uno «reflex discharge; and its anatomical substratum must be a path in the system»<sup>30</sup>; il tipo complesso sono, invece, «concatenated discharges in the nerve-centres, due to the presence there of systems of reflex paths, so organized as to wake each other up successively»<sup>31</sup>. Va ricordato che nella teoria dell'azione riflessa il sistema sensomotorio è organizzato in sensazione, cognizione e comportamento e, come James sostiene fin dall'inizio, la cognizione costituisce un momento di passaggio finalizzato all'azione<sup>32</sup>. In questa ottica, la questione problematica riguarda il cambiamento di abiti, sarebbe a dire la formazione di nuovi abiti riflessi in un sistema nervoso già esistente. Infatti,

---

<sup>27</sup> L. Dumont, *L'habitude*, a cura di D. Vincenti, postfazione di C. Dromelet, Milano 2020.

<sup>28</sup> Sulla critica di Delboeuf a questa analogia, si veda la lettera di Delboeuf a James (5 maggio 1887) parzialmente riportata in R. B. Perry, *The Thought and Character of William James*, vol. II, London 1935, pp. 724-725.

<sup>29</sup> W. James, *The Principles of Psychology*, cit., p. 112.

<sup>30</sup> *Ibid.*

<sup>31</sup> *Ibid.*

<sup>32</sup> «[T]he mental life is for the sake of action of a preservative sort» (W. James, *Principles: Briefer Course*, cit., p. 4). Dewey svilupperà la teoria dell'azione riflessa nella teoria del circuito organico, si veda J. Dewey, *The Reflex Arc Concept in Psychology*, «Psychological Review», 3, 1896, pp. 357-370. *The Early Works of John Dewey, 1882-1898*, vol. 5, Carbondale and Edwardsville 1972, pp. 96-109.

se non fa problema spiegare il rafforzamento di abiti o percorsi cerebrali già esistenti, in quanto più permeabili a successivi passaggi di energia, e neanche la formazione casuale di abiti in un sistema nervoso non ancora sviluppato, risulta invece più difficile spiegare la formazione di nuovi abiti in un sistema nervoso già segnato da precedenti abiti. A questo riguardo, infatti, non si può chiamare in causa l'esercizio della «volontà» poiché, come James spiegherà in modo più approfondito nel capitolo XXVI, le azioni volontarie sono state in precedenza azioni riflesse, e in quanto tali non risolvono il problema dell'insorgere originario di nuovi percorsi riflessi o abiti semplici senza l'intervento dell'attenzione riflessiva.

L'ipotesi jamesiana fa riferimento al più ampio e generale quadro esplicativo meccanicista nel quale si muove per cui il sistema nervoso è «a mass of matter whose parts, constantly kept in states of different tension, are as constantly tending to equalize their states»<sup>33</sup>. Questa stabilizzazione nervosa avviene attraverso un «system of paths between a sensory *terminus a quo* and a muscular, glandular, or other *terminus ad quem*»<sup>34</sup>. Tuttavia, a differenza di altri autori<sup>35</sup>, l'atteggiamento adottato da James si mostra ben consapevole della vaghezza delle teorie avanzate. Allo stato attuale della ricerca, tutto quel che si può ipotizzare è che per la natura stessa della materia cerebrale vi sia la possibilità che nei percorsi nervosi già tracciati si creino dei blocchi e che l'energia sia così costretta a scorrere attraverso «unwonted lines», che quando attraversate ripetutamente divengano nuovi «reflex arcs».

Questa ipotesi di modificazione dei percorsi cerebrali fa capo in ultima istanza all'idea darwiniana di «chance». Infatti, il percorso che si instaura originariamente tra due centri nervosi è legato alla convenienza del momento, non è un percorso necessario, e ciò implica la possibilità che intervengano variazioni accidentali a livello della nutrizione dei tessuti che ne comportino il cambiamento. Tale ipotesi è rafforzata a livello empirico dall'evidenza che le modificazioni dei tessuti organici si strutturano assai più velocemente rispetto a quelle che coinvolgono la materia inorganica proprio in ragione della loro plasticità. In modo particolare, l'«incessant nutritive renovation» che caratterizza la materia organica si rivela una tendenza molto marcata nel tessuto cerebrale e ciò favorisce il fissarsi di nuove modificazioni. A questo proposito alcuni passaggi di William B. Carpenter (1813-1885), altro autore centrale nella disamina jamesiana degli abiti, ben sintetizzano la «filosofia dell'abito». Carpenter insiste, infatti, sull'incidenza del principio generale per cui le varie parti dell'organismo tendono a modellarsi secondo le modalità con cui vengono abitualmente esercitate, e ribadisce come ciò valga tanto più per le impressioni organiche lasciate sul sistema nervoso proprio «in virtue of that *incessant regeneration*

---

<sup>33</sup> W. James, *The Principles of Psychology*, cit., p. 113.

<sup>34</sup> *Ibid.*

<sup>35</sup> In particolare, il riferimento critico di James è alla soluzione proposta da Herbert Spencer: «Mr. Spencer's data», scrive James, «under a great show of precision, conceal vagueness and improbability, and even self-contradiction» (W. James, *The Principles of Psychology*, cit., p. 114n).

which is the very condition of its functional activity»<sup>36</sup>. In particolare, sia sul piano fisico che fisiologico, vi è ampia evidenza empirica di come «every state of ideational consciousness»<sup>37</sup> che sia «*very strong*» o «*habitually repeated*» lasci una traccia durevole sulla materia cerebrale tale per cui possa essere in seguito riattivato in conseguenza di uno stimolo adeguato. Ciò è tanto più vero per i percorsi associativi che vengono instaurati nelle fasi di sviluppo cerebrale, più che nella vita adulta.

Il passaggio dal piano biologico all'indagine delle «implicazioni etiche della legge dell'abito»<sup>38</sup>, passa attraverso l'analisi jamesiana delle principali conseguenze pratiche che sono derivabili dalla legge psicologica dell'abito: 1) «*habit simplifies the movements required to achieve a given result, makes them more accurate and diminishes fatigue*»<sup>39</sup>; 2) «*habit diminishes the conscious attention with which our acts are performed*»<sup>40</sup>.

La prima conseguenza segna una distanza tra mondo animale umano e altre specie. Infatti, la stessa plasticità cerebrale consente agli esseri umani di mettere in atto una vastissima gamma di attività non già pre-codificate. Tali attività richiederebbero un enorme dispendio energetico se non divenissero gradualmente automatiche, attraverso la pratica e l'acquisizione di abiti. James evidenzia come più si ripetano delle azioni e più i movimenti divengano fluidi: l'aumentata permeabilità dei percorsi neurali consente che questi si attivino all'insorgere di stimoli via via meno forti, e ciò consente anche una progressiva specializzazione delle connessioni con l'organo interessato e il conseguente disimpegno del resto del corpo. L'esempio è quello del pianista, tratto da Schneider<sup>41</sup>, per cui a poco a poco diviene capace di suonare con le sole dita e non con tutto il corpo<sup>42</sup>. Tuttavia, questo processo di risparmio energetico può bene presto riattivare altre parti del corpo nel momento in cui lo stimolo di attivazione cresca oltre la soglia ordinaria, proprio come in un sistema di drenaggio un flusso d'acqua moderato procede per un solo canale, ma ben presto invade gli altri all'aumentare del volume del flusso.

La seconda conseguenza mette meglio a fuoco il ruolo dell'attenzione cosciente. Per gli abiti complessi, già definiti in termini di «systems of reflex paths», le catene di attivazione di centri nervosi selezionati tra possibili alternative nelle prime esecuzioni divengono via via automatici, richiamandosi l'un l'altro senza prevedere un esercizio della volontà. Una volta appresa una certa modalità di svolgimento – si pensi all'attività dello scrivere, del camminare o nuotare – un piccolo stimolo diviene sufficiente a dare l'avvio a tutta una catena di connessioni abituali che portano a produrre determinati effetti, come se, scrive James, lo

---

<sup>36</sup> W. James, *The Principles of Psychology*, cit., p. 116.

<sup>37</sup> W. B. Carpenter, *Principles of Mental Physiology*, London 1874.

<sup>38</sup> W. James, *The Principles of Psychology*, cit., p. 124.

<sup>39</sup> Ivi, p. 117.

<sup>40</sup> Ivi, p. 119.

<sup>41</sup> G. H. Schneider, *Der menschliche Wille vom Standpunkte der neueren Entwicklungstheorien (des „Darwinismus“)*, Berlin 1882.

<sup>42</sup> W. James, *The Principles of Psychology*, cit., p. 118.

stimolo «and the rest of the chain were fused into a continuous stream»<sup>43</sup>. Sullivan parla a questo proposito di «stile di esecuzione»<sup>44</sup> per spiegare cosa James intenda con abiti di comportamento e di pensiero, intendendo una personale modalità di comportamento sviluppata riflessivamente e che, evidentemente, può prevedere difetti di esecuzione che si sedimentano nel corso dell'acquisizione. Una volta stabilizzato l'ordine di esecuzione di alcune azioni ordinarie, il nostro corpo sembra agire automaticamente in situazioni quotidiane, senza che neanche ci riesca facile ricordare *come* abbiamo svolto una certa attività.

Non è difficile intravedere i motivi per cui queste due conseguenze delle azioni abituali siano state ritenute precorritrici degli approcci enattivisti alla cognizione<sup>45</sup>. In breve:

In action grown habitual, what instigates each new muscular contraction to take place in its appointed order is not a thought or a perception, but the *sensation occasioned by the muscular contraction just finished*. A strictly voluntary act has to be guided by idea, perception, and volition, throughout its whole course. In habitual action, mere sensation is a sufficient guide, and the upper regions of brain and mind are set comparatively free<sup>46</sup>.

La differenza tra un atto volontario e un'azione abituale è che il primo deve essere costantemente guidato da «idea, percezione e volizione», mentre l'azione divenuta abituale può essere condotta da sensazioni senza impegnare livelli superiori<sup>47</sup>. La catena di movimenti già testata nel corso dell'acquisizione consente che i centri superiori intervengano soltanto nell'attivazione consapevole del movimento (V) e nella registrazione del risultato (G'). Tutto il processo di contrazioni muscolari (A,B,C,D,E,F,G) procede poi per attivazioni automatiche stimulate in successione dalle sensazioni (a,b,c,d,e,f,g) corrispondenti alle contrazioni muscolari stesse (Fig. 1)<sup>48</sup>.

---

<sup>43</sup> Ivi, p. 119.

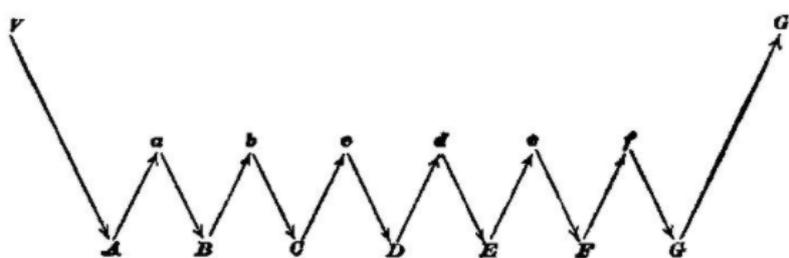
<sup>44</sup> S. Sullivan, *Living Across and Through Skins*, Bloomington, IN 2001, p. 31.

<sup>45</sup> S. Gallagher, *Enactivist interventions: Rethinking the mind*, Oxford 2017; M. Heras-Escribano, *Pragmatism, enactivism, and ecological psychology: towards a unified approach to post-cognitivism*, «Synthese», 2019, pp. 1-27. Heras-Escribano definisce l'enattivismo come una «costellazione di approcci alla cognizione» che condividono una base non cognitiva per spiegare il processo unico e continuo di percezione e azione. Inoltre individua almento tre macro approcci enattivisti: «the enactive approach, sensorimotor enactivism, and radical enactivism» (M. Heras-Escribano, *Pragmatism, enactivism, and ecological psychology*, cit., p. 7).

<sup>46</sup> W. James, *The Principles of Psychology*, cit., p. 120.

<sup>47</sup> Da notare che James distingue «brain» e «mind».

<sup>48</sup> W. James, *The Principles of Psychology*, cit., p. 120.



*Figura 1*

Sul livello di consapevolezza presente nelle sensazioni il dibattito era ovviamente aperto. Per alcuni autori si trattava di mere «correnti nervose centripete» inconse in grado di attivare reazioni motorie involontarie. Una posizione a sé era quella di von Hartmann che le riteneva idee inconse<sup>49</sup>. Riprendendo alcuni passaggi di Schneider, James sostiene che si tratti invece di «inattentive feeling[s]»<sup>50</sup> e che come tali siano accompagnati da un seppur minimo livello di consapevolezza. Ciò è dimostrato dal fatto che in ogni momento possiamo richiamare l'attenzione riflessiva sulle azioni automatiche. Infatti, se per convenienza evolutiva normalmente non prestiamo attenzione a queste azioni, lo facciamo però non appena insorga un ostacolo nella loro esecuzione<sup>51</sup>.

Come in altri passaggi dei *Principles*, James respinge sia una distinzione netta tra sensazioni e percezioni, sia l'interpretazione delle percezioni come forme di ragionamenti inconsci<sup>52</sup>. La critica jamesiana di elementi inconsci costituisce un argomento chiave della sua critica all'elementarismo in psicologia. Nello specifico, parlare di stati mentali inconsci violerebbe secondo James il principio logico d'identità e ciò comprometterebbe la possibilità di costituire una vera e propria scienza della mente<sup>53</sup>. Klein legge l'opposizione di James all'inconscio e quindi all'elementarismo nei termini di una preferenza rispetto al modello esplicativo da utilizzare in psicologia: un modello psicologico o un modello fisiologico (biologico), quest'ultimo adottato da James. Inoltre, possiamo aggiungere che un'attività mentale inconscia, in quanto attività immodificabile, non sarebbe compatibile con l'epistemologia evoluzionista in cui si inquadra la psicologia fisiologica jamesiana, né tanto meno con la sua cosiddetta «psicologia

---

<sup>49</sup> E. von Hartmann, *Philosophy of the Unconscious*, vol. I, London 1893, pp. 72-78.

<sup>50</sup> W. James, *The Principles of Psychology*, cit., p. 124.

<sup>51</sup> Ivi, p. 123.

<sup>52</sup> Cfr. M. Bella, *Ontology after Philosophical Psychology*, cit., p. 75 segg.

<sup>53</sup> A. Klein, *The Death of Consciousness?*, cit., p. 304. Alcuni autori hanno tentato di mostrare che l'interpretazione delle critiche jamesiane ai processi inconsci andrebbe rivista, si veda J. Weinberger, *William James and the Unconscious: Redressing a Century-Old Misunderstanding*, «Psychological Science», 11 (6), 2000, pp. 439-445.

morale»<sup>54</sup> su cui si basa la concezione migliorista in ambito morale ed etico<sup>55</sup>. La possibilità di risvegliare l'attenzione cosciente nel corso dello svolgimento dell'azione abitudinaria va infine nella direzione della concezione deweyana dell'indagine [*inquiry*], che muove proprio dalla possibilità di riconoscere nella situazione ordinaria qualcosa che non sta funzionando, una stonatura, quel che Dewey chiama una «situazione problematica»<sup>56</sup> e avviare un processo di ricerca che porti a nuove soluzioni teorico-pratiche e dunque al cambiamento di abitudini adattative nel rapporto organismo-ambiente.

## 2. Una psicologia teleologica per una filosofia migliorista

La centralità dell'aspetto fisiologico nella psicologia naturalistica jamesiana è alla base della sua filosofia migliorista e ha profonde implicazioni per la sua proposta pedagogica. Sulla scorta di altri interpreti<sup>57</sup>, McGranahan ha meglio chiarito l'incidenza dell'evoluzionismo darwiniano e in particolare l'utilizzo jamesiano della logica della selezione per descrivere la vita mentale. Nel descrivere l'attività della coscienza come una «selective industry»<sup>58</sup> James utilizza un modello esplicativo definito di «selezionismo gerarchico»<sup>59</sup> per cui i diversi livelli fisiologici operano delle selezioni rispetto all'ambiente circostante producendo così variazioni ai livelli superiori. Come in un sistema di filtri, la sensazione è già un organo di selezione in grado di cogliere alcuni aspetti della realtà trascurandone altri<sup>60</sup>. Da questa prima selezione operata a livello di terminazioni organiche, l'attenzione forma poi gli oggetti della percezione e infine seleziona le sensazioni da ritenere più rappresentative, più «reali» degli oggetti – una certa impressione di quadrato, di cerchio, di rosso che viene individuata come reale a dispetto di altre che sono considerate invece apparenze prospettiche o legate alla variazione della luce.

<sup>54</sup> L. McGranahan, *Darwinism and Pragmatism. William James on evolution and self-transformation*, London 2017, p. 86.

<sup>55</sup> C. Koopman, *The Will, the Will to Believe, and William James: An Ethics of Freedom as Self-Transformation*, «Journal of the History of Philosophy», 55 (3), 2017, pp. 491-512. S. Marchetti, *Ethics and Philosophical Critique in William James*, London 2015.

<sup>56</sup> T. MacMullan, *The Fly Wheel of Society. Habit and Social Meliorism in the Pragmatist Tradition*, in T. Sparrow, A. Hutchinson (eds.), *A History of Habit: From Aristotle to Bourdieu*, Lanham 2013, p. 237; cfr. M. Santarelli, *La vita interessata. Una proposta teorica a partire da John Dewey*, Macerata 2019.

<sup>57</sup> R. J. Richards, *Darwin and the Emergence of Evolutionary Theories of Mind and Behavior*, Chicago 1987; J. Schull, *Selection – James's Principal Principle*, in M. E. Donnelly (ed.), *Reinterpreting the Legacy of William James*, Washington, DC 1992, pp. 139-151.

<sup>58</sup> W. James, *The Principles of Psychology*, cit., p. 275.

<sup>59</sup> L. McGranahan, *Darwinism and Pragmatism*, cit., p. 76.

<sup>60</sup> Ad esempio, la specie umana è in grado di cogliere la velocità soltanto entro certi limiti, così come di recepire una certa scala di suoni, si veda W. James, *The Principles of Psychology*, cit., p. 273 segg.

L'influenza indiretta tra questi livelli di selezione<sup>61</sup>, l'incidenza delle abitudini di attenzione che spesso impediscono di fare esperienza di alcuni aspetti della realtà circostante e, inoltre, l'effetto di feedback sulle funzioni di selezione operato dall'intensità degli stimoli che percepiamo ripetutamente sono tutti aspetti emblematici della psicologia jamesiana. Questi aspetti rivelano una psicologia profondamente dinamica rispetto alla staticità lineare dei paradigmi idraulico-meccanicistici utilizzati a fini esplicativi. È in questo quadro che l'analisi jamesiana dell'attività mentale consente di delineare un rapporto organismo-ambiente dinamico fatto di influenze reciproche indirette, non strettamente coercitive e quindi non predeterminabili negli effetti.

A differenza delle recenti letture meccanicistiche, che descrivono gli abiti in James come contraddistinti da «the absence of self-proposed goals and a lack of cognitive control»<sup>62</sup>, letture di più ampio respiro che facciano riferimento in modo più fedele alla complessa psicologia jamesiana restituiscono ben altra immagine. Come sostiene Leary, fin dall'inizio delle sue ricerche, e per quanto affascinato da spiegazioni meccaniciste, James avrebbe sempre mantenuto un atteggiamento non privo di critiche rispetto all'adozione di una concezione biologica del mentale<sup>63</sup>. In particolare, alcuni interpreti considerano gli *habits* come il vero centro della psicologia jamesiana, che tiene insieme fisiologia, filosofia ed etica, fornendo «'the best explanation' of how 'acts of intelligence' come to characterize human behavior»<sup>64</sup>. L'attenzione volontaria, che consiste sostanzialmente nel tenere a mente un oggetto o un'idea per un tempo prolungato<sup>65</sup>, interviene nel momento in cui vi sia un'impasse nell'esecuzione di azioni abituali con l'obiettivo di sviluppare nuove soluzioni adattative. Gli abiti sono quindi «automatic, but they are not rigid: they are plastic, and they are constantly changing»<sup>66</sup>. Tuttavia, pur in un'ottica di cambiamento, un aspetto estremamente funzionale degli abiti a fini evolutivi è che essi vadano stabilizzandosi rendendo le azioni a esse connesse sempre più efficaci ed eseguite in un regime di risparmio energetico e con minimo sforzo cognitivo.

Quanto alle implicazioni etiche di tale descrizione fisiologica degli abiti, sempre seguendo la lettura di Carpenter, James ritiene gli abiti una seconda natura più incisiva e stringente della prima quando si siano sedimentati. La difficoltà di cambiare abiti comportamentali e mentali a livello individuale ha riscontro anche sul piano sociale, laddove gli abiti ne favoriscono lo sviluppo. La condotta viene formata dagli abiti a partire dall'abitudine a prestare attenzione o meno a certe sensazioni e percezioni o a trascurarle. Gli abiti sembrano eliminare possibilità alternative di pensiero e di azione man mano che si vanno strutturando

---

<sup>61</sup> Si tratta ovviamente di una distinzione analitica, non cronologica, cfr. L. McGranahan, *Darwinism and Pragmatism*, cit., p. 78.

<sup>62</sup> J. Bernacer, J. I. Murillo, *The Aristotelian Conception of Habit and Its Contribution to Human Neuroscience*, cit., p. 1.

<sup>63</sup> D. E. Leary, *A Moralism in an Age of Scientific Analysis and Skepticism*, cit., p. 178.

<sup>64</sup> Ivi, p. 189.

<sup>65</sup> W. James, *The Principles of Psychology*, cit., p. 1167.

<sup>66</sup> M. Heras-Escribano, *Pragmatism, enactivism, and ecological psychology*, cit., p. 6.

e che formano, come scrive Huxley, la struttura nervosa degli individui<sup>67</sup>. «Habit is thus the enormous fly-wheel of society, its most precious conservative agent»<sup>68</sup>: a livello sociale, sono gli abiti che spiegano il permanere di una certa struttura sociale nonostante le ingiustizie che la contraddistinguono, la convinzione pratica della mancanza di alternative possibili. E alternative possibili divengono sempre meno praticabili col procedere dell'età e quindi dell'esercizio a un certo stile di vita. Se gli abiti «intellettuali e professionali», infatti, si formano tra i venti e i trenta anni, gli abiti «personali» quali «vocalization and pronunciation, gesture, motion, and address»<sup>69</sup> si formano invece prima e tutto ciò che si apprende tardivamente – si pensi alle seconde lingue, o al gusto – si riconosce come un'acquisizione meno naturale delle precedenti.

La filosofia morale come la pedagogia deve rimanere aggiornata rispetto alle scoperte fisiologiche e utilizzarle a vantaggio di un'«etica esortatoria»<sup>70</sup>. A questo proposito, contro un certo mainstream interpretativo, è stato giustamente rilevato come James non abbia di fatto sviluppato una teoria morale in senso sistematico, ma il suo «registro esortativo» sia invece indicativo di una concezione «terapeutica e trasformativa»<sup>71</sup> della filosofia. Il problema della trasformazione personale e del cambiamento di abiti non riguarda tanto i comportamenti coscienti, ma i comportamenti automatici<sup>72</sup>. La strategia educativa suggerita è quella di approfittare delle conoscenze scientifiche raggiunte e farne tesoro, favorendo l'acquisizione di abiti di condotta utili – sempre intendendo sia abiti di pensiero che pratiche – nell'età in cui tale acquisizione risulta più facile, così da scongiurare un imprinting dannoso alla realizzazione di sé. Tale concezione conservativa degli abiti è stata fatta oggetto di numerose critiche di conservatorismo senza tenere in giusto conto almeno due aspetti chiave. Innanzitutto, la grande rilevanza data da James alla possibilità di cambiamento sul piano fisiologico, che gli consente di prendere decisamente le distanze dal determinismo meccanicista. Pur assumendo l'evidenza della progressiva fissazione degli automatismi, l'indeterminismo jamesiano lascia aperta la possibilità di un intervento dell'attenzione cosciente laddove l'esperienza dovesse rivelare che i nostri abiti acquisiti non ci aiutino a relazionarci con il mondo sociale e naturale. In secondo luogo, l'insistere sullo stabilizzarsi progressivo di attitudini nella vita personale ha l'intento di assicurare la possibilità del cambiamento. Soltanto a partire dalla consapevolezza del funzionamento della fisiologia cerebrale, e quindi dei limiti effettivi della nostra libertà di azione, è possibile prestare la dovuta attenzione agli atteggiamenti che andiamo acquisendo nel corso della vita perché rimanga garantita l'introduzione di alternative nella vita delle persone. Anche sul piano più strettamente filosofico, come altre teorie dei pragmatisti di prima

---

<sup>67</sup> T. H. Huxley, *Lessons in Elementary Physiology*, London 1866.

<sup>68</sup> W. James, *The Principles of Psychology*, cit., p. 125.

<sup>69</sup> Ivi, p. 126.

<sup>70</sup> Ivi, p. 130.

<sup>71</sup> S. Marchetti, *Ethics and Philosophical Critique*, cit., p. 48.

<sup>72</sup> T. MacMullan, *The Fly Wheel of Society*, cit., p. 242.

generazione, l'empirismo jamesiano riconosce l'insorgere di novità genuine entro la dinamica continuità-cambiamento<sup>73</sup>.

È in questo quadro che James propone in chiusura l'analisi di Alexander Bain degli abiti morali<sup>74</sup> e ne ricava due massime pratiche da seguire per assicurarsi di fissare le abitudini che si desidera ottenere: 1) «*launch ourselves with as strong and decided an initiative as possible*»; 2) «*[n]ever suffer an exception to occur till the new habit is securely rooted in your life*»<sup>75</sup>.

Queste massime si potrebbero riassumere con il non darsi obiettivi superiori alle proprie energie, considerando quindi un percorso di obiettivi che crescano col rafforzarsi delle nostre capacità; e poi di non cedere a eccezioni prima del tempo, proprio perché le interruzioni operano positivamente come fattori di inibizione. A queste massime, James aggiunge alcune implicazioni che ne ribadiscono l'affinità con l'idea peirceana delle credenze come abiti d'azione, nonché della priorità pragmatista dell'azione rispetto alla mera speculazione. La prima implicazione è nell'invito a «*[s]eize the very first possible opportunity to act on every resolution you make, and on every emotional prompting you may experience in the direction of the habits you aspire to gain*»<sup>76</sup>. Se la condotta è lo scopo ultimo del pensiero, un pensiero che non abbia conseguenze pratiche di qualche sorta non è il centro dell'interesse pragmatista che è invece occupato dal pensiero deliberativo. L'idea è che ogni scelta abbia implicazioni pratiche di qualche sorta, sia le scelte operate che quelle non operate, e che il primo riscontro fisiologico di questa concezione lo si abbia nel fatto che soltanto gli effetti motori prodotti dalle risoluzioni prese contribuiscano a modellare o rimodellare la nostra mente. Senza il riscontro pratico non c'è vera modificazione cerebrale e quindi non si dà vero cambiamento. Ma come anticipato, non si tratta soltanto di una «*chance lost*» poiché quella tendenza, quella scelta mancata esercitano una forza nel futuro che si opporrà all'esercizio della volontà. Le pesanti implicazioni etiche di questa visione sono ben evidenti e sono ribadite nell'ulteriore richiamo alla concretezza, all'esigenza di agire secondo una certa massima o tendenza per renderla efficace nella nostra vita: «*if one have not taken advantage of every concrete opportunity to act, one's character may remain entirely unaffected for the better. With mere good intentions, hell is proverbially paved*»<sup>77</sup>.

---

<sup>73</sup> Sulla rilevanza dell'aspetto ontologico per gli autori classici del pragmatismo si veda: R. M. Calcaterra, *Varieties of Synechism: Peirce and James on Mind-World Continuity*, «The Journal of Speculative Philosophy», 24 (5), pp. 412-424. M. Bella, *Ontology after Philosophical Psychology*, cit.; M. R. Brioschi, *Creativity between Experience and Cosmos. Peirce and Whitehead on Novelty*, Freiburg 2020; G. Maddalena, *The Philosophy of Gesture. Completing Pragmatists' Incomplete Revolution*, Montreal & Kingston, London, Chicago 2015. Alcuni autori di scienze cognitive hanno allargato lo sguardo alla concezione ontologica di James: J. McKinney, M. Sato, A. Chermoro, *Habit, Ontology, and Embodied Cognition Without Borders*, in F. Caruana, I. Testa (eds.), *Habits*, cit., pp. 184-203.

<sup>74</sup> A. Bain, *The Emotions and the Will*, London 1859.

<sup>75</sup> W. James, *The Principles of Psychology*, cit., p. 127.

<sup>76</sup> Ivi, p. 128.

<sup>77</sup> Ivi, p. 129.

Gli abiti sono infatti fondamentali per la formazione del carattere delle persone e il carattere, che viene definito come l'insieme delle tendenze ad agire, è fondamentale per deciderne il destino<sup>78</sup>. L'ultima massima è rivolta al futuro ed è un invito a seminare per raccogliere, a investire senza un ritorno immediato in pratiche di attenzione e sforzo per allenarsi ai momenti di prova e farsi trovare pronti al momento opportuno<sup>79</sup>. E la fiducia miglioristica nelle pratiche trova riscontro nella sua idea di educazione, in cui affidarsi costantemente e continuativamente a buone pratiche porta senza dubbio i frutti desiderati.

## Conclusioni

Nella psicologia jamesiana gli abiti hanno una espressa funzione adattativa che contribuisce alla sopravvivenza favorendo l'efficacia delle attività divenute automatiche e liberando così l'attenzione consapevole per altre attività che richiedano un maggiore impegno cognitivo. Gli abiti divengono riflessi, automatici, ma non lo divengono se non nel lungo periodo in modo rigido e perciò c'è la possibilità di modificarli con l'esercizio pratico. È possibile intravedere nella disamina jamesiana l'anticipazione della nozione di neuroplasticità<sup>80</sup> e dell'importanza dello scarico motorio per alterare i percorsi neurali stabilizzati. La stessa filosofia jamesiana della trasformazione di sé è costruita su queste basi fisiologiche che sono il portato della nuova psicologia di fine Ottocento. L'interpretazione del darwinismo gioca un altro ruolo fondamentale, in particolare per la logica selezionista che abbiamo visto all'opera e per assicurare una libertà concreta all'esercizio della nostra volontà. La centralità teorica degli abiti riveste un ruolo chiave più in generale nella concezione migliorista comune ai pragmatisti e, secondo MacMullan, viene infine realizzata al meglio da figure quali DuBois e Addams che «put the doctrine to work in ways that improved the lives of countless people and communities»<sup>81</sup>.

Spostando l'attenzione sulla ben più articolata concezione jamesiana degli abiti, che possiamo definire «esperienziale», e sulla possibilità della loro modificazione consapevole, si può meglio comprendere la rivalutazione contemporanea dell'approccio antintellettualista jamesiano da parte dei cosiddetti

---

<sup>78</sup> R. B. Perry, *The Thought and Character of William James*, cit., p. 90; F. Bordogna, *The psychology and physiology of temperament: Pragmatism in context*, «Journal of the History of the Behavioral Sciences», 37, 2001 (1), pp. 3-25.

<sup>79</sup> W. James, *The Principles of Psychology*, cit., p. 130.

<sup>80</sup> Cfr. T. Sparrow, A. Hutchinson (eds.), *A History of Habit: From Aristotle to Bourdieu*, Lanham 2013.

<sup>81</sup> T. MacMullan, *The Fly Wheel of Society*, cit., p. 248.

«E-approaches to the mind» in scienze cognitive<sup>82</sup>. Tra gli altri, Caruana<sup>83</sup> ha messo al centro del suo recupero del pragmatismo una concezione della cognizione non svincolabile dall'azione<sup>84</sup> più compatibile, rispetto al modello fenomenologico, con gli studi neuroscientifici sulle emozioni. Cappuccio e Agurruza a loro volta confermano l'attualità dell'idea jamesiana per cui anche gli abiti divenuti riflessi non precludono la possibilità di un controllo cosciente per gli studi enattivisti: «automatization does not exclude habits from being intelligently, consciously controlled. Actually, automatization represents a precondition for exerting a particular form of control, one that is exerted through, not impaired by, habits. Even in the thick of competitive action, athletes are highly attentive»<sup>85</sup>.

Michela Bella  
Università del Molise  
✉ michela.bella@unimol.it

---

<sup>82</sup> D. D. Hutto, E. Myin, *Evolving Enactivism: Basic Minds Meet Content*, Cambridge (MA) 2017, p. 1; S. Gallagher, *Enactivist interventions: Rethinking the mind*, cit.; A. Chemero, *Radical Embodied Cognitive Science*, cit.

<sup>83</sup> F. Caruana, *Emotional Mirroring Promotes Social Bonding and Social Habits. An Insight from Laughter*, in F. Caruana, I. Testa (eds.), *Habits*, cit., pp. 79-99.

<sup>84</sup> W. James, *The Principles of Psychology*, cit., p. 129.

<sup>85</sup> M. L. Cappuccio, J. Ilundáin-Agurruza, *Swim or Sink. Habit and Skillful Control in Sport Performance*, in F. Caruana, I. Testa (eds.), *Habits*, cit., p. 156.