INTRODUZIONE

SCOPRIRE IL RAPPORTO TRA CREATIVITÀ E CANNABIS

Cosa vi viene in mente quando sentite la parola *creatività*? Immaginate artisti rinascimentali che ridefiniscono la rappresentazione realistica? Pensate ai compositori barocchi che inventano complicate trame musicali in grado di espandere la nostra concezione di musicalità? Vi vengono in mente moderne figure rivoluzionarie che progettano e inventano tecnologie innovative? Oppure immaginate voi stessi mentre fate un lavoro manuale, cucinate, cantate, ballate, disegnate o sognate?

Nel suo racconto *Tutto è fatidico*, Stephen King ha scritto: "La creatività è come una mano alla fine del braccio. Ma una mano ha le dita, giusto? Pensa a quelle dita come a diverse abilità. Una persona creativa può scrivere, dipingere, scolpire e inventare formule matematiche; può ballare, cantare o suonare uno strumento musicale. Quelle sono le dita, e la creatività è la mano che le muove."

Ci sono giorni in cui mi sveglio e sento un prepotente impulso a creare. È come una specie di fame, che può essere soddisfatta solo impegnando mani e mente nella creazione di qualcosa. Per molti di noi, si può dire che le parole di King assumano un significato più radicale: la creatività è la mano che muove *noi*. Attraverso la nostra creatività inventiamo nuovi mondi da abitare, seguiamo le nostre pulsioni guida e proviamo una soddisfazione che niente altro è in grado di farci provare.

Che cos'è la creatività?

La creatività è un concetto difficile da definire in poche parole. Anzi, è talmente sfuggente e amorfo che nel mondo accademico spesso si opera una distinzione fra *Creatività* (con la "c" maiuscola) e *creatività* (con la "c" minuscola). Quando parliamo di Creatività con la "c" maiuscola pensiamo ad attività artistiche innovative o geniali. Pittura, scultura, musica, danza, teatro, poesia, fotografia: tutti questi ambiti artistici appartengono alla Creatività. Altre attività di natura più pratica che richiedono un approccio creativo per facilitare la vita appartengono alla creatività con la "c" minuscola. Parliamo do attività generiche di risoluzione dei problemi, come pianificare le commissioni in modo da risparmiare tempo oppure, in occasione di un matrimonio, disporre i posti a sedere in modo che membri della famiglia che non sono in buoni rapporti non causino drammi, richiedono comunque una certa dose di creatività, anche se nella pratica non sembrano particolarmente creativi.

Nel suo libro, *Tieni duro! 10 idee per essere creativi anche quando tutto rema contro*, l'artista e autore Austin Kleon ha scritto: "Essere creativi non è mai un fine; è un mezzo per arrivare ad altro. La creatività non è che uno strumento. Può essere usata per disporre i mobili del salotto, dipingere un capolavoro o progettare un'arma di distruzione di massa."

La creatività (maiuscola o minuscola che sia) è presente in innumerevoli compiti e attività che svolgiamo nel corso della nostra vita. Mentre la creatività con la "c" maiuscola contribuisce a nutrire la nostra anima, quella con la "c" minuscola ci aiuta a gestire meglio la vita.
Dal punto di vista scientifico, i metodi utilizzati per esaminare e misurare questi due diversi tipi di creatività sono molto simili, ma gran parte della ricerca esistente si concentra sulla creatività con la "c" minuscola, più apprezzata dalla società per questioni di produttività. Grazie alla creatività possiamo lavorare in modo più efficiente e, come imprenditori, possiamo essere più intraprendenti. La ricerca si basa sui finanziamenti, quindi a meno che un ricercatore non riesca a dimostrare un'applicazione pratica del lavoro che propone, le nostre domande sulla creatività con la "c" maiuscola rimarranno senza risposta. È per questo che della creatività con la "c" maiuscola sappiamo molto meno di quanto molti artisti e neuroscienziati vorrebbero, e che *Creatività* e *creatività* vengono spesso considerate insieme, per quanto diverse.

Che cosa sappiamo della relazione tra cannabis e creatività?

Al momento in cui scrivo (agosto 2021), la cannabis è illegale a livello federale negli Stati Uniti. Tuttavia, molti stati ne hanno già legalizzato il consumo da parte di soggetti adulti. Altri ancora ne hanno legalizzato l'impiego a fini terapeutici, mentre alcuni ne hanno depenalizzato il consumo, senza però consentirne legalmente la produzione e l'acquisto. Ad oggi, sono pochi gli stati americani in cui la cannabis è ancora totalmente illegale. Negli Stati Uniti la tendenza, lenta ma inesorabile, è quella dell'accettazione della cannabis. Tanto che in un sondaggio pubblicato da Gallup nel 2020, il 68% degli americani ha risposto di essere a favore di una più ampia legalizzazione della cannabis.

Purtroppo, un cambiamento di percezione e la legalizzazione di stato non sono sufficienti ad agevolare lo studio accademico. Potrebbe sorprendervi sapere che la ricerca sulla cannabis è regolata da norme, ma di fatto l'illegalità a livello federale e leggi diverse da stato a stato complicano non poco la vita agli scienziati che si occupano della ricerca.

La presenza di barriere nell'approvvigionamento rappresenta una delle principali complicazioni. Sottoposti a un controllo infinitamente più attento di quello riservato ai clienti tipo dei normali dispensari farmaceutici, per ottenere campioni di cannabis a scopo di ricerca gli scienziati devono richiedere l'approvazione del *National Institute on Drug Abuse* (NIDA) e di altre agenzie governative. Il processo di approvazione, lungo, complicato e apparentemente arbitrario, frena ogni avanzamento.

E quel che è peggio, fino a quest'anno tutti gli studi approvati dal NIDA dovevano servirsi di campioni provenienti dalle coltivazioni ufficiali di cannabis dell'Università del Mississippi. Prima che vi scaldiate troppo leggendo la frase "coltivazioni ufficiali di cannabis", sappiate che raramente producono erba di prima qualità. Sul mercato di consumo, i fiori ad alta percentuale (18%-21% e oltre) di tetraidrocannabinolo (**THC**) sono facilmente reperibili e spesso utilizzati per una varietà di applicazioni, terapeutiche e non. Eppure, a quanto pare, i campioni approvati dal NIDA spesso contengono anche meno del 10% di THC. Inoltre, gli

scienziati si lamentano anche della qualità e dell'aspetto dei campioni che ricevono: una polvere liofilizzata finissima di colore verde chiaro. Questi campioni non hanno alcuna attinenza con ciò che i consumatori comprano sul mercato, il che si traduce in dati fortemente distorti e in conclusioni degli studi altamente inaffidabili.

Immaginate, per esempio, di fumare cannabis Gorilla Glue al 20% di THC per alleviare mal di schiena e insonnia: una **canna** tutte le sere fa miracoli. Se decidete di partecipare a uno studio clinico che definisca i benefici della cannabis a uso medico, ricevete una dose di erba al 5% di THC approvata dal NIDA. In questo modo non potete semplicemente farvi uno spinello o fumarla nel **bong** come fareste a casa. La dose di cannabis vi viene infatti somministrata sotto forma di iniezione endovenosa (per quanto possa sembrare strano, questo è il metodo comunemente impiegato in sede di ricerca ai fini della standardizzazione). Pensate che il vostro organismo risponderà all'**erba** del NIDA somministrata per via endovenosa altrettanto positivamente che a quella commerciale scrupolosamente coltivata a cui siete abituati? Ovviamente no, e i dati della ricerca tenderanno a indicare che la marijuana non è particolarmente efficace per alleviare dolore e insonnia.

Di recente, la DEA (*Drug Enforcement Administration*) [agenzia federale statunitense che si occupa di far rispettare la legge sulle sostanze stupefacenti, *N.d.T.*] ha annunciato l'introduzione di una nuova procedura di domanda finalizzata ad ampliare le fonti

La varietà Bruce Banner, che ha un contenuto di THC quasi del 30%, è molto potente.

Quando avete trovato la varietà che meglio risponde alle vostre esigenze, un consumo regolare e responsabile migliorerà la vostra efficienza e qualità di vita.

di approvvigionamento di cannabis a fini di ricerca medica. È un passo avanti, ma come per qualsiasi novità, ci sono state complicazioni, blocchi e colli di bottiglia la cui risoluzione richiederà del tempo. Nella migliore delle ipotesi, ci vorranno ancora parecchi anni prima che si possa giungere a conclusioni utili e di ampia portata che potrebbero fare la differenza per moltissime persone.

Anche i biologi, che desiderano studiare la cannabis essenzialmente come pianta e non in quanto sostanza **psicotropa**, devono superare molti ostacoli. Possono utilizzare campioni di cannabis provenienti da tutto il mondo, a condizione che non li introducano mai fisicamente in laboratori di proprietà del governo o finanziati dal governo, comprese le università e i college finanziati dallo stato. Se siete studenti presso una di queste università, tali norme limitano notevolmente l'attività che potete svolgere per completare la vostra istruzione.

Tutte queste limitazioni, sommate fra loro, ostacolano seriamente la possibilità di trarre delle conclusioni da parte dei canali di ricerca ufficiali. A causa di tutti questi vincoli, sono state fatte pochissime ricerche sulla relazione tra cannabis e creatività, e ancora meno sono gli studi in grado di dimostrare una correlazione tra le due. Eppure, osservando lo spirito culturale del tempo, è noto come la cannabis e la creatività si siano intrecciate per molto, molto tempo.

Conversazioni su cannabis e creatività

Quando si parla dell'uso della cannabis, le scienze sociali eccellono dove la scienza di laboratorio risulta invece parecchio inibita. Per via dei miei studi in antropologia e teatro, sono convinta che le informazioni più utili non siano sempre costituite da dati e numeri, ma piuttosto da racconti dettagliati e storie. Le parole che scegliamo per descrivere le nostre esperienze e i punti di vista che scaturiscono da quelle esperienze rappresentano forse la soluzione più semplice per comprendere la relazione tra cannabis e creatività.

In quanto studentessa di antropologia in una facoltà che univa antropologia e sociologia, mi trovavo spesso in difficoltà con il concetto che i dati devono essere facili da decifrare o quantificare perché si possano trarre conclusioni significative. La sociologia ragiona in termini quantitativi, alla ricerca di modelli statisticamente misurabili sulle popolazioni per comprendere il comportamento umano. L'uso della matematica è diffuso, in sociologia, ma le formule e l'inserimento di dati non sono i metodi di analisi che prediligo. Non è così che funziona il mio cervello. L'antropologia, d'altro canto, studia la cultura concentrandosi sull'aspetto qualitativo. Le interviste, i casi di studio e il lavoro sul campo consentono di rappresentare al meglio le tradizioni materiali e i modelli comportamentali di gruppo. L'approccio dell'antropologo valorizza le intuizioni individuali per interpretare la cultura e la comunità nel loro complesso.
L'antropologia mi ha insegnato che se avevo domande sulla cannabis e sulla creatività ispirate dalle mie esperienze e dai miei interessi, il modo migliore per trarre conclusioni era chiedere agli esperti: coloro che usano la cannabis nell'ambito della loro vita creativa. Le interviste dirette permettono di comprendere meglio di qualsiasi risultato di laboratorio il rapporto tra cannabis e creatività. Parlando con questo gruppo di artisti, sono venuta a conoscenza di una grande varietà di viaggi unici e personali che sfruttano gli effetti psicoattivi e terapeutici della cannabis per il processo creativo. Le varianti sono davvero tantissime, e sorprendenti. Gli esseri umani avranno anche la stessa struttura fisica e alcuni comportamenti in comune, ma è l'individualità a determinare i nostri processi creativi e il modo in cui "entriamo in azione".

Le interviste con artisti amanti della cannabis come Bruno Wu (a sinistra) e Trisha Smith (a destra) hanno fornito più informazioni di quanto si potrebbero mai ottenere con le statistiche.

Finché non avremo un mezzo più preciso per studiare queste esperienze estremamente personali, formule ed equazioni non reggono il confronto con le conclusioni che possiamo trarre attraverso aneddoti di prima mano. Forse, riportando un serie di resoconti a riprova della correlazione fra creatività e uso della cannabis, sarà evidente l'esigenza di ulteriori studi e nuovi metodi di analisi di laboratorio.

Varietà Citral Skunk.

Esplorare la correlazione

Non sono necessarie interviste o ricerche approfondite per sapere che, nella coscienza collettiva, cannabis e creatività sono correlate. Grazie ai tanti artisti che nel corso degli anni hanno lodato i benefici dell'erba, *sappiamo* praticamente per certo che la marijuana ci mette in comunicazione con il nostro lato creativo. Forse non ci avete mai pensato prima, ma le innumerevoli canzoni scritte sull'argomento, le citazioni degli attori più popolari e le riflessioni di amministratori delegati di successo costituiscono altrettante prove di questa connessione, e sono ben presenti nella mente di tutti noi.

Basta fare una rapida ricerca online su "cannabis e creatività" per trovare una lunga lista di artisti, musicisti, autori e performer famosi, tra gli altri, che si sono serviti della marijuana per risvegliare il loro spirito creativo. Non è una novità. Abbiamo fatto uso della cannabis a questo scopo per generazioni. Magari nella vostra esperienza culturale credete che la cannabis non sia un punto di riferimento, eppure lo è. Se mai avete battuto il piede al ritmo della musica dei Beatles o dei Rolling Stones, avete fruito indirettamente degli effetti della cannabis.

Nonostante il nostro immaginario collettivo, è importante andare oltre lo stereotipo secondo il quale la marijuana rende profondi, perspicaci e creativi, così come dovremmo guardare oltre gli stereotipi negativi, come la pigrizia e gli attacchi di risa imputati all'uso di questa sostanza e la perdita di cellule cerebrali paventata dalle campagne di informazione pubblica. Attraverso conversazioni ben mirate possiamo spostare la nostra comprensione della cannabis dalla sfera delle frasi a effetto e delle enumerazioni a una spiegazione piena di sfumature su come viene usata, come ci fa sentire, perché ci piace e quali vantaggi può apportare.