

IMPARARE A GUARDARE

"IO SONO NATO COSÌ!" DIVERONICA BUDANO

Il libro sarà presentato domani, alle 18, presso la Libreria Feltrinelli di via XX Settembre

La teoria del sorriso consapevole Se la differenza è un valore

di SERGIO SIGNORINI

La vita riserva a ciascuno esperienze "formative": talune comportano choc, "rabbia, sconforto, senso di colpa, paura", ma, se sappiamo accoglierle come sono, senza giudicarle buone o cattive (perché non possiamo sapere come ci trasformeranno), può capitare, alla fine, di affermare "oggi vivo nella gioia". Ed è ciò che dichiara Veronica Budano nell'incipit del suo libro - Io sono nato così! Come imparare a guardare oltre la "differenza", Franco Angelelli/Self-help, Milano, 2012 - che verrà presentato domani, 11 gennaio, alle 18, presso la Libreria Feltrinelli di Piacenza.

Cosa contiene di rilevante questo libro? Intanto l'insegnamento essenziale che la strada più diretta per tornare a sé è apprendere dalla vita, vivendola in ogni sua piega emotiva e creativa; in secondo luogo, che l'apprendimento diretto dall'esperienza è molto più rapido, coinvolgente e duraturo di ogni altro possibile.

Le parole ricorrenti di Veronica Budano, liberamente ordinate, sono: qui e ora (si può vivere solo nell'unico tempo esistente: il presente); fiducia (senza di essa è impossibile aprirsi alla vita); verità (mascherati, incontriamo altre maschere: ne consegue un gioco teatrale di ruoli, lontano dalla verità della vita); autonomia (sapersi prendere cura di sé spinge a risolvere da soli e creativamente i problemi); indipendenza (l'u-

nica voce che merita ascolto è la voce interiore, che ci rende indipendenti dalle manipolazioni e dalle false regole esterne); condivisione (solo autonomi e indipendenti possiamo colmare il nostro "vaso" di energia e poi condividere intimità, amorevolezza, affetti, pensieri, risorse spirituali e anche materiali); leggerezza (chi ama la vita la definisce una danza, una celebrazione!); amore (con la libertà, il bene più prezioso: inteso come stato interiore dell'essere che si diffonde tutt'attorno); incanto (quando si è "in amore", tutto è incanto e stupore); entusiasmo (la leggerezza dell'essere non è affatto "insostenibile", anzi, permea di passione per la vita, per tutto quanto ci circonda, ci rende entusiasti di ogni cosa, totalmente calati in ogni esperienza); gioia (l'esito del percorso non può che essere la gioia); gratitudine (e la conseguenza di tanta gioia non può che divenire una commossa gratitudine).

Tutto questo traspare dall'esperienza di Veronica: il suo bambino è "nato così!", con una piccola differenza, ma, mentre "il personale sanitario probabilmente si concentrerà sull'arto, voi riportate l'attenzione sul bambino". Ed è in questo modo semplice e diretto che Veronica Budano trasferisce il suo vissuto agli altri, perché possa essere di riferimento e di sostegno.

Il libro narra dell'attraversamento di una "iniziale crisi", sentita come tale - specifica l'autrice - "per ignoranza" (come il Buddhismo insegna), ma "abbiamo trasformato un momento difficile in una opportunità di condivisione e di crescita... Siamo riusciti ad essere fiduciosi, aperti alle possibilità. Siamo riusciti a riconoscere le risorse presenti in noi e negli altri ed abbiamo accettato quello che non poteva essere cambiato". Ha anche sperimentato "un

concetto appreso ai tempi dell'università: la resilienza, ovvero la capacità di superare le difficoltà che si incontrano nel corso della vita".

E' stupefacente per me cogliere quanto ha appreso Veronica in poco tempo, semplicemente attraversando la vita; per me che ho scelto come mia strada maestra di conoscenza lo studio (la via ebraica), sempre efficace certo, ma molto, molto più lunga: leggendo le sue parole spontanee e dirette, semplici, comprensibili a tutti, sento risuonare i miei maestri e apprendimenti "indiretti" - Boris Cyrulnik, per esempio, che ha coniato il termine resilienza - ma mi stupisce anche come le eterne leggi della vita divengano chiare e immediate per chi la vita l'attraversa con coraggio e determinazione, con apertura e fiducia, senza lasciarsi piegare da quanto sfugge alla "normalità".

Prendo a prestito dall'ultimo bel libro di Olga Chiaia, A un passo dalla felicità. Ritrovare la gioia nei momenti di crisi, Urra, Milano, 2011, pag. 113: "Wei-ji è l'ideogramma cinese del termine "crisi". E' composto da due parole: "pericolo" e "opportunità". Una crisi è di solito un momento propizio...". Mi stupisce come Veronica abbia utilizzato in sequenza le parole crisi e opportunità, arrivando a riconoscere una verità taoista che tutti, in questo momento, dovrebbero tenere ben presente, perché, come avrebbe voluto titolare il suo libro Olga Chiaia: Perdersi d'animo (accettare ed attraversare la crisi), (dà l'opportunità di) ritrovare l'anima.

Ho virgolettato, sopra, la parola "normalità", sia perché Veronica ne fa ampio uso, sia perché questo è l'unico concetto controverso che mi sento di contestare del libro. Lei stessa, d'altronde, a pag. 21 scrive: "Definire poi cosa sia la normalità è veramente molto com-

plesso". Apprezzo il suo tentativo indiretto e indistinto di farlo, ma è proprio l'agognata "normalità" che, prima o poi, ci fa desiderare di sentire appieno la nostra "individuazione", la nostra "diversità", la nostra "differenza", la nostra "unicità e irripetibilità". Infatti paradossalmente, proprio mentre continua a sottolineare la piacevole sensazione di sentirsi "come gli altri", Veronica, piano piano, varca i ristretti limiti della sua esperienza, per ampliare la sua visione e arriva ad eleggere la "differenza" essenza individuale di tutti, portatori dunque - ciascuno - della propria "essenziale differenza".

Per rendere visivamente questo concetto e cogliere lo sviluppo del percorso esistenziale individuale fra le deviazioni indotte dalla società (ricordate La maggioranza deviante di Franco Basaglia?) e dalle religioni, si possono utilizzare due immagini artistiche e pubbliche, che portano la "colpa" di rappresentare "gli umani" nudi. Lasciate cadere gli abiti, una delle maschere più discriminanti, ma anche riconoscibile e che consente di riconoscersi in un gruppo, di appartenere insomma, l'uomo/la donna si presentano nella propria verità: la verità del corpo, che narra la loro storia e lascia emergere le deviazioni subite dalla grazia originale. Sì, ho l'impudenza di parlare di grazia e non di peccato originale.

Nell'immagine di apertura presente in pagina Vanessa Beecroft "mette in scena" un quadro vivente che rappresenta, estremizzata, la condizione sociale occidentale: donne non più donne, che si sono "adattate" al consumo... di sé! Vanessa le tinge dello stesso "color carne" col fard, le pettina allo stesso modo, riducendo le "differenze" del colore naturale dei capelli, fa indossare a tutte gli stessi stivaloni neri e le schiera

“ordinatamente” come un esercito disciplinato, sceglie modelli simili, di belle fattezze, che corrispondano a un modello ideale fortemente interiorizzato e ... le riduce a spettrali manichini! L'immagine è il prodotto di una “normalizzazione”, dete-riorante ovviamente, che minimizza le differenze e impedisce all'individuo di sentirsi a suo agio senza correggersi per essere “adeguato”, termine che presenta, insieme, un'accezione positiva (adatto, accettabile, giusto) e una negativa (adattato, deviato, corrotto). Il misero spettacolo quotidiano al quale assistiamo è la rincorsa a una “normalità” fondata su modelli irraggiungibili (o raggiungibili con enormi costi economici e di salute fisica e mentale): tale è la necessità, per esempio, di ricorrere alla chirurgia estetica, per “ritoccarsi”, “rifarsi”, “ringiovanire”: tutte parole basate sulla non accettazione della propria “differenza”. Veronica Budano scrive: “Certo, ci sono persone che di fronte ad una loro “differenza”, seppur impercettibile, rimangono annichilite e forse è la nostra società, con i suoi modelli di “bellezza” e di “perfezione” imposti su tutti i mass media, che li porta ad una sorta di rassegnata disperazione”.

Nell'altra immagine, Spencer Tunick ritrae persone nude che riempiono di “Commedia umana” uno dei luoghi che è uso animare con sterminate folle, “artisticamente autorizzate” a liberarsi per qualche ora dei vestiti e a portare nell'ambiente, urbano o naturale, la presenza essenziale del corpo com'è. La sensazione immediata che proviene dalle sue immagini è di

essere calati in un girone infernale inciso da Paul Gustave Doré: in alcune regna il caos, un brulicare non immemore, anche, delle saghe di Hieronymus Bosch; non ci sono fissità - mai - neppure nei ritratti a postura imposta: c'è sempre qualcuno che dissona, che non ha capito, che spia gli altri per assimilarsi. Le immagini di Tunick sono brulicanti, vive, reali, vivaci, incontrollabili e le persone che partecipano alle riprese non sono animate da protagonismo, quanto dal desiderio di sperimentare contatti epidermici “senza intenzioni”, di sentire vibrare in sé il senso di appartenenza più profondo: quello al genere umano. Le persone, pur sapendo che verranno immortalate nella loro reale apparenza fisica, senza trucchi né ritocchi, si accettano come sono. Quelle di Tunick sono immagini della verità del corpo ed esaltano la “differenza”: ognuno presenta il colore della propria pelle, la lunghezza e il colore dei propri capelli, la propria magrezza o pinguetudine, la forma del corpo che narra di un vissuto bambino sedimentato nella corazza muscolare, l'armatura caratteriale con la quale si è opposto e ha resistito - sopravvivendo -

alle deviazioni ricevute o subite dall'esterno. Se la performance di Vanessa Beecroft presenta i “nuovi mostri” perversi, snaturati; l'immagine di Spencer Tunick onora la verità dei corpi, proprio mentre sembra negarli disperdendoli, quali singoli insignificanti segni di una pulsante texture, in una massa-forma che riempie e segna un luogo: ma non annichilisce le “differenze”, anzi, le esalta! Scrive ancora Veronica Budano: “La bellezza del mondo sta nella diversità e l'intelligenza dell'uomo sta nel prenderne coscienza, approfittandone e attribuendole valore, con la consapevolezza di appartenere ad un mondo fatto di tantissimi colori e sfumature, dove trovano spazio nuove idee, metodi diversi di agire e occasioni di vivere esperienze appaganti e felici, in qualunque condizione di “diversità” ci si trovi”.

te dall'esterno.

E' chiaro il senso? La storia personale di Veronica è solo un pretesto, l'occasione, l'opportunità per valorizzare qualsiasi “differenza”, qualsiasi “alterità”.

Ma, tornando al libro, qualche “altra” stupefacente scoperta ci aspetta.

Ci sono passi ed immagini suggestive che sono pura poesia e ... arrivano a commuovere.

Che dire poi di un bambino di “circa quattro anni” che, intuitivamente e spontaneamente, coglie l'essenza della responsabilità delle proprie scelte, che Plotino ci rivelò nel terzo centenario dopo Cristo? Veronica: “... gli stavo raccontando una favola, lui mi ha interrotta e mi ha detto: “Mamma, ti devo dire una cosa!” “Co-

sa”?, gli chiedo. “Io ti ho scelta, ho scelto anche il papà. Sai, prima di nascere, ero in cielo su una stellina, ho guardato giù e vi ho visti: mi piacevate tanto perché avevate dei bei musetti”. E James Hillman, filosofo e psicologo junghiano, nel suo Il codice dell'anima, Adelphi, Milano, 1997, pag. 23: “Secondo Plotino (205-270 d. C.), il maggiore dei filosofi neoplatonici, noi ci siamo scelti il corpo, i genitori, il luogo e la situazione di vita adatti all'anima e corrispondenti, come racconta il mito, alla sua necessità. Come a dire che la mia situazione di vita, compresi il mio corpo e i miei genitori, che magari adesso vorrei ripudiare, è stata scelta direttamente dalla mia anima, e se ora la mia scelta mi

sembra incomprendibile, è perché ho dimenticato”. Stupefacente!

Infine, last but not least: la “teoria del sorriso consapevole”.

Scrive ancora Veronica: “Ogni mattina mi alzo, vado in bagno e la prima cosa che faccio è guardarmi allo specchio e sorridermi, così mi sembra che la giornata inizi con un altro sapore”.

Provate! Io ho provato e funziona. D'altronde, come potremmo regalare un sorriso, non sapendo prima sorridere a noi stessi?

«Ogni mattina mi alzo, vado in bagno e la prima cosa che faccio è guardarmi allo specchio e sorridermi, così mi sembra che la giornata inizi con un altro sapore»

