



Università del Tempo Libero

2018/2019

IL TEMPO DELLE DONNE: INSEGUENDO LA FELICITÀ IMPARANDO A RINASCERE

Laura Campanello

Mi piace la gente che sa ascoltare il vento sulla propria pelle,
sentire gli odori delle cose, catturarne l'anima.
Quelli che hanno la carne a contatto con la carne del mondo.
Perché lì c'è verità, lì c'è dolcezza,
lì c'è sensibilità, lì c'è ancora amore. (Alda Merini)

Giovedì 21 marzo 2019

Rinascere è quanto di più bello, commovente, meraviglioso possa accadere nella vita e assistere alla rimessa al mondo di qualcun altro è stupefacente: lì si manifesta la realizzazione dell'ennesima promessa di un nuovo inizio, espressione essenziale dell'umano che non smette mai di sperare che una vita rinnovata e più piena possa sorgere dal ripetitivo o faticoso incedere quotidiano.

Entrare nella vita a occhi e cuore aperti. Questa è la condizione per la rinascita che è una occasione sia per vivere da svegli, tutta la vita, e non come morti viventi, assopiti, annoiati, addormentati, spenti, sia per poter arrivare alla fine dei propri giorni ed "entrare nella morte ad occhi aperti" come scrive M. Youcenar, e si possa morire sapendo di aver davvero vissuto. Altrimenti è più difficile anche morire, qualsiasi età si abbia: se non sei mai nato davvero e hai la sensazione di aver vissuto poco (e questo non ha a che fare solo con l'età), se la vita ti passa sopra la testa senza che tu te ne accorga, se rimandi per gran parte dell'esistenza la possibilità di vivere nei tuoi panni e non in quelli di qualcun altro, è molto più angosciante affrontare

l'invecchiamento e la morte. Come si riuscirà a morire ha molto a che fare con il "come" abbiamo vissuto.

Se non siamo disposti, però, ad ascoltare ciò che ci chiede, dentro noi stessi, di essere ascoltato e non vogliamo vedere ciò che da fuori ci opprime o ci spinge in direzioni che non vorremmo prendere, tutto resta com'è, compreso il nostro malessere, anche se a volte abbiamo l'impressione di muoverci in qualche direzione; ma, in realtà, ci stiamo solo agitando, magari addirittura stiamo aumentando la nostra inquietudine e il nostro smarrimento, girando vorticosamente a vuoto, alla ricerca di una soluzione che non è stabile nè possibile se cercata in quel modo. Spesso ci impantiamo, ci sentiamo cementati in una condizione sbagliata per noi e ci pare di non avere vie di uscita, oppure ci sembra che la confusione che abbiamo in testa ci lasci storditi e apparentemente incapaci di decidere che strada prendere, con una sensazione di timore che ci avvolge o di ansia che ci attanaglia.

Non c'è rinascita attuabile senza che vi sia anche una sensazione di nudità che la accompagna, senza i dolori del parto che caratterizzano ogni entrata nel mondo, senza la meraviglia di vedere per la prima volta, smarriti ed emozionati, il nuovo modo che avremo di stare al mondo, cui ambiamo magari da tempo, magari imparando prima di tutto a vedere ogni cosa con occhi diversi da prima. Questo sguardo neonato si dà quando sentiamo che ogni fibra di noi è connessa con le altre e tutte sono unite al momento che stiamo vivendo: la nostra mente, il nostro corpo, il nostro pensiero insieme al nostro fare ... è tutto lì. Non esiste altro. Il qui e ora di cui molte filosofie parlano è questo, ma non è semplice da raggiungere e tanto meno da mantenere, perché tutto muta, tutto cambia, tutto si muove. L'assenza di movimento e la quiete totale, che a volte desideriamo per il riposo dalle fatiche, coincide solo con la morte.

Raramente siamo però pronti e disposti a sentirci così, nudi ed esposti, liberi e aperti, perché è allora che si sente la potenza della vita e di noi stessi, si tocca con mano quella vitalità che prorompe e può essere nutriente, vitale e commovente quanto, però, spazzante, terrificante e dolorosa e proprio lì si ha la paura di perdersi e si sente la preoccupazione per il nuovo, per il non ancora nato, per ciò che è possibile ma potrebbe rivelarsi anche impossibile, per ciò che è desiderabile ma, in quanto sconosciuto e inedito è anche temibile. C'è eccitazione e c'è panico, insieme.

Raramente – direi quasi mai – accade poi come a S. Paolo che con una caduta da cavallo possa cambiare tutto, in un attimo e per sempre: rinascere implica un percorso, un passaggio, un attraversamento, un paziente e spesso non del tutto lineare tragitto fatto di esplorazioni, ascolti, sperimentazioni, cadute, ripartenze e assestamenti successivi.

È come attraversare un guado: si parte da una sponda nota, ci si espone alla corrente e all'acqua, si hanno pochi strumenti e qualche certezza: il resto è viaggio, scommessa, avventura, fiducia, speranza. Una cosa è certa: nulla sarà più come prima una volta che si sarà partiti e anche se si tornasse indietro si avranno sulle spalle e nell'anima i segni di un tentativo fatto, di un fallimento, di una rinuncia o, nell'ipotesi migliore, di un rientro a casa più consapevoli della vita che si possiede e a cui si è scelto di restare. Saremo comunque rinati a noi stessi, più responsabili e più vivi di prima quando l'inquietudine e la voglia di iniziare ad attraversare il guado ci impedivano di vedere tutto ciò che avevamo ed eravamo, troppo presi a concentrarci su ciò che credevamo ci mancasse. L'altrove che cercavamo a volte non è un altrove reale ma un altrove dentro di sé, che quando si trova ci fa sentire maggiormente a casa.

Qualsiasi sia la rinascita che cerchiamo o avremo sarà contraddistinta da un movimento caratterizzato da queste questioni che diventano tappe:

- Da dove si parte e perché si intraprende il processo?
- Cosa accade quando si inizia a guardarsi dall'alto con consapevolezza?
- La fatica e la ricchezza di guardarsi con onestà
- Cosa cade della vecchia vita e cosa resta?
- Cosa nasce di nuovo dalle ceneri e dalle macerie e cosa emerge che prima non c'era?
- La nuova vita inizia, oggi.
- ... e ancora, e ancora,... Rinascere più volte nella vita

Da anni affianco e sostengo le persone che devono o vogliono vivere la loro rinascita, che si trovano già nel guado perché un evento della vita li ha gettati in mezzo al fiume o che vivono male sulla sponda su cui si trovano e il malessere li spinge a partire per affrontare questo varco; e io ogni volta passo con loro, viaggio insieme a loro, avendo così il privilegio di rinascere più volte insieme a chi lo fa e di continuare a credere così sempre di più nella capacità dell'essere umano di resistere e trasformarsi anche di fronte ai dolori più atroci: "persino il dolore più atroce, si addomestica" canta Carmen Consoli. Questa frase mi ha sempre commossa per la verità potente che rivela: ogni dolore, ogni lutto, ogni malattia, ogni abbandono, ogni tragedia che la vita impone pare la fine del mondo. È la fine del mondo, in realtà, certo: quel mondo che conoscevamo, quel senso della vita che ci pareva ovvio e dato una volta per sempre, quell'abituale modo di stare in vita che ci pareva scontato è realmente finito. E inizia una ricerca, che è anche una ricostruzione, fatta di scavi tra le macerie del mondo che non c'è più, fatta di rabbia, tristezza, paura ma anche di forza, speranza, determinazione, lucidità, limpidezza. Cadono i veli, la vita si mostra per quella che è e noi ci mostriamo a noi stessi per ciò che siamo: smarriti,

fragili, rabbiosi, piccoli ma tenaci e potenti, desiderosi di trovare di nuovo e come prima o meglio di prima la gioia di vivere, il senso del vivere, la passione per l'esistenza.

Molti anni tra i malati gravi, spesso morenti, con i parenti spaventati e poi nel lutto, con giovani vite prematuramente esposte al disincanto di come la vita sia delicata; ma anche tante storie di vita non ferita a morte ma comunque complessa, a tratti dolorosa, sovente faticosa, mi hanno messo di fronte al desiderio e al valore di restare là dove la vita si svela, come alla nascita, ogni volta: in quei luoghi e in quei tempi ove chiede uno sguardo che accolga e sostenga, una presenza fiduciosa, una compagnia che non fugge e non cede al terrore, che peraltro è potenzialmente anche il mio. Che dice "ce la possiamo fare". Perché non si può che parlare al plurale visto che il destino di morire più volte nella vita e rinascere è un destino universale. Ho imparato a fidarmi di quella capacità umana di rinascere che tutti abbiamo e a fare il tifo per lei, quando pare affievolirsi o quando lo sconforto e la stanchezza prendono il sopravvento ancora una volta. Resto testimone e soggetto (umana con umani e filosofa perché aperta ai quesiti dell'esistenza) a mia volta della fragilità di ciascuno di noi e della nostra capacità di reggere, resistere, trasformarsi, rialzarsi, della capacità di accettare ciò che è irrimediabile per poter creativamente, pazientemente, ricostruire, reinventare, reimmaginare ciò che è plasmabile ed arrivare ad aprire nuove possibilità esistenziali.

Chiediamoci quindi: vogliamo essere vivi e magari a volte un po' ammaccati e doloranti o essere assopiti, anestetizzati con lo scopo di essere – forse, perché non è affatto detto che questo metodo funzioni – protetti dal dolore?

Chi scrive (Laura Campanello) ha scelto la prima opzione, perché ritiene che ne vale davvero la pena.

Laura Campanello, laureata in Filosofia all'Università Statale di Milano (1989) e specializzata in Pratiche Filosofiche con il prof. Romano Màdera presso il Corso di laurea in Consulenza pedagogica e Ricerca educativa dell'Università di Milano - Bicocca (2004). Opera come Analista biografica ad orientamento filosofico e come Consulente pedagogica a Milano e in provincia di Lecco.

Supervisore a gruppi di lavoro, Formatrice, è da anni relatrice a congressi, seminari, conferenze tra cui i seminari di Pratiche Filosofiche Milanesi all'Università Bicocca.

*Collabora da oltre 10 anni con la Scuola Superiore di Pratiche Filosofiche di Milano "Philo". È esperta di tematiche legate alla felicità e alla vita, grazie anche alla sua esperienza pluri decennale come filosofa nelle cure palliative e nell'ambito della malattia e del lutto all'Istituto nazionale dei Tumori di Milano e presso la RsA Villa dei Cedri di Milano. Scrive per il blog del corriere.it *La27Ora* e per l'inserto *Liberi Tutti del Corriere della Sera**

È autrice di alcuni testi tra cui "Leggerezza" edito da Mursia.