

ROSELLA DE LEONIBUS

cose da grandi

nodi e snodi

dall'adolescenza all'età adulta

cittadella editrice-assisi

il corpo storia d'amore e odio

Ci sono passaggi di vita, come nell'adolescenza, in cui più che in altri il corpo balza in primo piano. E ci sono epoche, in cui il primo piano sosta a lungo sul corpo. A volte si ha l'impressione di una specie di ossessione. Avete mai provato a contare, per esempio nel tragitto da casa al lavoro e viceversa (viaggiando su un lato diverso, la strada del ritorno offre panorami differenti), a contare, dicevamo, quanti corpi, o pezzi di corpi, tutti in formato gigante, si susseguono sui mega poster della pubblicità?

Una nota casa produttrice di prodotti di profumeria ha deciso finalmente di utilizzare *donne dalle curve reali* per la sua campagna, ma, fatta salva questa rara eccezione, troviamo quasi soltanto silfidi adolescenti ben palestrate/i, abbondanza di figure androgine, uniformità di linee e tratti somatici, una folla di replicanti a cui nessuno di noi, meschino, ha mai assomigliato.

Croce e delizia, questo nostro corpo.

Conosciamo più o meno tutti quello stato di grazia anche momentaneo nel quale ci sentiamo bene con noi stessi, e poi quelle punte di insoddisfazione, quei flashes quasi di rigetto. Capolavoro o prigionia, amico e amato o avversario da domare, da riformare, a volte da torturare anche un pochino, a volte da trascurare, da far soffrire inutilmente, o da curare con amorosa sollecitudine...

Semplice o complesso, naturale o molto culturalizzato, questo rapporto col corpo è una delle faccende più intriganti della vicenda esistenziale umana: questo compagno così inseparabile, così perennemente in trasformazione, col quale possiamo sentirci maldestri, estranei, o al contrario complici ed intimi.

Noi *siamo* un corpo, nello stesso esatto istante in cui *abbiamo* un corpo. L'inghippo sta tutto qua, nello stesso tempo questo corpo è totalmente noi stessi, ed è anche un oggetto che possiamo osservare, valutare, sul quale possiamo in qualche modo agire.

Lo dimentichiamo, resta sullo sfondo delle cose *ok*, quando

ci accompagna con facilità e felicità nella giostra del quotidiano, per diventare argomento di angosce profondissime quando nella preadolescenza comincia a trasformarsi, e da allegro complice nel piacere del gioco, tutto ad un tratto diventa nemico traditore quando la sua immagine reale si misura con quella che ci piacerebbe mostrare al mondo. Allora sperimentiamo tutte le sfumature della vergogna, quando a scuola, con gli amici, e poi nella coppia amorosa ci sentiamo del tutto fuori luogo, lontanissimi dall'essere all'altezza della situazione. E sarà questa distanza più o meno incolmabile tra come io mi percepisco e come vorrei essere, o come immagino che gli altri vorrebbero che io fossi, la radice dei miei primi tentativi di manipolare il corpo.

Tra l'io – come sono – e l'ideale dell'io – come dovrei essere – si apre la lunga battaglia per avvicinare le prestazioni alle aspettative, per migliorare l'effetto che faccio sul gruppo, per sentirmi ok davanti all'altro sesso.

Talvolta se il mio corpo lo percepisco proprio indecente, se mi sento pieno/a di imbarazzo, cerco qualcosa, qualche «aditivo» che mi faccia sentire meglio, che spenga quella radio interiore che trasmette sempre «guarda come fai pena». Oppure comincio a controllare quel che entra e quel che esce dal mio corpo. Il cibo, per esempio, e i primi tentativi di autocontrollo mi rendono quasi euforico/a, sento una padronanza totale di me, mentre prima mi sentivo questo corpo come una zavorra, una cosa estranea. È paradossale come si può continuare per anni ad illudersi di aver come ammaestrato il corpo proprio negandone i bisogni più basilari. Somministro sofferenza e privazioni al mio corpo per sentirmi libero/a, un po' come in una strana e personale pratica ascetica, dove alla fin fine finisco per considerarlo come un nemico da sotto-mettere.

Non solo con la privazione o la selezione feroce del cibo: posso manipolare il corpo attraverso le pratiche di fitness, lo stravolgimento dei ritmi sonno-veglia, con la musica, il ritmo e le luci, con le trasformazioni e le «firme» che ci scrivo sopra coi piercing e i tatuaggi. O con l'abbigliamento e le capigliature al limite del vedibile. O anche con la ricerca di sensazioni estreme sul piano sessuale.

Quel che alla fine è evidente è che, tanto più è grande la difficoltà a realizzare questo passaggio dal corpo bambino al corpo adolescente e poi al corpo adulto, tanto più forte è l'angoscia del crescere, allora tanto più vasta e pervasiva sarà la manipolazione del corpo. Più mi sento in ritardo sui tempi della trasformazione della mia identità, più spingerò artificialmente questo processo, questa appropriazione che faccio

dall'esterno di questo corpo che sento non appartenermi del tutto.

Per capire quanto possa essere complessa questa relazione, basta ricordare che, mentre da altri legami possiamo liberarci, questo è un rapporto inevitabile: alla fine bisognerà in ogni caso prendere definitivamente atto che abbiamo solo questo corpo qui, così come è, perfetto o orribile, sano o malato, forte o debole, gradevole o sgraziato. Con la sua storia, i suoi bisogni, le sue ferite e le sue cicatrici materiali e simboliche, la sua età, il suo sesso. E con tutti i suoi limiti.

ossessioni & co.

Una delle trappole più pericolose rispetto al corpo è proprio quella stessa che si pone di solito come possibilità positiva: io posso fare qualcosa per migliorare la presenza e l'immagine del mio corpo. Gli strumenti che liberano il corpo dai vincoli naturali (la cura del benessere, la dieta, giù giù fino alla creazione del look, alle cure estetiche e alla chirurgia plastica) ci impongono una azione, un presa di decisione, che rischia a volte di rinforzare la credenza per cui *io posso trasformare questo mio corpo, se lo voglio.*

E allora il corpo finisce per diventare il nostro biglietto da visita, l'immagine esterna che copre la nostra persona più profonda, il testimone da esibire a riprova delle nostre buone o cattive scelte.

Non più l'incarnazione misteriosa e vitale del sé, ma una costruzione personale, un oggetto manipolabile, che posso trasformare secondo il mio desiderio... e la cultura nella quale sono immerso si impossessa di questo passaggio, veicolando norme estetiche e stili di vita. Allora indovinate come sarà il corpo desiderabile? Giovane e bello, fisicamente irreprensibile. La conseguenza è data: alto livello di insoddisfazione, ansia, fino al disgusto della propria immagine, tanto più forte quanto più è ampia la forbice tra come mi vedo e come vorrei vedermi, pardon, come sono convinto di voler desiderare di essere. (Attenzione: non come sono, ma come mi vedo. Perché tra i tanti livelli di espropriazione del corpo, ce n'è uno più sottile degli altri che è la difficoltà a vedersi realisticamente. Anche la mia percezione può essere fortemente alterata, quando i modelli irreali che mi si parano davanti finisco per percepirli come reali, perché sono tanti e ripetuti, quindi... normali).

Allora l'immagine che abbiamo di noi stessi finisce talvolta per non avere alcun legame con la realtà. Pur essendo pelle e

ossa, l'anoressica si vede enorme, e le persone che hanno la fobia di un difetto fisico (questo disturbo, sempre più diffuso, si chiama *dismorfofobia*), si sentono mostri e vivono angosce profonde che limitano seriamente la loro vita sociale. Ma al di là degli irreali e perfetti corpi mediatici, che fanno comunque alla grande la loro parte, ci sono altre faccende più intime e private in gioco, intrecciate a filo doppio con la cultura e la società.

Il demone inconscio che attiva quello sguardo giudicante sul proprio corpo Freud l'ha chiamato *ideale dell'io*.

essere o voler essere

È in funzione e in rapporto alla nostra immagine ideale che il nostro corpo ci piace o no. Più è alto l'ideale, meno siamo sereni e soddisfatti. Un cane non ha questo problema. Se il nostro ideale dell'io è intransigente, allora fino a quando non abbiamo l'aspetto di una indossatrice anoressica non possiamo piacerci. E quindi immaginiamo che non potremo piacere a nessuno. E quindi finiremo per comportarci in conseguenza, cammineremo rasente i muri con le spalle insaccate, e, non alzando lo sguardo, non ci accorgeremo se per caso qualcuno è attratto da noi.

L'altra faccenda intima è lo sguardo dei genitori. Se le cose in famiglia sono andate abbastanza bene, allora l'ideale dell'io sarà flessibile e benevolo, e non saremo ossessionati dai nostri difetti.

Un naso forte non ci turba il sonno, una *culotte de cheval* non ci fa certo venire la depressione, una calvizie precoce non ci angoscia, perché sappiamo già che non abitiamo esattamente al centro dell'universo, e possiamo essere felici lo stesso.

Il nostro ideale dell'io si nutre dello sguardo dei nostri genitori, delle loro esigenze e delle loro speranze. Attenzione: non delle parole, piuttosto dei sospiri, delle sopracciglia concilianti o critiche. L'amore che accetta davvero controbilancia anche un corpo molto penalizzato. Sentirsi valorizzati nella prima parte della vita, è un capitale di sicurezza che mi spenderò quando, da adolescente, vedrò questo corpo trasformarsi ed attraversare passaggi anche ingrati in cui non mi riconoscerò più. Me lo spenderò quando l'età o i malanni lasceranno i segni sul mio corpo, quando magari per un attimo coglierò su di me lo sguardo obliquo e valutativo di quella persona per me importante. Me lo spendo quando entro in una nuova relazione, quando mi presento in pubblico, quando approccio un ambiente nuovo o ostile...

Al contrario, se al di là delle parole papà ha avuto un po' paura che crescessi come donna, se mamma aveva bisogno che rimanessi bambino perché potessi restarle accanto, se sono nato gracilino anziché sano come un pesce, se sono stato un bambino difficile da accettare ed accudire, allora il mio corpo forse non mi sarà alleato, forse lo sentirò nemico o estraneo, e spesso, nei miei organi che si ammalano e nei dettagli della mia fisionomia, porterò le tracce dei conflitti familiari. Potrei anche arrivare ad odiare quelle mie caratteristiche che continuano a testimoniare il mio legame con una famiglia da cui vorrei prendere le distanze...

teatro della vita

Star bene nel mio corpo allora non è un fatto banale di estetica, o un fatto tecnico di salute. (Meno che mai di adeguatezza rispetto ai modelli). Riconciliarmi col mio corpo, con l'immagine di me che circola per il mondo, è un fatto vitale, molto molto diverso dalle cure un po' ossessive che ci siamo abituati a considerare come segno del rapporto positivo col corpo. La nostra immagine corporea è la garanzia della nostra identità, il ponte che ci collega al mondo, il nostro strumento più antico e più potente per la relazione.

Da quando neonati ci attacchiamo al seno materno, fino ai giochi sfrenati tra coetanei, fino alla scoperta dell'amore e del sesso, fino a quando avremo bisogno che qualcun altro si occupi di noi quando dovessimo cadere malati o invalidi, il corpo è al centro delle relazioni più intime, è il teatro di tutte le emozioni e i rapporti più intensi. Piacersi allora è accettare il proprio posto nel mondo, fare spazio al cambiamento che il corpo attraverserà nonostante tutte le prevenzioni, accogliere – senza crollare – il rifiuto e la perdita di smalto che di certo la ruota del vivere non ci risparmierà, è anche educarci a rispettarlo questo corpo, nei suoi ritmi, nel suo valore di presenza al mondo, è anche averne cura per l'altro/a che attraverso questo corpo incontro ogni giorno, è darmi da giovane la possibilità attenta e consapevole di godere della sua forza e del suo potere di fascinazione, di esplorarne anche i limiti, è darmi da adulto la gioia di sentirmi vivo, da anziano la sensibilità e la tenerezza per stare accanto ai più giovani senza invidiarne né svalutarne la libertà, la bellezza e il piacere.