

Identità e consapevolezza di sé: primo argine alla violenza di genere Mercoledì 19 marzo 2014

Intervento di *Susanna Fresko* (analista biografica a orientamento filosofico)

Desidero innanzitutto riprendere le parole di *Monica* sul *valore*.

Credo centrino effettivamente il nodo cruciale attorno cui si svolge gran parte della storia del genere femminile, con particolare evidenza nei “casi limite” di violenza subita (che sia di carattere fisico, ma anche psicologico, o di ogni genere e specie...), ma senza che poi si abbia la necessità di fare riferimento alla violenza in senso stretto.

È infatti proprio a partire dal riconoscimento o - più spesso - dal mancato riconoscimento del proprio valore che, a cascata, discende tutta una serie di conseguenze, più o meno piacevoli, sul nostro modo di relazionarci agli altri e a noi stesse.

Come, infatti, si potrebbe altrimenti comprendere l'arrivare a farsi trattare in certi inaccettabili modi se non per il segreto, indicibile “convincimento” di essere talmente indegne, da meritarsi questo, e altro ancora...?

L'intima convinzione di essere un “niente di valore”.

Queste parole le dico non dalla posizione di chi giudica - ...nulla di più lontano dalle mie intenzioni! - ma alla luce di un percorso di consapevolezza che, con dolore, ha richiesto il passare *anche* attraverso quei *luoghi*.

Luoghi, “luoghi dell'anima” s'intende, dove appunto scopri - tuo malgrado - che alle volte il primo carnefice di te stessa sei “tu”, il primo sguardo che richiede perfezione irraggiungibile e che produce insoddisfazione costante è il “tuo”... luoghi assai difficili da accettare! “Tu” e “tuo”, si badi bene, debitamente virgolettati... si tratta pur sempre di sguardi sì interni, ma che nel fondo introiettano uno sguardo di matrice certo più ampia di quella strettamente individuale.

Chi mi ha invitata a parlare oggi - *Cristina Degan* (...che ringrazio!) - mi ha chiesto innanzitutto di raccontare a partire dalla mia storia personale.

Potrei quindi andare tranquillamente a braccio, chi più di me dovrebbe saperne della mia storia personale???

Eppure, eccomi qui con fogli, scrittura, appunti... tutto ciò che possa servire a sostenermi di fronte a quel radicatissimo senso di inadeguatezza che so avermi da sempre accompagnata e di cui ancora oggi, a tratti, fatico ad accettare il sapore.

Perché, come ha ben detto *Monica*,

“La consapevolezza di essere un individuo importante, anche solo per il semplice fatto di esistere, non è qualcosa con cui si nasce ma è il traguardo di un percorso spesso difficile.”

Per me questo percorso - come probabilmente un po' per tutte noi - ha radici assai lontane e, a tratti, penso sia qualcosa che richieda tutta una vita, e anche più.

Un famoso racconto della tradizione ebraica ci narra per esempio di come compito di ciascun individuo, lungo la vita, sia essenzialmente quello di... diventare se stessi! Sembra paradossale ma... sentiamolo nelle parole di Martin Buber, da "Il cammino dell'uomo":

Ogni singolo uomo è cosa nuova nel mondo e deve portare a compimento la propria natura in questo mondo. [...] Ciascuno è tenuto a sviluppare e dar corpo proprio a questa unicità e irripetibilità, non invece a rifare ancora una volta ciò che un altro - fosse pure la persona più grande - ha già realizzato. [...] La stessa idea è stata espressa [...] da Rabbi Sussja che, in punto di morte, esclamò: «Nel mondo futuro non mi si chiederà: 'Perché non sei stato Mosè?'; mi si chiederà invece: 'Perché non sei stato Sussja?'». [...]

In questo senso, ogni percorso di consapevolezza è un percorso di riavvicinamento a sé e di riconoscimento, infine, del proprio valore intrinseco - come dicevamo all'inizio - valore che non può essere paragonato a nient'altro che a sé, pezzo unico e "irripetibile".

Partendo, come dicevo prima, da un profondo senso di inadeguatezza, che in qualche modo minava in maniera costante e diffusa il mio andare - vuoi in ambito lavorativo, vuoi nelle relazioni personali, amoroze o amicali: c'erano sempre un sotto e un sopra, un meglio e un peggio... e di norma la mia posizione non era quella in apparenza più vantaggiosa...! - giungo a un certo punto a intraprendere, per necessità, la via del percorso analitico.

A ognuno la sua strada e i suoi modi... certo è che questa per me diviene in senso letterale la via di salvezza: nel ripercorrere lento del racconto di storia di vita, ecco che ritesso trame, e finalmente, in qualche modo, sento costruirsi piano piano quel "terreno sotto ai piedi" di cui tutti/e necessitiamo per poter procedere nel mondo (il "diritto di parola", essenzialmente).

Ma la svolta davvero cruciale arriva quando - nel pieno delle classiche ma anche assai "drammatizzate" difficoltà dell'esser divenuta madre - comprendo infine che la mia storia non è soltanto mia, che numerosi volti hanno preceduto il mio e lo succederanno, che insomma siamo tutte fatte di una storia ben più ampia di quella strettamente individuale.

ESPERIENZA SPORTELLO, DIFFICOLTÀ DELLE DONNE A RICONOSCERSI ALL'INTERNO DI UN "DESTINO" COMUNE

Riferimento al volo a *BLIMUNDE*

Dico "svolta" perché credo in effetti che questo sia il segreto per una possibile accettazione di sé e, soprattutto in ambito femminile, del proprio vissuto di inadeguatezza: comprendere come questo vissuto non sia qualcosa di limitato a sé ma abbia profondamente a che fare con un sistema, con secoli di storia, con un'immagine radicata e svalorizzante che lo stesso femminile ha spesso nei confronti di se stesso, mette in moto un processo da un lato di liberazione dal senso di oppressione che, sempre, il misurarci con dimensioni più costrette (individuali) produce; dall'altro lato, instaura un processo di conseguente, immediata valorizzazione di sé e del contesto

(nobile) in cui ci si vede iscritte - nel riconoscervi il campo di battaglia, la sua asperità, e la nostra strenua resistenza.

In questo senso, mi trovo del tutto in sintonia con un'altra delle indicazioni forti che con l'incontro di oggi, ma anche con il progetto in sé delle borse di studio rivolte a giovani "capaci e meritevoli", si è voluta dare: la necessità di far riferimento a un dialogo intergenerazionale, che sappia appunto svelare quelle profonde connessioni storico-sociali, e che sappia costituirsi come luogo di crescita per tutte noi, in un confronto vivo e costante.

È una bellissima occasione, questa, di vedere riunite più generazioni insieme, occasione rara e preziosa, di cui ringrazio l'associazione Fiorella Ghilardotti e le organizzatrici dell'incontro.

Credo poi che oggi più che mai si avverta questa necessità, di recuperare un senso di appartenenza di tipo "verticale" (che sappia cioè anche immaginarsi per generazioni, che precedono e che succedono, lungo la storia) e non sia invece sempre e solo basato sul senso di appartenenza "orizzontale", tipico per esempio della rete e dei social network. Questo perché le radici - il cui riconoscimento nell'ottica dell'autostima e del riconoscimento di sé è aspetto per me fondamentale - di per sé richiedono questa verticalità, da cui solo traggono nutrimento.

Infine, altro aspetto che mi preme sottolineare - sempre a proposito di dialogo intergenerazionale - è l'urgenza, oggi più che mai, di maestri e maestre veri, che si assumano cioè fino in fondo la responsabilità di esserlo, prima ancora del lamentare la mancanza di allievi e allieve. Un falso problema, questo, a giudicare da come i/le giovani sanno reagire positivamente a tutti quegli stimoli che, come in questo bel progetto, gli adulti sanno a volte offrire loro.

La ricerca di figure maestrali anche è stato per me un "motivo costante" durante la mia crescita, ho faticato a trovarne ma, una volta trovate, esse hanno davvero segnato la mia esistenza, finalmente imprimendole una direzione, un orientamento più proprio. Perché, come disse Epicuro, innanzitutto

Bisogna scegliersi una persona virtuosa e amarla, e averla sempre davanti agli occhi, per vivere come se essa ci guardasse e agire come se ella ci vedesse.

Per poi, piano piano, imparare a riconoscere che questa "persona", essenzialmente, altro non sarà che ... il nostro possibile trasformato sguardo su noi stesse, finalmente in grado di coglierne il valore profondo.