

INTRODUZIONE

AVER CURA DELLE POSTURE DELL' AMORE

Nella mia esperienza di madre “sola” mi sono trovata a rispondere ben presto alle domande sulla morte. Sarà anche per questo che non mi sono mai preoccupata più di tanto dell’arrivo, inequivocabilmente sempre in circostanze imprevedibili, delle domande sulla vita.

Venire al mondo? Come venire al mondo? Perché venire al mondo? Perché restare al mondo? Da dove veniamo? Dove torneremo? Sembra di essere alle prese con l’analisi di un film di Terrence Malick. Eppure sono proprio queste le domande che una persona pensante rivolge a se stessa nel suo viaggio interiore che l’accompagna tutta la vita.

Sono queste le domande di un figlio al genitore che si pone in un atteggiamento autenticamente dialogico nei suoi confronti. E se dalla biologia alla filosofia il passo è breve, è altrettanto vero che le domande sulla morte non sono così slegate dalle domande sulla

vita. E ancora che le domande sull'amore non agitano meno delle domande sul dolore. Ogni domanda dei nostri figli è in fin dei conti un «tu cosa ne pensi?», un essere chiamati in causa nella vita dell'altro, dell'altro nostro più caro. L'interpellanza filiale è sinonimo di un legame che viene dichiarato aperto e che allontana dal rischio della fontana chiusa, una delle architetture più tristi e depressive in cui possiamo incappare.

Il processo della domanda è, in sostanza, una condizione di *grazia* e, sebbene disordinatamente, essere in qualche modo “sul pezzo” come genitori è davvero una condizione di *benedizione*. Essere sul pezzo di stoffa che ci è chiesto di cucire, di rammendare, di ricamare, di impreziosire con i nostri significati è una delle meraviglie del vivere. A ogni domanda siamo raggiunti dall'invito, per mano dei nostri figli, a tornare pittori di un paesaggio che attende fino all'ultimo giorno il nostro contributo, liberandoci dalla scorciatoia interiore che sia solo una questione meramente nozionistica sulla maturazione sessuale, la procreazione o la contraccezione, per i quali probabilmente basterebbe ormai *Alexa* o qualsiasi altro assistente vocale virtuale che della nostra intonazione scabrosa o imbarazzata non saprebbe che farsene. Convivere con i robot ravviva oggi il fattore umano

che siamo chiamati ad aggiungere, a custodire e a distillare in particolar modo nelle relazioni di cura e di prossimità.

Il silenzio di ogni risposta

Bisognerebbe darsela a gambe da chi non fa nemmeno un bel respiro profondo prima di immergersi in ogni forma di risposta, da chi ha già preso la nota della sua melodia prima ancora che la domanda abbia concluso la sua aria, da chi non ha mai bisogno di riordinare i pensieri prima di consegnarsi agli altri, da chi in definitiva non sente il fascino del silenzio che porta con sé ogni domanda che ci viene rivolta.

Una buona strategia è quella di fare spazio nella nostra vita alle persone che contemplanò, che conoscono realmente il silenzio. Il bambino, che sceglie invece ben poco di coloro che si trova accanto, rischia di essere fin troppo esposto a un pensiero frettoloso, quando piuttosto meriterebbe persone capaci di «cogliere, come per continue sottrazioni della vita comune, lo stato di grazia del silenzio: fermarsi a respirare e contemplare, per un istante, l'atmosfera rarefatta e vitale dell'universo degli elementi (aria, acqua, terra, fuoco). L'immaginazione sostiene, sollecita, ravviva

l'interesse e la curiosità con un libero gioco di figurazioni. L'attimo estatico è in sé raccolto, ma di colpo tende a pervadere tutto», scrive Raffaele Milani, spiegando che «dell'attimo estatico si nutre il silenzio quando l'uomo guarda e ammira la varietà delle cose, quando, in una certa luce del giorno, la vista di un bosco o di un campo, come di un albero o di un fiore può divenire un rifugio. È questo il punto nel quale, cogliendo l'indicibile e l'inesprimibile dell'immagine, si dissolve la coscienza stessa, non più muta e assorta nell'attesa della parola. Il silenzio, in questa condizione, crea figure nelle quali ci immergiamo con meraviglia. Lo stato del contemplare è uno "stato d'accoglimento" che muove dal fatto che la mente estatica favorisce la nascita di un nuovo "pensiero" capace di neutralizzare la vettorialità della coscienza, univocamente direttiva. Ciò che conta è il tempo della sospensione come tempo speciale dell'ascolto, vale a dire come tempo del silenzio. Riuscire ad ascoltare dal punto di vista del silenzio implicherebbe infatti un vedere altrimenti. In tal modo silenzio e solitudine permettono di ritrovare un'intima percezione di sé e del mondo che ci attornia»¹.

¹ Milani, Raffaele, *Albe di un nuovo sentire* (Saggi), il Mulino, Bologna 2020.

Il silenzio è una pratica che sostiene quindi positivamente la nostra infinita incompiutezza, è una dimensione che permette di raccogliere le forze per intuire quanta strada si è fatta finora e cosa è possibile consegnare, ai nostri figli, di questa nostra esperienza e consapevolezza affettiva e amorosa (in perenne evoluzione), e quanta strada in tal senso si sente ancora il desiderio di vivere, qualità del futuro non meno importante nella trasmissione genitoriale. In altre parole, da un lato non saremo mai pronti alla domanda e dall'altro lo saremo sempre, tenendo così strutturato simbolicamente, in questa perpetua contraddizione, un nido per la ricerca di senso dei nostri figli. Ogni domanda e ogni tentativo di risposta con i figli diviene, infatti, occasione per i genitori di impastare scienza e spirito, conoscenza e riflessione, ricerca scientifica e autoindagine in un'armonia non sempre ritrovabile nel mondo degli adulti, un universo a volte troppo spiritualizzato e a volte altrettanto (s)governato solo dalla scienza.

E poi, il tempo della risposta di quale *kronos* si nutre? Dell'ipervelocità della tecnologia o della ritmica della natura? La risposta non è scritta e, di certo, l'accelerazione ha contaminato anche i nostri tempi di reazione alle sollecitazioni dei figli. Eppure quanto

potrebbe essere necessario e buono tenere come parametro la qualità della natura per fondare le nostre risposte, invece che fagocitarle con i ritmi della comunicazione digitale. Se il silenzio rallenta la prestanza della risposta, dall'altro lato tira a lucido il pensiero senza ingessarlo, gli toglie i gomiti della difesa e della pretesa per allargarne lo sguardo.

Anche il silenzio di un cielo stellato purifica le nostre risposte da orpelli legati a molte precomprensioni che ci abitano. Dalla legittima preoccupazione morale (o dalla sua totale assenza) il silenzio pensante sposta l'attenzione verso una narrazione di sé che nel dono di chi la offre e nella curiosità dell'ascolto di chi la riceve apre alla libertà e alla ricerca. «Quando abbiamo imparato a conoscerlo, il cielo stellato – scriveva l'esploratore norvegese Fridtjof Nansen, vissuto a cavallo tra Ottocento e Novecento – è l'amico più fidato che abbiamo nella nostra vita; è sempre lì, ci trasmette un senso di pace, ci ricorda sempre che la nostra irrequietezza, i nostri dubbi, i nostri dolori, sono cose di poco conto, passeggere. L'universo non verrà mai meno. Quando tiriamo le somme, scopriamo che le nostre opinioni, le nostre battaglie, le nostre passioni non sono poi così importanti e straordinarie».

Le risposte nate dal silenzio di chi sa farsi piccolo sotto il cielo, nemmeno esso sempre stellato, non so-

no comunque perfette ma sicuramente umili, pensieri *nottilucenti* per sempre.

Il sé possibile

Se la domanda del figlio è davvero una condizione di *grazia*, allora perché da genitori si sta come pendolari surgelati sotto a una pensilina ad aspettare il bus delle domande scomode?

Si sta in apprensione nella scelta delle parole da usare come se si fosse all'esame di terza media. Si sta come giare colme di timore, di senso di inadeguatezza, a fermentare nell'attesa di un'interrogazione che potrebbe paradossalmente anche non palesarsi mai. Sì, perché la domanda non è mai una certezza. La domanda è il frutto acerbo di un albero – il figlio che abbiamo piantato al mondo – che ogni giorno il genitore annaffia, pota, dirada avendo cura prima di tutto di se stesso.

Una cura spasmodica del figlio, infatti, non solo non basta per generare la sua domanda, ma rischia forse di debilitarla o di fiaccarla. Il tempo dell'iperprotettività tende, infatti, a minare l'interpellazione, *conditio sine qua non* di ogni legame educativo. C'è invece un'autoformazione, una cura del sé dell'adul-

to, che può avverare (e inverare) la domanda di chi ci guarda, di chi ci segue alla giusta distanza e mai alla medesima altezza. Come genitori coltiviamo situazioni di *benedizione* come la dinamica della domanda filiale, facendoci carico della cura di noi stessi, continuando a portare a compimento il nostro “essere possibile”. Avere coscienza di questa *autoindagine* ci consente di continuare a dipingere il nostro ritratto senza l’ansia e l’arroganza di pennellare con ingordigia e anzitempo quello dei nostri figli.

È questo il paradosso dell’esistenza, scrive Luigina Mortari: «Sentire il proprio essere inconsistente, fragile, fugace, senza che si disponga di alcuna sovranità sul proprio divenire, e allo stesso tempo sentirsi vincolati alla responsabilità di rispondere alla chiamata ad attuare il proprio essere possibile, quel faticoso lavoro ontogenetico in cui consiste il mestiere del vivere e che chiede di mettere tra parentesi la tendenza a vivere di momento in momento per pensare nel tempo lungo»². Che meraviglia, allora, e che vertigine trasmettere ai nostri figli la cifra della dualità dell’umano, che onore e che onere doverne tenere conto in ogni loro interpellazione, come si trattasse di un

² Mortari, Luigina, *Aver cura di sé*, Raffaello Cortina, Milano 2019.

lievito che realmente innalza la qualità del nostro nutrimento, la sensibilità e la delicatezza delle nostre risposte mai esaustive, mai definitive.

D'altronde «si nasce gravati da un compito che altri viventi, come le betulle o le api, non hanno: quello di dare forma al proprio tempo, ossia di disegnare di senso i sentieri dell'esistere. Il nostro essere è un continuo divenire e questo divenire non è un semplice fluire nel tempo, ma un trovarsi interamente assorbito dalla preoccupazione di essere (Lévinas, 1991, p. 28); che è preoccupazione non solo di conservarsi nell'essere, ma anche di divenire il proprio essere possibile. Assumersi il compito di dare forma al proprio divenire significa aver cura della vita, prendersi a cuore il proprio essere chiamati alla responsabilità della forma da dare al tempo del vivere»³. Se ne desume, quindi, che i nostri figli dovranno pur conoscere prima o poi anche le betulle e le api per sentire il peso della differenza dell'umano sentire.

L'adulto che non rallenta per conoscere autenticamente altre forme viventi impedisce, di conseguenza, al bambino di avere a disposizione quello sfondo altro in cui disegnare le proprie comprensioni sull'amore, un sentimento che si innesta un po' alla volta

³ *Ibidem.*

anche per differenza con la flora e la fauna che abitano questo mondo. La confidenza dei bambini con gli animali e le piante nasce anch'essa da un incontro dal vivo, frequente, in cui scorgere con pazienza la diversa complessità del mondo al quale ognuno appartiene. Il sé possibile di una pianta o di un animale non è quello di una persona: accompagnare il bambino in questa scoperta, che soltanto a un'anima cinica potrebbe risultare ovvia, richiede all'adulto di tenere aperto il proprio cammino di responsabilità verso la forma del tempo da dare alla sua vita.

Aver cura di sé

Interrogarsi su cosa significhi avere cura di noi stessi come adulti diventa, quindi, un affare non da poco, che non potremo ridurre alla scelta di cosa fare per noi, ad esempio, in una piccola e sofferta pausa settimanale. Stiamo parlando di un prendersi cura di sé più esigente, prolungato e costante, che ci dia la giusta serenità nel guidare i nostri figli, accompagnarli nelle loro domande, e al contempo di affrancarli il più possibile da noi, per sollecitare anche in loro l'autoformazione che tanto ci sostiene nell'amarli nel miglior modo possibile. Se «il sapere che serve alla vita è qualcosa che non

si può accumulare e trasferire, ma è un nucleo dinamico che si costruisce alla luce dell'esperienza e che, costruendosi, si trasforma e, allo stesso tempo, trasforma il soggetto che lo elabora»⁴; aver cura di sé allora è un'azione imprescindibile e ininterrotta per accostarci ai nostri figli e ai “medicamenti” dell'esperire e dello spirito di cui coglieremo in loro il bisogno.

Aver cura di noi come adulti porta a coinvolgere i figli passo passo nell'avventura misteriosa che è la vita mettendo in campo la “virtù” dell'autoindagine, consegnando loro un *metodo* più che una *verità*, verso la quale soltanto personalmente potranno mettersi in cammino perché «la direzione di senso del processo di autoformazione inteso come cura di sé consiste nel costruire un “centro interiore” (Stein, 1962, p. 52) e ciò può significare: disegnare un'architettura di principi essenziali che aiutino a trovare la strada della propria attuazione esistente; coltivare quelle posture della mente che consentono di stare alla ricerca dell'essenziale, cioè di ciò che, quando manca, fa sentire una perdita d'essere; nutrire la tensione a tenere la mente raccolta nella ricerca dell'irrinunciabile»⁵.

⁴ *Ibidem.*

⁵ *Ibidem.*

Se la cura genitoriale fosse, allora, più una questione di *postura* che di *logos*, quanto sarebbero superflue o addirittura vane tante ore delle nostre giornate, tante delle nostre parole tese a dare fiumi di risposte?

La *parola* di una conversazione, per quanto possa innegabilmente ferire o guarire, rimane dentro alla cornice dell'occasione che produce emozioni passeggere, che determina situazioni recuperabili o trascurabili già poco dopo. La parola in eccesso produce anche effetti saturativi sulla nostra capacità di immaginare, di ideare dentro di noi nuovi mondi. «Non è possibile – secondo lo scrittore svizzero Max Picard – rappresentarsi in un mondo che ci sia solo la parola: al contrario è possibile immaginarsi in un mondo che vi sia soltanto il silenzio»⁶. Troppe parole tolgono il respiro. Chi di noi non ha conosciuto un sonoro “bastaaaa” dei propri figli di fronte all'eccesso orale genitoriale?

Diversamente, un silenzio parlante di uno sguardo aperto avvia talvolta verso una conversazione con il fiato lungo. Un silenzio vivo genera esperienze e congela, grazie al cielo, quelle omelie sempre dietro l'angolo relative a questi argomenti. Un silenzio pensante struttura nel tempo posture per il cammino della vita. La *postura* – notoriamente più difficile da

⁶ Picard, Max, *Il mondo del silenzio*, Servitium Editrice, Milano 2014.

correggere o da mettere in campo – produce, di fatto, nel bene e nel male effetti più duraturi nel tempo, creando atteggiamenti, modi d’essere, di apprendere, di ricordare, di ragionare, di reagire, di difendersi. Tante domande si diramano per noi adulti da questa differenza sostanziale tra una parola e una postura, perché nemmeno quest’ultima è così neutra, tanto che una postura scorretta da piccolo fa danni alla schiena dell’adulto che verrà.

Alla fin fine la palla torna sempre a noi come adulti, anche se in ballo ci sono le domande dei figli e la loro crescita. Il passato rimane presente nei nostri modi di essere. Siamo in modo ineludibile anche la postura che abbiamo osservato nella prima parte della nostra vita. Il problema è che, spesso, non si è informati sulla postura che ha segnato per sempre la nostra vita, quella che magari ci ha condannati a un “male di vivere” di cui avremmo fatto volentieri a meno. O quella contro cui abbiamo lottato in famiglia per anni, prima di aprire una vita fuori di casa, senza sapere di averla già fatta nostra anche in questo caso per sempre. L’esortazione socratica *Conosci te stesso* bussava ancora una volta, e non sarà l’ultima, alla nostra porta di donne e uomini, con una gravidanza struggente quanto affascinante.

Dal vivere all'esistere

Le domande dei figli sono *binari* disordinati ma sempre autentici nei quali rimettersi in viaggio: da qui partono *treni* che ridanno slancio a nuovi percorsi sul senso del vivere, che combattono pigrizie che si annidano periodicamente nei meandri della nostra psiche, che vivificano il legame amoroso – o quanto meno quello genitoriale, se quello amoroso si fosse infranto su scogliere inospitali – che ha generato le persone che ora a noi chiedono *segnavie* per i loro percorsi esistenziali.

La domanda più spesso arriva a una sola persona, magari a uno dei due genitori. Quest'ultimo, prima di affrettarsi a rispondere, ha almeno due strade relative alla domanda su cui attardarsi: pensarla, meditarla, lasciarla sedimentare nell'intimo e al contempo dividerla con altre persone pensanti. In cima alla lista di questo allargamento di senso c'è prima di tutto l'altro genitore, o il nuovo compagno nelle famiglie "ristrutturate", ma anche tutte le altre persone, non obbligatoriamente dentro a una linea di parentela, che possono venirci in soccorso con la loro storia, la loro ricerca e il loro aver cura di sé. Si tratta di creare trame sociali, familiari e informali, non adibite all'ansia di parare richieste eternamente

percepite da noi adulti come ingombranti, ma orientate a mettere in luce la gioia e la grazia di essere stati interpellati.

In compagnia dei nostri figli e delle loro comprensioni sulla qualità affettiva della vita ci troviamo a mettere in campo una nuova formulazione del nostro sé. In altre parole, la qualità affettiva dell'esperienza genitoriale è una «chiamata a dare senso al tempo per fare della vita un tempo buono che rende necessaria una sapienza del vivere, quella “sapienza umana” di cui parla Socrate (*ἡνερῶπις σοφία* - Platone, *Apologia di Socrate*, 20d 8). Che a ciascun essere umano sia offerta la possibilità di vivere esperienze che orientino ad apprendere tecniche per la ricerca della sapienza del vivere e insieme a coltivare il desiderio per tale ricerca è dunque essenziale; educare a prendersi a cuore l'esistenza significa educare ad aver cura di sé. La cura di sé trasforma il semplice vivere, il tempo che ci è consegnato e che si potrebbe vivere così come ci accade, in esistere, in cui il tempo prende forma secondo direzioni e desideri meditati nel vivo. Nell'arrivare a esistere si realizza l'intima unità tra vita e pensiero»⁷.

⁷ Mortari, Luigina, *Aver cura di sé*, cit.

Seppur talora tramortiti dalle incombenze e dalle “ferite” dell’esperienza genitoriale, aver cura dello sfondo affettivo sul quale i nostri figli scrivono le loro idee sull’amore è un’opportunità affascinante e sempre inedita per l’adulto di trasformare il suo vivere in esistere, entrare ancora una volta nella realtà, nell’essere e nell’aver conoscenza di questa sua identità. Bisognerebbe, a fronte di questa stupenda occasione, dismettere una volta per tutte quell’idea che si tratti di un argomento da esperti, da dilazionare il più possibile nel tempo o da delegare ad altri. Non si può smettere di amare e di prenderci cura di noi, con questo segreto tra le mani accompagniamo i nostri figli a sentire l’amore, più che a conoscerlo.

Quello spazio intermedio tra il poeta e l’esattore

Sabato 12 aprile 1924 Rainer Maria Rilke, dal castello di Muzot-sur-Sierre Vallese in Svizzera, concludeva così la sua lettera indirizzata alla giovane istruttrice ginevrina Antoinette de Bonstetten, che come molte altre per lei iniziava con «*Cara Signorina*»:

Una nuova neve tardiva ha appena inferto una battuta d’arresto alla primavera; se ne soffre con tristezza

e impazienza. Come fa male agli occhi questo biancore intempestivo. Ho una gran paura che, a Ginevra, lei abbia subito il medesimo rovescio, ma le auguro una domenica che in una maniera o nell'altra consenta di dimenticarlo!

Le frequenze epistolari di Rilke per la de Bonstetten sono un sentiero dove si scorgono le intermittenze del cuore che probabilmente non avremo mai la grazia di esprimere in modo altrettanto sommo e nobile. Per Rilke narrare il desiderio significa qui passare attraverso il paesaggio, innervando nella natura stessa il sentimento della nostalgia, nel bianco della neve, i sensi di una primavera che gli sfarfalla nello stomaco. Un linguaggio amoroso così paesaggistico ci sostiene nel non affidarci soltanto alle scorciatoie di educazioni sessuali a buon mercato o di biologie disgiunte dall'anima, ma nell'assecondare piuttosto la nostra via personale alla trasmissione di una sapienza affettiva in bilico tra corpo e cuore.

Non essere tutti poeti non ci legittima come genitori ad essere soltanto esattori. Riconoscere la prossemica dell'amore nelle diverse manifestazioni della poesia – o in altre forme di bellezza: arte, letteratura, musica... – è possibile a tutti in una scala di altezze modulabili, dove ogni gradino ha una sua autorevolezza.

La gestione responsabile della sessualità, un obiettivo su cui possiamo ritrovarci tutti coesi, è in realtà un orizzonte che chiede una vita intera, breve o lunga che sia, ma mai conclusa. Delegarla solo agli esperti per trasmetterla ai nostri figli è uno spreco di grazia: farne parte con i figli, come attorno a un altare, è una benedizione, non solo un dovere per un genitore; è una gioia, non solo un obbligo. È un piacere anche dei sensi che si tinge di nuove rappresentazioni per tutti. È fare l'amore per gli adulti in modi inediti immaginando nuove architetture comunicative, eccitati dalla grazia di sapere i piccoli con noi alla scoperta dell'intimità delle emozioni, delle paure, delle rivelazioni. Farne parte è correre il rischio di essere goffi o maldestri ma mai sgraziati. Non sia tanto la nostra meta, quindi, la spigliatezza del dire, quanto piuttosto la poesia del vivere in presa diretta e anche presa in prestito ai tanti poeti. I dinosauri si estinguono anche negli interessi dei bambini. I poeti sono per sempre. Così come i romanzieri o gli sceneggiatori, i registi e gli attori.

Per questo, dopo una prima parte di questo saggio dedicata ad alcuni racconti di vita, dai quali vorrei trarre alcune utili considerazioni sulle posture dell'amore, arriveremo a parlare di Audrey Hepburn e delle sue colleghe. Non abbiate timore che sapremo go-

derci la loro meravigliosa compagnia femminile per trarne un “salotto” pieno di competenze e significanze per le nostre figlie.