

VIII. CADERE PER IMPARARE A VOLARE

Gli psicologi americani Richard Tedeschi e Lawrence Calhoun hanno introdotto il concetto di “crescita post-traumatica³³” per descrivere il processo positivo di trasformazione personale riscontrabile in alcuni individui colpiti dal trauma. In uno studio sperimentale pubblicato nel 1996 i due psicologi hanno misurato i benefici del trauma rispetto alla percezione di sé, le relazioni interpersonali e la filosofia di vita³⁴. Secondo il modello elaborato dai due studiosi, il trauma è simile a un sisma, perché scuote violentemente le fondamenta della persona, incoraggiando un lavoro di ricostruzione e consolidamento strutturale che implica una selezione dei propri valori e conduce a una qualità di vita migliore. L’elaborazione positiva dell’evento traumatico però non è priva di difficoltà. L’esito del processo di guarigione dipende dall’entità del trauma, dalla personalità e biografia del singolo, dal supporto ricevuto.

La gravidanza e il parto sono stati il mio canto delle Sirene, la mia morte e rinascita, la mia porta stretta della conoscenza. Secondo un principio della psicanalisi, gli eventi dolorosi dell’età adulta, grazie a una nuova maturità psichica e capacità di elaborazione, possono dare voce e trasparenza ai traumi “non vissuti” dell’infanzia. Lorenzo Fragola canta “da ogni ferita c’è luce che entra”. «Se avete una cicatrice profonda, questa è una porta³⁵». Come i colpi di machete nella fitta giungla, il sacrificio del mio ventre integro ha aperto un passaggio, una finestra sulla mia anima ferita, la nuova consapevolezza della “neonata esposta”. La selezione secondo il sesso è un’antica usanza patriarcale che garantiva la sopravvivenza della società attraverso il sacrificio dei più deboli, assunta dalla psicanalista Marion Woodman³⁶ come metafora dell’identità dipendente da valori non propri, decaduta dalla condizione archetipica di ideale pienezza rappresentata dalla “Vergine pregna”, «quell’aspetto del femminile, sia nell’uomo sia nella donna, che ha il coraggio di *essere* e la flessibilità di continuare a *divenire*³⁷». La psicanalista spiega che «per molte donne nate e cresciute in una cultura patriarcale l’iniziazione alla piena maturità avviene attraverso l’abbandono, reale o psicologico. È l’esperienza che assegna l’identità, che le libera dal padre³⁸». Il pediatra e psicanalista inglese Donald Winnicott descrive due componenti dell’identità, il “vero sé”, cioè il lato creativo, autentico e spontaneo della personalità, e il “falso sé”, ossia l’immagine conformista socialmente costruita, l’io difensivo che soddisfa il bisogno sociale di essere accettato dal gruppo. Il pianto della bambina abbandonata rimbomba muto nel petto della “principessina” chiusa in un castello dorato, plasmato dalle proiezioni inconsapevoli e dalle aspettative affettuose della famiglia, ma un evento doloroso può mettere la donna adulta nella necessità di gettare la propria maschera ideale, rischiando la cacciata dall’Eden dei propri affetti e sicurezze per spiccare il frutto della conoscenza.

Con la nascita delle mie bambine ho conosciuto una nuova intensità della gioia e del dolore. Il bianco è divenuto più bianco, il nero più nero. La mia vita ora è più vera e degna di essere vissuta. Ho imparato la fedeltà a me stessa e ai miei valori. Ho tessuto la mia camicia di ortiche³⁹, ho filato nel dolore la nascita delle mie figlie e la mia rinascita. Sono uscita integra dalla mia pancia squarciata. Ho conosciuto una nuova profondità e ricchezza interiore. Attraverso la mia ferita ho potuto accedere alla parte più autentica, creativa, originale della mia identità. «Quando stiamo bene, in genere viviamo la vita degli altri (forse anche troppo), la cosiddetta vita corrente, fino a diventare spesso volte anonimi in questa vita [...]. Nel dolore invece siamo sottratti all’anonimato, è quell’esperienza che in tutta la sua tragicità ci personalizza⁴⁰». Il taglio cesareo ha rappresentato un doloroso rituale di iniziazione alla mia persona. Come direbbe Ernst Jünger, “sono passata al bosco”. «La grande esperienza del bosco è l’incontro con il proprio io⁴¹».

Mi sarebbe piaciuto trovare un modo meno traumatico per maturare. Ho dovuto crescere per sopravvivere alla mia ferita. Nell’esperienza dolorosa il bilancio è aperto, in bilico tra la perdita e il guadagno. È l’eterna danza della vita, ora su un piede, ora sull’altro. La vita «è tutto un equilibrio sopra la follia», come canta Vasco Rossi nella canzone *Sally*. È tipico dell’uomo «l’essere costantemente in bilico tra miseria e grandezza, fra prosperità e affanni, fra gioie e dolori, fra salute e malattia [...] sempre e comunque esposti insieme all’una e all’altra cosa, il non poter mai essere soltanto uno⁴²». La duplicità è il simbolo della condizione umana. «Due vasi son piantati sulla soglia di Zeus, dei doni che dà, dei cattivi uno e l’altro dei buoni. A chi mescolando ne dia Zeus che getta le folgori, incontra a volte un male e altre volte un bene⁴³». L’esito di

³³ R.G. Tedeschi, L.G. Calhoun, *Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence*, in “Psychological Enquiry”, 15, 1, 2004, pp. 1–18.

³⁴ R.G. Tedeschi, L.G. Calhoun, *The posttraumatic growth inventory: measuring the positive legacy of trauma*, in “Journal of Traumatic Stress”, 9, 3, 1996, pp. 455–471.

³⁵ Clarissa Pinkola Estés, *Donne che corrono coi lupi*, edizione ampliata e aggiornata ottobre 2007, Numeri primi, Frassinelli, Milano 2011, p. XXXIII.

³⁶ Marion Woodman, *Puoi volare, farfalla. Un percorso femminile di trasformazione e di liberazione per giungere alla pienezza di sé*, edizioni RED!, Milano 2004, dalla prefazione di Laura Conti, pp. 5–11.

³⁷ Ivi, p. 118.

³⁸ Ivi, p. 51.

³⁹ L’immagine è tratta dalla fiaba intitolata *I cigni selvatici*.

⁴⁰ Salvatore Natoli, *Stare al mondo. Escursioni nel tempo presente*, Universale economica Feltrinelli, Milano 2008, p. 91.

⁴¹ Ernst Jünger, *Trattato del ribelle*, Piccola biblioteca Adelphi, Milano 1990, p. 114.

⁴² Umberto Curi, *Meglio non essere nati. La condizione umana tra Eschilo e Nietzsche*, Bollati Boringhieri, Torino 2008, p. 144.

⁴³ Omero, *Iliade*, traduzione di Rosa Calzecchi Onesti, Einaudi, Torino 1990, canto XXIV, vv. 527–530.

un'esperienza dolorosa non è scontato. «Ogni crisi può risolversi in un movimento in avanti o in una fuga regressiva⁴⁴». Nell'antichità il termine "crisi" indicava un cambiamento improvviso in meglio o in peggio nel decorso della malattia. «Il dolore appare come uno spazio aperto di possibilità senza con ciò perdere il suo carattere di prova e di *prova mortale*⁴⁵». Nel dolore bisogna sempre pagare un prezzo. «Nessuna compiuta salvezza è concessa. Ma solo quell'incerta, sospesa, ambivalente condizione nella quale la salvezza si accompagna indissolubilmente alla caduta⁴⁶». La farfalla, simbolo del cambiamento, dopo essere uscita dalla crisalide scarica una goccia di colore rosso. In modo analogo, «se ciascuno di noi deve liberare la propria farfalla, dovrà sacrificare una goccia di sangue⁴⁷».

Mi piace pensare che ogni essere umano trovi il modo di fermarsi prima del precipizio, imparando dalle difficoltà invece che dal dolore. È la differenza tra crescere e sopravvivere. Gli uomini nel profondo del cuore sanno che il dolore è inevitabile, ma hanno bisogno di controllarlo e combatterlo per non sentirsi impotenti. Se non è possibile eliminare il dolore, forse si può ridurlo in qualche modo. Nell'attuale sistema natale, le donne socialmente o psicologicamente vulnerabili sono già a rischio. Credo che sia importante favorire la fisiologia del parto, il benessere psicologico e l'empowerment materno allo scopo di prevenire le complicazioni e le esperienze traumatiche, limitando gli interventi invasivi e lesivi ai casi di reale necessità e creando le condizioni perché la donna mantenga il controllo sulla propria esperienza anche quando il parto è medicalizzato.

Da quando ho partorito ho bisogno di far sentire la mia voce. Grazie al mio impegno attivo raggiungo con più facilità gli altri. Le persone sono più disposte ad ascoltare le mie ragioni se non faccio la vittima. Durante la revisione del mio libro ho letto *Sully*, la storia del pilota che nel 2009 riuscì con entrambi i motori dell'aereo in avaria ad ammarare sul fiume Hudson a New York salvando la vita di 155 passeggeri. *Sully* è un racconto di speranza e di ottimismo, che senza negare il ruolo della fortuna dimostra che è possibile rimanere padroni di un evento potenzialmente traumatico attraverso le proprie azioni. L'attivismo mi aiuta a combattere l'impotenza e a vivere in un mondo che ai miei occhi ha perso la sua innocenza. La mia unica scelta è di continuare a lottare contro la perdita di senso causata da un dolore contro il quale non ho potuto nulla. Le mie figlie danno un senso alla mia vita, ma in un modo diverso. Con l'attivismo non cambierò il mio parto, ma posso dare il mio contributo per cambiare i parti che verranno. Mi piace pensare che le partorienti di domani ricevano un'assistenza rispettosa della fisiologia e dell'autonomia materna e che la minoranza di donne che avranno bisogno dell'intervento medico mantenga nel limite del possibile il controllo sul proprio parto, vivendo e ricordando il taglio cesareo più come una nascita che come un'operazione di chirurgia maggiore. Il dolore porta con sé una spinta drammaticamente ideale. Le persone mi dicono che combatto contro i mulini a vento, ma per me l'azione è importante, perché mi fa stare bene. Hannah Arendt scrive che gli uomini sono pronti all'azione "poiché sono *initium*, nuovi venuti e iniziatori grazie alla nascita. [...] Con la parola e l'agire ci inseriamo nel mondo umano e questo inserimento è come una seconda nascita⁴⁸". In una delle sue lettere dal carcere il teologo protestante Dietrich Bonhoeffer si domanda quale sia il confine tra la necessaria "resistenza" e la necessaria "resa al destino", identificando la prima con Don Chisciotte, la seconda con Sancho Panza. La sua risposta è che entrambe sono importanti e devono essere assunte con decisione. «Credo che dobbiamo effettivamente por mano a cose grandi e particolari, e fare però contemporaneamente ciò che è ovvio e necessario in generale⁴⁹». La resistenza non può essere separata dalla resa alla vita. «La vita si esplica come lotta e al lottatore unitamente alle chances e alle capacità di vittoria è assegnato il peso duro della sconfitta e della pena⁵⁰». Il poeta Franco Arminio scrive: «io vengo dalla spina dorsale delle farfalle⁵¹». Gli uomini sono esseri fragili e paradossali, fatti per volare ma costretti a camminare, sorretti da una spina dorsale che è un'illusione, ma li aiuta ad andare avanti. Quando mi sono ritirata dal mondo per effetto del trauma ero ancora molto "figlia". Ora sono pronta a riaffacciarmi sul mondo nel mio nuovo ruolo attivo, consapevole, autonomo, creativo di "madre". Il taglio cesareo è stato l'evento peggiore e migliore della mia vita. Nel 1978, l'anno della mia nascita, il poeta Pablo Neruda scriveva: "per nascere son nato". Quando mia madre mi ha partorita sono nata al mondo. Quando ho dato alla luce le mie figlie in una notte di luna piena sono nata a me stessa.

Per prenotare una copia del libro è possibile mandare un messaggio all'indirizzo: libropartocesareo@gmail.com

⁴⁴ Silvia Vegetti Finzi, *Il bambino rifiutato*, in Marisa Casalini Farinet (a cura di), *Nascere. Le parole per dirlo*, cit., p. 173.

⁴⁵ Salvatore Natoli, *L'esperienza del dolore*, cit., p. 74.

⁴⁶ Umberto Curi, *Meglio non essere nati*, cit., p. 144.

⁴⁷ Marion Woodman, *Puoi volare, farfalla*, cit., p. 23.

⁴⁸ www.aforismi.meglio.it. Consultato il 16 ottobre 2017.

⁴⁹ Dietrich Bonhoeffer, *Resistenza e resa. Lettere e scritti dal carcere*, a cura di Alberto Gallas, edizioni San Paolo, Milano 1988, terza edizione 2015, p. 306.

⁵⁰ Salvatore Natoli, *L'esperienza del dolore*, cit., p. 57.

⁵¹ Franco Arminio, *Cedi la strada agli alberi. Poesie d'amore e di terra*, Chiarelettere, Milano 2017.