



Mappe autentiche visionarie

*L'esperienza del laboratorio di Metabolé
"Io, nessuno, centomila"*

Sommario

<i>Presentazione</i>	5
<i>Introduzione</i>	7
<i>Il corpo dell'uomo è l'immagine di un Paese</i>	11
<i>La psicosintesi di Roberto Assagioli</i>	14
<i>L'immaginazione non conosce ostacoli</i>	17
<i>Tavole riassuntive degli incontri più significativi</i>	20
<i>Il corpo questo sconosciuto</i>	20
<i>Il corpo come patria, casa, rifugio</i>	24
<i>Il corpo come specchio e memoria</i>	27
<i>Tavole: le donne raccontano</i>	30
<i>Lo sguardo dell'antropologa</i>	43
<i>Conclusioni</i>	44

La pubblicazione è stata realizzata in collaborazione con il Centro Donna del Comune di Venezia.

I testi sono curati dall'Associazione Metabolé e in particolare da: Vera Mantengoli con i contributi di Olivia Casagrande e delle donne che hanno partecipato al laboratorio "Io, nessuno, centomila", ideato e realizzato da Vera Mantengoli negli anni 2011 e 2012.

Realizzazione e impaginazione grafica di Roberta Volpato
Foto di Olivia Casagrande
Stampa Nuova CRS, Venezia 2013

Associazione Metabolé
Via Rielta, 4 - 30174 Venezia-Mestre
www.metabole.it

Per avere informazioni sull'Associazione scrivere a:
presidente@metabole.it
o telefonare al numero 347 8753720

Presentazione

Metabolé e il Centro Donna hanno lavorato per realizzare un laboratorio di narrazione delle emozioni. Un laboratorio che non voleva percorrere la via dei gruppi di sostegno psicologico, già attivi dal 2008, e non voleva nemmeno concretizzarsi in una esperienza di scrittura creativa. Il laboratorio aveva un obiettivo, sviluppare la conoscenza del sé corporeo ed emozionale attraverso nuovi metodi che la conduttrice del laboratorio Vera Mantengoli, giornalista e counsellor, con l'aiuto dell'antropologa Olivia Casagrande, ha saputo tradurre nelle dimensioni del gioco e della immaginazione.

Il corpo è una parte di noi, è il nostro involucro, ha una memoria e una storia. Una storia che solo apparentemente è distinta dal nostro vissuto emozionale. Il corpo è sessuato, ma non ha una identità sessuale, essa si costruisce con il confronto, con lo sperimentarsi, con il vivere.

Il corpo si trasforma e noi con esso; ci fa vivere esperienze importanti come la gravidanza, il parto, ma anche la malattia e l'invecchiamento.

Il corpo può essere immaginato e rappresentato anche simbolicamente. Nel laboratorio le partecipanti sono diventate geografe, hanno costruito legami tra emozioni e corpo che emergono in modo netto in questo gioco di immagine e rappresentazione. Una esemplificazione è offerta dal disegnare e posizionare "il ghiacciaio nel cuore e il vulcano nella testa". E ancora, nel "L'origine del mondo" (un richiamo al famoso quadro di Courbet) c'è chi posiziona un cubo di ghiaccio, chi una cassaforte, chi una giungla; simboli che forse stanno ad indicare modi diversi di vivere la sessualità. I processi di crescita e di riconoscimento dell'identità personale possono passare anche attraverso queste esperienze di costruzione di consapevolezza.

Con questa pubblicazione abbiamo voluto lasciare una testimonianza scritta del lavoro svolto, in essa oltre a brevi note sui riferimenti teorici che hanno fatto da sfondo nella definizione del laboratorio, si descrive il metodo di lavoro riportando alcuni esercizi offrendo, pure, alcuni testi e disegni elaborati dalle partecipanti.

Desideriamo, infine, rivolgere un particolare ringraziamento, oltreché alle conduttrici del laboratorio, a tutte le donne che con la loro partecipazione hanno permesso di costruire e lasciare questa testimonianza di lavoro.

Stefania Bragato
Presidente di Metabolé

Gabriela Camozzi
Responsabile del Centro Donna

Introduzione

«Ma come ti è venuta l'idea?». Questa domanda mi è sempre stata posta ogni volta che mi sono ritrovata a spiegare di cosa si trattava nel laboratorio sulle Mappe Autentiche e Visionarie che ho tenuto per la prima volta per Metabolé al Centro Donna. Un'idea non nasce all'improvviso. Molto spesso è il frutto di un susseguirsi di esperienze che trovano a un certo punto espressione in un unico progetto, un po' come accade a un fiume che, strada facendo, si arricchisce di affluenti diversi senza disperdersi.

La metafora mi serve per tradurre meglio l'ideazione del progetto che nasce da un lungo percorso di formazione personale di psicoterapia, unito a una preparazione di counseling, a una passione per l'arte e a una pratica costante di scrittura. Il lavoro presenta quindi un aspetto rilevante di carattere psicologico e uno esplicito di carattere creativo, ma non ha la pretesa né di essere un percorso di psicoterapia, né un laboratorio artistico. Eppure, alla fine degli incontri, mi sono ritrovata a constatare che ogni singola persona aveva compiuto un evidente percorso personale attraverso la costruzione della propria mappa geografica e che, la mappa, a tutti gli effetti, era anche da considerarsi un originale lavoro artistico.

La mappa, rappresentata dal perimetro del proprio corpo tracciato su un grande cartellone in scala 1:1, è infatti il luogo cartaceo dove le persone hanno disegnato il loro territorio con i rispettivi elementi geografici, ovviamente simbolici, come verrà spiegato nei prossimi capitoli. Laghi, fiumi, deserti, prati, montagne, ma anche temporali e scavi archeologici: questi sono soltanto alcuni dei paesaggi utilizzati che hanno portato alla realizzazione di un vero e proprio territorio, con tanto di nome di luoghi e regioni. La possibilità di colorare con pennarelli, pastelli e di ritagliare immagini dai giornali ha generato un'atmosfera giocosa che si è mantenuta per tutta la durata del laboratorio. Inoltre, questo tipo di attività, in gran parte artigianale, ha liberato nelle persone molta allegria e immaginazione dando la possibilità di scoprire o recuperare un lato creativo, spesso non utilizzato nella quotidianità. A questa fase è seguita quella del posizionamento dell'immagine che è avvenuta in maniera libera e



spontanea. Infine, dopo aver disposto tutti gli elementi, si è passato alla stesura di un pensiero o, in alcuni casi, del racconto di un episodio tratto dalla propria biografia che le persone trascrivevano in un proprio quaderno, diventato una sorta di diario di bordo.

Il lavoro ha sempre avuto un momento di confronto con gli altri membri del gruppo, ma anche in questo caso è sempre stato svolto in maniera ludica, spesso utilizzando bigliettini a sorpresa da pescare con esercizi diversi o con il nome del partner con il quale confrontarsi. Un gioco serio, insomma. Così, ridendo e scherzando, ci si è ritrovati a guardare una serie di territori, anzi oserei dire di continenti, con gli stessi elementi, ma collocati in zone diverse, chi con le rocce nelle braccia e chi con una cima rocciosa nel plesso solare.

Che cosa raccontano le mappe? Come i territori geografici le mappe sono in continua evoluzione: il paesaggio muta a seconda delle stagioni, del clima e di eventuali fenomeni atmosferici che si abbattano su alcune regioni lasciando tracce più o meno riconoscibili. Il paesaggio dipende però anche dall'invisibile, ovvero dal tipo di terreno e da quanto spazio occupano i reperti archeologici che giacciono nelle profondità. Insomma, un paesaggio è il risultato di una connessione di elementi visibili e invisibili. Le mappe che abbiamo costruito nel corso del laboratorio presentano le stesse caratteristiche, ma gli elementi che le costituiscono sono soggettivi (autentici) e, quindi, simbolici (visionari). Una considerazione da tenere presente è che il lavoro svolto mostra la fotografia del paesaggio di come la persona si percepisce in un certo momento della sua vita. Dico «in un certo momento» perché, per esempio, perfino nel corso del laboratorio, si sono effettuati degli interventi di riqualificazione o bonifica che hanno modificato la geografia iniziale. Si è partiti quindi dalla costruzione fisica del territorio per poi aggiungere elementi urbani, come la zona archeologica, l'ospedale, i luoghi di svago e quelli spirituali e così via fino alla formazione di piccoli centri architettonici. In alcuni casi si è ricorso anche all'intervento di infrastrutture, come nella mappa di E. che, trovandosi con un vulcano in testa e un ghiacciaio nel cuore, ha dovuto inventare un sistema ingegnoso di tubi per trasportare

tutta la lava bollente nel mare di ghiaccio, trasformandolo alla fine del corso in un immenso oceano.

Una volta posizionati gli elementi geografici si è chiesto alle partecipanti di descrivere l'intero territorio, dandoci un nome e sottolineandone le caratteristiche principali. Ogni elemento, seppure posizionato istintivamente, ha un significato per la persona. L'occhio di chi conduce il laboratorio è attento e preciso. Registra come e dove vengono collocati gli elementi e in che rapporto stanno con il contesto. A tutti era apparso evidente che il ghiacciaio nel cuore stava a indicare che qualcosa non funzionava, ma non alla diretta interessata. Qui si inserisce il delicato lavoro del conduttore che, con estrema delicatezza, aggira l'ostacolo, non inserendosi nel problema, ma cercando di tirare fuori gli strumenti affinché la persona lo affronti se e quando vuole. Ecco come appariva il territorio di A., dopo il posizionamento iniziale degli elementi.

A. Land

A. Land è un territorio stretto che si sviluppa da Nord a Sud. I luoghi da visitare si concentrano nella zona montuosa, al centro del paese. Famoso il vulcano Love, ancora in funzione, ma attualmente in fase di riposo; i suoi declivi si riposano su una distesa di prati verdeggianti, in cui si può godere di una sosta nella Campagna Altruismo. La zona centrale è attualmente coperta da fitte nebbie di Angoscia e da un ghiacciaio perenne che, senza spiegazione scientifica, si forma in quella zona e che i ricercatori hanno denominato Angoscia Ice. Nei paraggi rimane attivo il Geyser Altruismo, dove se ne può ammirare la potenza e beneficiare del calore.

In questa introduzione ho cercato di spiegare l'origine del progetto. Nelle prossime pagine fornirò alcune nozioni più precise e più tecniche. Nel secondo capitolo (Il corpo dell'uomo è l'immagine di un Paese) verranno brevemente illustrati alcuni fondamenti della filosofia taoista, il contenuto del libro di Igiaba Scego utilizzato all'avvio del corso e il ruolo dell'antropologa Olivia Casagrande all'interno degli incontri.

Nel terzo capitolo (La psicointesi di Roberto Assagioli) viene spiegato qual è stata la teoria di riferimento e perché. Nel quarto (L'immaginazione non conosce ostacoli) si presentano le difficoltà incontrate nel percorso.

Nel quinto (Tavole di lavoro) si portano alcuni esempi di come veniva svolta la lezione, includendo testi, esercizi e svolgimento. Sono stati trascritti, inoltre, alcuni degli elaborati che le partecipanti hanno consegnato durante il laboratorio includendo alcuni momenti della costruzione della mappa e tre mappe nella versione definitiva.

A conclusione si riportano alcune riflessioni sul viaggio di consapevolezza intrapreso con l'esperienza del laboratorio.

Il corpo dell'uomo è l'immagine di un Paese

Nel Tao la raffigurazione del cosmo all'interno del corpo umano è ampiamente diffusa nei testi storici con tanto di inserimento di costellazioni, come per esempio l'Orsa Maggiore. Gli elementi però sono posizionati sempre negli stessi punti tanto che si parla di geografia mitica: per esempio, al posto della testa troviamo sempre una catena montuosa che circonda un lago centrale (posizionato al centro del cranio) sulle cui rive si ergono due torri (le orecchie) e via dicendo. Più in basso, ben visibile sulla mappa sottostante, una torre di dodici piani rappresenta la trachea e via via dicendo.

La mappa raffigurata nel Tao è quindi una rappresentazione fissa, utilizzata anche dagli iniziati come strumento di contemplazione per sviluppare la «visione interiore». Per il pensiero taoista la corrispondenza tra il cosiddetto dentro e il presunto fuori è rafforzata anche da una tradizione medica secolare che considera l'uomo un soggetto all'interno del cosmo. La massima taoista «il corpo dell'uomo è l'immagine di un Paese» viene nel caso del mio laboratorio utilizzata con un doppio significato: aumentare la consapevolezza della propria biografia e, nello stesso tempo, recuperare la relazione umana, sociale e ambientale con il mondo esterno.

Il laboratorio, suddiviso in una serie di incontri, ha visto non a caso l'importante partecipazione di un'antropologa, Olivia Casagrande, che ha contribuito a dare uno stimolo ulteriore alla riflessione sui temi in programma e alla rappresentazione di sé. All'inizio di ogni incontro l'antropologa ha raccontato la storia di abitudini o usanze di popolazioni diverse. Alle partecipanti veniva ogni volta consegnato del materiale con i riferimenti bibliografici dei libri letti e gli esercizi da svolgere. Il momento dedicato all'antropologia si è rivelato molto utile perché ha sollevato discussioni e scambi di opinione. Lo sguardo antropologico è stato molto utile per ricordare alle persone presenti che la nostra società è una delle tante società al mondo e le nostre abitudini una serie di comportamenti circoscritti all'interno di un sistema di credenze che non è necessariamente uguale a quello del resto del pianeta. Ogni incontro si è aperto con la lettura di un capitolo o di un passaggio di un libro su

determinati temi per creare familiarità con il lavoro delle mappe che si andava formando.

Il primo testo scelto è stato proposto come introduzione all'intero corso. Si trattava del libro *La mia casa è dove sono* della scrittrice di origini somale Igiaba Scego che racconta la sua storia attraverso la descrizione dei luoghi che si sono radicati in lei. Questo è stato il migliore pretesto per mostrare come il mondo esterno, con i suoi elementi geografici e urbani, acquisisca un senso in base al vissuto affettivo dalla persona. Il libro della Scego, trasferitasi in Italia dalla Somalia, spiega come le città di Roma e di Mogadiscio parlino continuamente della sua vita e della storia della sua famiglia. Nella mappa il procedimento è inverso, ma il risultato è lo stesso. Nel caso del laboratorio in questione gli elementi esterni vengono infatti portati all'interno. Tuttavia si tratta di un processo che comincia con una riflessione su «che cosa c'è fuori», procede con una selezione degli elementi più emozionanti o rappresentativi di sé e si conclude con la collocazione di tale oggetto simbolico all'interno della propria memoria, la mappa, la stratificazione di esperienze, vissuti, ricordi e ideali.

Un incontro importante è stato, per esempio, quello riguardante il tema delle mestruazioni e della maternità, emerso leggendo passaggi di una ricerca sulle donne boscimane effettuata dall'antropologa Marjorie Shostak (*Nisa. La vita e le parole di una donna !kung*, Meltemi, Roma). Le donne presenti sono state colpite dalle usanze africane e hanno iniziato a commentare le abitudini diverse ricostruendo il proprio parto e ri-prendendo contatto con la propria femminilità. La lettura è stata propedeutica alla collocazione degli elementi nella zona del bacino e, in particolare, dell'utero. Attraverso le immagini che le partecipanti hanno scelto per descrivere e rappresentare una delle zone più significative del proprio corpo è emerso in modo lampante e, a volte, allegramente sfacciato, il proprio rapporto con l'essere donna, madre, compagna, amante. L'apparato genitale è risultato essere una sorta di miniera di emozioni collegate alla propria nascita e alla nascita di una figlia o di un figlio, ma anche al desiderio di amare ed essere amati. L'annuncio in

stile western, preso da una rivista e ritagliato con ironia da A., riporta la scritta «Men Wanted», incollata nell'utero, proprio davanti al tribunale posto all'altezza dell'ano. E che dire invece del quadro *L'origine del mondo* di Gustave Courbet che occupava tutta la zona pelvica di D., mostrando la vagina senza veli, senza doppie parole, senza simboli, ma quasi una fotografia di una zona del corpo piena di tabù? Nella stessa zona L. ha invece posizionato una cassaforte, M. un cubo di ghiaccio, R. una giungla e S. le dune color ocra di un deserto.

Queste immagini vanno considerate anche nella totalità del territorio in quanto ogni punto è in relazione all'altro, ma in maniera rigorosamente libera e non logica. L'unico ostacolo riscontrato all'inizio del laboratorio è stato infatti quello di lasciarsi andare all'immaginazione che è invece alla base di tutto il lavoro come dimostrerò nel prossimo capitolo.

La psicosintesi di Roberto Assagioli

La teoria di riferimento che ho sempre tenuto presente prima, dopo e durante il laboratorio è la psicosintesi di Roberto Assagioli, psichiatra veneziano poco conosciuto (1888-1974), ma ricordato con una targa in Strada Nuova, prima di Campo SS. Giovanni e Paolo.

Nato da una famiglia di origine ebraica Assagioli si laurea in medicina ed è il primo studente italiano a scrivere una tesi sulla psicoanalisi, preparata al famoso Ospedale Psichiatrico Burghölzli di Zurigo. È anche il primo a tradurre un articolo di S. Freud apparso per la prima volta sulla rivista fondata dal veneziano e intitolata «Psiche». Le sue teorie si caratterizzano per un'estrema attenzione alla libertà di pensiero e al ruolo chiave della volontà, determinante per rendere autonomo il soggetto. Nonostante si formi con S. Freud e C. G. Jung Assagioli rimane uno spirito indipendente portando avanti una sua personale ricerca che si tradurrà nella stesura di numerosi libri. La sua teoria sulla psiche prende in considerazione gli aspetti fisici, mentali e affettivi intesi come parti di un tutto, inscindibili tra loro. Per Assagioli la struttura della psiche non è un monolite compatto, ma assomiglia piuttosto a un'orchestra dove il direttore è rappresentato dall'Io, il punto centrale che ha come strumento operativo la volontà, e i musicisti le varie parti della persona. Ovviamente, esattamente come in un'orchestra, per eseguire una buona sinfonia occorre che i musicisti seguano il direttore. Non sempre capita. A volte c'è chi si distrae o si lamenta di avere poco spazio e decide così di smettere di suonare. Alcuni, per protesta, si alzano e vanno sul podio a prendere il posto del direttore, iniziando a dirigere loro stessi l'opera, quasi sempre con pessimi risultati che possono durare più o meno a lungo, a seconda della volontà del direttore di riprendersi il suo posto. Quando qualcosa non funziona un buon direttore si arma di pazienza e ascolta le motivazioni dei musicisti, cercando di ottenere una buona formazione. È questo quello che Assagioli definisce «l'animo molteplice» quando afferma che l'unità del soggetto è formata da un insieme di parti, chiamate tecnicamente «subpersonalità».

La metafora è utile per capire come la massima di Assagioli sia quella di «unire e non separare», attraverso un continuo processo di sintesi delle

parti in gioco. Nella psiche le funzioni che lui individua come essenziali sono rappresentate da una stella le cui sei punte rappresentano: la sensazione, l'emozione e il sentimento, l'impulso e il desiderio, l'immaginazione, il pensiero e l'intuizione. Queste funzioni sono controllate e dirette dalla volontà, posizionata al centro della stella e equivalente all'Io. Questa brevissima introduzione serve a dare alcune linee guida su come è stato organizzato il lavoro sulle mappe e perché. Non trattandosi di un corso di psicoterapia non si è approfondito quali musicisti avessero abbandonato il loro posto, fossero fuggiti o avessero minacciato il direttore. Quello che mi sembrava importante era partire dalla base, dando la possibilità al direttore d'orchestra di scattare una fotografia dei musicisti e degli strumenti suonati. In questo modo mi è sembrato di mettere le persone nella condizione di guardare dentro se stesse senza un apparente impegno e, soprattutto, giocando. Nella costruzione della mappa ognuno si è infatti auto regolamentato da solo decidendo volta per volta quanto raccontare di sé. Scegliendo quali volti dare alle proprie emozioni ogni partecipante ha comunque, in un certo senso, dato loro voce o, per lo meno, una sembianza. Così, prendendo dalla natura gli elementi da posizionare su di sé, l'improvvisato geografo, più o meno coscientemente, ha creato o rafforzato un legame con la natura e con l'ambiente circostante. Tutto questo processo è avvenuto in un clima di scambio, curiosità e divertimento. Alcune persone non prendevano da anni le forbici in mano per ritagliare fotografie dai giornali, altre non avevano mai provato a disegnare. Questi elementi hanno contribuito a fare un punto sul posto che si occupa nel mondo e su quello che il mondo occupa dentro di noi. Uno degli ostacoli che si è riscontrato più frequentemente nelle zone di frontiera, rappresentate dal perimetro del territorio, è stato la paura del giudizio del mondo esterno. Il senso delle mappe è stato proprio questo: lavorare su un territorio, il proprio corpo, che diventa una cerniera con il mondo esterno tramite la scrittura, strumento per narrare la propria biografia e, quindi, le proprie emozioni.

Che ruolo ha l'immaginazione? Prendendo sempre come riferimento Assagioli vorrei riportare prima di tutto la sua definizione che mi sembra

ottima e chiara: «L'immaginazione è una funzione psicologica, riproduttiva e creativa, con cui possiamo portare vividamente davanti alla mente oggetti e percezioni assenti. È una funzione capace di evocare e creare immagini visive, ma anche uditive, tattili, olfattive, gustative ecc.. La sua importanza sta nel fatto che ogni immagine ha in sé un elemento motore che tende a tradursi in azione¹». Il dietro le quinte del laboratorio si basa soprattutto su questa ultima frase. A volte si rimane fermi e cristallizzati nelle proprie posizioni o nei propri ruoli perché si è incapaci di pensarsi in un altro modo. Provare a immaginare qualcosa è dare all'idea una possibilità di concretizzarsi. A volte i simboli possono essere di grande aiuto per facilitare il processo di verbalizzazione di un disagio: parlare di un pino isolato dagli altri è molto più semplice che parlare di un senso di esclusione, ma il contenuto di quello che si sta dicendo non è da meno.

Ecco, per esempio, come M. ha descritto gli attacchi di asma.

Il respiro di M.

Come per l'amore percepisco e realizzo che esiste nel momento in cui manca. Quando non riesci a respirare ti rendi conto di quante volte cerchi l'aria, dei milioni di respiri che non ti sei accorta di aver fatto.

La notte è lunga, ma lo è ancor di più quando devi lottare con le unghie e con i denti per ottenere l'ossigeno che ti spetta di diritto. Quale invisibile macigno ti impedisce di espandere la cassa toracica che protegge quei coralli spugnosi che sono i tuoi bronchi? Sembra che la mano di un Titano ti preme lo sterno e il plesso solare e, infatti, ti aspetti che prima o poi cedano e che nel silenzio della notte si oda un terrificante crack.

Ai primi chiarori sei stremato per la strenua lotta sostenuta. Ti senti un sopravvissuto, non sai se rallegrarti per l'alba che avanza inesorabilmente, scalzando il buio dal suo trono o se preoccuparti per aver perso quel manto, in fondo protettivo, che ha celato al mondo la tua lotta. Raramente le albe sono piacevoli per me... me le hanno sempre rovinato.

¹ Roberto Assagioli, *Principi e metodi della psicossintesi terapeutica*, Astrolabio p. 143.

L'immaginazione non conosce ostacoli

Come accennato l'unico vero ostacolo incontrato è stata la resistenza, chi più e chi meno, a lasciarsi andare all'immaginazione. Le affermazioni iniziali più comuni di fronte alla mappa bianca sono: «Io non so disegnare», «Io non so scrivere», «Non so se va bene», «Il mio sarà il disegno più brutto». Alla richiesta di scrivere un pensiero da abbinare all'immagine scelta sono emerse, anche in questo caso, le stesse iniziali resistenze: «Io non so scrivere», «Non so cosa scrivere», «Ho scritto poco, qualcuno avrà scritto di più».

La paura di essere giudicati è stata superata attraverso il gioco e la curiosità, gli strumenti più efficaci per rompere le barriere. Ho iniziato a dare dei piccoli esercizi a coppie, in modo da permettere alle partecipanti di entrare in contatto tra loro, ma sempre divertendosi seriamente. Gli esercizi sono stati molto diversi e basati sull'ascolto reciproco e sull'accettazione del parere dell'altro, ingredienti fondamentali non solo per stare in un gruppo, ma anche in un contesto sociale.

Un esempio? Uno degli esercizi che ha avuto più successo è stato quello del geografo o viaggiatore. Sulla base di una griglia di domande, le partecipanti, sedute casualmente di fronte a una delle mappe, prendevano appunti, esattamente come farebbe un geografo di fronte a un territorio nuovo o un viaggiatore che si sofferma a guardare un paesaggio. Come si presenta quel territorio? È accogliente? Quali sono le emozioni che ti trasmette? Dove andresti con più piacere? E dove non andresti e perché? Che cosa manca? Alla fine l'osservatore aveva la possibilità di prendere un elemento della propria mappa e posizionarlo su quella analizzata, arricchendola e uscendo da una prospettiva esclusivamente egocentrica. Questo gioco è stato molto importante perché ha mostrato l'importanza dell'altro e il fatto che noi siamo un "io" perché entriamo in relazione con un "tu". Chi ci guarda da fuori a volte può vedere più aspetti di quanti ne possa vedere la persona dall'interno. L'esperienza è stata di grande apertura e collaborazione e da questo incontro sono nate nel gruppo anche delle amicizie.

Si è proceduto facendo sperimentare alle partecipanti le potenzialità dell'immaginazione concretamente, come si fa durante un laboratorio

scientifico. Quando parlo di immaginazione mi riferisco alla possibilità e capacità di pensare a qualcosa di diverso dall'esistente. Una partecipante, per esempio, non scriveva da molti anni e, inizialmente, non voleva fare gli esercizi di scrittura. Se si trovava costretta a farli scriveva al massimo qualche parola, per poi rifiutarsi di approfondire. Non riuscivo a capire perché se non voleva scrivere si fosse iscritta a un corso che prevedeva in maniera esplicita di usare sì i pennarelli, ma anche le penne. Alla fine, dopo svariati tentativi e incoraggiamenti da parte delle altre partecipanti, le ho chiesto di fare un esercizio a casa, cioè quello di mettersi una penna in una mano e, nel frattempo, di osservare e descrivere l'altra mano: che cosa vedeva? Vorrei riportare che cos'ha scritto L. in quella occasione per dimostrare come questo esercizio, in apparenza semplicissimo, abbia sbloccato la signora. Successivamente, L., confidandosi con il gruppo, ha anche raccontato una sua storia personale che riguardava un rapporto di amicizia che si manteneva vivo tramite lettere. Improvvisamente, per motivi riservati che qui non si possono trascrivere, la relazione si è interrotta e L. non ha più scritto. Dire che L. non aveva più preso la penna in mano soltanto per questo motivo può essere riduttivo. Da fatto dal giorno in cui L. ha letto quello che aveva scritto guardando le sue mani e ci ha raccontato la storia del lungo scambio epistolare, ha ripreso a scrivere. Quel giorno L. aveva fatto qualcosa che le piaceva e che da tanto tempo non si era più concessa di fare. Un altro aspetto da tenere presente è che definendo le zone urbane L. aveva segnato proprio nelle mani i luoghi della spiritualità.

Le mani di L.

Guardo una foto della seconda elementare: grembiule blu, fiocco bianco un po' di traverso e quel ciuffo di capelli che usciva sempre dal caschetto. Il sorriso della posa scopre la fessura tra i denti incisivi, lo sguardo è intimidito ma sono coraggiosa, ho molta fiducia nel futuro, mi sento speciale. Ed eccolo là il mio dito indice puntato sul libro di lettura aperto: già allora non prometteva nulla di buono. Scarno, ossuto, con l'unghia rosicchiata, ma dritto.

Poi i tornei scolastici di palla mano e palla prigioniera (...) mi hanno procurato traumi e lesioni ai mignoli che non si sono più raddrizzati ed alle ultime falangi dei medi. Non ho le mani di mia madre, con dita lunghe ed affusolate ancora adesso, ma non assomigliano nemmeno a quelle di mio padre (...): le sue erano forti, abbronzate, callose, provate dal duro lavoro, ma avvolgenti e delicate quando mi accarezzavano i capelli per farmi addormentare. Anch'io ho i calli nelle mani, ma sono procurati semplicemente dall'anello e dai lavori di casa. Mi piace lavorare in cucina: affettare, tagliare, tritare, impastare, insomma ungermi e sporcarmi le mani che poi odorano di aglio e cipolla (odori che disturbano tanto mio marito) ma anche di vaniglia e biscotti ma neppure questi piacciono a mio marito!

Uso i guanti per le pulizie perché i detersivi mi provocano irritazioni, pruriti e dermatiti, ma affondo le mani nude nella terra dei vasi della mia terrazza e nel giardino di mia madre. Le dita sono un po' deformate, ho meno forza per svitare tappi e barattoli ed anche i polsi sono meno forti e nonostante le tante scottature solari sulla schiena, il melanoma è apparso sul polso. Le unghie sono fragili e non uso più lo smalto colorato per cercare di renderle poco visibili queste mani. Eppure attraverso le mani assorbo e trasmetto molte sensazioni. Accarezzo spesso le persone e le cose che amo: adoro entrare in libreria e toccare e sentire i libri, sentire i tessuti, il legno, i materiali e spesso devo frenare l'impulso di toccare quadri e statue nelle gallerie e nei musei.

Accarezzo gli alberi, le foglie ed i fiori ma ho poca manualità nei lavori di precisione.

L'artrosi peggiorerà, ma quando mi soffermo sulle mani di Margherita Hack mi rasserenano: forse le mie mani diventeranno come le sue.

Poi guardo una foto un po' più recente: una mia carezza un istante dopo la proclamazione di laurea di mio figlio. Quanta tenerezza è passata in quel momento attraverso le mie dita storte!

Tavole riassuntive degli incontri più significativi

Il corpo questo sconosciuto

Il corpo ci permette di fare esperienza del qui e ora e di custodire dentro se stessi i ricordi. A volte viene vissuto come se fosse un rifugio, altre come un vergognoso peso. Il laboratorio ha proposto un lavoro concreto sul proprio corpo inteso come territorio geopolitico, con rispettivi conflitti e potenzialità. Il corso ha avuto lo scopo di guardarsi dentro: se attraversiamo la pelle che cosa troviamo depositato nei nostri organi o incastonato tra le ossa della colonna vertebrale? La memoria è nel nostro corpo, ma dobbiamo imparare ad ascoltarlo.

Non trattandosi di un laboratorio di psicoterapia non abbiamo analizzato in profondità ogni singola memoria, ma abbiamo proposto un percorso con un punto di partenza e una meta e ci siamo prefissati di arrivare al traguardo affrontando nei diversi incontri degli argomenti per raccontare le emozioni attraverso la scrittura.

Per facilitare le partecipanti nello sviluppo dei propri elaborati ogni volta è stato proposto loro un passo tratto da un libro, come nel caso di *Un altro giro di giostra*² di Tiziano Terzani:

Ho sempre trovato convincente l'idea che con una forte volontà si possa essere liberi anche in prigione. Uno degli esempi più belli è quello recente di Palden Gyatso, il monaco tibetano che è riuscito a sopravvivere a trentatré anni di torture e di isolamento nelle galere cinesi, restando libero di spirito. Ma in che misura si riesce a essere liberi quando si è prigionieri del proprio corpo? E comunque che cos'è questa benedetta libertà di cui oggi parliamo così tanto? In Asia la risposta sta in una storia vecchia di secoli.

Un uomo va dal suo re che ha grande fama di saggezza e gli chiede:

«Sire, dimmi, esiste la libertà nella vita?»

«Certo», gli risponde quello. «Quante gambe hai?»

L'uomo si guarda, sorpreso dalla domanda. «Due, mio Signore».

«E tu, sei capace di stare su una?»

«Certo.»

«Prova, allora. Decidi su quale.»

L'uomo pensa un po', poi tira su la sinistra, appoggiando tutto il proprio peso sulla gamba destra.

«Bene» dice il re. «E ora tira su anche quell'altra.»

«Come? È impossibile mio Signore!».

«Vedi? Questa è la libertà. Sei libero, ma solo di prendere la prima decisione. Poi non più.»

E io, che scelta avevo? Fino a che punto io ero il mio corpo? Che rapporto c'era fra noi due? Ma eravamo davvero in due? O la mia mente, con la quale io-io preferivo identificarmi, era semplicemente una delle tante funzioni di quel corpo, per cui assolutamente legata a lui? (...).

Mi piaceva pensare che il mio corpo fosse un costume che, nascendo, avevo preso in prestito e che prima o poi avrei potuto (dovuto) rendere senza che mi facesse paura il restare nudo. Ma sarebbe stato davvero così? Una cosa era certa: io-mente ero cosciente del mio corpo, ma lui era cosciente di me?

Allora, che lo fosse, che riconoscesse che c'ero e che non poteva fare sempre quel che gli pareva!

² *Un altro giro di giostra*, Tiziano Terzani, TEA, Milano 2004, pp. 34-35.

Di seguito viene esposto un esercizio proposto al gruppo. Nella colonna di sinistra appare un elenco di elementi geografici e nella colonna di destra uno di emozioni. Alle partecipanti è stato chiesto di collegare con una freccia l'emozione all'elemento o viceversa.

Arcobaleno	<i>Apatia</i>
Aurora	<i>Allegria</i>
Bosco	<i>Altruismo</i>
Burrone	<i>Ansia</i>
Canyon	<i>Amore</i>
Campagna	<i>Angoscia</i>
Cascata	<i>Arroganza</i>
Collina	<i>Autorevolezza</i>
Deserto	<i>Bontà</i>
Distese	<i>Bellezza</i>
Fango	<i>Caos</i>
Geyser	<i>Cattiveria</i>
Vulcano	<i>Competizione</i>
Ghiaccio	<i>Coraggio</i>
Tempesta	<i>Creatività</i>
Giungla	<i>Disciplina</i>
Montagna/e	<i>Dolcezza</i>
Nebbia	<i>Distacco</i>
Neve	<i>Dovere</i>
Oceano	<i>Empatia</i>
Prato	<i>Entusiasmo</i>

Pianura	<i>Felicità</i>
Rocce	<i>Fallimento</i>
Sentiero	<i>Gelosia</i>
Sorgente	<i>Gratitudine</i>
Savana	<i>Gravità</i>
Selva	<i>Inadeguatezza</i>
Strada	<i>Invidia</i>
Terra	<i>Istinto</i>
Torbido	<i>Passione</i>
Tramonto	<i>Paura</i>
Tundra	<i>Potere</i>
Tormenta	<i>Rabbia</i>
Fiume	<i>Responsabilità</i>
Ruscello	<i>Saggezza</i>
Lago	<i>Serenità</i>
Valle	<i>Seduzione</i>
Uragano	<i>Sesto Senso</i>
Viale	<i>Solidarietà</i>
Cortile	<i>Riflessione</i>
Grotta	<i>Stato di Abbandono</i>
Foresta	<i>Tristezza</i>

Ogni *geografa* ha in seguito iniziato a collocare e a disegnare gli elementi geografici nella mappa.

Il corpo come patria, casa, rifugio

La fase successiva è stata quella di aggiungere gli elementi di urbanizzazione del proprio territorio. In questo caso è stato letto prima insieme un passo tratto da *La mia casa è dove sono*, della scrittrice italo somala Igiaba Scego che descrive gli aspetti urbani nei quali si muove e vive.

*Roma Termini è la principale stazione ferroviaria dell'urbe e la più grande d'Italia. Per traffico passeggeri è tra le più intasate d'Europa, seconda solo alla Gare du Nord di Parigi. La stazione è anche il più importante crocevia del trasporto urbano. Costruita sul Colle Esquilino la stazione lavora a pieno ritmo dal 1864. L'edificio che vediamo oggi fu inaugurato solo nel 1950. La gente della stazione corre. Si corre per un treno, per un bacio, per riabbracciare un caro appena arrivato o per fuggire dopo uno scippo. Il nome Termini però mi ha sempre dato l'idea di una pausa da questa corsa continua. Ho sempre pensato che Termini significasse "meta finale" o "fine del viaggio". Mi piaceva, suonava come un messaggio dato a noi viandanti isterici, figli della modernità. Invece ho scoperto recentemente che il toponimo Termini significa tutt'altro. Deriva dalla deformazione della parola latina *thermae*. Nelle vicinanze ci sono infatti le terme di Diocleziano e la stazione deve a loro il suo nome. Il cuore di questa stazione è la galleria centrale, un cuore fisico e anche un po' metafisico. Quello che doveva essere un semplice collegamento pedonale tra via Marsale e via Giolitti si è trasformato nel tempo nella metafora di una sospensione, del passaggio tra due o più mondi. Non è un caso infatti che nel film *Good Morning Aman*³ il protagonista percorra questa galleria con il sottofondo di una musica soul che darebbe la carica anche a un mulo moribondo. Said Aman poco prima di percorrere il corridoio dice: «Il problema non è realizzare i propri desideri, il problema è averceli, dei desideri». A Termini anche se tutto sembra difficile, anche se c'è qualcuno che soffre tremendamente (penso ai senza fissa dimora) si ha l'illusione che un treno ti porterà via da tutti i dolori. Per questo nella*

³2009, di Claudio Noce con Valerio Mastandrea, Said Sabrie, Anita Caprioli, Amin Nur, Giordano De Plano.

mappa disegno dei treni con le ali degli angeli. È vero, l'importante è avere dei desideri.

In seguito è stato suggerito un elenco di elementi urbani da posizionare nella mappa. Le partecipanti non si dovevano preoccupare di sovrapporli sugli elementi che avevano creato nei precedenti incontri: il corpo è fatto di stratificazioni e non c'è un ordine logico che definisce come le emozioni abitino dentro di noi, quindi la scelta della collocazione doveva essere istintiva e immediata.

Centro Storico

Mercato

Tribunale

Ospedale

Scuola

Cimitero

Centro Benessere

Cassaforte

Alimentari

Faro

Posto Segreto

Luogo di Svago

Luogo di Culto

Zona Archeologica

Zona da Esplorare

Luoghi Proibiti

Nello svolgere l'esercizio A. ha posizionato il faro sugli occhi interpre-

tandolo come *luogo di riflessione* e ha così descritto le sensazioni emerse durante l'esercizio:

*Spruzzi e velocità,
la barca si piega,
il mare salta,
la luce ha il rumore di un'esplosione;
si arriva alla rada
e l'ancora stoppa la corsa.
Pausa.
Scricchiolii di corde annodate,
il legno riscaldato che ticchetta ogni tanto.
I piedi che camminano nudi da troppi giorni
hanno un aspetto selvaggio
e li guardo seduta, mentre abbraccio le mie ginocchia.
C'è un faro dinanzi a me,
bianco birillo sulla roccia,
per niente sfiorato dal mio pensiero,
che è una palla da bowling lanciata
sulla tavola liquida del mare.*

Il corpo come specchio e memoria

Per introdurre le partecipanti al tema della memoria corporea, cioè alla consapevolezza del vissuto del proprio corpo, si sono proposti tre brevi passaggi estratti dal testo di Marjorie Shostak (*Nisa. La vita e le parole di una donna !kung*, Meltemi, Roma, 2002) che si riferiscono a momenti particolarmente significativi nel ciclo di vita femminile. Ogni capitolo comincia con un'introduzione sulla realtà !kung e sulle usanze legate a quello specifico tema, passando poi al racconto di Nisa della propria personale esperienza.

(Introduzione) Siamo in Botswana, nel marzo 1971. Nisa è una donna africana di circa cinquant'anni, che vive nella fascia settentrionale del deserto del Kalahari. Nisa appartiene a una delle poche società tradizionali rimaste in vita che ancora vivono di caccia e raccolta, la società !kung, conosciuti anche come boscimani, termine che considerato però dispregiativo.

Al momento del suo incontro con Nisa l'antropologa Marjorie Shostak stava conducendo la sua ricerca sul campo tra i !kung già da venti mesi. La Shostak era interessata a capire, più che ad analizzare la struttura politico-sociale e le tradizioni culturali, «come fossero realmente i !kung e cosa pensassero della loro vita» e si poneva domande come: qual era la percezione che avevano di loro stessi, della loro infanzia, dei loro genitori? quali erano i loro sogni? avevano paura di invecchiare? cosa voleva dire essere una donna in una cultura così palesemente diversa dalla nostra?

L'incontro con Nisa e la sua disponibilità a raccontarsi offre all'antropologa la possibilità di raccogliere la storia della sua vita, uno spaccato forse non rappresentativo e generalizzabile, ma sicuramente profondo della vita !kung. I colloqui realizzati con Nisa corrisposero a trenta ore di registrazione, durante un mese e mezzo circa di lavoro sul campo.

(Prime Mestruazioni)La prima volta che si hanno le mestruazioni, infatti, non si dice a nessuno. Una bambina che comincia ad avere le mestruazioni non deve parlare. Ero frastornata. Cominciai a tremare. Tremavo. Presi il mio bastone

per scavare e lo gettai da una parte. Feci, insomma, quello che ci si aspetta che una giovane ragazza faccia. Misi a terra il mio kaross, mi poggiai su un lato e utilizzai l'altra estremità per coprirmi.

Il mio cuore stava malissimo. Pensai a come fossi ancora una bambina e che non volevo ancora avere le mestruazioni. Non sapevo perché avevo così tanta paura. Forse avevo paura dei giorni di fame durante la cerimonia mestruale. Non sapevo proprio.

(...) Tutte le donne vennero allora da me. Portarono le loro collane e i loro ornamenti e li legarono ai miei capelli. Mi cosparsero la pelle d'olio. (...)Prepararono per me un posto dove potermi sdraiare, e poi prepararono la capanna. Dopo aver messo l'erba sopra la capanna, mi misero all'interno della capanna e cominciarono a cantare e danzare. Io me ne stavo lì e ascoltavo. (...) Danzarono ogni giorno fino a che non finirono le mie mestruazioni. Poi mi lavarono, e la vita riprese il suo corso.

(Parto) Mi allontanai un po' dal villaggio e mi misi a sedere accanto a un albero. Rimasi lì a sedere e aspettai; non era ancora pronto a nascere. Mi sdraiai, ma ancora non usciva. Mi misi di nuovo a sedere, mi appoggiai al tronco dell'albero e cominciai a sentire il travaglio. Le fitte divenivano sempre più ravvicinate. (...) Il bambino cominciò a nascere. Era una bambina! Pensai: «Non griderò. Me ne starò buona qui. Guarda, sta già nascendo e andrà tutto bene». Però, quanto faceva male! Urlai, ma dentro di me. (...) Una volta data alla luce la bambina, rimasi lì. Non sapevo cosa fare, non capivo. Stavo lì, muovevo le sue piccole braccia, cercavo di succhiarle le dita. (...) Rimasi lì a guardarla, incapace di toglierle gli occhi di dosso.

(Invecchiamento) Io sono una donna anziana. Ma ho ancora molta energia. Sono ancora interessata al sesso. Energia. Anche se ora ne ho poca. Il mio cuore, infatti, non va più alla ricerca di uomini, non cerca un amante. Poi, un giorno, capita che il mio cuore si risvegli e torna a volerne un po'.

(...) Sono molti gli uomini che vogliono dormire con me e che non si rifiuterebbero per via della mia anzianità. Vengono da me e mi propongono la cosa. Io però li rifiuto.

(...) Un altro giorno tornerò a nutrire interesse per queste cose. Un altro giorno penserò agli uomini. Quindi mi truccherò, mi metterò delle collane di perline e tornerò a essere bella, bella al punto che gli uomini diranno: «Nisa, non sei forse splendida?». E io riderò e dirò: «Vai via! Chi è che mi strattona? Ho forse qualcosa che ti appartiene? Chi è che sta cercando di rubarmi qualcosa? Sono vecchia, ma è comunque mia».

(...) Una donna anziana come me non ama il freddo. Oggi, con la stagione calda, non c'è certo da aver paura del freddo. Ma quando arriverà il freddo, allora acconsentirò. Mio marito se ne andrà a caccia, e io me ne andrò di nascosto con il mio giovane amante.

Tavole: le donne raccontano

Le donne hanno raccontato la relazione tra il corpo e il loro vissuto, lasciandosi finalmente andare all'immaginazione.

R. scrive dei luoghi nella sua mappa

R. descrive il suo corpo come una città in cui ogni sua parte svolge una funzione e ne completa la topografia.

Il nucleo antico della Zona Archeologica alberga nel sito profondo del cuore, lì dove i ricordi più remoti si sono materializzati e stratificati, rovine frequentemente visitate. Adoro l'archeologia e di me penso sempre come a un'antica romana: tra capitelli e colonne abbattute, cocci e "masegni" sono a mio agio. In questo sito ritrovo e custodisco le mie origini, la storia della mia famiglia: quella regolare di mia madre legata a Venezia e al suo entroterra e quella esotica e disperata di mio padre e della loro diaspora. Se chiudo gli occhi visualizzo queste rovine: sono simili al Monte Smith di Rodi, l'isola in cui nacque mio padre. In questa collina, sopra la cittadina di Rodi, si estende l'ippodromo dove, nei tempi antichi dello splendore rodiense, si svolgevano le gare dei carri e delle bighe da guerra. Adesso il posto è visitato dai turisti che si siedono sulle scalinate, al fresco della boscaglia che pian piano lo sta ricoprendo. Amore tra le rovine o rovine di amori? Tra le vestigia più antiche del mio io riposano anche i ricordi degli affetti passati, custoditi ora senza rimpianto ma con disincanto. Volti e voci vividissimi, ricordi non più amari... sedimentati... semmai questi antichi dolori sono stati addolciti e smussati dal lavoro del tempo. A questa regione lego un ricordo materiale: un cratere di argilla attica di poco valore che mio padre custodiva però con cura. Era una delle poche cose che aveva portato con sé dalla sua patria e che, in un pomeriggio di giochi frenetici, io e mio fratello abbiamo rotto. Papà ci è rimasto male, muto non ha detto una parola. Mamma ci ha sonoramente sculacciati. Poi hanno, assieme, riattaccato i cocci con il Bostic. La ciotola rabberciata è rimasta un paio di giorni sopra il tavolino del salotto, poi è misteriosamente scomparsa.

I luoghi più caratteristici: Tribunale, Centro Storico e Mercato

Il mio centro storico sta in cima alla testa di questa cittadina abbandonata su di una collina e, come molte città del Sud, ha un nucleo sopraelevato, celato e sicuro. Non è necessariamente fortificato, ma carrugi, viuzze, calli sono protette da palazzi antichi con patii e giardini nascosti. Un ambiente un po' decadente o decaduto, gattopardesco. Nelle mie calli c'è ombra, suoni ovattati, risate di bambini e profumi di fiori e cucine. Ci si passeggia tranquilli e, oltre le case, si indovina il mare. La strada principale serpeggia giù, verso il mercato, il ventre pulsante e vivo della città. Vi si consumano amori, commerci, liti e chiacchiere, la gente vi si incontra e scontra, difficilmente si evita. Nel mercato si guarda e ci si fa guardare, si vende e acquista, ci si passa il tempo dopo aver bigiato la scuola. Il mio mercato è la pancia del mio io, il posto delle cose pratiche e istintive, legate al vivere e alle necessità più materiali: mangiare, bere, intrattenere rapporti, fraternizzare, condividere. Poco lontano le mani rappresentano il negozio di generi alimentari. Qui si concretizza il mio esprimere l'amore: cucinando e nutrendo. Vedere la gente felice a tavola mi dà soddisfazione: il primo istinto di una madre è nutrire. Io amo viziando, nutrendo o prevenendo ogni desiderio anche gastronomico. Questi luoghi associati a un ricordo? Di sicuro sarebbe un gusto o un profumo perduto. Il pan di Spagna soffice, giallo e morbido che mia nonna sfornava per la merenda di noi bambini. Né mia mamma, né le altre donne della mia famiglia sono più riuscite a riproporre quel gusto. Ci abbiamo provato tutte, ma non si è mai più ottenuto un dolce così buono, colpa dei moderni ingredienti o mancanza dell'ingrediente segreto? Nel dubbio mi rimane sulla lingua la fragranza spumosa di quelle fette di torta. E il profumo del giardino di casa, nei mesi di maggio della mia fanciullezza.

Le liti di mercato finiscono in Tribunale, e come tante comari ho una bocca che sputa sentenze. Orgoglio e vizio, virtù di giudizio e superbia di giudice. I miei giudizi taglienti sono parte indissolubile di me: non so frenare la lingua, a volte sono acuta a volte acida, se voglio far male velenosa. Di certo non voglio rinunciare né frenare le mie opinioni. Spesso sono un giudice comprensivo ed equanime e più tenero con gli altri che con me stessa. In definitiva, il mio tribunale non è quello della Santa Inquisizione, ma neppure quello di Rita Dalla Chiesa. Esattamente un anno fa ero in un altro tribunale, quello della mia città.

Udienza di separazione: il mio sempre ritardatario marito è arrivato un'ora prima del previsto. Non trovandomi nell'androne mi ha telefonato isterico: «Dove sei? Sei in ritardo?!». Paura che non arrivassi? Io ero già nei pressi, come al solito in anticipo. Mi sono pentita di averlo ancora una volta assecondato, tranquillizzandolo e facendogli compagnia nell'attesa. Era agitato e impaziente, per la prima volta emozionato. Io ero di ghiaccio. Ho pensato che aveva così voglia di eliminarmi che per una volta era arrivato prima, non come il giorno delle nozze quando era giunto in ritardo. Mi rammento di averlo osservato come si osserva un insetto, scrutandolo come se fosse fuori di me e dalla realtà. Mi ha fatto pena. La rabbia è arrivata dopo.

L. svela l'intimità del suo plesso solare

L. ha posizionato nella sua mappa il luogo dell'intimità nel plesso solare. Ha identificato l'idea di intimità con la profonda "sorellanza" e comunione che la unisce alle sue amiche e ne racconta i momenti felici.

Ho conosciuto Palmira all'epoca della "primina" dei nostri figli: i bambini avevano quindi poco meno di sei anni e lei e io 28 e 26. Non siamo entrate subito in sintonia: si capiva subito che le nostre condizioni erano completamente diverse: lei viveva una situazione familiare ed economica molto stabile, suo marito ingegnere, dirigente di una grossa società. Palmira non lavorava e si dedicava completamente al figlio anche con l'appoggio di tutti e quattro i nonni.

La mia posizione invece è sempre stata molto precaria: mio marito non riusciva a trovare la sua strada lavorativa e, quindi, cambiava spesso lavoro (allora c'era ancora questa possibilità), ma con tutte le insicurezze economiche che questo



La mappa finale di R.

comportava.

All'epoca io lavoravo in un'organizzazione sindacale, il mio avrebbe dovuto essere un part-time con rientro pomeridiano. Ricordo perciò che al pomeriggio, molto spesso, portavo con me mio figlio che nell'ambiente di lavoro avevano soprannominato "compagno Enrico" per il suo scandire bene le parole, come Enrico Berlinguer appunto. Spero che anche lui conservi questa memoria oltre al ricordo che si annoiava tantissimo.

Mira e io appartenevamo a due mondi completamente diversi: lei con i suoi completini di seta e io con le mie "espadrillas" sempre pronte perché, non appena mio marito e io avevamo due soldi, saltavamo a bordo della nostra Cinquecento gialla per andare in giro.

Non potevo contare sulla presenza dei nonni che non vivevano vicino a noi e tante volte ne avrei avuto bisogno: l'altro figlio, Samuele, non è stato molto fortunato dal punto di vista della salute, tutte cose che sono state superate, ma che ho sempre vissuto con molta angoscia e senso di colpa.

Fortunatamente vicino a noi abitava la "nonna Dina" che ci ha adottati, così che Samuele alla fine ha avuto tre nonne, come orgogliosamente allora raccontava.

Palmira era arrivata da Roma quando già era alle superiori e quindi non aveva una rete di amicizie, come d'altro canto succedeva a me, trapiantata da un piccolo paese a Mestre all'età di vent'anni. Credo che entrambe provassimo un po' di invidia l'una dell'altra: io invidiavo la sua stabilità economica e familiare, la sua eleganza e anche, mi vergogno a dirlo, invidiavo la salute del suo bambino e lei, con le sue camicette di seta, credo invidiasse il disordine e l'imprevedibilità e le continue discussioni presenti nella mia famiglia.

Ma ci cercavamo continuamente: la nostra amicizia è stata costruita con il tempo e ora, se dovessi aver bisogno di qualsiasi cosa in qualsiasi momento, so che chiamerei Palmira.

Con Marina l'amicizia è stata improvvisa, ci conoscevamo da tempo, ma non ci frequentavamo.

Abitavamo nella stessa strada, l'una di fronte all'altra: lei più grande di me di qualche anno e anche lei, come Mira, con una situazione all'apparenza "stabile". Ci siamo avvicinate molto quando mio figlio fu costretto a indossare il busto per una brutta scoliosi: anche sua figlia Anna, prima di Samuele, aveva portato il

busto e anche lei, come è successo a me, aveva vissuto questo come una colpa e, ancora oggi, non sono ancora del tutto convinta che non lo sia stata.

Ho letto da qualche parte che la costrizione che le madri esercitano sui figli li porta ad "adattarsi" e a modificarsi in base alle pressioni che subiscono.

Questa situazione si ripercuote, oltre che dal punto di vista psicologico, anche a livello fisico: l'espressione massima della crescita, rappresentata dall'allungarsi della colonna vertebrale, viene contenuta e modificata.

È soltanto una teoria, ma non credo riuscirò mai a perdonarmi, anzi penso che non voglio perdonarmi. Mi si dice: quel che è stato è passato, bisogna guardare avanti, ma non riesco a dimenticare neanche per un momento quello che è stato!

Dunque, dall'Albergo delle donne tristi di Marcela Serrano nasce la voglia di ritrovarci, le mie amiche e io, ed è così che cominciamo a fissare questi appuntamenti periodici, a casa dell'una o dell'altra (quando i mariti non ci sono) o qualche serata in pizzeria dove ognuna di noi racconta i propri problemi, le altre ascoltano, esprimono il proprio parere, stimolano a reagire o semplicemente condividono gli stati d'animo. Ognuna di noi ma non Mira: lei sembra non vivere alcuna inquietudine ed è proprio questo il suo problema!

Marina cerca di aiutare la mia autostima, anche se con scarsi risultati, ma sempre mi ricorda che sono speciale, che ho fatto cose "importanti", ma a me sembra sempre poco e sono sempre molto critica verso me stessa.

Così in una di queste serate nasce l'idea di una vacanza solo per noi.

Iniziamo a parlarne in inverno quando è forte la voglia di mare e di sole ed organizziamo la nostra prima vacanza scegliendo come meta Lampedusa.

Era l'ultima settimana di maggio e anche allora, come quest'anno, faceva molto caldo. Siamo partite accompagnate all'aeroporto dai rispettivi mariti con tre enormi valigie che poi con gli anni si sono ridotte...ma non di molto!

Non sono mai stata così felice come allora: partire e lasciare tutto, lasciare i problemi e l'insoddisfazione. In quell'isola non potevamo far altro che occuparci di noi...cercando di telefonare a casa il meno possibile...!

Marina dorme sempre sola, mentre Mira ed io dividiamo la camera ed è così che comincia a esserci più confidenza: in realtà sono loro che cominciano, dandomi consigli più diretti. Ripetevano: toglì i pantaloni, usa le gonne corte che hai delle belle gambe, non usare sempre una taglia in più, basta nero, basta blu,

non mortificarti con quei reggiseni, devi valorizzarti di più, non usare quei mutandoni. E io, che non ho avuto sorelle e nemmeno amiche nell'adolescenza (sono stata spesso a contatto solo con maschi, giocavo a calcio e mi si rimproverava di essere un maschiaccio), le lascio dire senza dispiacermene troppo e poi anche ripensandoci.

Credo che l'importante sia l'essere e non l'apparire, ma ho cercato comunque di rivedere il mio modo di essere, riuscendoci solo in parte. Naturalmente l'educazione ricevuta, rigida, cattolica e perbenista dapprima, e quella più recente e distorta del "femminismo" ha lasciato tracce indelebili mortificando spesso la mia femminilità.

Ho cercato di cambiare e mi sono messa parecchio in discussione ma, a differenza di Mira, sono comunque sempre insoddisfatta e comunque mai sicura come Marina, cerco di migliorare, ma è un lavoro stancante!

Perché nemmeno a 55 anni non riesco a dire: sono fatta così!? Perché sono sempre scontenta? Perché mi ritrovo qui con voi che già so che mi mancherete e mi mancheranno i nostri appuntamenti settimanali?

Mi sa che dovrò chiamare Mira e Marina e organizzare una serata solo per noi: mi lamenterò un po', loro dapprima mi daranno un po' addosso, poi mi consoleranno e poi, alla fine, mentre le riaccompagnerò a casa, in auto canteremo a squarciagola le canzoni di Gianni Morandi e sarà come avere quindici anni!

A. scrive di donne

Attraverso il racconto della vita delle donne della sua famiglia trova il perché di tante asperità sulla sua mappa.

I capelli ricci, forti e grossi, dominano le teste delle donne della famiglia di mia madre. La madre di mia madre è, per me, il ricordo dei suoi, bianchi, che con il passare degli anni, stavano ritornando al grigio. Andavano all'indietro. Tutta quella nuvola bianca, schiacciata per domarne i ricci, scivolava a lato del viso con un'onda; non ha mai cambiato pettinatura in tutto il tempo in cui l'ho vista, mia nonna; modificava solo la densità dell'effetto soffice schiuma.

Quarantacinque chili di ossa e per questo il suo soprannome era "Secca", sot-

tolineato con pronuncia rapida da mio nonno, quando la chiamava: era secco anche il modo di nominarla. È stata la madre di tre bambini: una è mia mamma, la femmina e due maschi, l'ultimogenito il più amato.

Letizia l'hanno chiamata, ma non sorrideva quasi mai, anche se ogni tanto faceva cose non conformi al concetto usuale di nonna: si divertiva a fare il sacco al letto della sua cognata, con la quale ingaggiava vere e proprie guerre culinarie. Con la faccia da innocente, aspettava l'urlo della malcapitata e rideva senza fare rumore, ghignando e alzando le spalle in su e giù, come per un forte singhiozzo.

Mia nonna, oltre all'ostetrica che seguiva mia madre, è stata una delle prime persone che ha seguito la mia nascita. Abbiamo condiviso il mio primo respiro. Il concetto di femmina, per Letizia, era di persona di scarso interesse, anche carina, ma destinata a soffrire per l'uomo, sia dal punto di vista sessuale e fisico, sia da quello economico; per questo preferiva i suoi figli maschi e il nipote. Non c'era niente di cattivo in questa scelta: sapeva cosa voleva dire essere femmina, perché la risposta del suo giovane corpo alla passione consumata sull'argine del fiume, fu la prima gravidanza.

Conobbe poi il significato di essere donna, moglie, madre, nonna accettando i vari ruoli come il lavoro sporco del destino, tutto da assecondare.

Il ladro della sua carne giovane era diventato un marito che alternava periodi di soldi alla quasi miseria, amava il vino e altro; così Letizia nominò la figlia femmina come aiuto nella gestione di casa, mentre i maschi, i maschi li lasciò liberi.

Con la sua bambina erano capo e manovale: una dettava, l'altra eseguiva. Spesso la figlia non condivideva, ma teneva il suo pensiero a riguardo, come tale. Si sono scontrate sino a novant'anni lei, settanta l'altra. La nonnina era malata da sempre e diventava nella malattia la bambina di sua figlia, che l'accudiva con amore, negli unici momenti di tregua dalla sua generalezza. Vorrei tornare anch'io alle malattie infettive per trovare la tenerezza di mia madre nel curarmi; è la forma d'amore che conosce meglio, avendola esercitata sin da bambina. Arrivò il momento: Letizia diventò una nonna anziana e un giorno smise definitivamente di parlare per un ictus; ora che la bocca e la lingua si erano indurite in modo autonomo e scomposto, lei cominciava ad aver voglia di esprimersi.

Tentava di spiegarsi, e chi le era davanti ripeteva la frase che pensava aver capito, ma la nonna scuoteva la testa, pensando, sono sicura: «Ma non capiscono proprio niente e li ho fatti io!».

Diventò quaranta chili e aderì per sempre la schiena al letto e io vidi per la prima volta una piaga da decubito, un oblò aperto che faceva vedere l'interno di un corpo; non sono riuscita a starci male del tutto, perché mi sono rivista, io e la nonna in cucina mentre mi divertivo a guardarla a mettere il ripieno nella faraona. Era un foro anche quello. Era la natura, la nonna mi aveva fornito senza volerlo una lettura sdrammatizzata di un fatto di vita.

Quando morì, lo fece tra le braccia del suo figlio minore, in casa di quella maggiore, lontana dai nipoti. Il suo corpo rimase fermo in camera, fingendo di essersi solo assopito in un riposo senza risveglio.

Lì, cominciai. Iniziò la notte prima che la portassero via, in obitorio. Agosto non aiutava: la calura entrava piano nella camera e mescolava gli odori di medicine, di corpo abbandonato dalla vita, anche se non era puzza, era l'odore della nonna morta. Che sia questa la differenza? Perdiamo il profumo personale della nostra persona, per entrare in quello appiattente della morte? Mia madre era forte, ma non volevo lasciarla sola e dormii con lei, nel letto matrimoniale.

Cominciai. Non subito. Prima entrai nel sonno leggero e vi rimasi sino alle tre di mattina, poi non chiusi più occhio.

Cominciai un gioco di ombre nella camera. La persiana era socchiusa, ma non erano luci della strada.

Un vortice grigio entra piano nella stanza e compie un giro su se stesso e ritorna fuori in corridoio. Ho paura, ma non la condivido con chi dorme al mio fianco. È un ammasso di varianti del nero sbiadito, che si muove roteando. Ho ghiaccio nelle vene. I battiti del cuore li sento nel cervello ho, ho, ho: paura. Gesù ti prego aiutami, penso. Esco dalle lenzuola, infilo le pantofole di spugna e vado verso la camera di nonna. Il corridoio è corto, ma sento rumori, sento scoppi, sento gente che urla forte, sento una voce che sovrasta tutte: è un mercato rivoltoso. Da sotto la porta chiusa, vedo uscire la bava di luce allungata di un lampo. Ho afferrato la maniglia. Apro.

C'è la nonna con la corona di capelli bianchi e le labbra stirate. Se non fosse per il viso che emerge, sembrerebbe un letto vuoto, tanto il suo corpo è sottile.

Il condizionatore si schiarisce il motorino con un ronzio, la luce che arriva da fuori è solo quella del lampione.

C'è l'aria in attesa di agosto, resa pesante dall'umido della notte; le medicine hanno perso il loro significato di essere e sono solo boccette, capsule, garze senza senso, hanno perso la loro battaglia. Stanno a riposarsi sul comodino, sconfitte. Così il termometro, la comoda per fare i bisogni, il vassoio per mangiare, le cannucce per bere, gli asciugamani, la carta igienica, lo Scottex, la vestaglia, ma sono le pantofole il simbolo della mancanza, di chi non si metterà più in piedi.

La nonna è tranquilla. No. Ha qualcosa. Ha una luce grigia sul volto. È disturbata. È preoccupata. Sono qui, nonna! Cosa c'è?, le dico. Non sei tu. Chi sei, corpo inutile? Non ci credo: ho paura di lei. Me ne vergogno.

È la nonna. No. Non lo è. Sta facendo qualcos'altro, è indaffarata lo sento.

Torno verso la camera e mia madre dorme serena. Vorrei dirle: «Svegliati che a tua madre sta succedendo qualcosa di strano», ma lei dorme stanca.

Vado sotto il lenzuolo, testa compresa e sento che di là ricomincia la baraonda. Quanta gente, in quanti saranno? Sembra un processo, una trattativa sofferta, persone che mettono in vendita i loro beni per qualche causa importante.

Sotto la trama del cotone respiro e sudo.

No, non ritorno di là e invece mi alzo.

Apro ancora la porta. La corona di capelli è lì ed esce dal lenzuolo un ghigno soddisfatto che non avevo notato. Le aggiusto la coperta e mi avvicino al viso, lascio scorrere le dita sulla sua fronte, solo con i polpastrelli. Scusa nonna, se ho avuto paura di te. Scusa. Il giorno dopo arrivò. La luce candeggia i timori.

Mia madre prepara il caffè e il suo aroma rappresenta come non mai la vita che continua, la mattina, l'inizio. Decide di uscire per fare un po' di spesa. Torno subito, mi dice.

Chiude la porta. Io vado in bagno. Passano dieci minuti e sento suonare un campanello continuo fuori. Non ci bado, ma poi ci bado. È l'allarme dell'ascensore. Sento voci sul pianerottolo. esco. C'è qualcuno al piano terra, dentro l'ascensore, ma la cabina si è fermata a un metro dal pavimento e non riesce ad uscire.

Non ci metto molto a capire che quel qualcuno è mia madre. Corro giù e vedo

le sue gambe all'altezza di dove di solito c'è il volto di chi è in ascensore. Lei è tranquilla. Sento la sua voce ovattata, schermata dalla porta: sta spiegando che è salita, ha premuto il bottone per scendere e invece il tutto è partito verso l'alto: ha raggiunto il terzo piano, si è fermato e poi giù diretto.

Tre piani e la cabina si è fermata a un metro dal suolo perché ha funzionato il meccanismo di protezione alla caduta. Gli uomini del condominio la tirano fuori, facendo scendere a terra l'ascensore. Lei ne esce sana e salva.

Non sono riuscita a farle tante feste, vista la paura. Lei è viva, ho pensato. Sai che titolo sul Gazzettino: Muore cadendo con l'ascensore il giorno dopo il decesso dell'anziana madre. Non è un caso. Non può esserlo, mi dico.

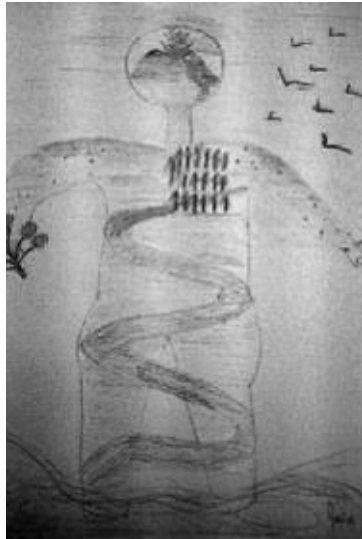
Una madre, anche se generalessa, è una madre. Forse è senza parole dolci, ma solo ordini; forse è solo anni di contrasti, ma alla fine è la madre. Ho parlato poco di questo fatto, solo di recente mi è tornato nei ricordi e mai azione di mamma mi è sembrata così dolce.

Quella notte, la corona bianca di capelli ha lottato contro i demoni patteggiando un pezzo di anima - o quello che rimane del nostro pensiero - per salvare la figlia. Ho percepito le strane contrattazioni perché alla mia nascita, io e la nonna, abbiamo ispirato insieme il mio primo respiro, condividendo un soffio di legame o un legame di un soffio.

Lei mi ha mostrato il suo andarsene e così ci siamo scambiate l'alfa e l'omega della vita.



Lavori in corso sulla prima stesura della mappa di A. Particolare della testa.



La mappa finale di M. M.

M. M. scrive del viaggio verso il vulcano

Il metaforico viaggio di M. M. intorno alla sua geografia racconta il suo desiderio di continuare a scoprire la vita.

Nella parte iniziale del mio viaggio mi sono imbattuta in diverse situazioni. In vista di un vulcano che stava dimostrando tutta la sua potenza mi sono imbattuta in una distesa di colline inondate di luce, attraversate da un arcobaleno che infondeva un'aria di serenità e tranquillità.

Proseguendo ho incontrato sorgenti ricche d'acqua che mi ricordavano il mare che le avrebbe poi accolte. Al centro, un bosco fitto fitto che mi può sempre offrire un nascondiglio.

In questo lungo peregrinare incappo pure in una vasta superficie di rocce che ostacolano il mio andare, ma per fortuna è un percorso breve perché dinnanzi a me si aprono prati e valli aperte.

Sullo sfondo però compaiono alte montagne dai picchi innevati e percorsi di ghiaccio impervi. Il viaggio si fa duro e difficile, ma ho voglia di vedere oltre e continuare il mio cammino per scoprire cosa mi riserverà.

M. scrive di paesaggi d'acqua

Ecco alcuni passaggi della costruzione della mappa di M. Approfondendo il percorso il continente si è rivelato un Paese di acqua sul quale elementi geografici e urbani si fondono e scorrono.

Centro storico (infanzia, primo ricordo) – cuore/pancia

Cucina. In braccio al nonno, avvolta dal calore del suo corpo, mentre bevo un biberon di latte caldo. Gli occhi si stanno chiudendo e io sono sospesa nel

“mondo di mezzo”, né aldilà, né realtà. Sono in un interregno, molto piacevole, forse perché nessuno mi chiede niente, né io chiedo niente a nessuno. Esisto semplicemente.

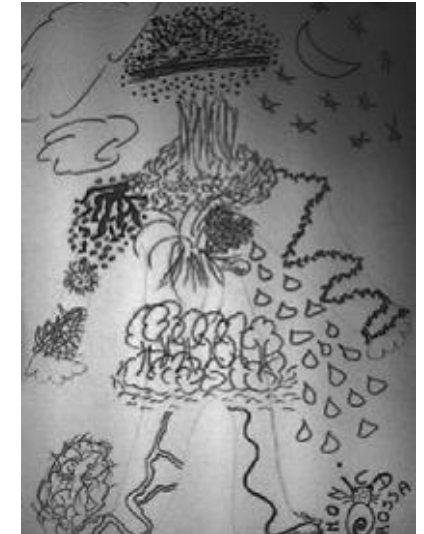
Zona archeologica

Sardegna, Il cacciatore di aquiloni Khaled Hosseini, macchia mediterranea.

Io amo il freddo, il vento e il mare in tempesta. Penso che il grigio con la sua infinita gamma di varianti sia un colore seducente. Questo amore per il freddo, i toni spenti e il mare in tempesta mi permette di apprezzare il sole che scotta la pelle e l'acqua smeraldina, meravigliosa piscina naturale circondata da sabbia che si sfarina e scogli puntuti.

È come se senza la “grigitudine” non riuscissi a godere dei colori della vita. Posto segreto – cuore

Quando ero piccola (e lo sono stata per lungo tempo e forse lo sono ancora), quando volevo riconnettermi con il mondo, cercando di acquietare il ribollire interiore, nelle giornate di pioggia e vento me ne andavo fino alla Punta della Dogana a godermi gli elementi naturali che si scatenavano. Armata di ombrello, inutile, lottavo per godermi il grigio del cielo e il verde dell'acqua che permettevano al bianco del marmo di bucare lo scenario avvolto nel vento bagnato.



Mappa definitiva di M. Nella testa la barriera corallina

Lo sguardo dell'antropologa⁴

Nel corso del laboratorio sono stati proposti alcuni testi della letteratura antropologica sia a partire dalle tematiche che hanno costituito l'idea di partenza del laboratorio, come il concetto di corpo o il tema del viaggio, sia seguendo le suggestioni che di volta in volta nascevano nel corso del lavoro con il gruppo.

Gli argomenti affrontati hanno spaziato dal diverso modo di concepire il corpo da parte di altre culture alla relazione con gli elementi del mondo circostante: il fuoco, l'acqua e la terra fino ad arrivare a sfiorare tematiche come il dono e la relazione con l'altro. I testi letti nel corso degli incontri sono stati scelti tra i classici della letteratura antropologica, racconti mitologici di diverse tradizioni e storie di donne in altri contesti culturali.

L'esperienza della lettura collettiva e quindi del commento di tali testi è stata interessante da diversi punti di vista, evidenziando le possibilità di incontro e di scambio con storie di mondi e persone lontane nello spazio, differenti per abitudini culturali, ma vicine per quello che riguarda la comune esperienza umana. Credo che il riconoscimento di tale vicinanza, allo stesso modo che la valorizzazione e l'esplorazione delle differenze rispetto all'altro, sia uno dei risultati importanti del lavoro svolto. Inoltre, a partire da storie di altri e di altre si è creato uno spazio per la narrazione di sé. Il dialogo all'interno del gruppo si è così sviluppato anche a partire da un dialogo con le storie e attraverso le storie. Così l'esperienza di *narrazione delle emozioni* è stata costruita anche a partire dall'incontro con un altro diverso, con cui è stato possibile creare delle connessioni che sono passate attraverso la parola e il racconto.

In questo senso credo che l'antropologia sia stato uno strumento importante all'interno del laboratorio, offrendo la possibilità di aprire una *finestra sul mondo* che dall'interno del gruppo ha portato ad effettuare un vero e proprio viaggio in luoghi più o meno lontani, a conoscere altre *forme di umanità* per poi tornare a se stesse e all'espressione del proprio sé attraverso la narrazione.

⁴ di Olivia Casagrande.

Conclusioni

Da dove siamo partiti e dove siamo arrivati? Ognuno avrà una risposta diversa a questa domanda, eccetto per quanto riguarda le modalità. Il tragitto che è stato fatto si è compiuto infatti insieme e non avrebbe potuto essere altrimenti perché, alla base della costruzione della propria identità, c'è il confronto con l'altro da sé e il superamento del giudizio. Per fare questo ci si è dovuti abbandonare alla fiducia di un gruppo di persone fino al primo incontro sconosciute. Lo si è fatto attraverso il gioco e la narrazione di storie che accadono in un mondo di cui tutti facciamo parte e che crediamo di conoscere, a volte senza saperne nulla. Le testimonianze riportate dall'antropologa Casagrande, lette durante i laboratori, hanno mostrato invece un vero e proprio universo di abitudini e credenze diverse, a partire, come è stato visto, dal parto. È stato questo uno degli incontri che ha dato modo al gruppo di toccare una tappa del percorso dell'essere donna fondamentale, sia per chi è diventata mamma, sia per chi, per molti motivi, non ha intrapreso questa strada. È stata questa anche l'occasione di confrontarsi sui cambiamenti che avvengono nella vita di una donna che diventa madre, ma che non vuole perdere la spensieratezza dell'adolescente e l'autonomia dell'adulta. Conoscere come altri esseri umani hanno costruito una società diversa dalla nostra, ha riportato spesso indietro nel tempo a raccontare le storie dei propri nonni, scoprendo che al di là del confine della nostra mappa si potrebbero creare altri continenti, fino a formare un mondo, il nostro.

Che cosa ha significato tracciare il proprio perimetro se non guardarsi, vedersi trascritti in uno spazio, toccare con mano la grandezza e la lunghezza che occupano le nostre braccia e le nostre gambe? Ci siamo domandate: quelle che vediamo disegnate nel foglio sono soltanto linee che determinano un confine? Il lavoro ha dimostrato di no. La pelle che ci protegge dal mondo è, nello stesso tempo, anche una rete che ci imprigiona. Cosa c'è dentro? Là, sotto la mano, dentro le gambe, che cosa c'è? Qual è l'eco che continua a sentirsi nella pancia? Ecco, a ognuna è stata data la possibilità di scoprirlo, giocando. Quello che si è rivelato fondamentale per guardarsi dentro liberamente è stata l'assenza di giudizio che, inizialmente, era molto presente come auto giudizio. I brani di an-

tropologia sono stati in questo d'aiuto perché hanno dato la possibilità di osservare differenze e uguaglianze. Si è potuto così anche riflettere su come, molto spesso, esterniamo dei giudizi in maniera sbrigativa e frettolosa, senza considerare che siamo parte di un tutto molto più grande di noi. Questa latente consapevolezza, unita alla possibilità di liberare il proprio stato d'animo giocando, sono stati i due ingredienti principali. Credo che alla fine del percorso ogni persona si sia portata via con sé un pizzico di conoscenza di sé in più e la prova che l'immaginazione è una forza disponibile sempre, il motore per cambiare le cose, o almeno, per provarci. Il gruppo è stato come un grande e divertente salvagente che ha sempre impedito di sprofondare, guardando l'abisso da una prospettiva rassicurante, soprattutto perché si è trattato di un gruppo composto da donne dove si è ricreata una sorta di sorellanza e complicità. Le mappe hanno rafforzato il riordino delle proprie emozioni e il ricollocamento al posto giusto. Che senso aveva infatti rimanere con un lago ghiacciato nel cuore quando era disponibile un vulcano in eruzione sulla testa? Le persone hanno potuto ritrovarsi, rivedersi e, anche, provare a cambiarsi. Alla fine la forte simbologia degli elementi geografici, proprio come insegna il Tao, ha stimolato la consapevolezza che siamo parte del tutto. Questo è stato anche il gruppo delle mappe, un piccolo laboratorio di geografe visionarie che, in una stanza con un tavolo e delle sedie, è riuscito a ricreare un microcosmo pieno di vita.

