

**RIABILITIAMO  
IL DESIDERIO  
METTENDO  
IL CORPO  
AL CENTRO.  
E LASCIAMO  
CHE LA TESTA  
TORNI A  
PERDERSI TRA  
LE NUVOLE**

di *Marina Mander* foto *Cig Harvey*





impulso vitale



**SUGGERIMENTI**

IL COLORE  
ACCESO DELLE  
MORE (ACCANTO)  
E LA SENSUALITÀ  
DI UN VOLTO  
FEMMINILE  
CIRCONDATO DAI  
FIORI. LE FOTO DI  
CIG HARVEY SONO  
UN VIAGGIO  
SENSORIALE  
E UNA  
CELEBRAZIONE  
DELLE  
MERAVIGLIE  
DELLA NATURA.



“

L'essere umano è un animale dotato di una testa collegata al resto del corpo per mezzo di un collo, il corpo è dotato di quattro arti”.

L'incipit di un tema delle elementari che tanta ilarità aveva scatenato in famiglia mi è tornato in mente in questo periodo in cui, forse a causa di un fare azzoppato, sono riaffiorati molti ricordi, anche bizzarri.

È passato più di mezzo secolo, la mia posizione di antispesista ante litteram non è cambiata, ma ciò che mi colpisce è quanto quella descrizione bambina rifletta l'attuale percezione di me stessa: una testa impensierita da troppe responsabilità e congetture, e un corpo diventato periferico rispetto alla centralità di un pensare che si avvita su se stesso ma che, paradossalmente, ha proprio il corpo distante come oggetto.

#### DURANTE QUESTI LUNGHİ MESI

di pandemia, infatti, la testa non solo si è ritrovata a dover tenere a bada gli assilli, ma ha dovuto farsi badante del corpo incosciente, limitandone la libertà d'azione e la naturale propensione a fare cuccia in un corpo altrui, anche con un'innocente carezza: non uscire più del necessario, disinfetta i pulsanti dell'ascensore, non accettare droplet dagli sconosciuti, non abbracciare, non baciare, non toccare. Il sesso? Peggio che andar di notte con il coprifuoco. Gli arti inferiori hanno smesso di deambulare allegramente, quelli superiori hanno iniziato a impastare paste madri per ritrovare qualche afflato primario, la mente ha vacillato, al buio, soprattutto al buio, auscultando il corpo con lo stetoscopio freddo dell'ansia, pezzettino per pezzettino, dolorino per dolorino, nel terrore di finire in un ospedale, luogo di cura ma anche di possibile iattura iatrogena. La testa badante si è trovata a dover tenere a freno le intemperanze del corpo con una severità mai sperimentata prima. L'equilibrio psico-fisico, già di solito più vagheggiato che realizzato, quella continua trattativa tra il cervello e le

necessità del corpo che a sua volta elabora stimoli e percezioni che contribuiscono alla nostra individuazione, ha subito uno smottamento, e non c'è mantra che tenga.

#### ORA, DICONO ESISTA ANCHE UN SECONDO CERVELLO

situato nell'intestino. In base alla teoria di Gershon, il cervello addominale conterebbe un decimo dei neuroni rispetto alla versione, per così dire, classica, e questo spiegherebbe molte cose: i comportamenti degli assembristi da bar, per esempio, che devono stare vicini vicini a scambiarsi pizzette, gli sragionamenti dei complottisti che si bevono qualsiasi bufala, la stupidità di alcune decisioni *non-so-perché-l'ho-fatto*, per non dire della politica che parla “alla pancia degli italiani”. Nella predisposizione più romantica pare che il suddetto cervello sia anche responsabile delle farfalle nello stomaco, preludio di nuovi amori ancora difficilmente praticabili a cuor leggero. Nella funzione più pratica, invece, il secondo cervello agirebbe come regolatore del microbiota e, di conseguenza, del sistema immunitario, compiti quanto mai importanti di questi tempi. Comunque sia, da un certo punto in poi, le improvvisazioni sono state bandite, gli automatismi hanno dovuto essere ripensati, le scelte d'istinto cassate in partenza, e il cervello primario, poco coadiuvato da quello secondario proprio nel momento del bisogno, ha rischiato il *burn out*.

Adesso la tensione si è allentata, il corpo può tornare a poco a poco a respirare, l'io-pelle, quei due metri quadrati circa che contengono organi interni e sentimenti nascosti, può tornare a svolgere il suo ruolo di confine-contatto, luogo di frontiera tra l'io e il noi, tra istanze pulsionali e sociali.

Eppure, con le parole di Marguerite Duras: “Il difficile non è raggiungere qualcosa, è liberarsi dalla condizione in cui si è”.

Come nella leggenda del giorno della marmotta, usciamo guardinghi dalla tana, se non proiettiamo ombre possiamo confidare in una nuova e bella stagione, altrimenti c'è il rischio che tutto torni a ripetersi uguale, con →

**NUOVI INIZI**  
UNA DONNA  
CHE AVANZA  
IN UNO SPECCHIO  
D'ACQUA.  
QUASI UN INVITO  
A USCIRE  
DAL GUSCIO  
E SENTIRSI  
DI NUOVO PARTE  
DI QUELLO  
CHE CI CIRCONDA.

CHI VORREMMO  
DAVVERO  
ESSERE? CHE  
COSA VORREMMO  
DAVVERO FARE?





i bollettini dei contagi al posto del meteo. Cosa possiamo fare per restituire al corpo quel che è del corpo, e lasciare che la testa ritorni a perdersi tra le nuvole?

Credo che un'intima rinascita post-pandemica non possa che partire dalla riabilitazione del desiderio inteso come moto dell'anima volitivo e evolutivo. Perché una delle condizioni più difficili a cui siamo stati costretti è stata la sua sospensione: abbiamo avuto paura di desiderare il corpo altrui ma anche il mare, se il mare era lontano, abbiamo smesso di progettare per non rimanere delusi, abbiamo congelato il cuore, impossibilitati a gettarlo oltre l'ostacolo. Ci siamo trovati senza oroscopi che non fossero le previsioni dei virologi nei talk show, ci siamo sentiti smarriti e a questo smarrimento abbiamo sacrificato il desiderio.

Desiderio, nell'etimologia riportata da Treccani: dal latino *de-*, e *sidus*, "stella", letteralmente, "cessare di contemplare le stelle a scopo augurale", e quindi bramare. Un'altra origine della parola, citata da Massimo Recalcati in *Ritratti del desiderio*, rimanda ai *desiderantes*, i soldati romani che aspettavano sotto le stelle i compagni che non erano ancora tornati dal campo di battaglia, un'assenza che, però, "è avvertimento positivo della mancanza di ciò che è necessario alla vita, l'attesa e la ricerca della propria stella".

**EROS, O AMORE, È FIGLIO DI PENIA, POVERTÀ**, ma anche di Poros, una ricchezza, una risorsa. Nella riabilitazione del desiderio e nell'affrontare il superamento di una doppia mancanza, quella insita nella natura del desiderio e quella causata dalla sospensione del desiderabile (uno stato d'animo ben espresso dal termine *languishing* coniato dallo psicologo Corey Keyes, l'essere né felici né infelici, rappresi in una sorta di stagnazione), potremmo pensare, innanzitutto, a quanto il contraltare del *de-siderare* sia il *con-siderare*. Considerare è un ritornare a riveder le stelle, gli astri più luminosi del firmamento quotidiano che ci hanno guidato anche in tempi bui. È far tesoro delle amicizie che si sono

dimostrate tali anche nella difficoltà ed eliminare chi ha brillato per assenza, camminare scalzi sulla spiaggia, programmare quel viaggio sognato e sempre rimandato, cercare le persone perdute a cui abbiamo voluto bene, incontrare persone mai viste con cui scambiarsi qualcosa di buono. Riprendere a considerare i desideri che ci appartengono, non solo la voglia di tornare a fare le cose di prima, ma anche immaginare il nuovo o "Ricordare come significhi essere me. È sempre quello il punto" come sostiene Joan Didion.

## ALCUNI STUDIOSI, CON GRANDE PRAGMATISMO,

suggeriscono esercizi di riabilitazione del desiderio: secondo Richard Wiseman dell'Università di Hertfordshire, il metodo "As if principle" che consiste nell'agire *come se* - cominciare a comportarci come le persone che vorremmo essere - sortisce effetti positivi nel miglioramento della personalità. La pandemia ci ha reso più introversi? Proviamo a relazionarci come se non lo fossimo salutandoci per primi o attaccando bottone. La pandemia ci ha reso più paranoici? Praticiamo gentilezza a caso. La dottoressa Stieger della Brandeis University di Boston ha sviluppato un'app per organizzare piccoli goal che aiutino ogni giorno a sviluppare una maggior consapevolezza dell'agire positivo e a ripristinare più sane e proficue connessioni sociali.

Un altro sistema consiste nel creare una bucket list dei desideri: chi vorremmo *davvero* essere e cosa vorremmo *davvero* fare. Io non so se stendere liste sia efficace, personalmente tendo a perderle appena stilate, ma, come dice Woody Allen, basta che funzioni, basta che sia possibile nuovamente incontrare l'altro, magari con una versione più sincera di noi stessi. Perché, anche se non ci facciamo mai caso, il corpo, quel coso collegato alla testa per mezzo di un collo, è capace di procurarsi un orgasmo in autonomia, ma non sa farsi il solletico da solo, il corpo non è capace di ridere di sé. Deve chiedere una mano alle mani altrui. Disinfettate e vaccinate, possibilmente.



**TRUE COLORS**  
LE FOTO DI QUESTE PAGINE SONO TRATTE DA *BLUE VIOLET* (MONACELLI PRESS) DELL'ARTISTA CIG HARVEY, UN LIBRO CHE ALTERNA IMMAGINI A POESIE, PLAYLIST, ELEMENTI DI BOTANICA, FIORI, PENSIERI. UN'IMMERSIONE NEI SENSI, NELLA BELLEZZA DELLA NATURA E NELLE EMOZIONI (MONACELLI PRESS.COM).