

E tu sei un angelo ribelle?

Libere, generose e terribili: così lo psicologo Claudio Risé vorrebbe le donne.
Alle quali dedica un libro. Che parla di tutte noi.

Di **Diana Nastasi**

Da *Donna Moderna* n. 10, del 28/2/2002

Libere, felici, generose e terribili: Claudio Risé così ci vorrebbe e ci descrive in *Donne Selvatiche* (Frassinelli), in libreria dal 5 marzo. Un libro che il noto psicanalista ha scritto assieme alla studiosa Moidi Paregger, esperta conoscitrice delle leggende alpine e nordeuropee raccolte nel saggio. E allora cerchiamo di indagare con lui, già teorico della riscoperta del maschio selvatico, i segreti di questa femminilità non addomesticata.

Professor Risé, chi è la donna selvatica?

«È una creatura che non ha perso il contatto con la propria natura profonda, fatta di inesauribile forza creatrice. Come le fanciulle delle leggende alpine, che vivono indomite nei boschi, che celebrano la vita, l'amore e la fecondità della terra. Ma rappresenta anche l'aspetto più autentico della femminilità, che ogni donna conserva nel proprio inconscio».

Come ritrovarlo dentro di sé?

«Ascoltandosi, smettendo di correre. Rovesciando l'ordine di importanza delle cose. Cominciando con il mettere se stesse in cima alla scala di quello che conta. La donna selvatica, per esempio, non è schiava delle lusinghe della moda. Non le occorre una divisa per sentirsi bella. Ed è molto sicura del proprio corpo, di cui accetta anche il declino, perché è in profonda sintonia con i cicli della natura. Non conosce l'ansia ossessiva per il proprio aspetto».

Una preoccupazione, invece, diffusa tra le donne di oggi.

«Che infatti finiscono con il trattare il proprio corpo come un oggetto, invece di custodirlo e rispettarlo. Misurandolo, controllandolo ossessivamente, ricorrendo alla chirurgia estetica. Tutto per rendersi più accettabili allo sguardo altrui. Per ottenere approvazione. Mentre la vera approvazione deve venire da dentro. È davvero così importante piacere a tutti? Non è meglio usare quell'energia per capire ciò che dà forza, per scoprire che cosa fa stare davvero bene? In fondo, è anche meno faticoso che inseguire la perfezione a ogni costo. E poi è molto importante avere coscienza dei propri limiti».

Quali limiti bisogna accettare?

«La sfida continua alla natura crea ansia, stress, depressione. E porta all'abuso di farmaci, di analisi, di cure. L'esistenza non può essere un'ascensione inarrestabile. Si può dare il massimo sul lavoro, per esempio, e fare carriera, ma non bisogna dimenticare che c'è il momento del riposo, degli affetti, della riflessione. Quante manager si scordano di vivere? Troppe donne, tra i doveri d'ufficio, di madre, di figlia, di moglie o di amante, rinunciano a pensare a sé. E invece dovrebbero chiedersi, una volta, quale dei cento ruoli che hanno indossato per convenzione le rende più felici».

■ E se si scoprono infelici?

«Allora potrebbero, come le creature selvatiche delle fiabe che raccontiamo in questo libro, ribellarsi e tornare nel bosco. Trovare, insomma, uno spazio lontano dalla fretta e dal rumore quotidiano, per ascoltarsi in silenzio. Per ricordare le donne meravigliose che sono. E scoprire una nuova, fiduciosa, libertà».

E com'è questa libertà?

«È una condizione che permette di amare senza paura, per esempio. Senza perdere la propria autonomia e senza voler controllare l'altro. O i figli. Accettando anche il distacco e la separazione, perché la natura ha disposto che le cose abbiano un inizio e una fine. Ecco: la donna selvatica non conosce l'ansia del "quando finirà". Un problema che, invece, assilla la donna di oggi: che è insicura. E allora sottopone il compagno a estenuanti interrogatori su quanto la ama, come la vede e come la giudica. E la ragione è che, a furia di cercare di essere come gli altri la vogliono, questa donna ha smarrito per strada se stessa».

Diana Nastasi