

Il patrimonio evolutivo della vulnerabilità: commento all'articolo 'Passione e tenerezza come forze politiche' di Jô Gondar

*Alessandro Ciardi**

Sono felice di aver incontrato, per così dire, le riflessioni di Jô Gondar nel suo intenso intervento sulla passione e tenerezza come forze politiche e ritengo una occasione poter condividere qui i pensieri che la lettura dell'articolo ha evocato in me. La riflessione di Gondar mi sembra potente ed elegante, nella sua capacità anzitutto di ricordarci, a mo' di prologo, la dimensione olistica, oggi si direbbe, dell'essere umano o, in altri termini, il fatto che, ben prima e al di là di qualsiasi speculazione e astrazione, l'essere umano è un intero complesso.

Gondar, dunque, rinsalda in un movimento unico l'inestricabile relazione tra la teoria e l'azione, tra il dentro e il fuori, tra ciò che accade nell'intimità di una relazione di apprendimento come può essere quella del bambino col suo *caregiver* e le sue ricadute sulla comunità producendo le grandi narrazioni che la percorrono, tra dimensione degli affetti e dimensione del politico. Mi sembra, questa, una attitudine e una postura spesso rintracciata, per ragioni storiche e sociali complesse, entro una certa tradizione culturale di origine sudamericana – penso qui, a titolo esemplificativo, alla pedagogia della liberazione di Freire o a al teatro dell'attore e drammaturgo César Brie, laddove porre il tema dell'interfaccia tra pubblico e privato, tra spazio degli affetti e spazio politico sembra quasi scontato.

Vale la pena di citare, in questo senso, anche il pensiero psichiatrico fenomenologico di Basaglia (Colucci & Di Vittorio, 2001) e le riflessioni successive a Foucault (nel cui filone post-strutturalista si inserisce, in qualche modo, anche la Butler) e, non da ultimo, il pensiero della Sironi nella clinica etnopsichiatrica (Inglese & Cardamone, 2011); autori che si muovono, con le debite differenze, in questa variegata tradizione, affermando il nesso inscin-

*Psicologo, Psicoterapeuta Transculturale, Supervisore in ambito clinico e socio-educativo.
E-mail: alessandrociardi5@gmail.com

dibile tra orizzonte politico-sociale e strutturazione dello psichismo individuale, nello scenario di alcune narrazioni dominanti che si impongono fino a trasformare le traiettorie di vita e i corpi stessi.

Gondar del resto richiama da subito il nesso tra micropolitica e macropolitica, consentendoci di tornare a concepire l'essere umano come un intero. In questo modo – pensando ai bambini e all'importanza delle prime relazioni – viene da pensare alla funzione genitoriale come gesto politico, nel partecipare fondativamente alla creazione di una traiettoria di sviluppo che porterà il bambino ad acquisire risorse e giocare nella comunità con modalità fiduciose, partecipative e non giudicanti o al contrario, sospettose, competitive e svalutanti. In questo senso, parlare di qualità delle cure genitoriali e dei legami di attaccamento non assume solo la valenza di sostegno al benessere del figlio ma anche alla sua capacità di stare in relazione, imparando quanto la realizzazione di sé non implichi una espansione incontrollata della propria traiettoria a discapito degli altri ma possa evolversi solo in un rapporto di interdipendenza con gli altri.

Coltivare la tenerezza significa far maturare una attitudine e delle qualità che sono più vicine e affini alla tolleranza delle differenze, all'intuizione, alla creatività, alla capacità di sostare nell'incertezza, direi qualità più vicine alla saggezza che alla conoscenza. Ovviamente c'è bisogno di entrambe ma si intravede oggi il rischio di confonderle, immaginando che avere più conoscenza ci renda automaticamente più saggi. La saggezza è integrativa, la conoscenza divisiva, la saggezza sa stare con quello che c'è, la conoscenza smania di procedere sempre più in là, la saggezza e la tenerezza sono accomunate dall'apertura dello sguardo, che si fa così ampio da poter abbracciare orizzonti più vasti e sottili, la conoscenza paragona, valuta, mastica dati e richiede impazientemente risultati. La conoscenza brama l'onnipotenza sentendosi impotente, la saggezza accetta di stare nel mezzo.

Interessante il fatto che la sessualità e la morte vengano rilette da Gondar alla luce della tenerezza come esperienze complesse dell'umano, laddove proprio la tenerezza è capace di salvaguardarne la complessità, accettando di viverle senza la pretesa di venirne a capo. In fondo, la tenerezza rappresenta quella particolare forza che ci consente di radicarci in noi stessi accettando, allo stesso tempo, la perdita della padronanza, consentendoci di aprirci all'esperienza – intravedendo nel morire, ad esempio, come suggerisce Gondar, non la fine di tutto ma una disarticolazione di ciò che è noto affinché sia consentita la possibilità di una riarticolazione in altre forme.

Ovviamente, come ribadito, la vulnerabilità non è impotenza. Questa, in effetti, richiama la nostalgia del padre e persino, forse, la tentazione di un ritorno ad un onnipotente materno, in una fusionalità simbiotica che non ha più bisogno di nulla. E il tema dell'evitamento della propria vulnerabilità – in termini di rimosso sociale e intrapsichico, sino al diniego – è un tema decisamente contemporaneo: assistiamo ai profondi effetti di questa colonizzazione

psichica di alcuni modelli e narrazioni, entro cui la vulnerabilità è difetto – penso, inoltre, che anche quando la vulnerabilità diventa qualità spettacolarizzata e comunicata secondo forme e modalità che ne reclamano assoluta visibilità, con sottili intenti narcisistici, si manchi l'obiettivo di entrare in contatto con la propria autentica fragilità - non a caso la parola 'vanità' e 'vaneggiare' condividono una comune radice etimologica.

In questo scenario si muove, pensa e agisce la relazione terapeutica e il mestiere di psicoterapeuta. Penso qui alla bella definizione di terapeuta come 'guaritore ferito', come qualcuno che attraversa e condivide la sofferenza – l'immagine di Ferenczi della terapia come incontro di due bambini terrorizzati che condividono le proprie paure consentendo un riconoscimento reciproco che già è cura. Allo stesso tempo, lo psicoterapeuta, nella visione di Gondar, ma forse azzardo, diventa figura che presidia un ruolo e una funzione che hanno l'obiettivo di riabilitare la fragilità, la 'vulnerabilità condivisa come patrimonio evolutivo', non come ostacolo evolutivo. In questo senso, anche io, come clinico, talvolta mi vivo come un testimone che accompagna in un lavoro trasformativo, che semplicemente ridà dignità e valore alla vulnerabilità, di cui possiamo solo prenderci cura. Trovo qui dei punti di contatto importanti con l'attitudine compassionevole buddhista e, nello specifico, con l'approccio della *Compassion Focused Therapy* (Gilbert, 2016). La quale, al di là dei contenuti più tecnici, legati alle evidenze neurobiologiche, fonda i propri interventi sul riconoscimento profondo della nostra umanità condivisa. Alla base della consapevolezza della vulnerabilità – e di un'autentica comunità - c'è il riconoscimento di uno spossamento, di una ferita comune, di una mancanza. Nel contesto della cosiddetta efficacia terapeutica, persino Fisher, rispetto all'intervento sul trauma, si chiede se non valga maggiormente concentrarsi sulla cura delle parti ferite e sopravvissute al trauma piuttosto che focalizzarsi principalmente sulla ricostruzione della storia traumatica – nell'ottica degli argomenti qui affrontati, mi sembra un contributo che va nella direzione di una maggiore valorizzazione della compassione e tenerezza in terapia per le ferite del paziente e dell'aver cura di queste vulnerabilità.

Mi sembra che, alla luce di quanto va affermando Gondar con Butler, si possa quasi rileggere il precetto evangelico dell' 'ama il prossimo tuo come te stesso' – in questa ottica, un atto difficile le cui probabilità di riuscita sono fisiologicamente riscalate – facendolo diventare 'ama le vulnerabilità del prossimo tuo quanto le tue' – una democrazia fondata sul riconoscimento della vulnerabilità e sulla compassione per sé stessi e l'altro. Mi sembra che il tema della sicurezza – qui non inteso, ovviamente, in senso difensivo e militaristico ma proprio nella direzione opposta – sia centrale e complesso: possiamo amare l'altro se ci sentiamo al sicuro ma va riformulata la concezione di sicurezza – da stato di difesa fondato sulla paura a condizione di apertura fondata sulla tenerezza. Dunque, bisogna fondare stili educativi che orientino all'opportunità di interazioni compassionevoli (Gilbert & Choden, 2019), che con-

sentano a noi e all'altro di aprirci alla relazione. Entrambi i partecipanti a una comunicazione, infatti, coinvolti in una relazione, co-regolano i propri sistemi nervosi (Porges, 2014) e creano le condizioni affinché ci si possa fidare dell'altro. Diversamente, sempre da un punto di vista neurobiologico, una società che fonda le transazioni tra le persone sul sospetto, la mancanza di fiducia e la paura, non può che far arretrare il sistema nervoso nelle note posizioni difensive di attacco/fuga o collasso – *iperarousal* e *ipoarousal* – con conseguente fisiologica impossibilità di creare legami di co-regolazione, creando effetti di stress cronico, allerta e ipervigilanza e lasciando attivato il sistema motivazionale competitivo a svantaggio di quello cooperativo e di cura e accudimento.

Ringrazio l'autrice per aver condiviso il suo punto di vista: la lettura e la proposta di Gondar, infatti, credo contribuiscano non solo ad arricchire il pensiero che tematizza la relazione psicoterapeutica ma indichino anche una strada percorribile – forse, l'unica autenticamente evolutiva - alla costruzione di comunità che ritornino ad avere cura di sé e del proprio futuro.

BIBLIOGRAFIA

- Colucci, M., Di Vittorio, P. (2001). Franco Basaglia. Ed. Bruno Mondadori, Milano.
- Gilbert, P. (2016). La terapia focalizzata sulla compassione. Caratteristiche distintive. Ed. Franco Angeli, Milano.
- Gilbert, P., Choden. (2019). Mindful Compassion. Ed. Giovanni Fioriti, Roma.
- Inglese, S., Cardamone, G. (2011). Dejà vu. Tracce di Etnospichiatria critica, Colibri, Milano.
- Porges, S. W. (2014). La teoria polivagale. Fondamenti neurofisiologici delle emozioni, dell'attaccamento, della comunicazione e dell'autoregolazione. Ed. Giovanni Fioriti, Roma.

Conflitto di interessi: l'autore dichiara che non vi sono potenziali conflitti di interessi.

Approvazione etica e consenso a partecipare: non necessario.

Ricevuto: 31 maggio 2023.

Accettato: 7 giugno 2023.

Nota dell'editore: tutte le affermazioni espresse in questo articolo sono esclusivamente quelle degli autori e non rappresentano necessariamente quelle delle loro organizzazioni affiliate, né quelle dell'editore, dei redattori e dei revisori o di qualsiasi terza parte menzionata. Tutti i materiali (e la loro fonte originale) utilizzati a sostegno delle opinioni degli autori non sono garantiti o avallati dall'editore.

©Copyright: the Author(s), 2023

Licensee PAGEPress, Italy

Ricerca Psicoanalitica 2023; XXXIV:805

doi:10.4081/rp.2023.805

This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial International License (CC BY-NC 4.0) which permits any noncommercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author(s) and source are credited.