

# ripartire imparando dal coronavirus – un instant book di p. Giovanni Salonia



## *abitare i corpi e il presente: le parole nuove per il dopo-coronavirus*

*Ludovica Eugenio*

*da: Adista Documenti n° 20 del 23/05/2020*

*«Il mondo non è un inferno invivibile né un paradiso intoccabile, ma rappresenta per ognuno di noi un insieme di possibilità reali poste tra desiderio e limite, uno spazio vivo e flessibile di sperimentazione e di prova. Qualcosa insomma che può essere rifatto...»*

*Di fronte alle sfide poste dal coronavirus e alle verità che ha portato, si avverte l'esigenza di poche parole nuove, che ci aiutino a riflettere e a cambiare»; così Antonio Sichera,*

*nell'introduzione, spiega il senso dell' **instant book** di p. Giovanni Salonia, frate cappuccino, psicologo, tra i più affermati psicoterapeuti attivi nel mondo ecclesiale, **Abitare i Corpi, Abbracciare la Terra. Lo sguardo della Gestalt nel tempo del coronavirus (GTK psicologia formazione ricerca, Ragusa 2020)**. Una sorta di percorso nel profondo a partire dalle varie tappe della pandemia, e sulla base della constatazione che il fenomeno coronavirus, afferma Salonia, «sembra essere iniziato come panico ma tende a diffondersi come terrore. L'importanza di dare un nome esatto alle cose che accadono facilita di molto il modo di affrontarle». Un'attenzione specifica viene poi riservata al vissuto dei bambini – cui è dedicata la seconda parte del libro – perché, «se gli adulti non riescono a contenere la paura dei bambini e la propria, nei più piccoli spesso si determina un vissuto di terrore e di angoscia».*



*Nel contributo riportato qui sotto, che guarda già al “dopo” pandemia, p. Salonia riflette sul fatto che «scopriremo che il contrarsi dei nostri corpi – riflesso condizionato dell’abbraccio trattenuto – genererà parole nuove, parole che hanno avuto il tempo di dimorare e di crescere nel corpo. E proprio perché sbocciano dal corpo, le parole sapranno creare calore e incontro».*

# *impareremo ad abbracciare la terra...*

*di p.. Giovanni Salonia*



*da: Adista Documenti n° 20 del 23/05/2020*

Il primo tratto di strada sembra compiuto. Adesso, a poco a poco, sgomitando, cercheremo di riprenderci la città, il mare, i campi, gli sguardi attesi, i corpi mancanti. Saranno la mascherina e la distanza sociale (oltre al telegiornale) a ricordarci però che è ancora vietato abbracciare. E sarà così per molto tempo. Dovremo vedere ancora i nipoti piangere per l'abbraccio impossibile alla nonna o alla zia, mentre gli amanti forse si diranno l'un l'altro: "Se ci amiamo dobbiamo correre qualche rischio". Non è la passione più forte della morte? Che la dea dell'amore li protegga. Torneremo per strada e avvertiremo la paura che trasforma il distanziamento in distanza relazionale, che fa di ogni altro uomo (anche lontano un miglio) un possibile untore. Non sarà facile uscire da questa gabbia. I pessimisti parlano di qualche anno di abbracci mancati. Per non dire della depressione affettiva e – perché no – di quella economica che sembrano aspettarci al varco.

Molte preoccupazioni coesistono accanto all'entusiasmo del tornare (per chi può) a riavvicinarsi, a lavorare. E poi come non portarsi dietro il dolore, il tanto dolore di questi giorni? Nessuno potrà piangere solo il proprio pianto («d'un pianto solo mio non piango più» aveva detto il poeta). E se il mare del nostro tempo ha accumulato amaramente anche il sale delle lacrime dei fratelli annegati, come dimenticare tanti funerali mancati, tristi, solitari. Cantava Pessoa: «Il vaso

prezioso è andato in pezzi, /e non valgono niente i cocci suoi, / la statua del tempio è crollata, /si è rotta. Era d'argilla. Ha perduto / i suoi fedeli. / Prova a incollare i cocci del vaso divino, /ma già non fanno un vaso». Le profezie appartengono solo ai poeti. Davvero la statua si è rotta, il vaso è in cocci. Le “malcelate verità” delle nostre sicurezze sono crollate. Non sappiamo cosa ci attende. Per restare umilmente nel qui-e-adesso forse potremmo iniziare a fare umilmente il punto: **cosa abbiamo imparato in questo lungo giorno del coronavirus?**

Giorni fa ci siamo riuniti: un webinar per cento terapeuti. Ci siamo chiesti: come cambieranno le sofferenze delle persone? Come è stato e come sarà per noi il prenderci cura in video chiamata? E come faremo a creare contatto malgrado distanze e mascherine? Qualche risposta è arrivata. Forse scopriremo come i sensi non sono cinque, ma sette, nove, e magari anche di più. Ci renderemo conto che si può supplire a ciò che manca amplificando quel che già si ha. Inventeremo musiche altre, diverse, ma capaci di creare contatto. Forse cominceremo rendendoci conto come a volte sia più difficile guardarsi negli occhi che abbracciarsi. E che uno sguardo può riscaldare a lungo un cuore. E il calore delle parole? Scopriremo che il contrarsi dei nostri corpi – riflesso condizionato dell'abbraccio trattenuto – genererà parole nuove, parole che hanno avuto il tempo di dimorare e di crescere nel corpo. E proprio perché sbocciate dal corpo, le parole sapranno creare calore e incontro. Non le parole divenute rituali senza forza, fatte apposta per non incontrarsi. Abbracci e parole. Meno abbracci, più sguardi profondi. Meno abbracci, più parole centrate, corporee. Gli spazi che ci separano possono farci ridurre gli spazi delle anime. Quanti abbracci dei corpi non raggiungono il cuore!

Dopo il coronavirus dovremo compilare un nuovo dizionario di parole e di gesti capaci di allargare le nostre possibilità. Forse le mamme e i papà che si prendono cura di bambini

colpiti da deficit sensori potranno farci da maestri. Molte volte si sente dire: quel bambino ha dei problemi, ma la madre, il padre, il fratello lo capiscono a volo. Quante potenzialità inesprese nei nostri corpi in relazione! Quanto amore creativo inesplorato nei nostri cuori! Il punto è passare dal cogito ergo sum (penso, dunque sono) al cogito ergo sumus (penso, dunque siamo): dall'incontro con l'altro nascono i pensieri che tessono il ricamo di un'esistenza. L'altro che è il corpo. Il corpo della casa. Il corpo della città. Il corpo del creato. Perché il creato è il corpo di tutti, il "nostro" corpo. Il giorno in cui sentiremo il respiro degli alberi, la sensibilità di un fiore; il giorno in cui la bellezza della luna ci fermerà come Ciaula e ci farà cadere il peso della vita dalle spalle, o magari ci aiuterà a portarlo; in quel giorno scopriremo di essere tutti nella stessa aida, come dicono i saggi giapponesi, di essere tutti nella stessa orchestra. Compositore, direttore, ascoltatori, suonatori: di oggi e di ieri e di domani.

Ci aspetteranno altre giornate tristi, forse dovremo mangiare altre erbe amare, ma il creato addolcirà l'amaro. E se avesse avuto ragione colui che chiamava le creature "fratello", "sorella"? Proprio lui ci aveva ammonito: la madre terra non solo ci sostiene ma ci "governa". Ci alimenta, ma dobbiamo ubbidirle. Dobbiamo ubbidire alla terra. Forse questo tempo sarà un apprendistato. Ci servirà per imparare di nuovo ad abbracciare la terra: dimenticata, violentata, sfruttata. Forse solo quando saremo riusciti ad abbracciare la terra, ad ubbidirle, potremo tornare ad abbracciarci tra noi. «Si tratta di cogliere con grata / sorpresa minuscoli fiori di campo, / di estrarre essenze infinite / Da specie ordinarie lasciate / stupidamente a languire davanti / alla porta. Di cominciare a vivere, ecco di cosa si tratta», canta il poeta. E forse si tratta di fare del Cantico di Frate Sole la magna charta dei tempi nuovi che si stanno aprendo davanti ai nostri occhi. Il canto della terra e dei poveri. Il canto del creato che rinasce. Il canto di chi accoglie con umiltà l'altro e la

**vita.**