

Secondo Jared Diamond, gli uomini avrebbero abbandonato le culture tradizionali egualitarie dei cacciatori-raccoglitori, per vivere in contesti più numerosi e non egualitari, proprio per sottrarsi alla guerra tra gruppi (Cfr. Diamond, *Il mondo fino a ieri. Che cosa possiamo imparare dalle società tradizionali?*, Einaudi, Torino, 2012). Tuttavia, con la nascita degli Stati, la violenza è diminuita, ma non è stata eliminata. Non solo: lo stile di vita individualistico proprio dei grandi agglomerati favorisce l'insorgere di disagi psichici, come stress e depressione. Questo dipenderebbe dal fatto che «la mente umana si è sviluppata per alcuni milioni di anni nel contesto di piccoli gruppi inseriti in piccoli popoli» (Fabbro, 2018, p. 89). Non a caso, ancora oggi gli uomini sono fortemente attratti dai gruppi, che riescono a infondere un rassicurante senso di appartenenza.

Così come le lingue, anche le credenze culturali e religiose, se apprese precocemente, sono fortemente radicate a livello psicologico e identitario.

«I fenomeni religiosi presentano numerosi aspetti in comune con il linguaggio. Si tratta di fenomeni complessi, caratteristici della specie umana, universalmente diffusi, appresi in contesti culturali, che servono a creare coesione all'interno di un gruppo e nel contempo a separarlo da altri» (Ivi, p.114).

Qui, il discorso di Fabbro si apre alla dimensione pedagogica e politica, ritenendo che sia essenziale «favorire al massimo la pratica e l'educazione precoce plurilingue e plurireligiosa» (Ivi, p. 90). È necessario, per Fabbro, che l'*Homo sapiens* dimostri con i fatti di essere tale. L'universalismo di cui l'Occidente si è fatto promotore, che paradossalmente si accompagna al rigurgito di ideologie razziste, mira alla omologazione e mette in pericolo ogni diversità linguistica e culturale. Le stime ci dicono che nel 2100 il 95% delle circa 7000 lingue attualmente parlate nel mondo sarà stato cancellato. Il che equivale a una perdita gravissima e a un impoverimento dell'umanità tutta.

E allora cosa fare? A rispondere è ancora una volta l'autore.

«È necessario riuscire a promuovere le aspirazioni universalistiche e favorire lo sviluppo dell'individuo e dei suoi diritti universali, ma dobbiamo essere in grado di rispettare e promuovere anche le istanze identitarie [...]. La strada più promettente mi sembra quella che si basa sulla conoscenza, sulla tolleranza e su azioni guidate dalla razionalità» (Ivi, p. 92).

Anche perché il sogno – o forse sarebbe il caso di dire l'incubo – di un mondo accomunato da una lingua e da una cultura uniche vorrebbe dire la fine del mondo.

«Senza differenti popoli, lingue e culture, non credo vi sarà spazio – scrive Fabbro – né per una evoluzione biologica della specie umana, né per un ricco e variegato progresso culturale; ciò che si imporrà sarà una desolante, disumana e universale standardizzazione» (Ivi, p. 93).

Alberto Nutricati

alberto.nutricati@gmail.com

MARIA VARANO, *Guarire con le fiabe. Come trasformare la propria vita in un racconto*, Meltemi Editore, Milano, 2018, pp. 167.

Il volume *Guarire con le fiabe*, pubblicato nel 2018 e scritto dalla psicologa, psicoterapeuta e arteterapeuta Maria Varano, è la versione riveduta e ampliata dell'omonimo testo uscito in prima edizione nel 1998. Le due edizioni, pubblicate a vent'anni esatti di distanza, pur identiche nell'impianto fondativo, differiscono soprattutto per l'aggiunta di due capitoli e per l'inserimento del concetto di resilienza, inteso non tanto come imperturbabilità

Lapis: Note e Testi

dinanzi alle difficoltà, quanto piuttosto come capacità di riuscire ad affrontare e a superare gli ostacoli che la vita presenta, permettendo, così, di continuare a crescere e a evolvere.

Prima di analizzare il contenuto del saggio, va evidenziata un'impresione di natura terminologica, probabilmente dovuta a ragioni di ordine editoriale, che però rischia di creare non poche incomprensioni. Il riferimento è al termine "fiaba" utilizzato nel titolo, che potrebbe trarre in inganno il lettore meno accorto e risultare fuorviante. In effetti, nel volume in questione non c'è traccia della fiaba tradizionale, vale a dire della fiaba di magia o fiaba popolare di cui parlano i folcloristi e le cui caratteristiche sono ben codificate all'interno della copiosa letteratura sul tema.

Chi pensasse di trovare delle indicazioni sulle doti "curative" delle fiabe classiche rimarrebbe deluso. Del resto, tutto ciò è ben chiaro all'autrice, che, in apertura di lavoro, rivolgendosi direttamente ai lettori, avverte che «all'interno del libro non troverete differenza tra fiaba, favola o racconto. Qualsiasi tipo di narrazione metaforica di sé, attraverso la fantasia, sarà qui presa in considerazione, poesia compresa» (Ivi, p. 11). Operazione certamente legittima e non priva di interesse, ma piuttosto che di fiabe si sarebbe dovuto parlare più genericamente di racconti o di storie. L'autrice, invece, utilizza con una certa disinvoltura i termini fiaba, favola, racconto, storia, quasi come si trattasse di sinonimi. Inoltre, nei numerosi esempi di "fiabe" inventate in contesti terapeutici o didattici e riportate nel saggio, non c'è nulla che abbia a che fare con quello specifico genere letterario definito "fiaba", che risponde a regole morfologiche ben precise. Talora, l'unica analogia, alla quale si ricorre, non senza una stereotipata forzatura, è la celebre formula di esordio "C'era una volta...". È quanto mai evidente, tuttavia, che non è sufficiente iniziare una storia con il classico *incipit* "C'era una volta..." per fare di un racconto, per quanto fantastico possa essere, una fiaba.

Non mancano i riferimenti ai classici della letteratura psicoanalitica sulle fiabe, a partire da Carl Gustav Jung, Bruno Bettelheim e Marie-Louise von Franz, citati rispettivamente in riferimento all'archetipo del *Puer Aeternus*, al lieto fine come stimolo per integrare un conflitto interiore e al rapporto con l'Ombra. Anche in questo caso, però, il parallelismo è valido solo fino a un certo punto, in quanto gli autori citati fanno esplicito riferimento alle fiabe tradizionali e non a generici racconti di fantasia inventati in modo estemporaneo.

Questi limiti, però, non inficiano il valore e il pregio di questo volume, il cui scopo, va rammentato, non è di natura filologica o folcloristica.

Dopo una concisa *Prefazione* e una breve avvertenza *Al lettore*, il libro si articola in dieci capitoli, ai quali si aggiunge un'essenziale *Bibliografia*.

Ed è proprio nell'avvertenza iniziale che l'autrice cerca di rispondere a una possibile obiezione, pur non uscendo fuori dall'equivoco di cui abbiamo parlato in precedenza: «Guarire con le fiabe? Ma le fiabe sono forse magiche o sono una medicina? Piuttosto sono un buon investimento e un allenamento. Servono per "sviluppare" e rendere "potenti", e anche sensibili, la nostra mente e il nostro cuore e spesso servono a metterli in collegamento con il nostro corpo e il nostro spirito e a metterci in relazione con il resto dell'umanità» (Ivi, p. 10).

L'assunto di fondo è che creare delle storie, soprattutto di tipo autobiografico, permette di riscrivere la trama della propria esistenza, dandole coerenza. Da questo punto di vista, narrare una storia consente di decostruire e successivamente ricostruire la propria esperienza, inserendo anche gli episodi più bui e dolorosi in un orizzonte di senso che li renda coerenti con la narrazione e, quindi, più tollerabili, in termini psicologici ed esistenziali.

Lo sforzo di tradurre in linguaggio narrativo una vicenda o un evento con il quale non si riesce a convivere spinge a cercare di collocarsi da una prospettiva diversa rispetto a quella solitamente adottata. Cambiare prospettiva, operare un decentramento, significa cogliere delle sfumature alle quali precedentemente si era insensibili ed eventualmente a trovare soluzioni a situazioni che apparivano prive di vie d'uscita: «Le storie hanno in sé diversi aspetti:

rappresentano la realtà, ci permettono di conoscerci e di esprimere noi stessi, ma anche di dare significato agli eventi, di capire meglio cosa ci sta succedendo» (Ivi, p. 152).

La valenza terapeutica del cambio di prospettiva è di fondamentale importanza, in quanto «raccontarsi e descriversi in modo fantastico crea la possibilità di un “decentramento” emotivo che permette di rivedere e ripercorrere momenti di vita, di realizzare il distacco che è necessario per riflettere sull'accaduto e sul vissuto che lo ha accompagnato, e per rielaborare quel che è successo rendendolo storia e non solo passato-subito» (Ivi, p. 96).

L'autrice non manca di sottolineare come la capacità di creare storie sia un duttile e versatile strumento di autochiarificazione, adatto non solo ai bambini, ma anche agli adulti, agli anziani e persino ai gruppi, tanto in ambito terapeutico quanto in ambito didattico e formativo.

In tutto ciò, la scrittura e il pensiero metaforico assumono una valenza straordinaria. La metafora consente di aprirsi a letture molteplici e alternative, sbloccando così risorse e potenzialità che non pensavamo di avere. La scrittura, dal canto suo, richiede impegno e chiarezza, innanzitutto nei propri confronti e, in seconda battuta, verso il potenziale lettore: «Scrivere di sé, tradurre la propria vita in racconto, significa rendersi visibili [...]. Innanzitutto, diventiamo visibili a noi stessi, non occorre declamare o pubblicare. A volte può servire per sentirsi vivi, per rendersi conto di esistere». (Ivi, p. 89).

Inventare una storia della quale si sia il protagonista consente di esplorare strade che non si pensava di poter battere. Ciò aumenta le possibilità a propria disposizione, in quanto, «se dopo aver creato una storia fantastica si torna alla cruda realtà, questa non sarà più la medesima. Non si torna al punto di partenza senza essersi portati dietro, dal mondo della fantasia, qualche elemento importante, chiarificatore o utile per iniziare un processo di cambiamento. Una lenta metamorfosi può già essere iniziata senza che quasi ce ne rendiamo conto» (Ivi, p. 108). Detto in altri termini, «le storie ci danno indicazioni su come vivere. Ci permettono di riflettere sulla nostra esistenza, di ampliare la nostra visione del mondo e di trovare analogie tra noi e gli altri. Ci danno la possibilità di mettere un po' d'ordine negli eventi a volte caotici della nostra vita» (Ivi, p. 151).

Su come ciò sia possibile, è la stessa autrice a fornirci indicazioni: «La persona, in una fiaba, può rielaborare nuovi significati perché si sperimenta al di là dell'immagine che ha sempre avuto di sé. La creatività sta nell'immaginare un possibile altrove dentro di sé e desiderarlo» (Ivi, p. 152).

Alberto Nutricati
alberto.nutricati@gmail.com