



IL SUO *DONNE CHE CORRONO CON I LUPI* FU UN BESTSELLER. ORA LA PSICANALISTA **Clarissa Pinkola Estes** TORNA CON UN ALTRO LIBRO DEDICATO ALLE FIABE. DOVE EROI ED EROINE, PER DIVENTARE SE STESSI, DEVONO SUPERARE UN FALLIMENTO. UNA LEZIONE UTILE: NON SOLO PER I BAMBINI

Per la psiche questa terapia è una favola

di **Lara Crinò**

Le fiabe finiscono dopo dieci pagine. E anche i romanzi più lunghi sono infinitamente più brevi delle nostre vite. Ma ci insegnano una cosa importante: che, se un episodio della nostra esistenza si rivela una catastrofe, possiamo superare il fallimento e andare avanti. L'eroe o l'eroina di una storia arrivano alla propria pienezza spirituale, quella che chiamo *soulfulness*, dopo traiettorie difficili e ostacoli. E ciò fornisce a tutti, bambini e adulti, una lezione psichica fondamentale: per diventare se stessi si deve superare il fallimento». Così Clarissa Pinkola Estes riassume il messaggio del suo nuovo libro *I desideri dell'anima* (Frassinelli, pp. 250, euro 16,50). Negli anni Novanta il suo bestseller *Donne che corrono con i lupi*, rimasto per 145 settimane nella classifica del *New York*



ILLUSTRAZIONE ALE+ALE

Times (in Italia ha venduto oltre mezzo milione di copie), traeva ispirazione da favole e miti per proporre una psicanalisi al femminile guidata dall'archetipo della donna selvaggia. Ora, nei *Desideri dell'anima*, approfondisce il ruolo della narrazione come potente medicina spirituale per bambini e adulti.

Nata in una famiglia d'origine messicana e poi adottata da immigrati ungheresi, cresciuta tra il Michigan, l'Indiana e le Montagne Rocciose, Clarissa Pinkola Estes, prima di diventare una psicanalista junghiana di fama, ha studiato psicologia etno-clinica. Specializzata in disturbi post-traumatici, ha lavorato per decenni con i veterani delle guerre di Corea e del Vietnam e, più di

recente, con i ragazzi scampati alla strage della Columbine High School. Ma si considera al tempo stesso una poetessa, una *cantadora* e, secondo le sue parole, «una persona capace di scrivere e parlare con le parole che vengono dagli dei delle storie». Cita Jung e lo storico delle religioni Joseph John Campbell, ma anche lo Spirito Santo e la vergine Maria (alla cui figura ha dedicato un libro). Molto riservata sul-

la sua famiglia (settantenne, ha tre figlie e vive in Colorado), ben protetta dal suo press agent, a fine intervista manda però un messaggio quasi intimo: «Percepisco che il suo interesse per l'educazione dei bambini è *just right*. Dove *right* vuol dire sia giusto che vero». Questa sintesi tra rigore della scienza e un interesse spirituale, quasi materno, nei confronti dei suoi pazienti e dei suoi lettori, è lo spirito che anima le sue riflessioni, e i suoi suggerimenti, su come raccontare e ascoltare storie può farci vivere meglio.

La narrazione orale come forma di educazione è parte di tutte le culture, ma la vita contemporanea le ha tolto spazio. Lei spiega che le storie sono curative per la psiche. In che modo?

«La maggior parte di noi, al massimo con un salto di una o due generazioni, ▶

Clarissa Pinkola Estes e la copertina del suo libro *I desideri dell'anima* (Frassinelli)



viene da famiglie di contadini e allevatori, che lavoravano la terra, si prendevano cura degli animali, dei semi e della salute della comunità. Il raccontare storie e il dare sollievo agli altri in questo tipo di cultura sono totalmente intrecciati. Per questo non dico che “curo” qualcuno. Le gambe delle bestie si curano, avrebbe detto mia nonna. La psiche delle persone invece va toccata con tenerezza e saggezza e in questo le storie giuste sono come lanterne nel buio. È un grande errore considerare le narrazioni tradizionali come un *pattern* statico e ripetitivo. La favoletta intorno al fuoco è solo l'immagine edulcorata creata dalla cultura pop contemporanea. Bambini e adulti sono condannati a una vita psichica più povera se non sono educati a narrare e ad ascoltare».

Perché i nostri figli, sottoposti a un bombardamento continuo di storie attraverso film d'animazione e videogiochi, dovrebbero avere ancora bisogno di fiabe?

«Come scrivo nel commento alla raccolta dei Grimm che ho inserito nei *Desideri dell'anima*, stiamo attenti a sottovalutare questo tipo di racconto: ogni fiaba del folklore popolare è come un piccolo generatore che ci ricorda i concetti fondamentali della vita dell'anima. Tramite ciascuna di esse ci “alleniamo” mentalmente a evitare le trappole, le gabbie, le esche prima di finirci dentro. Nelle fiabe sono incastonate le idee che si sono rifiutate di farsi annientare, logorare, potare. E la mente dei bambini ha la capacità di coglierle a un livello molto sofisticato. Molti cartoni animati, videogiochi o film d'animazione hanno una struttura narrativa troppo povera. Insegniamo ai nostri bambini a lavorare accanto ad adulti felici, ascoltiamoli rac-

Ai bambini vanno raccontate anche le fiabe che fanno paura come Barbablù



Clarissa Pinkola Estes ha assistito i ragazzi della **Columbine High School** scampati alla strage del 1999, in cui morirono 12 studenti e un insegnante

contare piccole storie composte da loro, a disegnarle semplicemente con una matita e un foglio, anche a pregare accanto a noi, se crediamo. Ciò che provocheremo sarà un incremento notevole, uno sviluppo della loro capacità di risolvere problematiche esistenziali. Del resto, avete avuto in Italia la più grande educatrice mai esistita: Maria Montessori. Ho scoperto i suoi scritti a vent'anni e non li ho mai dimenticati».

Lei dice che non dobbiamo temere di raccontare ai bambini le favole che fanno paura. Perché?

«Perché una favola orrorifica come *Barbablù* insegna che si può trionfare sul maligno. Non è un insegnamento facile, ma è necessario. E implica che bisogna conoscere la “soglia” di tolleranza dei piccoli per non spaventarli inutilmente. Poi, ci sono altri racconti che è utile passare ai bimbi. Storie sull'amore che dura per tutta la vita, tra cose create e esseri umani o tra gli esseri umani tra loro, come *Pinocchio*. E il patrimonio che ci viene dalla mitologia sull'essere morti e tornare in vita, come il mito di Demetra che va a cercare Persefone nell'Ade, o fiabe come *La ragazza senza mani* dei Grimm».

Molta parte del libro è dedicata, però, non ai piccoli ma agli adulti, al recupero di una capacità reale di raccontare storie. Cosa perdiamo, a livello individuale e collettivo, se non lo facciamo?

«Glielo spiegherò partendo dalle mie origini. Dalla sofferenza dei miei prima di

arrivare in America: le migrazioni forzate quando furono strappati dai loro villaggi dall'esercito nemico, in Ungheria, le devastazioni fisiche e psichiche del lavoro forzato e dei campi in cui furono internati, il fatto stesso che io sia stata per un po' l'unica bambina del mio clan familiare perché gli altri non erano sopravvissuti alla seconda guerra mondiale. So bene che per quel genere di sofferenze non ci sono risposte semplici. Nonostante la nuova vita trovata in America, le cicatrici erano rimaste. Ma continuare a essere se stessi, a raccontare storie su di sé e sulla propria identità è stato per i miei cari un modo di sopravvivere. È la lezione che porto con me da quando sono diventata psicanalista e che applico con i miei pazienti. È un processo che ho visto all'opera ogni volta che ho incontrato una cultura in pericolo, che rischiava di perdersi».

La narrazione è, in sintesi, una forma di resistenza psichica?

«Certamente sì. Parlo del raccontare storie che non siano crasse, volgari, frutto di una ripetizione meccanica, che non abbiano sopra stampato il segno del dollaro, che non schiaccino con sollecitazioni sul successo e il denaro la meravigliosa, incompiuta cattedrale che ciascuno di noi rappresenta. Parlo di storie raccontate con la propria voce, di testimonianze di prima mano. Un lavoro mentale importante che dobbiamo reimparare a fare e a scambiare con gli altri. Questo ci rende psichicamente più forti, robusti, autonomi. E ci permette di rallentare, di riprendere il controllo del ritmo della nostra vita».

Lara Crinò