

# DOPPIOZERO

---

## Calma

Nicole Janigro

28 Giugno 2011

Sul leggio della mia scrivania tengo una cartolina con la scritta *Be Calm*. Lo sfondo avorio accoglie un ovale dove il rosso sfuma, ma sul rosso delle lettere non ci sono dubbi: lâ??acquaforte di Louise Bourgeois in formato tascabile conserva la dimensione di tutta la sua opera che provoca e ripara.

Mi pacifica, perchÃ© Ã© proprio questa lâ??esortazione che mi sento rivolgere piÃ¹ volte al giorno. Ti si sente fin da giÃ¹ delle scale, mi dice la maestra di meditazione, non si agiti ripete il medico convinto che se mi fermo scenderÃ© anche la pressione, *langsam langsam*, piano piano, mi dice il collega psichiatra, lei Ã© troppo veloce per me, si irrita il negoziante, *be quite*, mi invita lâ??insegnante dÃ²?inglese. Inutile spiegare, dire che si tratta di uno stato abituale e naturale, che anzi, con il passare degli anni va meglio, le onde non sono piÃ¹ quelle alte da bandierina rossa, ormai Ã© un vento settembrino di tramontana.

Come sei vitale commentava la madre depressa con tono di riprovazione â?? e da lÃ¬ il dubbio mai sopito che in tutto ciÃ² ci fosse una maledizione. Infatti i sonni non sono tranquilli, in gioventÃ¹ era lâ??insonnia che segnalava un malessere psichico, oggi Ã© lâ??ingorgo di pensieri e sogni, di risvegli sudati degli sbalzi ormonali â?? e le notti non bastano mai. Agitate sono le donne, Ã© il loro utero che ha il potere di dare vita allâ??arco isterico.

La non calma Ã© una *Weltanschauung* insofferente allâ??ordine costituito, uno strumento di superamento dei confini, delle giuste distanze, rispetto dei ruoli, linee gerarchiche e costruzioni istituzionali, delle classi sociali che non devono sfiorarsi. Delle passioni che non devono mischiarsi. Ã© un mezzo di avvistamento, che produce un avvicinamento â?? insieme una possibilitÃ© di rinculo violento. Alla non calma si telefona per una boccata dÃ²?allegria, per la risata che puÃ² alleggerire il significato di una notizia, per una vitalitÃ© che come un marchio risulta terapeutica. Con i decenni la non calma si Ã© spostata, da energia fabbricante a energia interiorizzante, da concime per situazioni collettive a mangime per le relazioni perigliose, per le situazioni rischiose â?? setting a due che favorisce lâ??esplodere e lâ??implodere delle emozioni. Dove la non calma vive nellâ??agio e scopre che la sensazione di essere vitali prende il nome di ansia.

Ã© lâ??ansia quella corrente elettrica continua che certifica lâ??efficienza, sazia con il suo senso di pieno, segnala che qualcosa si muove. Un amore o un dolore, una gioia o un rancore, chissÃ©. Ã© lâ??ansia il rivestimento, il mezzo di adattamento, nel mondo che invoca calma si vive in perenne ansia.

---

Se continuiamo a tenere vivo questo spazio Ã© grazie a te. Anche un solo euro per noi significa molto. Torna presto a leggerci e [SOSTIENI DOPPIOZERO](#)

---



BE

CALM