



Elogio dell'abbraccitudine

di Antonella Multari



Ci sono esperienze che nascono in una regione dell'esistenza in cui il pensiero non ha ancora imparato a separarsi dal corpo. L'abbraccio appartiene a questa pangea primordiale. È una vibrazione pura, una sottile architettura energetica che attraversa la carne e la risveglia... un rifugio, un incontro, un sacro riconoscimento.

La comunicazione non è mai fatta solo di concetti, ma di dettagli invisibili... di sguardi capaci di svelare la verità dell'anima prima ancora che la mente ne formuli il senso.

Non voglio osservare l'abbraccio da lontano. Voglio abitarne l'anatomia conservandone intatto l'incanto, seguire i percorsi nervosi che attraversano la pelle senza dimenticare il tremore che può abitare una mano, parlare delle molecole che partecipano alla regolazione delle emozioni senza fingere che un sentimento possa essere racchiuso in una formula.

Perché un abbraccio è anche questo... la materia che diventa linguaggio... la fisiologia che si fa relazione... il corpo che, per un istante, smette di essere soltanto il confine della nostra individualità e diventa una finestra spalancata sull'esistenza di qualcun altro.

Mi piace chiamare tutto questo abbraccitudine... un neologismo che racconta una disposizione interiore alla vicinanza. La capacità di accogliere senza invadere... stringere senza trattenere... offrire riparo nel mentre ci si ripara. Non è soltanto il tentativo di fare spazio a un'altra vita... è la disponibilità ad accoglierla, senza pretendere di contenerla tutta.



Ecco perché, quando penso a un abbraccio, penso a una stretta che, per qualche secondo, libera e trasforma la nostra natura... ci rende esseri animati: creature di humus, radicate nella terra dell'umano, ma attraversate dal soffio dell'anima, capaci di compiere, nell'incontro, il viaggio simbolico dalla materia al vento. Non per smettere di essere terra, ma per scoprire che anche la terra può respirare, farsi soffio, imparare a volare. Perché evolvere significa proprio questo... non abbandonare ciò che siamo, ma lasciare che l'incontro con l'altro dischiuda in noi possibilità ancora inesplorate... che il corpo, senza cessare di essere corpo, diventi passaggio, volo, apertura all'universo.

Immagino il movimento delle braccia che si sollevano, la piccola esitazione che talvolta precede il contatto, il modo in cui due corpi cercano una posizione possibile senza urtarsi, riconoscendo istintivamente i reciproci spazi. Una spalla si avvicina, un avambraccio passa dietro la schiena, una mano si posa tra le scapole oppure raggiunge la parte più bassa della schiena, là dove il gesto può diventare sostegno. Le dita si distendono, si raccolgono appena, talvolta restano immobili, talvolta compiono un movimento lento, quasi a dire ciò che la voce non sa formulare. Il torace incontra il torace, oppure il corpo si dispone di sbieco, lasciando un margine d'aria. La testa può appoggiarsi a una spalla, sfiorare una guancia, fermarsi vicino al collo. Il respiro dell'uno diventa percepibile all'altro, non necessariamente uguale, non necessariamente sincronizzato, ma presente. Ci si lascia guidare senza che nessuno guidi.

Siamo abituati a pensare che l'abbraccio sia sempre la risposta naturale alla vicinanza. Ma c'è un'arte ancora più intima e sottile: la misura della presenza.

A volte, la scelta di non stringere non nasce dal distacco, ma da una profonda forma di rispetto per la sacralità del gesto. Può accadere quando avvertiamo che un contatto, per essere autentico, non può essere disperso nella confusione di un momento collettivo, ma richiederebbe uno spazio protetto.

Altre volte, il corpo si ferma perché sa che per donarsi davvero in un abbraccio occorre un accordo silenzioso, una chiarezza limpida, la consapevolezza condivisa di ciò che giace al di sotto dell'epidermide. E c'è anche una sacra prudenza del cuore... il timore custodito di sentire fin troppo, di lasciar fluire un'intensità che travolgerebbe le difese del possibile.

In questa sospensione non c'è necessariamente chiusura, ma può esserci il desiderio che un gesto così potente non venga disperso nella fretta. E allora l'abbraccio, ancora mancato, resta una possibilità custodita: una forma di cura che sa attendere, senza pretendere di conoscere in anticipo il volto del momento in cui potrà compiersi.

Tutto comincia prima della parola. Veniamo al mondo con la fame ancestrale di essere tenuti e riconosciuti. E quando due corpi si avvicinano per incontrarsi, l'immagine compie la sua alchimia. Il confine dell'esitazione... quel margine d'aria e di tempo in cui due presenze si sfiorano, ancora sospese tra il desiderio di avvicinarsi e la delicatezza di chiedersi il permesso di entrare l'una nello spazio dell'altra.

Il respiro condiviso... una mano che si posa tra le scapole o sfiora il collo, il calore che attraversa la pelle, il ritmo del corpo che sembra cercare, nell'altro, una possibile risonanza.

Il flusso sottile... sotto la pelle, le fibre nervose raccolgono gli stimoli del contatto... il sistema nervoso elabora sensazioni che possono favorire il benessere e la regolazione emotiva. Ma oltre la biologia, là dove le parole cedono il passo all'immaginazione, l'abbraccio sembra aprire un passaggio invisibile... una eco tra mondi interiori, un filo di luce teso tra le nostre oscurità, come se persino la distanza tra i multiversi potesse, per un istante, lasciarsi attraversare.

L'abbraccio autentico è un punto di incrocio tra l'umano e il cosmo. È la cassa di risonanza di un apprendimento reciproco, dove la presenza dell'altro non ti isola, ma ti ricuce alla bellezza del mondo. Riconoscere i dettagli di chi ci sta di fronte significa imparare una semantica dell'Esserci.

Se un giorno la vita ci chiederà di spiegare il senso di un'attesa o di un gesto mancato, non serviranno grandi teorie. Basterà la verità del momento, la limpidezza degli sguardi e la consapevolezza che certi chiarimenti appartengono solo a chi sa leggere dentro gli spazi bianchi. Vieni, se vuoi. Per un momento, riposa. E quando sarai pronto, torna alla tua corrente con un po' meno di solitudine addosso.

