DEA@OAB

Il corpo politico delle donne

Sfumature di rosso per la convivenza delle differenze

Seminario del 18 novembre 2026 · Sala Belloni, Merate, e online



Carolina Capria

Carolina Capria è scrittrice, autrice e sceneggiatrice. Ha scritto diversi libri, tra cui *Per sempre tua. Il mondo infinito di Jane Austen* e *Maestre. Disobbedire e ascoltare se stesse grazie a cinque scrittrici*. Nel 2021 ha pubblicato il saggio *Campo di battaglia. Le lotte dei corpi femminili*, che ci ha ispirate a invitarla. È ideatrice e autrice del profilo social «L'ha scritto una femmina», con cui promuove la letteratura femminile e contrasta pregiudizi e discriminazioni di genere.

Testo rielaborato dalla trascrizione automatica dell'incontro e presentato in forma di monologo. Le risposte alle domande del pubblico sono in un documento separato. Versione 1.0, 18 novembre 2026, non ancora rivista dall'autrice.

A chi appartiene il corpo delle donne?

Nel 2021 ho dedicato un libro, *Campo di battaglia. Le lotte dei corpi femminili*, alle pressioni che gravano sui corpi delle donne. È un ibrido, un po' saggio e un po' memoir, perché sono partita dalla mia esperienza, come insegna la tradizione femminista: partire da sé per raccontare questioni che riguardano tutte. È un tema che avevo cominciato a studiare prima di scrivere quel libro e che da allora non ho mai smesso di seguire, anche perché il modo in cui si esercita una pressione sul corpo delle donne, e quindi si limita la loro azione, cambia insieme alla società.

La domanda da cui vorrei partire è semplice: a chi appartiene il corpo delle donne? Istintivamente verrebbe da rispondere che a ciascuna donna appartiene il proprio corpo. Il mio corpo è mio. È una risposta probabilmente giusta, perché è quella a cui dovremmo tendere, ma non tiene conto né della storia né della società in cui viviamo. Alle donne il corpo non è mai veramente appartenuto, perché è sempre stato considerato un terreno su cui esercitare autorità. La religione, la famiglia, le istituzioni, la medicina e la legge hanno avuto tutte la possibilità di amministrare e disciplinare il corpo femminile, e quindi di decidere quale fosse il nostro posto nella società. Il corpo, del resto, è il nostro punto di accesso al mondo, lo strumento attraverso cui facciamo esperienza e costruiamo la nostra soggettività, ciò che siamo.

Un'immagine che trovo molto efficace è quella che usa Margaret Atwood nel *Racconto dell'ancella*. In uno stato teocratico in cui la natalità è crollata, alcune donne, le ancelle, diventano semplicemente corpi destinati alla riproduzione. Alle ancelle viene chiesto di curare il proprio corpo, di nutrirlo, di averne cura, ma di quel corpo non dispongono. È un'immagine che ci riguarda da vicino, perché anche noi, fin da piccole, siamo chiamate ad avere cura del

nostro corpo e a renderlo il più educato e piacevole possibile, senza però averne davvero la proprietà.

La femminilità è una trappola

Per capire che cosa abbia significato, nei secoli, controllare il corpo delle donne per limitarne la libertà, dobbiamo partire da un presupposto. Per lungo tempo si è consolidata un'idea, messa in discussione solo di recente: che le donne possiedano per natura, cioè biologicamente, determinate caratteristiche e qualità, e che debbano coltivarle e farne il centro della propria vita.

Pensate all'istinto materno, che non ha un corrispettivo maschile, o al cosiddetto sesto senso femminile. Pensate alla gentilezza e all'attitudine alla cura. Quando in casa c'è qualcuno di cui prendersi cura, un bambino o una persona anziana, chi se ne occupa? La figlia, la donna di casa. Agli uomini non viene chiesto, non perché non debbano farlo, ma perché si crede che le donne lo facciano naturalmente meglio. Pensate al pregiudizio verso gli uomini che vogliono fare i maestri elementari: la maestra sarebbe più brava perché naturalmente predisposta all'accoglienza, in quanto dotata di istinto materno. O ancora all'emotività, alla convinzione che le donne siano più sensibili e piangano di più, una caratterizzazione che nel tempo ci ha limitato moltissimo.

Tutte queste caratteristiche sono state a lungo ritenute, e spesso lo sono ancora, predisposizioni naturali delle donne. Non è così, ognuna di noi è fatta in modo diverso, e la cultura ha un peso enorme. Questa convinzione ha però prodotto una divisione della società: agli uomini i ruoli di potere fuori casa e lo spazio pubblico, alle donne, considerate più portate alla cura, la casa, la famiglia, gli anziani. E in queste caratteristiche, a un certo punto, abbiamo cominciato a riconoscerci anche noi, perché quando passi la vita a sentirti raccontare le donne in un certo modo, finisci per cercare di conformarti a quell'idea.

Pensate a che inganno enorme sia il concetto di femminilità. Simone de Beauvoir scrisse per *Vogue* un articolo molto bello, intitolato *La femminilità, una trappola*. Lo sintetizzo, e spero che non me ne voglia. Ci viene detto che dobbiamo tendere alla femminilità, che una donna deve essere femminile, e quando non lo sei la società te lo fa pesare. Ma che cos'è la femminilità? Secondo de Beauvoir non può esistere una sola femminilità, perché se la femminilità è l'espressione del mio essere donna, ogni donna avrà la sua. Eppure per moltissimo tempo la società ci ha detto che la femminilità aveva una forma precisa. Una donna femminile ha una certa postura, non urla, non si muove in modo scomposto, si veste in un certo modo. E i marcatori più riconosciuti della femminilità, il tacco alto, il vestito stretto, i capelli lunghi, sono tutti accessori e indumenti che rendono una donna piccola e la mettono in difficoltà nel movimento. I tacchi alti ci impediscono di correre, le unghie lunghe a volte ci impediscono di aprire una lattina. Non c'è niente di male nell'apprezzare le unghie lunghe, ma qualche tempo fa, in un bar, ho aiutato una ragazza che non riusciva ad aprire una lattina, e mi ha fatto sorridere, perché sciocchezze del genere le abbiamo fatte tutte. Io una volta ho comprato un bikini con le maniche: era molto carino e mi faceva sentire carina, ma con quelle maniche non riuscivo a nuotare, potevo solo stare al sole.

Se ci fate caso, tutto ciò che è legato alla femminilità è una costrizione del movimento e della libertà: ci rende graziose da guardare, dei begli oggetti, ma frenate. Il ragionamento di de Beauvoir è questo: se la femminilità non può esistere come categoria universale, e la nostra società la coltiva comunque con una definizione univoca (chiedete a chiunque come sia una

donna femminile e vi elencherà le stesse cose che ho elencato io), evidentemente è la società ad averla imposta, perché le donne vi si conformassero, fossero limitate nel movimento e si sentissero incastrate nel ruolo di oggetti del desiderio. Per questo la femminilità è una trappola: non ci permette di agire nel mondo come potremmo. Pensate ai red carpet, dove gli uomini arrivano nelle loro giacche comode e si muovono liberamente, mentre le donne a volte devono essere accompagnate, persino sollevate, perché indossano abiti strettissimi, vere e proprie sculture. Bellissime, per carità, ma rendiamoci conto del doppio standard: a noi viene chiesto di essere più immobili.

> *Tutto ciò che è legato alla femminilità, se ci fate caso, è una costrizione del movimento e della libertà.*

Si comincia da bambine

Con gli studi di genere e con il femminismo questa presunta verità viene messa in discussione, e si comincia a riconoscere che si tratta di un fatto culturale. Pensate a come cresce oggi una bambina. Ce ne saranno di più fortunate e di meno fortunate, ma secondo uno degli ultimi studi che ho letto una bambina comincia a sentire le pressioni estetiche, cioè ad avvertire di avere un corpo, intorno ai sei anni. È a sei anni che le bambine cominciano a lamentarsi delle cosce grosse, di un corpo che non corrisponde a un modello. Che quest'età si stia abbassando così tanto ci dà la misura di come stia cambiando la società.

Fin da subito alle bambine vengono fatti, molto più che ai bambini, complimenti sull'aspetto: come sei carina, sembri una principessina. Sono complimenti fatti in buona fede, con affetto, e non è questo in discussione, ma restringono il raggio d'azione di quella bambina. Se ogni volta che è carina viene lodata per questo, inevitabilmente penserà che essere carina sia un suo dovere, e trarrà piacere dal sentirsi carina. Ai maschi, in media, si dicono altre cose: come sei bravo, come sei coraggioso, come sei intelligente. Quando avevo cinque o sei anni avevo un vestitino che adoravo, perché ogni volta che lo indossavo ricevevo un sacco di complimenti: principessina, bambolina. Indossarlo era un piacere, perché sentivo di avere un valore, ma era uno di quei vestiti che mi impedivano di fare la bambina. Con il colletto e le maniche a sbuffo stavo bene seduta su un letto accanto a una bambola, non a correre e saltare. Probabilmente è lì che ho cominciato a pensare che essere carina mi facesse stare bene, perché la gente mi dava valore. Un inizio così precoce ci porta a interiorizzare l'idea che la bellezza sia un nostro dovere, e che dalla cura di noi stesse, dal modo in cui ci presentiamo al mondo, dipenda il nostro valore in quel mondo.

C'è un libro, *The Help*, da cui è stato tratto anche un film, che mi è rimasto impresso proprio per questo. Una bambinaia nera cresce la figlia di una famiglia bianca e le ripete sempre la stessa frase: sei gentile, sei intelligente, sei importante. Non le dice mai che è carina. Nella traduzione italiana, purtroppo, «gentile» diventa «carina», e capisco che da noi si dica carina anche di una persona gentile, ma quando l'ho letto mi ha distrutto. Dire a una bambina che è gentile, intelligente e importante significa dirle che sono queste le qualità da coltivare, non la bellezza, e ricordarle che ha un valore.

Un altro dato importante è che si sta abbassando notevolmente anche l'età in cui compaiono i disturbi del comportamento alimentare. Fino a qualche anno fa riguardavano per lo più le adolescenti, cioè il momento in cui il corpo cambia, mentre oggi colpiscono anche le bambine, e anche donne molto adulte. Non è un caso che a soffrirne siano in grandissima parte donne,

intorno al novanta per cento: ci sono molti ragazzi che ne soffrono, ma resta un problema che ha a che fare con la condizione femminile. Anche questo ci racconta come le pressioni che agiscono sul corpo stiano cambiando, non voglio dire in meglio o in peggio, semplicemente insieme alla società. Il ruolo così prepotente dei social nella nostra vita non può non incidere, perché oggi ci rapportiamo alla nostra immagine come nessuna generazione prima di noi. Mia madre è cresciuta guardandosi allo specchio un paio di volte al giorno, la mattina e la sera. Noi abbiamo una videocamera praticamente sempre davanti, anche solo lavorando. Ricordo bene che durante il Covid, quando ho cominciato a passare molto più tempo davanti a uno schermo, ho cominciato a guardare il mio viso diversamente: quando lo vedi così spesso, non puoi fare a meno di confrontarlo con altri.

Il personale è politico

Torniamo a ciò da cui siamo partite, cioè il rapporto fra queste pressioni sul corpo e il potere. In che modo il potere agisce sul corpo femminile e relega le donne al ruolo della femminilità, della docilità, della cura?

La prima ondata del femminismo è quella delle rivendicazioni dei diritti, delle marce per il suffragio. La seconda si sviluppa negli anni Settanta, quando nella gran parte dei paesi le donne hanno ottenuto il diritto di voto e le battaglie cambiano: riguardano l'autodeterminazione, l'aborto, il divorzio, il diritto di decidere per sé. Sono anni bellissimi della nostra storia, in cui nel nostro paese si gettano le basi di tutti i cambiamenti successivi, dal divorzio all'aborto, dal nuovo diritto di famiglia alle prime battaglie per una diversa legge sulla violenza sessuale.

È una cosa che mi emoziona sempre: in cento anni, un soffio rispetto alla storia dell'umanità, le donne hanno ribaltato completamente la propria posizione nel mondo. Oggi siete qui, studiate, lavorate, e cento anni fa per moltissime di noi tutto questo era impensabile. Io stessa non sarei qui, sarei a casa a badare ai figli, non avrei potuto studiare, fare carriera, scegliermi un compagno. Questa storia ce la siamo cambiata da sole, pretendendolo, scendendo in piazza, e ogni volta che ne parlo provo un grande orgoglio, perché la storia delle donne è storia dell'umanità.

In quegli anni nasce un nuovo modo di intendere il corpo, riassunto in una frase che si legge ancora nei cortei: il personale è politico. Fino ad allora le donne avevano creduto che molte questioni della loro vita fossero private, la violenza domestica, gli stupri, le molestie. Negli anni Settanta le donne cominciano a parlare, grazie ai movimenti femministi ma anche a moltissime scrittrici. Penso a Dacia Maraini, che si è battuta per cambiare la legge sullo stupro. E prima ancora penso a Sibilla Aleramo, che all'inizio del Novecento scrive un libro in cui racconta che la maternità l'ha distrutta, che è infelice e che deve andarsene. La sua storia è incredibile: violentata, nell'epoca del matrimonio riparatore finisce per sposare l'uomo che ha abusato di lei, ha un figlio, vive quella che oggi riconosceremmo come una depressione post partum, e alla fine se ne va, lasciando il figlio. Una donna che all'inizio del secolo scorso prende la parola e dice che per lei la maternità è stata una gabbia, sta dicendo a tutte le altre: se stai male è normale, non sei sbagliata.

La presa di parola degli anni Settanta è esattamente questa. Le donne cominciano a dire: la violenza domestica succede anche a me, ho subito le stesse molestie, sul lavoro e in casa. E allora forse il problema non sono io, non è come mi sono comportata. Se capita a tutte, è un problema sociale. Quello che accade a me è una questione politica, di cui deve farsi carico lo Stato. Che ancora oggi una ragazza non possa girare liberamente nella propria città, di sera o

di giorno, perché ha paura, mi riguarda e devo affrontarlo, ma non è un problema mio: è un problema di cui devono farsi carico il nostro ordinamento e la politica. Matura così l'idea che esista una condizione femminile, che non riguarda una singola donna ma tutte.

In quegli anni il corpo, che era il luogo su cui si esercitava il potere della legge, della famiglia, dell'autorità, diventa il luogo a partire dal quale quel potere può essere smantellato. Tutte le battaglie di cui stiamo parlando sono partite dai corpi delle donne, dalla rivendicazione della libertà di quei corpi.

> *Il corpo delle donne, da luogo su cui si esercita il potere, diventa il luogo a partire dal quale quel potere può essere smantellato.*

Sessualità, discendenza, piacere

Pensate alla sessualità. Ancora oggi, nel 2026, la sessualità delle donne è considerata in modo completamente diverso da quella degli uomini, ed è sottoposta a regole morali e a un giudizio che agli uomini sono risparmiati. Una ragazza con una vita sessuale attiva è giudicata diversamente da un ragazzo, e una donna che dopo un divorzio si ricostruisce una vita sentimentale e sessuale è giudicata diversamente da un uomo che fa lo stesso. Questo accade perché la sessualità femminile è sempre stata disciplinata in quanto garanzia della discendenza. Viviamo in una società fondata sulla discendenza maschile, ed è per questo che la chiamiamo patriarcale: ancora oggi il cognome dei padri passa ai figli. E come ci si assicura che quel figlio sia proprio tuo? Tenendo la donna chiusa in casa.

Pensate alla verginità. Io sono cresciuta convinta che esistesse qualcosa di anatomico che segnasse un cambiamento nel mio corpo. La verginità è invece un costrutto culturale, non un dato biologico semplice da individuare. Crescere le ragazze con l'idea che la verginità sia un valore significa garantirsi che non abbiano relazioni, e quindi controllarle. Pensate alle mutilazioni genitali femminili, ancora praticate in molti paesi: il piacere femminile è sempre stato un tabù, e fa così paura da arrivare a mutilare le donne perché non lo provino. Siamo cresciute in una società che ci ha raccontato il piacere maschile in tutti i modi, mentre di quello femminile non ci ha mai parlato nessuno. Basta pensare a quanto poco sappiamo dell'anatomia femminile: un organo come il clitoride è stato a lungo ignorato, perché non serve alla riproduzione. Per moltissimo tempo la sessualità femminile è stata legata solo alla riproduzione, e il piacere è rimasto fuori dal discorso.

Bianca Pitzorno, in un romanzo molto bello, *La vita sessuale dei nostri antenati*, che forse oggi non è più in commercio ma si trova ancora usato, ripercorre la storia delle donne della sua famiglia e racconta come molte arrivassero alla prima notte di nozze nella più totale ignoranza, senza sapere che cosa sarebbe successo. Al piacere bisogna essere educate, e per cominciare bisogna conoscere il proprio corpo. Mi è capitato di parlare di sessualità con bambine e bambini, e anche con donne adulte, e ho constatato che molte non conoscono nemmeno l'anatomia del proprio apparato sessuale. Succede perché non c'è mai stata l'intenzione di rendere le donne libere di usare il proprio corpo e di scoprire il proprio piacere. Il piacere maschile è sempre stato al centro dell'esperienza sessuale, anche nel modo in cui il cinema la racconta, con quel famoso sguardo maschile.

A fare la differenza, sempre negli anni Settanta, è stata la contraccezione. La pillola, arrivata negli Stati Uniti negli anni Sessanta e da noi negli anni Settanta, ha cambiato completamente l'approccio alla vita sessuale. Pensate a che cosa significasse il rischio di una gravidanza

quando l'aborto era un reato e la contraccezione dipendeva dagli uomini. Poter prendere una pillola, che è nostra e che possiamo gestire noi, ha spezzato il legame fra sessualità e maternità, ed è stata una delle più grandi rivoluzioni della nostra storia. Oggi il dibattito pubblico si concentra sulla violenza e sul consenso, e il nostro ordinamento sta cercando di fare un passo avanti verso la piena autonomia del corpo, perché niente ha più a che fare con la nostra libertà dell'espressione del consenso e del desiderio. Ogni epoca ha le sue battaglie, ma riguardano sempre il nostro corpo e la possibilità di deciderne noi.

La maternità non è un destino

Un'altra battaglia che abbiamo portato avanti è quella sulla maternità. A lungo l'identità delle donne è stata legata al ruolo materno, alla capacità riproduttiva, all'essere mogli e madri. A un certo punto le donne cominciano a rivendicare altre possibilità. Non significa demonizzare una scelta o ritenerla migliore di un'altra, significa mettere in dubbio la certezza che abbiamo un destino. Noi non abbiamo un destino: ognuna può scegliere chi vuole essere, madre, moglie, oppure felicemente zitella, senza un destino assegnato dalla società.

A che cosa è servito, alla società, che le donne abbracciassero quel destino? Ancora oggi le donne si fanno carico della gran parte del lavoro di cura, che non è retribuito. Quante donne badano non solo ai figli, ma anche agli anziani e alle persone con disabilità della famiglia, rinunciando a una parte della propria esistenza? È un lavoro che in parte dovrebbe gravare sullo Stato, perché è lo Stato che deve farsi carico delle persone che non possono più vivere in autonomia. Il welfare nel nostro paese poggia sulle spalle delle donne, ed è molto comodo farci credere che siamo naturalmente portate alla cura.

Succede anche nelle famiglie. Ho una grande stima di mio fratello, ma per molto tempo, prima di capirlo, diceva a mia madre: come le stiri tu le camicie, io non ne sono capace. E mia madre si sentiva speciale. Louisa May Alcott ha una frase stupenda: ci hanno fatto credere di essere regine di un regno che non vale niente. Mia madre si sentiva lusingata, e mio fratello evitava di stirare. È quello che fa, in gran parte, l'intera società: ci convince che siamo brave a prenderci cura dei bambini, e così sono le madri a gestire le chat della scuola, ad accompagnare i figli ovunque, a parlare con le maestre e con i medici. Sono brave, certo, ma non vengono pagate, e quel lavoro andrebbe quantomeno riconosciuto come lavoro.

Oggi la maternità non è più considerata un destino ineluttabile. Molte donne scelgono di non avere figli, altre non possono permetterseli in una società in cui averne è difficilissimo, ma in ogni caso non c'è più sovrapposizione fra ruolo femminile e maternità. La maternità resta però al centro di molte battaglie: quella per diventare madri, con tutte le questioni legate alla procreazione assistita, e quella per l'aborto. In Italia l'interruzione di gravidanza è regolata dalla legge 194, arrivata nel 1978 dopo anni di lotte. Eppure non è stata la legge più difficile da ottenere. Apro e chiudo una parentesi: la legge che ha avuto l'iter più lungo nella nostra storia è quella sulla violenza sessuale. Se ne comincia a parlare a metà degli anni Settanta, anche sull'onda di delitti come quello del Circeo, quando il codice considerava la violenza sessuale un reato contro la morale, non contro la persona, alla stregua di un'offesa al decoro pubblico. Le proposte di legge arrivano in Parlamento, ma per vent'anni non si riesce ad approvarle, e la violenza sessuale diventa un reato contro la persona solo nel 1996. Io avevo sedici anni: se fossi stata violentata a quindici, il mio stupratore sarebbe stato punito per un reato contro la morale, come se io non esistessi. Quella legge ha anche stabilito che è violenza sessuale non solo il rapporto con penetrazione, ma ogni atto sessuale imposto, compreso quello che spesso chiamiamo molestia, come un palpeggiamento, e non solo con la forza fisica ma anche con la

minaccia o l'abuso. Oggi si discute di come fare un passo ulteriore, e non sappiamo ancora come andrà.

Le leggi dall'iter più lungo della nostra storia sono quindi quelle che riguardano il corpo delle donne. Anche la 194 arriva dopo un percorso lunghissimo, con proposte respinte perché i partiti, soprattutto quelli di impostazione cattolica, non trovavano un accordo. Ed è una legge con molte mancanze: in Italia l'aborto non è riconosciuto come un diritto, come accade in molti altri stati europei, ma è un'interruzione di gravidanza consentita a determinate condizioni, e la legge può essere facilmente disattesa. Lo dimostra la difficoltà che molte donne incontrano ancora oggi. In Calabria, da dove vengo, c'è stato un momento in cui in tutta la regione non c'era un medico disposto a praticare l'aborto, quindi chi doveva abortire doveva cambiare regione. È facile dire «ti organizzi», ma non tutte possono farlo, e come sempre sono le fasce sociali più fragili a subire le discriminazioni maggiori.

Sulla maternità, poi, si consumano tantissimi giudizi. Le madri sono responsabili di tutto ciò che va storto nella crescita dei figli, mentre i padri non vengono nemmeno considerati. Pensate alle narrazioni con cui siamo cresciute: dietro un serial killer c'è sempre una madre pessima, mai un padre pessimo. Quando si parla di violenza di genere qualcuno dice: eh, ma quei maschi li hanno cresciuti le madri. Come se fossero tutte vedove, come se i padri non esistessero. L'educazione è ancora considerata un compito femminile, e in questo gli uomini, per secoli, si sono persi la bellezza della genitorialità. Mio nonno, dei figli, non sapeva nulla: era la figura autorevole che dava gli ordini, ma non ci ha mai giocato. È un peccato crescere gli uomini nell'idea che essere padri non comporti la cura e l'affetto, che invece sono una ricchezza per tutta la famiglia.

Il mito della bellezza

C'è poi una battaglia che combattiamo ancora, quella sul rapporto con la bellezza. Cominciamo a ragionare in modo sistematico sulle pressioni estetiche che gravano sulle donne all'inizio degli anni Novanta, con *Il mito della bellezza* di Naomi Wolf, un libro diventato una pietra miliare del femminismo. Wolf parte da un'osservazione: per le donne la bellezza è considerata una professione. Le donne spendono moltissimo tempo e moltissime risorse per essere belle, perché la società glielo chiede. Se mi metto a scorrere Instagram, probabilmente una pubblicità su cinque riguarderà una crema antietà, un trattamento per la cellulite o un modo per restare tonica, perché l'algoritmo conosce la mia età.

Quante volte una donna che compare in televisione senza essere, come diceva mia nonna, «apparecchiata» viene giudicata per il suo aspetto? In *Campo di battaglia* racconto un esempio che trovo molto indicativo. Eravamo all'inizio della pandemia e Giovanna Botteri era inviata in Cina, nel pieno di una situazione di enorme tensione. Si collegava con i capelli grigi e senza trucco, in ordine, una donna normalissima. Eppure, in un periodo così drammatico, si è parlato del suo aspetto, e un programma satirico ha ironizzato sul suo essere trasandata. Un'inviata dall'altra parte del mondo, e noi pensavamo ai suoi capelli. Il messaggio che arriva a tutte noi è che, per essere prese in considerazione e ascoltate, dobbiamo prima di tutto presentarci in un certo modo, altrimenti l'attenzione si concentrerà su come siamo vestite. Pensate a quante volte i giornali scrivono di come era vestita una politica, di quanto si vedessero le gambe di un'altra, di come si mantiene un'altra ancora.

È quella che Wolf chiama la professione della bellezza, una professione che, diversamente da tutte le altre, invece di farti guadagnare denaro te lo fa spendere, perché finisci per comprare

tutto ciò che serve a essere bella. I dati economici dell'industria cosmetica sono impressionanti, e non è difficile trovarli. Oggi c'è la fissazione per la skincare: cambiano le mode, non cambia il risultato. Le donne, che sono anche quelle che guadagnano meno, spendono moltissimo per cercare di essere belle. E come ci si riesce? Creando in loro insicurezze da superare. Emblematica, in questo senso, è l'invenzione della cellulite. Basta guardare qualche quadro di qualche secolo fa per vedere donne con cosce piene di cellulite, felici e bellissime. A un certo punto l'industria della bellezza ha deciso che la cellulite andava combattuta, ed è stata un'intuizione geniale: si combatte qualcosa che non si può sconfiggere, perché fa parte della nostra composizione corporea, e quindi si continuano a comprare creme all'infinito. Ce l'abbiamo quasi tutte, chi più chi meno.

La bellezza femminile, inoltre, segue le mode, mentre quella maschile ha più o meno gli stessi canoni dall'antichità: se oggi incontrassimo per strada un David rinascimentale, lo troveremmo bello come allora, perché la bellezza maschile è legata alla forza. La bellezza femminile cambia invece di decennio in decennio: c'è il periodo in cui le donne devono essere magrissime, quello in cui devono avere il seno grande, quello in cui devono essere atletiche. Ho quarantasei anni e ho attraversato moltissime mode di corpi, dalle top model statuarie e irraggiungibili come Claudia Schiffer e Cindy Crawford all'*heroin chic* degli anni Novanta, di cui Kate Moss era l'emblema, con una magrezza esasperata e anche patologica, fino alle forme prorompenti alla Pamela Anderson. Ma il nostro corpo ha una sua struttura, non può adattarsi alle mode. O prendete le lentiggini: oggi in qualunque profumeria trovate matite e cosmetici per disegnarle, mentre fino a pochi anni fa erano una macchia che toglieva purezza e candore al viso femminile. Ci adattiamo alle mode, con un notevole dispendio di denaro e di tempo.

Non pensate che io parli dall'alto: passo anche io i miei bei venti minuti davanti allo specchio a spalmarmi creme in faccia. Ho quarantasei anni, quindi combatto contro l'invecchiamento, anche se so benissimo che è una battaglia persa. Non c'è alcun giudizio sul modo in cui ognuna sopravvive in questo mondo: c'è chi riesce a non curarsi di certe cose e chi non ci riesce.

La depilazione è un altro tema enorme. L'idea che il corpo femminile debba essere glabro, il più possibile infantile, racconta un corpo senza esperienza, senza la forza dell'età adulta. E anche qui le richieste cambiano. Negli anni Ottanta e Novanta i peli sulle braccia si tenevano: ho appena riguardato *Streghe*, la serie delle sorelle Halliwell, e mi ha colpito che si vedessero i peli sulle braccia di tutte, cosa che in una serie di oggi non vedreste mai. Ecco un'altra cosa di cui occuparsi, altro lavoro, altro tempo, altri soldi.

La professione della bellezza, dice Wolf, ci toglie denaro, tempo e concentrazione, perché una parte del nostro cervello è sempre impegnata a monitorare il corpo. Quando l'ho letto la prima volta sono rimasta di stucco: ci sono studi secondo cui, in media ogni trenta secondi, facciamo una specie di controllo inconscio del nostro corpo. Siete a cena, parlate d'altro, vi state divertendo, e una parte di voi controlla la scollatura, i capelli, la gonna che sale e lascia vedere un po' di cellulite. Non ne siete consapevoli, ma una parte della vostra attenzione è lì, e quindi siete meno presenti. Pensate a che cosa significhi camminare su un tacco a spillo di dodici centimetri invece che con le scarpe da ginnastica: richiede una concentrazione enorme, devi controllare dove metti i piedi e quali muscoli tieni in tensione. Si può fare, li ho portati anch'io, ma teniamo presente quanto questo sforzo di essere belle sottragga alla nostra libertà di pensiero.

Wolf parla anche dell'ossessione per la magrezza, in anni in cui la magrezza femminile era lo standard (oggi i modelli sono più vari, anche se quell'ossessione sta tornando), e la associa

all'ossessione per un corpo femminile disciplinato. Una donna magra è una donna che ha il controllo di sé, che occupa poco spazio, che ha imparato a stare nel mondo in un certo modo, ed è concentrata sul proprio corpo. Controllare la magrezza significa avere donne disciplinate, che si controllano e che non sono ingombranti. Ancora una volta, le pressioni sul corpo femminile sono un'espressione del potere.

> *Un corpo magro è il corpo di una donna che ha imparato a occupare poco spazio.*

Le battaglie cambiano forma

Le battaglie cambiano, e cambiano anche i modi di combatterle. Oggi, per esempio, moltissime ragazze usano il corpo e la sessualità come rivendicazione di libertà, cosa che qualche anno fa sarebbe stata impensabile. Cambia la forma, ma il nucleo resta lo stesso: il rapporto con il nostro corpo è una lotta continua per riappropriarcene, per decidere noi come usarlo, che cosa farne, come mostrarlo. Anche l'abbigliamento è una limitazione. Nel nostro paese si parla spesso della sottomissione femminile in altre culture, delle donne costrette a vestirsi in un certo modo, ma anche noi abbiamo le nostre costrizioni, solo di altra forma. Ricordo che da ragazzina una mia amica, prima di tornare a casa, si cambiava e si metteva tuta e felpa. E ho molte amiche che, prima di prendere la metropolitana per rientrare, indossano vestiti più comodi, più larghi, sformati.

Ognuna di noi vive le proprie pressioni sul corpo. Non giudichiamo il modo in cui le altre le affrontano, perché ognuna sceglie come combatterle e che cosa combattere, ma teniamo sempre gli occhi aperti e ricordiamoci che il corpo è nostro e possiamo farne ciò che vogliamo, anche niente. La nostra storia è fatta di battaglie per la nostra libertà, e sono state combattute sul nostro corpo.