

VANDERWOMEN

SOVVERSIVE

A thick, horizontal red brushstroke with a textured, painterly appearance, spanning across the upper middle of the page. The word 'SOVVERSIVE' is printed in white, bold, serif capital letters within the red area.

SOVVERSIVE

**SUPERARE L'ODIO
FRA DONNE
(E GLI STEREOTIPI
DI GENERE)**

MIKI AGRAWAL

Copyright © 2019 by Miki Agrawal

Titolo originale: *Disrupt-Her: A Manifesto for the Modern Woman*

© 2022 VandA edizioni
Via Cenisio, 16 – 20154 Milano

facebook.com/vandaepublishing
twitter.com/VandAePublishin
www.vandaepublishing.com

ISBN: 978-88-6899-458-7

Cover design: Taylor Franklin
Progetto grafico: Charles McStravick

Illustrazioni interne: concessione dell'autore

Foto con opere artistiche: fotografia di Daniel Johnson; opere di Taylor Franklin

Foto dell'autrice con suo figlio: Andrew Horn

Foto del matrimonio nel capitolo 12: Bridget Collins

Foto dell'autrice alla fine del libro: Daniel Johnson

Grafica di copertina: Afra Bacci

Quest'opera è protetta dalla Legge sul diritto d'autore.
È vietata ogni duplicazione, anche parziale, non autorizzata.



Questo libro è dedicato al mio nuovo,
incredibile, morbido, avventuroso, curioso,
sorridente, a volte rumoroso, a volte tenero,
pienamente presente figlio Hiro Happy.

Hiro, prometto di non perdermi mai di vista
per te, perché più sono ME stessa e più posso
ispirare te a essere TE stesso.

Puoi farcela!

UNA NOTA PER TE

Aprendo questo libro apri te stessa alla sovversione di gran parte di ciò che credi essere “vero” nel mondo, in modo da poter vivere la più fremente, forte, concreta, luminosa vita di **sempre**. Congratulazioni per questo grande, coraggioso passo.

UNA NOTA PER GLI UOMINI

Disrupt-Her (Sovversive) è al femminile, il che implica che questo libro è scritto per le donne, ma “her” contiene “he”, così come “woman” contiene “man”.

La Bibbia parla di “uomini”, Aristotele scrive di “uomini”, persino Viktor Frankl ha scritto *L'uomo in cerca di senso*, eppure anche le donne leggono quei libri, no? E allora perché non dovremmo poter dire “lei” e “donna” e avere comunque dei lettori uomini? Possiamo farlo.

Questo libro è stato scritto da una donna per le donne, ma è pensato per essere letto da tutti gli esseri umani. Dunque, quando mi riferisco a “lei” sto includendo anche te, se lo vuoi.

dictionary
↓ inflection
wom·an

wo·man
↑ inclusive inflection

**NON IMPORTA
CHI TU SIA,
PER FAVORE LEGGI
MANTENENDO
UNA PROSPETTIVA
APERTA E CURIOSA.**

INTRODUZIONE

“**Miki and Radha**, il preside vuole vedervi nel suo ufficio.”

Mentre mia sorella gemella e io eravamo sedute nell'ufficio del preside, con i piedi a penzoloni, l'enorme uomo entrò nella stanza e con voce roboante disse:



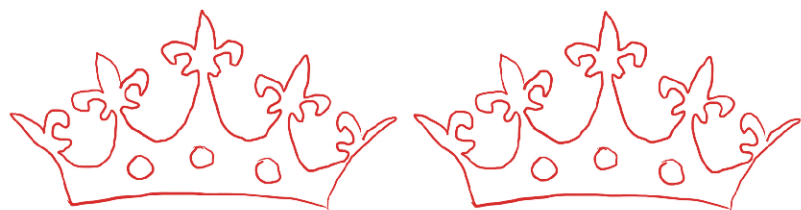
“Mi è stato comunicato che avete disturbato in classe e durante la ricreazione. L'insegnante ha detto che avete chiacchierato durante la lezione e giocato al Re della Montagna con i ragazzi.”

Era inverno, e a Montreal la neve spalata aveva creato enormi cumuli che ci avevano permesso di giocare al Re della Montagna; scopo del gioco era spingersi giù dai cumuli a vicenda. Erano

sempre e solo i maschi a giocarci, avevamo 10 anni e decidemmo che quel giorno saremmo state *noi* a conquistare la montagna.

Radha e io ci guardammo con fierezza: a) adoravamo chiacchierare e b) ci eravamo divertite tantissimo giocando a spingere i ragazzi giù dalla montagnetta.

Rispondemmo gioiosamente: “Oh sì! Siamo diventate le regine della montagna oggi! Ci spetta un premio per essere state le *prime* regine della montagna!”



Il preside rispose severo: “Non è divertente. Non fatelo mai più. Non potete spingere i ragazzi giù dalla montagna, gli farà venire dei complessi.”

“Dei complessi? Che cosa sono?” era la prima volta che sentivamo quella parola.

“Si sentiranno insicuri perché le ragazze li stanno spintonando.” Già. Lo disse davvero.

“Aspetti, e che cosa ci sarebbe di male?” chiesi.

“Smettila di fare la sciocca” disse, con il suo sguardo perforante su di me “NON-LO-FATE-MAI-PIÙ.”



Ventotto anni dopo.
New York City.
Nell'ufficio di *Forbes magazine*.

“Davvero, Miki? Un'azienda che si chiama TUSHY? Che fa dei bidet? Tra tutte le attività che avresti potuto avviare perché proprio questa?” La giornalista mi guardava perplessa.



Ho riso, principalmente di me stessa. Se solo avesse saputo tutti i sanguinosi dettagli di ciò che era servito per costruire la mia azienda precedente, THINX. Quattro anni di lavoro non retribuito per creare, insieme alla mia socia, le migliori mutande assorbenti per le mestruazioni, le difficoltà iniziali per raccogliere fondi perché praticamente tutti gli investitori erano uomini (che decisamente non volevano parlare di ciclo), la fatica per far decollare un prodotto di cui molte donne scettiche parlavano male senza averlo neanche provato (“Che cosa intendi con *sanguinare* nelle mutande? Ah! Non userei mai un prodotto del genere”), fino a diventare virali a livello internazionale dopo aver sconfitto il trasporto pubblico di New York City nel tentativo di bandire la nostra pubblicità dalle metropolitane, portare, con il mio team, all'incredibile crescita dell'azienda, stimata 100 milioni di dollari in soli due anni e mezzo, fare i tipici errori da fondatrice di una start-up che prende il volo molto velocemente (il che include avere la testa calda), essere infangata senza

scrupoli dai media per delle false accuse poi ritirate, fino alla decisione di farmi da parte come amministratrice delegata quando ero al sesto mese di gravidanza...

Quindi, per rispondere davvero alla domanda dell'intervistatrice, sembrava *proprio* un poco assurdo cercare di sovvertire un'altra categoria tabù con un prodotto di cui, *ancora una volta*, la società non era pronta a parlare.

Le ho risposto: "Perché nessuno sta portando innovazioni nell'ambito dei bagni, pulirsi il sedere con la carta è schifoso, e la carta igienica continua a uccidere 15 milioni di alberi all'anno, con terribili conseguenze per l'ambiente, inoltre la crisi sanitaria è una delle principali ragioni di morte sul pianeta... e penso che il mio team e io possiamo fare qualcosa in proposito."



E poi ho aggiunto: "So anche che devo aspettarmi qualunque cosa dall'essere una Sovversiva, nel bene e nel male, e voglio vedere come muovermi al prossimo giro. Per di più voglio dimostrare a me stessa e alle altre donne che ci si può sempre rimettere in piedi con fierezza, anche dopo aver fatto un gran casino o essere state respinte e conciate per le feste. È probabilmente la parte più importante dell'essere una Sovversiva."

QUINDI CHE COS'È UNA SOVVERSIVA?

La parola "sovversione" ha una connotazione negativa nella società fin da quando ne è stata data una definizione. Si possono trovare sinonimi come "anarchica", "combina guai", "insoddisfatta", "ribelle", "istigatrice" – tutte parole usate principalmente per definire i "cattivi ragazzi" nei media e nella cultura.

Nel dizionario inglese, infatti, la definizione letterale di "sovvertire" è "distruggere temporaneamente", "fare a pezzi", "scatenare un tumulto o dei disordini", "interrompere".

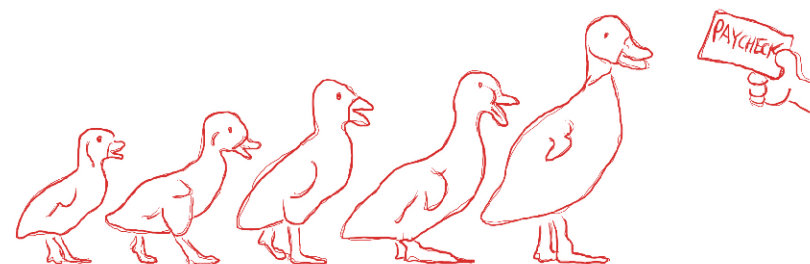
E se invece leggesti la parola "sovvertire" e i suoi sinonimi con un sorriso sul volto? (Provaci!) Che cosa succede se leggi quelle stesse parole in un'ottica volta a un cambiamento importante, positivo e lungimirante? E se la sovversione diventasse un processo intenzionale? Senza la parte in cui si distrugge/fa a pezzi/scatena un tumulto mentale non si potrà mai progredire.

La società, per contrasto, si opporrà sempre a qualunque cambiamento dirompente, che sia intenzionale o meno. E ha sempre ottime ragioni per farti stare al tuo posto, utilizzando tattiche che portano a chiederti perché tu abbia anche solo pensato di mettere in discussione qualcosa.

D'altronde è un metodo "collaudato" per darci una parvenza di sicurezza e stabilità, condizioni entrambe che gli umani desiderano. La società ci ha ingannato facendoci credere che ciò che dice è la verità, la realtà, "come stanno le cose" perché è stato "collaudato" dalle generazioni precedenti.

Spesso pensiamo che non si possa cambiare o evolvere, ma tutto può farlo.

Lo stesso vale per le aziende. Ricevi la tua busta paga ogni mese, il che ti porta a credere che le pratiche e procedure usuali siano "il modo in cui qui si fanno le cose". L'azienda esiste da anni, quindi deve avere tutte le sue paperelle allineate, giusto?



Vale anche per il quotidiano. Cose come pulirsi il sedere con carta igienica secca dopo aver fatto la cacca o usare prodotti di consumo socialmente accettati che esistono da anni sono, di nuovo, “il modo in cui si fanno le cose”, senza metterle in dubbio..



Se senti il desiderio di ribellarti alla società è importante sapere che userà misure drastiche per mantenersi uguale a se stessa. Socrate e Galileo sono stati ridicolizzati e chiamati sciocchi, Gesù Cristo è stato crocifisso e Giovanna D'Arco arsa sul rogo. Fa riflettere, vero?

Ora, perché mai dovresti interessarti a come mettere in discussione le cose se ti sembra di essere “piuttosto felice” dove sei? Preferiresti NON essere arsa sul rogo, grazie. Lo capisco.

La verità è che oggi, secondo Gallup, il 70 per cento delle persone adulte negli USA odia il proprio lavoro, sempre più persone usano antidepressivi, sono sole, compiono scelte irresponsabili che nuocciono alla nostra unica casa: il Pianeta Terra... anche se tutte diciamo di sforzarci per essere felici e che vogliamo far crescere le nostre figlie felici su una Terra felice.



Evidentemente non crediamo a ciò che viene socialmente accettato come “verità”. Non vogliamo davvero una vita di sicurezze con ancora più cose che ci frenano, non vogliamo davvero una “carriera sensata” e sicuramente non vogliamo incontrarci con “Sally” tutte le domeniche allo stesso tavolo e lamentarci delle nostre relazioni, del lavoro e dell’ultima buffonata di [inserire il nome di una celebrità o figura pubblica]. Non vogliamo davvero niente di tutto questo.

Quello che vogliamo davvero è fare ciò che vogliamo fare (o quantomeno passare il nostro prezioso tempo cercando di capire che cosa vogliamo effettivamente) e farlo essendo pienamente illuminate e incondizionatamente noi stesse! Sappiamo che la vita è terribilmente fugace e vogliamo smettere di seguire un percorso già definito, come pecore ubbidienti. Però spesso non sappiamo da dove cominciare.

Be', è esattamente ciò a cui serve questo libro! Scoprire come uscire dallo stampino, domandarsi dove e perché siamo inautentiche e poi SOVERTIRE tutta la M**** da quei luoghi, nel modo più emozionante immaginabile.

INIZIA ADESSO!

La sovversione inizia nel momento in cui realizziamo che la "società" è stata creata da persone che non sono affatto diverse da noi e nello stesso istante ci rendiamo conto che possiamo scegliere di cambiare ogni cosa, trasformare tutto ciò che la "società-dice-dovremmo" in ciò che effettivamente vogliamo, creando possibilità completamente nuove che daranno un appagamento pieno e concreto per il resto della nostra vita.

Non mi viene in mente un momento migliore di ADESSO per iniziare; e a te? Ogni momento che trascorriamo vivendo in maniera non fedele a noi stesse e seguendo regole precostituite è un momento che avremmo potuto vivere con la nostra energia più totale e autentica.

Mettiamoci in discussione, dunque, raccogliamo sfide e diamoci da fare!

Ah, e prima di scartare l'idea di poter essere una sovversiva perché hai X, Y e Z responsabilità, che è solo per persone con i soldi o il tempo e nessuna responsabilità da adulti, o perché sei stata convinta dalla società che il metodo comune sia quello giusto, o perché sei "troppo impegnata per un qualsiasi cambiamento", o perché hai un'altra scusa a cui hai scelto di credere, sono qui per dirti che non deve essere per forza "o l'una o l'altra cosa", può essere "sì e". PUOI avere stabilità e ordine e COMUNQUE essere una sovversiva.

I Socrate, i Gesù Cristo, le Giovanna d'Arco e i Galileo del mondo sono persone che ricordiamo tutt'ora e ricorderemo in futuro perché ci ispirano a vivere la nostra verità, non quella di qualcun'altra, e a mettere in discussione ogni cosa. Loro sono quelle che hanno bruciato le tappe, proposto nuove idee e modi di pensare, nonostante l'opprimente mentalità del gregge.

PERCHÉ SOVERSIVE (E NON SOVERSIVI)?

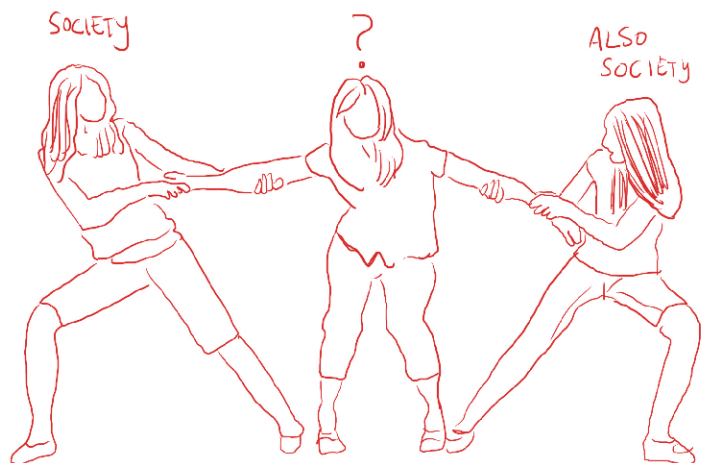
C'è ancora
un evidente paradosso
a essere una donna
nel XXI secolo.

Abbiamo le mestruazioni e ci guardano dall'alto in basso perché siamo emotive durante il ciclo ("Eh, ha la sindrome premenstruale"), eppure quando siamo impassibili veniamo considerate "mascoline" e "fredde".

Ci viene chiesto di essere magre come stecchini, eppure veniamo giudicate poco se non abbiamo seni prosperosi o grandi sederi.

Se non parliamo è "colpa nostra" se non abbiamo ottenuto la promozione, il posto, il progetto o l'aumento di stipendio, ma se parliamo e lo otteniamo siamo "prepotenti" o "stronze".

Veniamo giudicate per essere donne lavoratrici e poco presenti per le figlie, ma veniamo giudicate anche se siamo mamme casalinghe e non lavoriamo. E anche se non siamo madri.



Forse il più grande paradosso è che sono **le donne a mettere al mondo gli uomini (e tutti gli esseri umani)** e, dopo essere stati portati nei nostri uteri per nove mesi, partoriti, allattati, spesso cresciuti principalmente da donne, ci sono uomini che ci opprimono, soprattutto in alcune parti del mondo. È una delle più grandi contraddizioni dei nostri tempi, e necessita di un cambiamento massiccio.

Negli Stati Uniti le donne hanno ottenuto il diritto di voto solo nel 1920 e in gran parte del mondo le donne sono ritenute inferiori agli uomini. Il 95 per cento degli amministratori delegati di imprese a scopo di lucro sono uomini. Eppure, *tutti* gli uomini *nascono* da una donna!

E ora, in base a quanto dice il nuovo report del Centro per il Progresso Americano: “Il 42 per cento delle madri sono state le uniche o le principali figure di mantenimento della propria famiglia nell’ultimo anno [2019] e un ulteriore 22 per cento ha contribuito al suo sostegno”. Quindi, il 64 per cento delle donne oggi è, primariamente o collaborativamente, capofamiglia, questo oltre a partorire tutti gli uomini, e siamo ancora in una società patriarcale?

*Cambia lo status quo
o diventalo.*

MARK SHAYLER

Ho vissuto il bello, il fantastico e il brutto mentre le mie aziende nascevano e si sviluppavano, spingendomi oltre i confini della leadership femminile e di ciò che è accettabile nella società. Ho creato innovazioni in categorie come le mestruazioni, la pipì, la cacca, e parlarne ha fatto sentire alcune persone a disagio. Ho dovuto superare stigmi sociali, tabù culturali, investitori maschi disgustati e il doppio standard³ della leadership femminile. Il mio obiettivo qui è condividere ciò che ho imparato lungo la strada.

Ho anche affrontato i contraccolpi del patriarcato e sperimentato sulla mia pelle i tentativi di tenere una leader donna “sotto controllo” affinché non fosse “troppo sovversiva” o “troppo forte”. Ho dovuto scegliere se zittirmi e ridurmi a quello che è socialmente accettabile o continuare a spingere sui limiti e protestare in maniera produttiva, e ho scelto la seconda, perché tutto fa parte della sfida di essere una sovversiva. Sono profondamente convinta che le cose succedano **per noi**, e non **a noi**, se accettiamo che siano parti del nostro percorso – belle e brutte – con la stessa sete di conoscenza e la volontà di capire che cosa ha funzionato e cosa no, allora, alla fine, tutto questo sarà stato una benedizione.

CHE COSA VUOL DIRE SOVVERSIVA?

Una Sovversiva mette in discussione ogni cosa nella propria vita, nella cultura e nella società, per assicurarsi di trarre il massimo dalle proprie esperienze di vita prima che tutto quanto bruci come un fuoco di paglia.

Una sovversiva è consapevole del fatto che ci sono all’incirca 21.000 giorni da vivere tra il momento in cui ci si laurea (di solito intorno ai 22 anni) e il momento in cui si muore (di solito intorno agli 80 anni) e sa perfettamente che il tempo è la risorsa più esauribile che abbiamo. Per questo una sovversiva è focalizzata sul creare il maggior valore possibile per sé, per la propria comunità e per il mondo durante questo breve periodo. Come Thoreau, vuole “succhiare tutto il midollo della vita”.

Tenendo quindi a mente la nostra mortalità (o, come mi piace chiamarla, “la sacra schifezza dell’essere vivi”), una sovversiva non

è spaventata di andare avanti e provare cose nuove, anche se il terreno davanti a lei è pietroso e sconnesso. È coraggiosa e fiera di essere pienamente se stessa, con tutti i suoi difetti, prende parola e condivide i suoi pensieri, anche se la società potrebbe attaccare il suo “nuovo modo di pensare”. Parole come “fallire” e “fallimento” non sono nel suo vocabolario, per lei ogni esperienza è un’opportunità per imparare e crescere, ed è fiera di mettersi in gioco per raggiungere i suoi obiettivi. Una sovversiva sa che esistono odiatrici che vogliono rimetterla al suo posto – ma anche persone disposte a sostenerla – e sa riconoscerle, perché diventano tali quando loro stesse sono ferite, per cui ha imparato a non prenderla troppo sul personale. Una sovversiva che ha figli pensa che essere madre dovrebbe figurare sul suo curriculum (e non essere visto come un handicap per il lavoro), perché è in grado di prendersi cura di un’altra vita con altruismo, 24 ore su 24, anche se è ammalata o esausta, perché è multitasking e sa gestire il suo tempo in maniera efficiente.

Solo quando mettiamo in discussione, sfidiamo e poi rovesciamo ogni aspetto della nostra vita possiamo vivere un’esistenza più eccitante, appassionata, illuminata e ricca di avventura, amore, amicizia e lavoro appagante, generando un effetto a catena positivo per la prossima generazione.



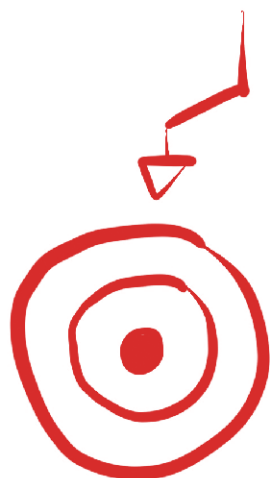
Stai per affrontare 13 sovversioni che ti permetteranno di vivere appieno la tua vita personale e professionale, di rendere il tuo percorso più vivace e riempirlo di significato, e di avere un effetto genuino, trasformativo e positivo su tutto ciò che fai.

Ogni capitolo inizia con luoghi comuni “socialmente accettabili” che verranno sovvertiti uno dopo l’altro.

Alla fine del capitolo alcune domande permetteranno di applicare ciò che hai letto alla tua vita, così da ottenere risultati concreti.

Before turning the
page,

PRESS HERE



to eliminate all self-
judgment + judgment
of others.

SORPRESA!

PRIMA DI ARRIVARE ALLE 13 SOVVERSIONI NELLA TUA VITA...



Ti presento SESI, la tua amica elastico! È pronta a svegliarti (puoi com-prare un braccialetto di plastica o su Disrupther.co). Vuole stare sul POLSO DESTRO per darti più fiducia perché hai fatto la SCELTA GIUSTA decidendo di stravolgere la tua vita nel modo più audace e positivo possibile.

Disintossicarsi dal giudizio nei confronti di noi stesse e delle altre è DIFFICILE. La te stessa attuale combatterà con ogni mezzo per evitare il cambiamento e, alzando gli occhi al cielo, potrebbe pensare sono troppo vecchia per queste cazzate infantili, ma SESI sarà la tua amorevole AMICAFIDATA e ti aiuterà a ridere durante il percorso. Il suo nome completo è SEI-SII (SESI per le amiche!) ed è qui per aiutarti a valutare chi sei oggi, a capire in che cosa credi, professionalmente e personalmente, a domandarti perché ci credi e a essere la sola responsabile di chi vuoi essere in ogni aspetto della tua vita.

Sarà lei a chiederti di fare delle attività alla fine di ogni capitolo, quindi sarà la tua nuova amica immaginaria! Buon divertimento.

SOVVERSIONE #1

LUOGO COMUNE

Crescere significa
“fare sul serio”.

SOVVERSIONE

Puoi continuare a vivere
in uno stato infantile
di curiosità, giocosità, stupore
ed essere anche un'adulto responsabile.

*Ogni bambina è un'artista.
Il problema è come rimanere un'artista
quando si cresce.*

attribuita a
PABLO PICASSO

“In posizioneeeee!” (detto con forte accento indiano)

Lunga pausa per far crescere la tensione.

“Pronteeeee!” (l’accento indiano si fa ancora più marcato)

Pausa ancora più lunga.

Mio padre teneva gioiosamente in mano il fischiotto, restando in attesa. Non appena ci voltammo a guardarlo dalla linea di partenza, domandandoci come mai ci stesse mettendo così tanto a soffiare in quel maledetto fischiotto – BEEEP! – fischiò più forte che poté.

Era il 2005 ed eravamo al decimo barbecue annuale della famiglia (affettuosamente chiamato AgraPalooza). Mia sorella gemella Radha e io dovevamo difendere il nostro titolo di campionesse nella gara a tre gambe (imbattute da ben nove anni, aggiungerei). Ammetto che avevamo un vantaggio non da poco sulle altre squadre, compresa quella della nostra sorella maggiore, Yuri, perché due gemelle identiche in questo gioco sono praticamente cloni legati assieme.

Un, due! Un, due!”

“Parti col sinistro alla curva!!”

“Andiamo!!!”

Percorsi quattro giri del giardino stavamo per sconfiggere le altre cinque finaliste e conquistare il nostro decimo titolo con annesso un ENORME diritto a vantarci.

Mentre facevamo un-due sul prato all’improvviso, a metà della gara, accadde l’imprevedibile.

SANGUE.

OVUNQUE...

Ok, non proprio ovunque. Non era un tragico incidente con parti del corpo maciullate.

Oddio! Mi è appena venuto il ciclo!” urlò Radha.

“Noooooo!” Urlai a mia volta.

Radha perdeva sangue attraverso il costume, che le scendeva lungo le gambe fino ad arrivare alle calze – anche alle mie, dato che eravamo legate l’una all’altra.

Adottammo la soluzione più ovvia: andare avanti. Uno sprint fino al traguardo (primo posto... dovevo dirlo) e poi, ancora legate, continuammo a correre il più velocemente possibile – questa volta in direzione del bagno in cima alle scale, dove Radha poté cambiarsi il costume.

“Uffa, il mio costume preferito!”



Mentre la guardavo lavare via il sangue nel lavandino nella mia mente prese a echeggiare lo scampanello di una GRANDE IDEA.

“E se creassimo un paio di mutande belle, semplici, che non si macchiano e non perdono mai?” le dissi. “Non sarebbe fantastico se ci fossero delle mutande che, invece di macchiarsi per sempre o rovinarsi al punto di doverle buttare, si potesse semplicemente sciacquare? Anzi, ancora meglio, delle mutande capaci di assorbire il sangue.” Da quel momento le nostre menti da imprenditrici andarono alla massima potenza. Cominciammo a immaginarci slogan come “Niente macchie. Niente perdite, è solo ciclo!” Lo scrivemmo subito.

Nessuna delle due in quel momento poteva immaginarsi che questa idea, nata dalla corsa a tre gambe ad Agra-Palooza, avrebbe dato origine a un’impresa multimilionaria alcuni anni dopo, rivoluzionando la vita di milioni di donne in tutto il mondo. L’idea di THINX avrebbe potuto non vedere mai la luce se non avessimo creato uno spazio di gioco per noi stesse una volta adulte.

Spesso si dice che le nostre figlie siano le migliori insegnanti grazie al candore dei loro pensieri. Lo stesso vale nel mondo dell'imprenditoria: le idee innovative spesso arrivano quando siamo intente a giocare "come bambine".

QUANDO ABBIAMO SMESSO DI #MERAVIGLIARCI COME BAMBINE PER PASSARE ALLA #ADULTITÀ?

DEFINIZIONE DI #MERAVIGLIA

Stato di infantile curiosità, giocosità e stupore. Un momento in cui la creatività è al top e gli "oh" abbondano. Giocare è costruttivo e arricchisce il mondo. In questo stato non c'è consapevolezza di sé, è un flusso straripante.

DEFINIZIONE DI #ADULTITÀ

Essere un'adulta responsabile significa pagare le bollette e vivere secondo i dettami della società, come avere un mutuo di 30 anni o non parlare con nessuno in metropolitana.

La società giudica per come si dovrebbe apparire e agire, cosa di cui si è più consapevoli nello stato di #adulità, il che spesso impedisce il fluire più sincero e autentico di ciò che siamo.

"Ok, facciamo che tu prendi Ganzy e io Skippy." Skippy lo scoiattolo era il mio peluche preferito e Ganzy l'orso era quello di Radha. "Skippy e Ganzy sono nello spazio cosmico e volano nel cielo e vedono un'aliena simpatica, diventano amiche e l'aliena – chiamiamola Ali – invita Skippy e Ganzy a casa sua e fa vedere loro tutte le cose viscide che mangia." Tra una parola e l'altra respiravo appena mentre inventavo la trama più veloce che potevo.



Radha proseguì entusiasta: "Sì, esatto. E poi Ali le porta a conoscere la sua famiglia e cantano una canzone tutte insieme." La canzone faceva tipo: "Fejfepwomi'repibnevoimvolmrw" e Radha la cantava a squarciagola.

La storia continuava per ore e noi, a cinque anni, giocavamo con i nostri animali di peluche in mano, ridacchiando e divertendoci tantissimo.

Permetterci di fantasticare
e giocare sviluppa la parte creativa
della mente.

Ricordi quando eravamo bambine e volevamo solo cantare, giocare a nascondino, immergere i piedi nel fango, fare sport, disegnare e DIVERTIRCI? Ricordi quando non ci importava un bel niente delle cose “alla moda” o “socialmente accettabili” perché non avevamo la minima idea di cosa significasse? Piangevamo se avevamo fame o se ci eravamo fatte male e un dopo istante passava tutto. Ridevamo FORTISSIMO per tutto ciò che ci sembrava divertente ed eravamo infinitamente incuriosite dal mondo intorno a noi (tipo, com'è che i peli del naso di papà crescono così lunghi?). In quel momento della nostra vita pensavamo di poter FARE TUTTO, ESSERE TUTTO. E non avevamo idea dell'esistenza delle disuguaglianze di genere.

Finché, alcuni anni dopo, abbiamo iniziato a sentire frasi come: “Non sei più una bambina. Smettila di giocare.”

“Cresci.”

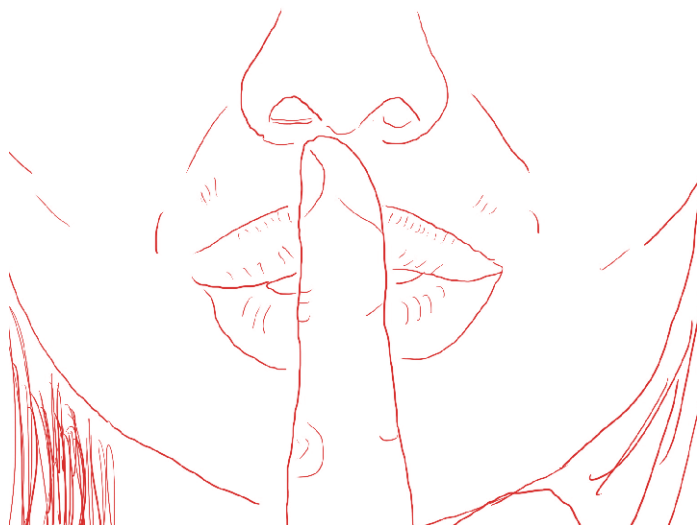
“Fai sul serio.”

“Smettila di fissare.”

“Smettila di parlare ad alta voce, per favore. Siediti e stai buona.”

“Shhht”

Tutte quelle cose innocenti che facevamo da bambine crescendo sono diventate “indecenti” o “fastidiose”.



LA CADUTA IN DISGRAZIA: DA #MERAUVIGLIA A #ADULTITÀ

Innocente → Indecente

Giocosa → Sovversiva

Divertente → Sbagliata

E così ha inizio il “condizionamento”. In vari modi.



“Buongiorno signora S!”

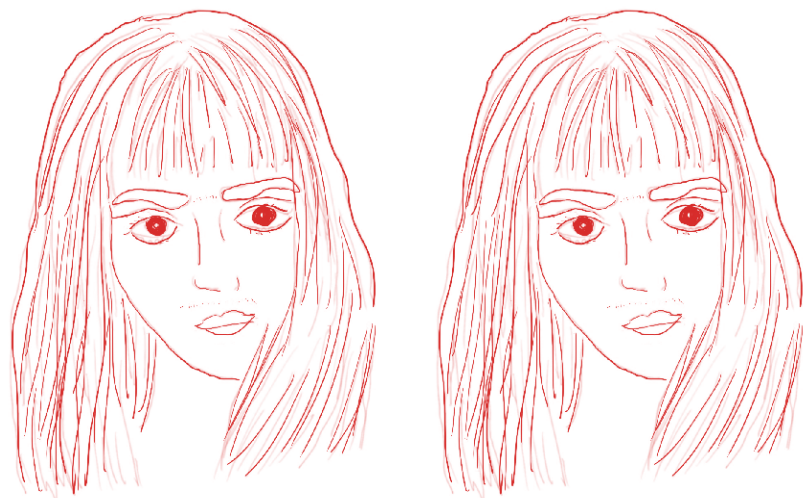
Radha e io adoravamo andare a casa della nostra amica V, perché da lei si mangiava cibo tradizionale greco cucinato da sua madre e si giocava a Super Mario (cosa che nella nostra rigida famiglia asiatica non era permesso).

Verso la fine della cena la signora S ci disse: “Ragazze, penso che sia arrivato il momento che vi porti dalla mia estetista per una bella ceretta al labbro superiore e alle sopracciglia. Ormai avete 15 anni, è ora di cominciare ad avere un aspetto più femminile. V lo fa da più di un anno e sta benissimo!”

Lo disse con tutto l'amore e l'attenzione possibili, voleva davvero ciò che era “meglio” per noi. Radha e io di certo avevamo dei peli sul labbro superiore ai tempi, eravamo in fase ormonale e ci spuntavano cose ovunque (#monosopracciglio #baffetti). Non era chiaro chi fosse più pelosa, se due mezze indiane come noi o delle greche come loro. La nostra metà giapponese di sicuro stemperava la situazione.

Fino ad allora non ci eravamo rese conto che ci fosse qualcosa di "male" nell'aver qualche pelo. La signora S era una persona meravigliosamente affettuosa, ma anche lei ci stava condizionando a rapportarci a noi stesse in modo conforme agli standard femminili della società, che secondo quanto le era stato insegnato era anche quello più attraente per l'altro sesso.

Passare dal non pensare al nostro aspetto all'esserne consapevoli fu come "cadere in disgrazia". Quello fu l'istante in cui abbiamo realizzato che la società ci giudica e dice che qualcosa non va se sul nostro corpo restano dei peli.



Entrate nell'adolescenza cominciammo a perdere di vista il nostro stato infantile di curiosità, giocosità e stupore. Il mondo intorno cominciava a metterci pressione. Dapprima cercando di convincerci dell'importanza di cose come il possesso materiale, l'aspetto e il fare follie per i ragazzi (sì, mi sono depilata le gambe per te Ravi: grazie per non averlo notato). La società ci agitava il dito e ci diceva che cosa potevamo o non potevamo fare e quali erano i limiti (non parlare di "mestruazioni" o "perdite"). E poi immagini su immagini di come le donne, secondo un punto di vista sessualmente oggettificante, "dovrebbero" apparire.

Così ha avuto inizio la demolizione della nostra e altrui autostima. E poi, finalmente, l'adulità, quando anni e anni di condizionamento sociale e lavaggio del cervello hanno dato i loro frutti.



Mio padre iniziò a ridere.

"Sei come una torta di Natale!"

"In che senso papà?"

"Oggi è il tuo ventiseiesimo compleanno."

"E che c'entra con la torta di Natale?"

"Be', il 26 dicembre le torte di Natale sono vecchie e nessuno le vuole più." Prese a ridere ancora di più: "Dobbiamo mettere il tuo nome nel Times indiano nella sezione matrimoni con scritto 'green card garantita' per attirare dei pretendenti." Non riusciva a smettere di ridere.

"Wow, che spasso."

Voleva essere uno scherzo innocente, ma mi diede la consapevolezza della mia età e della mancanza di un partner. E questo pensiero cominciò a ronzarmi in testa.



Ad ogni età siamo condizionate dalle persone intorno e ci viene fatto credere che è così che funziona e che dobbiamo conformarci. E una volta adulte quei pensieri diventano verità:

"Devi sposarti e procreare."

"Trovalti un lavoro ben pagato, stabile e con dei benefit."

"Non fare l'artista o la 'creativa' – che poi, cosa significa? Si guadagna pochissimo e non è un lavoro vero."

"Compra un bell'appartamento."

"Devi sistemarti e fare figli presto, altrimenti ti ritroverai vecchia, sola e con un gatto. Non è questo che vuoi."

Nella fase di #adulità iniziamo a fare tutte quelle cose che i nostri genitori hanno fatto o ci hanno insegnato a pensare che dovevamo fare: "È così che fanno gli adulti" o "Fai queste tre cose e avrai una vita serena e sicura". Non è che sbagliamo, sono cose che

per loro hanno funzionato, perciò ne hanno sempre parlato con quella disinvoltura e un tono che ci davano una parvenza di sicurezza, giusto?

Le cose però diventano molto serie molto in fretta. Lo stato di #meravigliata giocosità e divertimento che una volta aveva il primo posto finisce sempre più in fondo alla lista delle priorità.

Anche Robert Provine, lo "scienziato della risata" (è un lavoro vero), ha scoperto che i bambini ridono 300 volte al giorno. Gli adulti 20.



Se non invertiamo la rotta e creiamo intenzionalmente una dimensione giocosa in ciò che facciamo, la nostra vita adulta sarà inevitabilmente monotona, prevedibile e, be', poco divertente.

Così quando guardi indietro noti che il cambiamento dalla capacità di stupirsi (giocosità infantile, curiosità e stupore) all'essere adulte è avvenuto quando, da che non t'interessava che cosa pensassero di te le altre persone e la società (#meraviglia), ha iniziato a essere estremamente importante il modo in cui sei giudicata e vista dal mondo (#adulità).

L'adulità non arriva all'improvviso: è la morte lenta dell'auto-stima per le migliaia di minutissime ferite. Possono essere dovute qualsiasi cosa, dal sentirci dire che non possiamo o non dobbiamo fare qualcosa, al "non spingete i ragazzi giù dalla montagna" perché è inappropriato, è un tabù, è inaccettabile per la società, o semplicemente "sbagliato". Veniamo caricate di così tante questioni da esserne soffocate, a cominciare dai problemi dei nostri genitori, e poi i giudizi famigliari, i drammi del vicinato, le sceneggiate delle amiche, le insegnanti che ripetono "siediti e fai silenzio" come un disco rotto, la competizione scolastica, le modalità dei capi, l'indignazione dei media, lo status quo della società. Iniziamo a sentire frasi come "Cresci", "Non fare l'idiota", "Ti stai rendendo ridicola", "Scendi dalle nuvole", "Sii seria", "Sii realista".

È davvero difficile non perdere lo stato infantile di curiosità e meraviglia quando veniamo soffocate da così tante questioni.

CORRI "COME UNA RAGAZZA": OVVERO CHE COSA SUCCEDEREBBE SE IL PENSIERO COMUNE HA LA MEGLIO

"Fammi vedere che cosa significa correre come una ragazza" chiede la regista di una pubblicità a una ragazza di 15 anni.

L'adolescente bionda inizia a correre lentamente, con le braccia e le gambe molli, come per tenersi a galla, e fa muovere i capelli da una parte all'altra.

La stessa domanda viene posta a una ragazza mora un po' più grande, anche lei corricchia e poi si afferra i capelli, dicendo con tono drammatico e gracchiante: "I miei capelli!".

Un'adolescente afroamericana, alla stessa domanda, ridacchia e corre facendo svolazzare le braccia come una farfalla imbranata.

Anche un ragazzo di 12 anni e un giovane di 20 circa fanno le stesse mosse "da ragazze".

Societal
indoctrination



Fierce
determination



“Mostrami come combatte una ragazza.”

Il giovane di 20 anni fa fluttuare debolmente le braccia davanti a sé, come se stesse scacciando un'ape con un avanti veloce. Le adolescenti fanno movimenti simili con le mani, deboli e molli.

“Ora lancia come una ragazza.”

Ognuna mima il lancio di una palla immaginaria e tutte lo fanno in modo strano, annoiate e di nuovo deboli.

La regista della pubblicità fa entrare delle ragazze più giovani, di meno di 12 anni, e fa loro le stesse richieste.

“Mostrami che cosa significa correre come una ragazza.”

La prima, di 10 anni, con in volto la massima determinazione, corre più forte che può. Lo stesso fa la ragazza di 11, scatta sul posto dando il meglio di sé. Una bambina di 6 anni corre a perditofiato attraverso lo schermo con addosso un tutù rosa.

“Lancia come una ragazza” chiede la regista.

Altre ragazze e bambine lanciano forte quanto riescono, con la concentrazione dipinta sul volto.

“Combatti come una ragazza.”

Le stesse giovani fingono di combattere con tutta la forza che hanno, fiere e determinate.

“Che cosa intendo quando dico ‘corri come una ragazza?’” domanda la regista a una bambina di 8 anni.

“Corri il più forte possibile” risponde lei, come se fosse ovvio.

“‘Come una ragazza’ è una bella cosa?” chiede poi la regista alla dodicenne.

All'inizio lei resta in silenzio, poi risponde: “In realtà non so se sia una cosa brutta o bella. Suona male. Sembra una cosa che una persona dice per umiliarne un'altra.”

L'obiettivo di questa pubblicità è mostrare come l'autostima delle ragazze venga duramente colpita durante la pubertà.

“In un'età in cui si è così vulnerabili, tra i 10 e i 12 anni, quale effetto pensi che abbia sentire qualcuno usare ‘come una ragazza’ come insulto?” chiede la regista all'adolescente bionda.

Lei risponde con saggezza: “Penso che ne faccia crollare l'autostima e le butti giù, perché è un periodo cruciale per la scoperta di sé.”

Una volta che la regista ha spiegato tutto questo al primo gruppo di adolescenti, chiede loro nuovamente di correre, lanciare e combattere “come una ragazza”. E tutte questa volta lo rifanno con fierezza, determinazione e concentrazione, come avrebbero fatto se la società non avesse trasmesso loro che cosa s'intende quando si dice “come una ragazza”. In questo modo tornano a essere chi sono veramente, ricominciando ad avere fiducia in sé stesse solo perché hanno avuto il permesso di farlo.

È uno spot illuminante, che illustra con chiarezza l'impatto della società fin dalla tenera età, soprattutto sulle ragazze e le donne, e che, se non cambiamo direzione il più velocemente possibile, risolvere il problema sarà molto più complicato.

Se invece ci rendiamo conto del perché e del per come sta succedendo e riusciamo a intercettare questo modo di pensare prima che per noi le nostre menti, allora la soluzione è a portata di mano.

DALLA #MERAUVIGLIA ALLA #ADULTITÀ E DI NUOVO ALLA #MERAUVIGLIA

Alla mia festa “premaman” ho ricevuto una marea di libri per bambini Brooklyn-chic, avvolti in una corda di iuta vintage (senza dimenticare il bastone di palo santo per un ulteriore tono hipster), e di nuovo sono stata solleticata da parole divertenti e canterine, con immagini colorate, fantasiose e dipinte a mano. Così ho avuto un'altra epifania:

**Se vogliamo davvero essere Sovversive,
dobbiamo ritrovare lo stato di curiosa
e giocosa #meraviglia che c'era prima
che lo stato di #adulità prendesse
il sopravvento.**

Che cosa succede allora nello stato di #meraviglia? Non esistono giudizi preesistenti. Nello stato di #meraviglia non siamo consapevoli di noi stesse: siamo infinitamente affascinate da tutto ciò che ci circonda e lo diciamo ad alta voce. Nello stato di #meraviglia corriamo più veloci che possiamo. Nello stato di #meraviglia diciamo a papà che sta diventando pelato e alla mamma che è ingrassata, senza alcun filtro, perché è la pura verità. Lo diciamo senza la negatività giudicante della società nella voce, e questo fa sì che non ferisca i sentimenti altrui. Nessuna offesa o imbarazzo, perché il modo in cui diciamo le cose è quello della pura realtà e dell'affettuoso incanto. Per diventare delle vere Sovversive nel nostro stato di #adulità dobbiamo rinascere senza alcun preconcetto di come noi (e le altre) “dovremmo” agire “in quanto adulte”.

Esiste davvero una maniera per essere adulte responsabili e al contempo vivere in uno stato di curiosità genuina, giocosa e meravigliata.

ABBIAMO TUTTE PENSATO DI ESSERE ARTISTE (UN ULTERIORE ESEMPIO PER PORTARE ACQUA AL MIO MULINO)

*Non so niente con certezza,
ma vedere le stelle mi fa sempre sognare.*

VINCENT VAN GOGH

Gordon MacKenzie è stato uno dei direttori creativi di Halmark per trent'anni. Per mantenere vivo il suo stato di #meraviglia andava tutti i mesi a fare volontariato in una scuola elementare, per ritrovarsi circondato da bambine con gli occhi luccicanti e i capelli spettinati. In ogni classe poneva la stessa domanda: “Quante artiste ci sono in quest'aula?”. È interessante notare (anche se non sorprende) come le risposte cambino con l'età.

In prima elementare, scrive MacKenzie, si “alzavano dalla sedia, sventolando le braccia e con le mani protese come a toccare il soffitto”. Tutte pensavano di essere artiste.

In elementare soltanto la metà delle braccia si alzava, “le spalle erano su, ma non troppo, e le mani erano rigide.”



In terza elementare solo dieci bambine su trenta, “con esitazione e consapevolezza”, alzavano le mani.

Più si saliva di classe, minore era il numero di mani alzate. In prima media non erano più di una o due e “lo facevano in modo circospetto e modesto, con gli occhi che si spostavano da un lato all’altro per il disagio, tradendo la paura di essere identificate dal gruppo come artiste in segreto.”

Col passare degli anni le insegnanti e la società ci hanno insegnato a stare buone e tornare al nostro posto, pensando di fare la cosa migliore per mantenere l’ordine, ma stampandoci addosso il marchio “sii normale”, “non essere te stessa” “non lasciare che il tuo genio creativo risplenda”. Le bambine sono quindi sempre più intimorite dall’autorità e da come la società giudica il loro genio creativo. È il circolo vizioso che ci spinge a essere sempre più “normali”.

Essere una Sovversiva significa riaprire quello spazio nella mente che consente al nostro stato infantile di curiosità, giocosità e meraviglia di uscire, così che il nostro vero genio e il nostro vero spirito si mostrino in tutto il loro splendore. Creare ordine è importante perché la società possa andare avanti, ma questo ordine non dovrebbe essere raggiunto attraverso tattiche di autocoscienza che soffocano le vere inclinazioni delle persone. C’è spazio per tutto.

L’IMPORTANZA DI TROVARE DEI LUOGHI IN CUI PRATICARE LA #MERAUVIGLIA DA ADULTE

“Dai Andrew, muoviti!”

Ho pedalato attraverso la spiaggia durante il Burning Man 2017, impaziente di vedere le opere che erano state messe in giro per il deserto. È uno dei miei riti annuali preferiti: bere alla salute della creatività degli umani. Non un cartellino, un nome o un logo sulle opere, perché una delle regole del Burning Man è la “de-mercificazione”. Non è una questione di ego o riconoscimento, solo diffondere l’arte nel mondo per il puro gusto di farlo e di esprimersi in modo radicale. C’era una bambola alta quanto un palazzo di cinque piani che si muoveva come una marionetta; c’erano auto di

ogni foggia, da una “discoteca navicella spaziale” a un enorme unicorno; c’era un albero di Ténére incredibilmente realistico, con le foglie che di giorno erano verdi e di notte s’illuminavano nei colori dell’arcobaleno. Il Burning Man è una distesa di opere d’arte, dalle più piccole alle più grandi, dalle più elaborate alle più semplici.

Durante la nostra avventura ci siamo imbattute in un’installazione artistica in mezzo al deserto: una lavatrice con sopra un finto gatto dormiente; un sistema meccanico nel gatto faceva sì che sembrava respirasse.



Sono stata talmente attratta da questa divertente installazione da sedermi sulla lavatrice per sperimentarla.

A un tratto è comparso uno sconosciuto in bici con due amici.

“Anche tu hai problemi col bucato?”

Non mi ha dato il tempo di rispondere.

“Perché io continuavo a provarci ma i vestiti restavano bagnati, così li ho lasciati qui.” Ha tirato fuori una gomma da masticare, la ha tolta dall’involucro e l’ha messa nella vaschetta del detersivo.

“Fammi vedere se funziona. Prima una persona mi ha detto che avrebbe sistemato il problema. A quanto pare per lui ha funzionato.”

Continuava a parlare come se stessimo avendo una vera conversazione, ma faceva tutto da solo.

Ho ridacchiato per tutta l’interazione e ho pensato che nel “mondo reale” quel tizio sarebbe sembrato completamente matto, ma che in quel luogo bizzarro la sua stravaganza era accolta e, anzi, vista come una boccata d’aria fresca.

Ero deliziata da questa esperienza. Ed è stato allora che ho realizzato quanto il **CONTESTO** sia importante nel mondo.

Ci è “concesso” essere stravaganti da bambine, su un palcoscenico o in luoghi come Burning Man perché la società ritiene sia “accettabile” in questi luoghi.

Ma da adulte, nel contesto del “mondo reale”, dobbiamo comportarci in modo diverso, seguire le regole della società. È il contesto che determina come comportarci e dove farlo.

Immagina se potessimo essere stuzzicate da questo genere di scena nella quotidianità senza pensare che quel tizio abbia perso la ragione. Pensa se non giudicassimo le persone con la severità con cui lo facciamo di solito se non fossimo così avvolte dal modo in cui le cose “dovrebbero essere” in questo mondo. Pensa se la smettessimo di giudicare le altre: forse la smetteremmo anche di giudicare noi stesse e ci daremmo il permesso di essere esattamente chi vogliamo essere e di mostrarci al mondo nel modo in cui vogliamo. Siamo esseri fluidi, ma la società ha reso difficilissimo mostrarci come vorremmo in molti contesti. Queste “linee guida sociali” sono miraggi: non esistono davvero, sono solo costrutti a cui noi SCEGLIAMO di aderire.

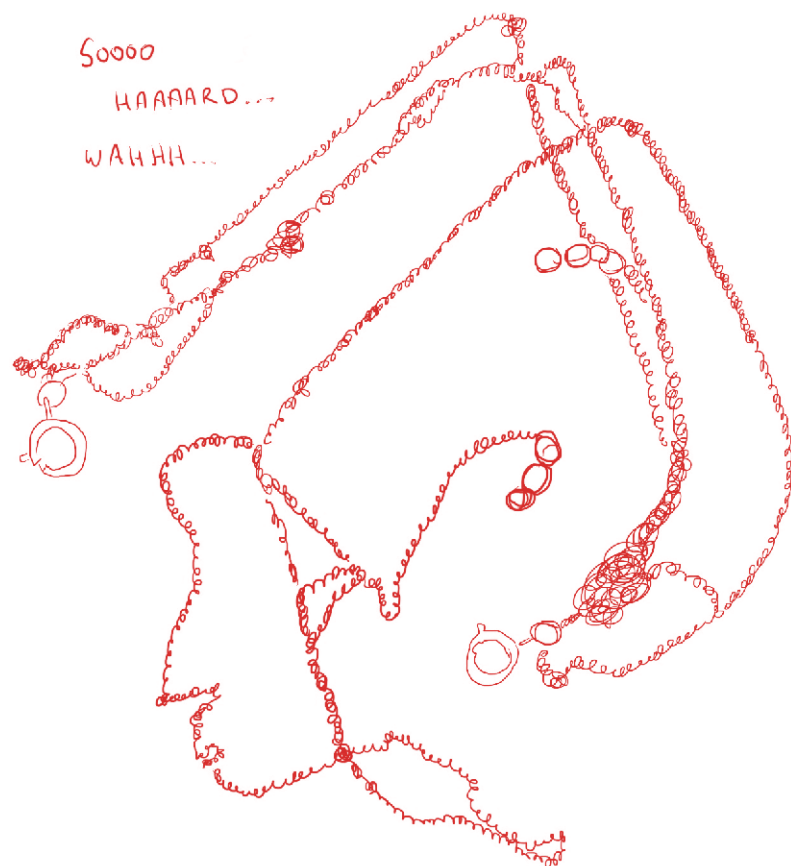
Torno a Burning Man ogni anno perché è lì che faccio il pieno al mio serbatoio di ispirazione creativa ed è lì che il mio pensiero sui “costrutti sociali” si resetta. Essere giocosa e stramba è parte integrante del mio processo creativo in ogni cosa, nel lavoro come nella vita, e sono più creativa e viva quando non ci sono limiti (se non quelli d’amore) entro cui giocare da adulta.

PER FARE IL PUNTO

La mente intuitiva è un dono sacro e la mente razionale il suo umile servo. Noi abbiamo creato una società che onora il servo e ha dimenticato il dono.

BOB SAMPLES,
The Metaphoric Mind

Ho voluto chiudere questa sovversione con alcuni esempi perché il “#pensare-da-adulte” è profondamente radicato in noi. È come districare una lunga collana con così tanti nodi che non si sa da dove cominciare.

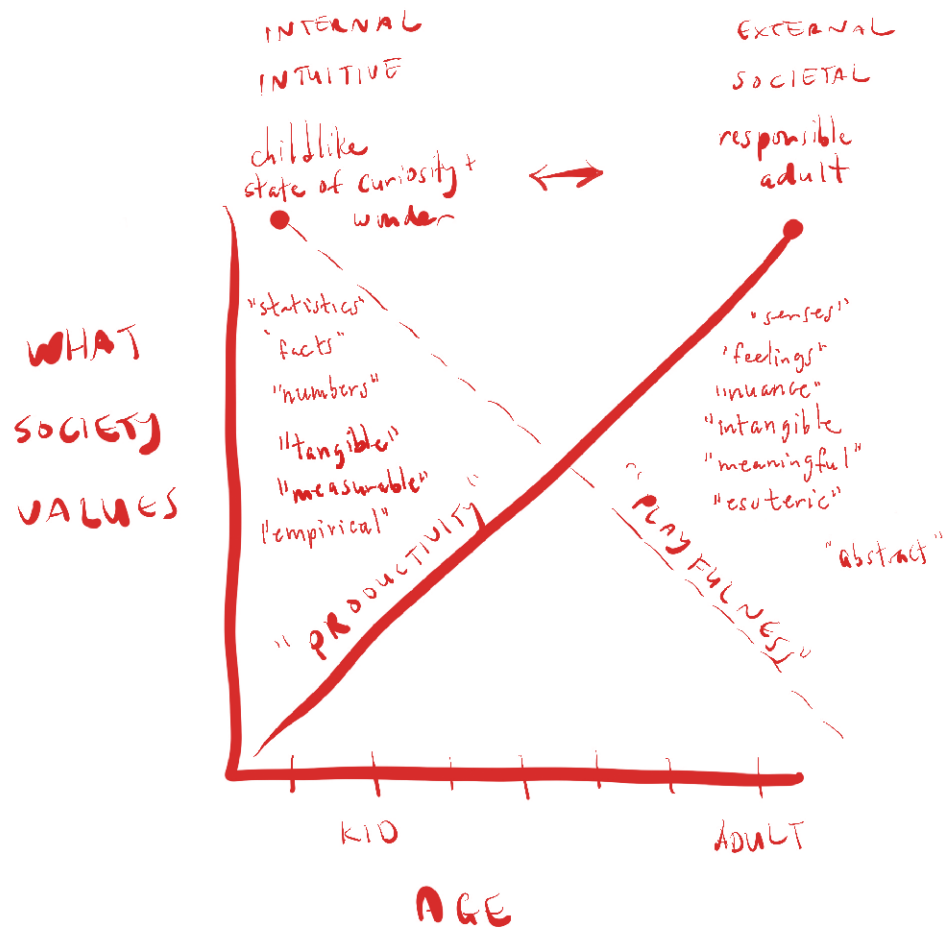


Ricapitoliamo. Crescendo, il condizionamento sociale ci toglie dal nostro stato di #meraviglia e ci mette nel contenitore di ciò che viene spacciato come “accettabile” secondo standard inventati. Storicamente la società ha dato più importanza alla produttività che al gioco perché è la prima a portare ricchezza e stabilità. Quale fondatrice e amministratrice delegata di diverse imprese, oggi come in passato mi rendo conto dell’importanza di essere

produttive e della necessità di un buon lavoro per mantenere stabili i propri affari. Ma la Sovversiva che è in noi ha anche bisogno di prendersi una pausa dal condizionamento, dallo stato di #adulto giudicante e di entrare nello stato di #meraviglia per essere pienamente noi stesse – strambe, creative, curiose, giocose, piene di stupore, uniche – cosa che a sua volta ci aiuta a pensare con più chiarezza al lavoro che stiamo facendo e alle nostre vite in generale. Non è forse vero che pensiamo più chiaramente e creativamente quando siamo noi stesse rispetto a quando cerchiamo di essere un’altra persona o di rientrare in una categoria che la società ritiene accettabile? Una Sovversiva dà valore a ENTRAMBE le cose, tiene in considerazione sia i risultati concreti sia gli elementi meno tangibili della giocosità.

Più che le nostre abitudini di lavoro, si tratta di decostruire un modo di pensare. Il punto non è prendersi più giorni di vacanza, avere più tempo libero o uscire dal lavoro per “bighellonare”. Dev’esserci intenzionalità nel gioco, anche se l’intento è quello di “non fare nulla”, affinché la nostra mente guadagni spazio per pensare in modo più chiaro e creativo.

Il primo passo per diventare una Sovversiva è riscoprire il nostro puro, genuino entusiasmo per la vita, restando a bocca aperta come farebbe una bambina quando vede qualcosa per la prima volta, senza l’occhio critico della società.



We must value both.
To the degree we are disruptive
is when we honor both productivity +
playfulness.

SOVERSIONE #1

ESERCIZI

Rispondi a questi punti (puoi farlo da sola, con un'altra Sovversiva o in gruppo):

1. Racconta di una volta in cui, da bambina, il tuo stato infantile di curiosità, giocosità e stupore (la tua #meraviglia) è venuto fuori.
2. Racconta di una volta in cui, da adulta, il tuo stato di #meraviglia è venuto fuori.
3. Chi ti ha insegnato a giocare? O è qualcosa che hai scoperto da sola?
4. Chi attualmente t'incoraggia a vivere nello stato di #meraviglia e sostiene i tuoi sogni?
5. Chi nella tua vita lavorativa tira fuori il tuo stato di #meraviglia?