

Perché ci poniamo obiettivi impossibili?

Varie circostanze successe ultimamente mi hanno fatto pensare alle aspettative che nutriamo nelle nostre vite: su come giudichiamo se ci stiamo muovendo nella giusta direzione e su come capiamo cosa vogliamo in primo luogo. E recentemente ho scoperto di avere una nuova e crescente disponibilità a essere meno rigida sulle mie aspettative riguardo a quasi tutto.



C'è un quadro sorprendente, intitolato semplicemente "Autoritratto", dell'artista franco-svizzera Marguerite Burnat-Provins, scrittrice e pittrice. In quest'opera non datata, una donna vestita con un lungo abito blu si accascia su una poltrona accanto a un tavolo, fissando il pavimento come se fosse persa nei suoi pensieri. Una mano è appoggiata su un diario non aperto, mentre l'altra è adagiata sul suo grembo e stringe una penna o una matita.

Sembra leggermente abbattuta e si potrebbe interpretare la scena come una donna priva di motivazione o bloccata nell'incertezza, che non sa come procedere. Ma a me sembra che la sua espressione facciale sia anche riflessiva, come se volesse comunicare o creare qualcosa, ma fosse anche disposta ad aspettare la chiarezza prima di agire. Non abbiamo sempre bisogno di ottenere le cose a un ritmo preconcepito o in un arco di tempo stabilito arbitrariamente.

In questo processo di discernimento su come procedere, mi chiedo se non dovremmo fermarci più spesso a chiederci in base a quali aspettative stiamo vivendo: perché ci sforziamo di raggiungere certi obiettivi, accettiamo certe pressioni? Questo non vuol dire che avere degli obiettivi sia una cosa negativa. Piuttosto, sono curiosa di sapere che cosa rivelano le nostre aspettative per la vita su come vediamo il nostro vero valore come individui e su dove abbiamo imparato a porre il valore.

Sono attratta dal dettaglio della pianta nel dipinto. Una metà sembra appassita. L'altra metà, un rigoglioso stelo di bucaneve, si protende verso la donna. I fiori bianchi sembrano simboleggiare la speranza, l'arrivo della primavera. Sono una nuova vita che germoglia, anche in mezzo a circostanze difficili.



Mi piace la composizione del dipinto "Grande vetrina luminosa" del 1912 dell'espressionista tedesco Auguste Macke. Una donna alta ed elegante si trova di fronte a una grande vetrina apparentemente senza confini, piena di forme astratte colorate che si fondono l'una nell'altra. Non si capisce quasi cosa sia, e la donna stessa sembra poter entrare nella vetrina e perdersi

in essa. È probabile che sia in giro per la città per una serata formale - il suo abito cade a terra sotto l'orlo del cappotto foderato di pelliccia - ma si ferma a guardare, affascinata da tutto ciò che offre la vetrina.

La cultura del consumo crea in tutti noi, in qualche misura, una crisi di discernimento e di identità. La testa della donna è leggermente inclinata, come se cercasse di capire cosa potrebbe desiderare o essere convinta di aver bisogno. Molti di noi sono ben allenati non solo a desiderare cose materiali non essenziali, ma anche a credere che avere le risorse per accumulare all'infinito le cose possa placarci o soddisfarci, e magari consolidare la nostra identità di persona di valore. Ma quanto siamo esperti nel discernere tra i desideri che il mondo condiziona in noi e quelli che affiorano da qualche parte più profonda?

Immaginate se il nostro profondo senso di identità derivasse da quanto bene ci amiamo.

Nel dipinto di Macke, in mezzo al tumulto di desideri indistinguibili, due cose vengono messe a fuoco con chiarezza: un cavallo al gomito sinistro della donna e un uomo alla sua destra, riflessi della vita reale alle sue spalle. E se guardassimo il mondo naturale o gli altri con la stessa attenzione con cui siamo stati addestrati a guardare le vetrine dei negozi o i nostri telefoni? Cosa potremmo imparare a desiderare?



Ho sempre amato le opere di Mary Cassatt, che aiutano chi le guarda a riconsiderare la bellezza e i doni della vita ordinaria. Il dipinto di Cassatt del 1893 "Il bagno del bambino" raffigura una donna seduta a terra con un bambino in grembo. La donna ha un braccio avvolto protettivamente intorno alla vita del bambino, mentre con l'altra mano gli lava i piedi. Entrambi sono ignari del nostro sguardo. La donna è persa nel prendersi cura del bambino e il bambino è perso nell'esperienza rilassante di essere accudito.

Dopo aver riflettuto un po' *sui grandi obiettivi e le aspettative che desidero raggiungere nella mia vita*, mi alzai per chiudere le tende. La prima serata stava scivolando in un bel colore marino, le persone si muovevano nelle piazzette dei loro appartamenti come lucciole nei vasi.

Mentre tiravo le tende, ho notato una scena in una finestra dall'altra parte del cortile rispetto alla mia. Una donna era seduta sul pavimento di un bagno con i suoi due figli piccoli. Il bambino più piccolo aveva le braccia aperte mentre la madre gli asciugava delicatamente il corpo con un asciugamano bianco. Ho osservato la scena per meno di 20 secondi mentre chiudevo le tende, ma mi ha lasciato un sentimento tenerissimo che si espandeva nel mio cuore.

Messa accanto al desiderio di grandi e importanti risultati che mi pongo spesso nella vita questa scena sembrava simboleggiare qualcosa di quotidiano ma ugualmente significativo, un promemoria del valore intrinseco dei modi quotidiani in cui ci prendiamo cura l'uno dell'altro, e quindi ci vediamo davvero.

Immaginate se il nostro senso di identità più profondo derivasse da quanto ci amiamo e da quanta attenzione prestiamo al benessere di tutto il creato. Forse questo potrebbe spostare le aspettative spesso sovraccariche che abbiamo su ciò che costituisce una vita ben vissuta, fruttuosa e piena di senso.

Enuma Okoro Financial Times 18 febbraio 2023