

Mackda Ghebremariam Tesfàù

LA CURA DI SÉ È CURA DELL'ALTRÒ:  
IL FEMMINISMO NERO TRA SELF-CARE E GUARIGIONE

Vivere in una società razzista/sexista che, dalla schiavitù in poi, ha perpetuato la convinzione che il ruolo primario delle donne nere fosse quello delle serve, ha fatto sì che, logicamente, molte interiorizzassero l'assunto che noi e il nostro corpo non abbiamo bisogno di cure, né da noi stesse né dagli altri. Questo presupposto è continuamente rinforzato nella nostra vita quotidiana. La cura del sé inizia con la nostra capacità di curare teneramente e amorevolmente il corpo. Noi donne nere troppo spesso trascuriamo i nostri corpi.

bell hooks<sup>1</sup>

Nel 2016 Angela Davis venne in Italia a tenere alcune lezioni magistrali, ospite tra gli altri atenei dell'Università di Bologna. Durante il suo discorso parlò di meditazione, di cibo e di benessere psico-fisico. Intuivo che la cornice di senso fosse quella di una cura di sé, ma non ne conoscevo la genealogia. Mi trovavo quindi a leggere il significato di quanto detto dall'autrice in un quadro universalizzante, come un generico appello a ricucire lo iato tra individuo e collettività, tra il prendersi cura di sé e delle altre persone. Approfondendo il ricco mondo del femminismo Nero scoprii nel tempo che ciò che la teorica ed attivista femminista intendeva non si esauriva in una prospettiva di conciliazione, ma affondava le sue radici nel lavoro di pensatrici Nere radicali che da tempo avevano messo a fuoco il tema della cura di sé nelle (e per le) minoranze.

Quando Davis parla di cibo muove da un dato che vede la popolazione afroamericana tra le più colpite da forme patologiche di obesità e problemi di salute legati ad un'alimentazione scorretta, come il

<sup>1</sup> B. HOOKS, *Sister of the Yam: Black Women and Self-recovery* (1994), Routledge, New York 2015, p. 101 (trad. mia).

diabete e le patologie cardiovascolari. La ragione di ciò è da ritrovarsi nella sproporzione tra l'accessibilità e il costo del cibo sano e nutriente – quello “buono”, magari biologico, dei ricchi – e il cibo spazzatura – quello industriale, ad alto contenuto di zuccheri, dei poveri. L'intersecarsi della linea del colore con quella di classe ha così l'effetto di rendere esplicito come anche l'alimentazione divenga per i gruppi marginalizzati uno spazio di conflitto. Per reazione, resistere alla svalutazione del corpo nero passa attraverso la scelta di alimentarsi correttamente. Quanto detto rispetto al cibo si può facilmente applicare a più domini. La “razza”, così come il genere, è un elemento di organizzazione, ed entrambi si riflettono integralmente nella struttura sociale che abitiamo. Proprio per questo, l'accento posto dalla studiosa sul benessere psico-fisico delle donne Nere è parte di un processo più ampio di decolonizzazione del sé dalla violenza regolatrice del suprematismo bianco e dell'etero-patriarcato. Questo volgere il concetto di cura verso il sé è centrale nella riflessione afroamericana e dei margini. Non pertiene infatti solo il femminismo Nero, ma si ritrova anche in pensatrici di frontiera come Gloria Anzaldúa.<sup>2</sup>

La riflessione sulla conservazione e cura di sé negli ambienti dell'attivismo, della militanza e del lavoro sociale è cruciale nel femminismo Nero ed è legata alla grande partecipazione al movimento di donne impegnate come *community organizers*. Queste donne sono particolarmente esposte e consapevoli rispetto alle conseguenze del razzismo strutturale e quotidiano, perché ne assumono quotidianamente il peso in quanto *care-takers* della comunità.<sup>3</sup> La centralità della cura di sé è

<sup>2</sup> Mi riferisco qui in particolare a G. ANZALDÚA, *La Prieta*, in *This Bridge Called My Back. Writings by Radical Women of Color*, G. Anzaldúa e C. Moraga (cur.), Kitchen Table: Women of Color Press, New York 1983, dove l'autrice – che si definisce una lesbica femminista terzomondista con tendenze marxiste e mistiche (p. 205) – tratteggia le diverse forme possibili del porsi in alleanza. Nel farlo insiste sulla necessità, per le attiviste “di colore”, di tenere in considerazione il proprio benessere nel momento in cui è chiesto loro di instaurare relazioni di alleanza con donne bianche. Secondo Anzaldúa le attiviste non sono tenute a prestarsi sempre incondizionatamente, configurandosi come ponti, ma possono scegliere di tutelarsi, di essere isole, e lavorare solo con comunità razzializzate, o di essere ponti levatoi, capaci di scegliere se e quando lasciarsi attraversare, o addirittura strisce di sabbia, che compaiono e scompaiono.

<sup>3</sup> S. NAYAK, *For Women of Colour in Social Work: Black Feminist Self-Care Practice Based on Audre Lorde's Radical Pioneering Principles*, «Critical and Radical Social Work» 8/3 (2020), pp. 405–421.

dunque assunta e condivisa anche all'interno del Black Lives Matter, che dal 2013 si batte contro la violenza razzista anti-nera negli Stati Uniti – e che ha visto un'esplosione globale a seguito dell'omicidio di George Floyd nel 2020. Ancora nel 2018, Alicia Garza, una delle fondatrici del movimento, durante un incontro tenutosi in occasione del festival AfroPunk,<sup>4</sup> ha ribadito la necessità di praticare una cura di sé radicale. Parlando degli inizi della sua militanza, alla fine degli anni '90, racconta di come la cura di sé non trovasse spazio all'interno del movimento Nero. Secondo l'attivista però, nel tempo c'è stata una presa di coscienza di essere «here for the long haul»,<sup>5</sup> di essere nella lotta «a lungo termine», e questo ha portato a integrare pratiche di cura individuale e collettiva nel movimento.

I diversi femminismi hanno ampiamente dimostrato come una riflessione critica sul tema della cura sia imprescindibile al fine di una trasformazione delle categorie sulle quali si articola la realtà – i ruoli di genere e la classe, così come la direzione dell'azione politica e sociale stessa. Esistono tuttavia specificità rispetto ai modi in cui il tema della cura è stato declinato. Tali differenze derivano in larga parte dai diversi posizionamenti delle soggettività che le hanno prodotte, soggettività che si sono mobilitate, sia in termini produzione teorica che di pratiche politiche, a partire dalle condizioni concrete che ne determinavano le esistenze. Non è un caso, ad esempio, che la cura e l'amore di sé (*self-care/self-love*), la resilienza (*resilience*) o la guarigione (*self-recovery/healing*) siano state particolarmente indagate all'interno del femminismo Nero. Le riflessioni delle femministe Nere sono incardinate nelle esperienze della corporeità Nera: questo riferimento esplicito alla vita vissuta dalle donne Nere fa sì che all'interno di questo femminismo non vi sia alcuna pretesa universalizzante – tipica invece di un certo femminismo bianco – e che al contrario siano sviluppate prospettive autonome rispetto alle costruzioni di quest'ultimo.

<sup>4</sup> AfroPunk è un festival diffuso in cinque diverse città particolarmente rilevante per la comunità Black (si veda: <https://afropunk.com>).

<sup>5</sup> L'intervista ad Alicia Garza è disponibile su: <https://www.youtube.com/watch?v=NQ7FGkfpwyE>.

### 1. *La cura dell'altro*

All'interno del femminismo bianco il tema della cura è stato largamente dibattuto, dando origine a prospettive plurime, dall'analisi di ciò che è stata definita un'"etica della cura"<sup>6</sup> dove la cura diviene l'orizzonte entro il quale riarticolare le prospettive morali che dovrebbero informare le pratiche relazionali e quindi politiche – alle lotte per la rivendicazione di un salario per il lavoro domestico.<sup>7</sup> Queste ultime trovano senso all'interno della cornice del femminismo materialista, e hanno al centro della propria critica quel destino di assoggettamento e sfruttamento di genere radicato nell'articolazione capitalistico-patriarcale del nucleo familiare.

La storia delle donne bianche è una storia di "addomesticamento" allo spazio privato – inteso come il processo che all'emergere di una configurazione capitalistica dei rapporti sociali ha segregato la donna e il lavoro riproduttivo alla dimensione della casa, estromettendo entrambi dalla sfera economica.<sup>8</sup> Questa prospettiva è madre e figlia di una stagione di lotte che, a partire almeno dagli anni '70, rivendicavano un diritto al salario per il lavoro domestico. Per contro, un certo femminismo di matrice liberale ha premuto affinché si realizzassero le precondizioni – socio/politico/legislative – per un ingresso nel mondo del lavoro produttivo. In entrambe le configurazioni, la casa e la famiglia sono spazi apertamente conflittuali e di lotta. Conseguentemente, molte delle battaglie del femminismo bianco si sviluppano storicamente in una tensione tra il riconoscimento dello spazio di riproduzione come lavoro e la fuoriuscita dallo spazio domestico nella direzione di un accesso al mercato del lavoro più ampio.

In questo senso, l'esperienza delle donne Afroamericane diverge totalmente da quella delle donne bianche. Le donne appartenenti alla diaspora Nera infatti hanno sempre lavorato (anche) al di fuori del nucleo domestico. Sin dai tempi della schiavitù negli Stati Uniti, le donne Nere hanno svolto ruoli centrali all'interno dell'economia di piantagione. In questo spazio erano divise, a discrezione dello schia-

<sup>6</sup> J.C. TRONTO, *Moral Boundaries: A Political Argument for an Ethic of Care*, Routledge, New York 1993; tr. it. N. Riva, Diabasis, Reggio Emilia 2006.

<sup>7</sup> M. DALLA COSTA e G.F. DALLA COSTA (cur.) *Donne, sviluppo e lavoro di riproduzione: questioni delle lotte e dei movimenti*. Vol. 271, FrancoAngeli, Milano 1996.

<sup>8</sup> S. FEDERICI, *Caliban and the Witch. Women, the Body and Primitive Accumulation*, Autonomedia, Brooklyn 2004; tr. it. L. Vicinelli, Mimesis, Milano 2015.

vista, tra il lavoro nei campi e quello all'interno della casa padronale. Una volta terminata la schiavitù le donne Nere si ritrovarono ugualmente a svolgere servizio all'interno delle case dei bianchi, varcando quotidianamente spazi segregati, lasciando la propria comunità al mattino per tornarvi alla sera dopo una giornata passata a prendersi cura della famiglia di altre.

Nel sistema della piantagione non era permesso agli schiavi di creare una famiglia, e il legame che si instaurava tra gli schiavi veniva celebrato attraverso riti cifrati, come il salto della scopa.<sup>9</sup> Generare e mantenere, seppur nel segreto, tali legami, era un'espressione di resistenza ai processi di deumanizzazione. Amare e creare una famiglia significava però anche essere costrette a «vedere il proprio compagno picchiato», «i propri figli venduti», «le proprie figlie stuprate».<sup>10</sup> Volere bene esponeva dunque al rischio di una sofferenza ancora maggiore, come testimonia tra le altre Toni Morrison nel suo capolavoro *Beloved* (1987).<sup>11</sup> Secondo bell hooks, la mancanza di certi “copioni” dell'amore nella comunità Nera ha origine proprio in questo contesto.<sup>12</sup> Come sottolinea anche Marie Moïse in un recente contributo,<sup>13</sup> per le donne Nere la casa e la famiglia sono spazi di resistenza, all'interno dei quali sono certamente chiamate a difendersi dal patriarcato nero – che affrontano perlopiù attraverso relazioni di sorellanza<sup>14</sup> – ma in cui allo stesso tempo sono protette dal razzismo bianco. La possibilità di curare la propria casa e la propria famiglia è vista come qualcosa di desiderabile, come un privilegio, il risultato di un'emancipazione rispetto ai rapporti di dominazione – razziali e di classe, di fatto indistinguibili l'uno dall'altro – che le vorrebbero altrove, a servizio di donne e uomini bianchi. Questa cura naturalmente non è cura di uno spazio o un rapporto privato, perché la relazione di conflitto e resistenza che il nucleo domestico nero intrattiene con quello bianco e con la società allargata fa sì che tale spazio sia già da sempre politico. Si tratta dunque di una resistenza collettiva e comunitaria.

<sup>9</sup> T.D. PARRY, *Married in Slavery Time: Jumping the Broom in Atlantic Perspective*, «The Journal of Southern History» 81/2 (2015), pp. 273-312.

<sup>10</sup> B. HOOKS, *Sister of the Yam*, cit., p. 143.

<sup>11</sup> T. MORRISON, *Beloved*, Alfred A. Knopf, New York 1987; tr. it. G. Natale, Frassinelli, Milano 2009.

<sup>12</sup> B. HOOKS, *Sister of the Yam*, cit., p. 143.

<sup>13</sup> M. MOÏSE, *Il femminismo Nero*, in *Introduzione ai femminismi*, A. CURCIO (cur.), DeriveApprodi, Roma 2019, p. 35.

<sup>14</sup> *Ibidem*.

Riconoscere questa dimensione non significa occultare l'evidenza che all'interno del nucleo nero il razzismo, e con esso le gerarchie di potere e la violenza che lo caratterizzano, sia stato interiorizzato e riproposto,<sup>15</sup> venendo a costituirne il «pane quotidiano».<sup>16</sup> Tuttavia, è corretto pensare allo spazio domestico nero come un luogo dedito alla sopravvivenza di persone altrimenti assoggettate a un sistema che si basava – e si basa – sulla messa a valore di una loro morte prematura.<sup>17</sup> Lottare per la famiglia Nera vuol dire dunque anche lottare contro il razzismo, e questo getta una luce totalmente diversa sul senso della riproduzione *di e in* questo spazio.

La critica alla famiglia e al ruolo riproduttivo è stato uno dei punti cardine della riflessione del femminismo bianco. Il fatto che tale critica non sia stata inquadrata all'interno di un processo di emancipazione della donna bianca perlopiù borghese rivela l'incapacità del femminismo bianco di riconoscere la propria parzialità e l'intersezione di assi di oppressione e privilegio. Questa tensione riverbera, se non addirittura si traduce oggi nella realtà materiale della *global care chain*.<sup>18</sup> Il rifiuto del lavoro di cura delle donne del “primo mondo” non ha determinato l'estinzione della necessità della cura, ma ha semplicemente demandato tale funzione ad altri “generi” di donne – impossibile non leggere, in questo processo, l'eco del famoso *Ain't I a woman* di Sojourner Truth. E di fatto le donne Nere, come le donne migranti razzializzate, non erano e non sono donne come le bianche: il loro è un destino di lavoro coatto, storicamente non differente da

<sup>15</sup> B. HOOKS, *Sister of the Yam*, cit., p. 143.

<sup>16</sup> A. LORDE, *Zami, Sister Outsider, Undersong*, Quality Paperback Book Club, New York 1993, p. 152.

<sup>17</sup> Mi riferisco qui alla definizione di razzismo proposta da Gilmore: R. GILMORE, *Race and Globalization*, in P.J. Taylor, M.J. Watts, R.J. Johnston (cur.), *Geographies of Global Change: Remapping the World*, Blackwell Publishing, Oxford 2002, secondo la quale «il razzismo è precisamente la produzione e lo sfruttamento, sancito dallo Stato e/o informale, di una vulnerabilità a morte prematura differenziata, in geografie politiche distinte ma densamente interconnesse» (traduzione dell'autrice). Secondo Gilmore dunque il razzismo sfrutterebbe il corpo razzializzato estraendone valore a costo di una morte prematura. Questa definizione trova ulteriore senso nell'articolazione del concetto di “necropolitica” proposto dal filosofo Mbembe: A. MBEMBE, *Necropolitics*, Duke University Press, Durham 2019.

<sup>18</sup> A.R. HOCHSCHILD, *Global Care Chains and Emotional Surplus Value*, in W. Hutton, A. Giddens (cur.), *On The Edge: Living with Global Capitalism*, Jonathan Cape, London 2000.



quello destinato agli uomini Neri. Perché ciò accadesse è stato necessario negare la “femminilità” delle donne Nere, di fatto equiparate agli uomini, o meglio egualmente sfruttate, tanto nell’economia di piantagione quanto nel mondo segregato di Jim Crow e delle leggi razziali.

Dovendo riassumere dunque la sostanziale differenza tra questi due prospettive, dovremmo dire che per il femminismo bianco la riproduzione è fondamentalmente sfruttamento e assoggettamento, mentre per il femminismo nero la riproduzione è anzitutto sopravvivenza e soggettivazione. E tuttavia, da questa lotta per la salvaguardia della propria comunità, di cui il nucleo familiare è prima espressione, la donna Nera ne emerge esausta, consumata dal triplice ruolo che la vede lavoratrice al di fuori della casa, all’interno della casa e a tutela della collettività. Chi ha cura di chi ha cura?

## 2. *La cura di sé: guarire ferite intersezionali*

Quando si parla di femminismo Nero e cura di sé si è immediatamente portati a riflettere sulle note parole di Audre Lorde: «caring for myself is not self-indulgence, it is self-preservation, and that is an act of political warfare».<sup>19</sup> Lorde si riferisce qui al cancro che l’ha colpita e costretta a confrontarsi con il razzismo insito nel sistema sanitario statunitense. La cura di sé, secondo l’autrice, è un atto di guerriglia in una società che prospera sulla svalutazione dei corpi Neri. È per questo che, come detto riguardo la casa e la cura della famiglia, avere cura di sé è un gesto sovversivo per la comunità Nera.

Lorde aggiunge: «siamo donne nere, nate in una società in cui è radicato il disgusto e disprezzo per tutto ciò che è nero e donna. Siamo forti e resistenti. Siamo anche profondamente ferite».<sup>20</sup> Crescere «metabolizzando l’odio come un pane quotidiano» a causa del proprio genere, della propria nerezza, del proprio aspetto, a causa della propria «stessa esistenza», significa essere esposte a ferite:<sup>21</sup> ciò vuol dire sviluppare «rabbia» e «crudeltà» come «prodotti collaterali». Questi *by-products* rischiano di inquinare ogni altra emozione e interazione

<sup>19</sup> «Avere cura di me stessa non è autoindulgenza, è autoconservazione, ed è un atto di guerriglia politica» (traduzione dell’autrice), in: A. LORDE, *Zami, Sister Outsider, Undersong*, Quality Paperback Book Club, New York 1993, p. 205.

<sup>20</sup> *Ivi*, p. 151 (trad. mia).

<sup>21</sup> *Ivi*, p. 152.

umana, allontanando le donne Nere da quella tenerezza (*tenderness*) che è loro propria e che si ritrova nelle storie di sorellanza e guarigione che le vedono protagoniste.<sup>22</sup>

Di fatto alle donne Nere è stato insegnato ad avere compassione per chiunque eccetto che per sé stesse. A loro è stata affidata la cura dei bianchi e dei Neri, dei “figli, dei padri, dei fratelli, dei mariti”. Lorde evoca il tropo della donna Nera chiamata a perdonare e condurre a retta via l’uomo Nero che ha smarrito la strada. Il “muto testamento” di questo *ethos* sono le figlie ferite, le sorelle picchiate, le donne traumatizzate che costituiscono la comunità Nera.

Se negli anni in cui Lorde e hooks scrivono certe idee non hanno ancora particolare seguito, oggi la stessa comunità psicologica non può esimersi dall’ammettere che esiste una specificità nel *racial grief* – nel dolore e disagio psicologici esperiti per ragioni razziali – e che le comunità razzializzate non solo portano il peso di traumi transgenerazionali, ma sono anche sottoposte costantemente a processi di ritraumatizzazione.<sup>23</sup> Le pratiche di cura di sé nel femminismo Nero servono esattamente a capire come e perché il razzismo produce *racial grief* e fungono da fondamento per un lavoro di attivismo politico terapeutico antirazzista e anticoloniale.<sup>24</sup> Con le parole di Nayak:

Il lavoro di Lorde mostra inequivocabilmente che i modelli apolitici di *self-care*, di guarigione, recupero, riparazione e resilienza, sono tristemente inadeguati ad affrontare il trauma e la perdita prodotti dal razzismo intersezionale, perché “in un sistema di potere patriarcale, in cui il privilegio della pelle bianca è un pilastro fondamentale, le trappole usate per neutralizzare le donne nere e le donne bianche non sono le stesse”.<sup>25</sup>

<sup>22</sup> *Ibidem.*

<sup>23</sup> D. WOODLY, *Black Feminist Visions and the Politics of Healing in the Movement for Black Lives*, in A.G. Altinay, M.J. Contreras, M. Hirsch, J. Howard, B. Karaca, A. Solomon, (cur.), *Women Mobilizing Memory*, Columbia University Press, New York 2019, pp. 219-237.

<sup>24</sup> S. NAYAK, *Occupation of Black Women’s Racial Grief, Fragmentation and Linkages: Re-reading the Combahee River Collective Black Feminist Statement*, «Psychological Studies Journal» 64 (2019), pp. 352-364.

<sup>25</sup> S. NAYAK, *For Women of Colour in Social Work*, cit., p. 411 (trad. mia).



Nayak, riprendendo Lorde, insiste sul fatto che i modelli di *self-care* e *healing*<sup>26</sup> debbano avere una natura politica affinché siano utili ad affrontare il trauma prodotto dal razzismo intersezionale. L'autrice pone inoltre l'accento su un estratto di *Age, Race, Class, and Sex: Women Redefining Difference*, in cui Lorde sottolinea che i metodi attraverso cui è stato portato avanti l'assoggettamento delle donne Nere non coincidono con quelli che sono stati utilizzati per "neutralizzare" le donne bianche. Oppressioni intersezionali producono ferite intersezionali: ciò implica che la via della liberazione differisca a seconda delle assi che si trovano ad intersecarsi sui corpi in questione. La guarigione della donna Nera si avvale di strumenti peculiari, che devono essere pensati a partire dal riconoscimento tanto di una storicità quanto di una quotidianità incarnata.

Un esempio di questa differenza è il mito della *strong black woman*. Mentre per lungo tempo la femminilità bianca è stata ritratta come delicata e bisognosa di accudimento, la femminilità Nera è stata rappresentata come forte, fisicamente e caratterialmente, virile ed evirante.<sup>27</sup> In questo senso, se per le donne bianche rivendicare la propria forza e autonomia vuol dire discostarsi dalla narrazione nella quale sono state costrette, per le donne Nere lo è rivendicare (anche) la propria fragilità, il bisogno di cura e accudimento.

<sup>26</sup> Sebbene il concetto di *healing* sia da sempre insito nella riflessione delle femministe Nere, in tempi più recenti vediamo articolarsi in maniera più netta un pensiero della guarigione oltre la *self-preservation*. K.D. SCOTT, *Black Feminist Reflections on Activism: Repurposing Strength for Self-Care, Sustainability, and Survival*, «Departures in Critical Qualitative Research», 5/3 (2016), pp. 126-132; J.L. RICHARDSON, *Healing Circles as Black Feminist Pedagogical Interventions*, in O.N. Perlow, D.I. Wheeler, S.L. Bethea, B.M. Scott (cur.), *Black Women's Liberatory Pedagogies: Resistance, Transformation, and Healing Within and Beyond the Academy*, Palgrave MacMillan, Cham 2018, pp. 281-294. Questo spostamento è da intendersi come una radicalizzazione dell'istanza di cura all'interno della teorizzazione e dell'attivismo femminista Nero, trasformazione che dialoga a sua volta con il tema mai evaso delle *reparation*, come si evince anche dalla citazione.

<sup>27</sup> Mi riferisco qui al mito del matriarcato nero, secondo il quale la degenerazione della comunità sarebbe dovuta alla struttura familiare Nera, nella quale l'ordine naturale – il patriarcato – veniva sovvertito. Particolarmente rilevante per la diffusione di questa lettura fallace della questione fu il cosiddetto Moynihan Report – D.P. MOYNIHAN, *The Negro Family: The Case for National Action* (1965), Cosimo Reports, New York 2019 – nel quale il sociologo sosteneva che la ragione della povertà di questo gruppo fosse causata dall'evirazione dell'uomo Nero, al quale non era riconosciuta autorità all'interno del nucleo matriarcale.

Un altro esempio calzante è quello dell'imposizione di canoni estetici, e con essi di pratiche a cui le donne debbono sottostare per potervi rientrare. Essere belle corrisponde ad avere un potere, una forma di capitale, e storicamente a poter ambire ad un matrimonio più conveniente. Le donne bianche di quasi ogni ceto, con le dovute differenze, sono state costrette nel tempo a sottostare a rituali di bellezza "coatti": perfino gli abiti che indossavano erano spesso espressione di forme di contenimento, sottomissione e violenza. Il rifiuto di aderire a queste pratiche è dunque un principio di ribellione per le donne bianche. Le donne Nere, al contrario, sono state sistematicamente escluse dal "mercato della bellezza". Anche quando inequivocabilmente attraenti, non venivano identificate come potenziali mogli, non potevano trasformare la loro bellezza in capitale.<sup>28</sup> Ne consegue che la cura del proprio aspetto abbia due accezioni completamente diverse per le donne bianche e le donne Nere. Se per le donne bianche può significare accettare il controllo patriarcale sul loro corpo, per le donne Nere diviene un modo per sovvertire questo ordine e affermare la propria bellezza negata.

In *Sister of the Yam: Black Woman and Self-recovery* del 1994 bell hooks interpreta ed espande quanto elaborato da Lorde in *Sister Outsider* e in *A Burst of Light*. *Sister of the Yam* si configura come un testo di auto-aiuto indirizzato a donne Nere. Nel testo un'analisi accurata delle manifestazioni quotidiane del razzismo intersezionale viene accompagnata da una rilettura delle pratiche di cura atte a contrastarlo. Rimando nel campo dei *beauty standards*, hooks parla della questione dei capelli. I capelli sono un elemento centrale nei processi di razzializzazione.<sup>29</sup> Le donne Nere si sono sottoposte per lungo tempo a processi di stiratura chimica, a pieghe e altre forme di manipolazione del capello al fine di poter avere i capelli lisci, considerati più belli come tutto

<sup>28</sup> Basti pensare alla figura della Jezebel, analizzata tra le altre da Patricia Hills Collins: P. HILL COLLINS, *Black Feminist Thought: Knowledge, Consciousness, and the Politics of Empowerment*, Routledge, London 2002. La Jezebel rappresenta la bellezza ferina e animale della donna Nera. Per giustificare il fatto che gli uomini bianchi fossero attratti dalle donne Nere c'è stato bisogno di costruire un mito attorno ad un'insaziabilità sessuale irresistibile di queste ultime. Lo stereotipo, che ha funto da alibi per giustificare gli stupri interrazziali sistematici, dimostra l'indisponibilità della società bianca a riconoscere il corpo Nero come meritevole di amore e affetto.

<sup>29</sup> G. KILOMBA, *Plantation Memories: Episodes of Everyday Racism*, Unrast-Verlag, Monaco 2008; tr. it. M. Moïse e M. Ghebremariam Tesfàù, Capovolte, Alessandria 2021.

ciò che è bianco. Per hooks però non si tratta solo un fatto estetico. I capelli afro necessitano di tempo e cura per un corretto mantenimento, e le donne Nere si sono sempre trovate in difetto di entrambi. Avere i capelli lisci era dunque anche un fatto di “comodità” – o meglio la conferma di non aver tempo per il sé. La risposta guaritrice è già da sempre però insita nelle pratiche di riproduzione della comunità Nera, nelle giornate passate a pettinare e acconciare i capelli tra madri, figlie e sorelle. Per hooks «è un segno di autostima e cura di sé per le donne nere scegliere di indossare acconciature naturali, in una società che nega la nostra bellezza». <sup>30</sup> Il contatto fisico, la “carezza amorevole” sono per bell hooks tra le risposte che la comunità Nera deve attivare. E questo è tanto più importante nella misura in cui la “vergogna” instillata nei corpi Neri impedisce loro di esprimere questa cura.

È evidente come il rapporto con il corpo sia centrale nell’articolazione della cura di sé. Di fatto il corpo Nero è stato per lungo tempo assimilato ad un mezzo di produzione, e in quanto tale posseduto da altri soggetti e valorizzato solo in funzione della sua resistenza e funzionalità. Riprendere possesso del proprio corpo, riscoprendone la bellezza attraverso il contatto amorevole, è parte di quel processo di guarigione e di riparazione del trauma che sottostà al paradigma della cura di sé.

### 3. *Un fatto di posizionamento*

Sebbene la pandemia abbia esasperato l’appello alla cura di sé, è innegabile che la fortuna di questo concetto preceda la condizione legata al Covid 19. Di fatto, in un contesto neoliberale in cui le forme di *welfare* vengono a mancare, demandare la cura all’individuo risponde all’esigenza di sollevare la collettività da tale responsabilità. <sup>31</sup> Contemporaneamente, la narrazione della cura di sé è particolarmente adatta a legittimare un certo tipo di consumo, incentivato soprattutto nel target femminile: come non pensare al famoso slogan di *L’Oreal* “Perché io valgo”? È necessario perciò insistere sulla differenza che caratterizza la *self-care* nell’esperienza delle donne afroamericane rispetto al mondo bianco, come fa Alicia Garza nell’intervista sopraccitata.

<sup>30</sup> B. HOOKS, *Sister of the Yam*, cit., p. 100 (trad. mia).

<sup>31</sup> L. WARD, *Caring for Ourselves? Self-Care and Neoliberalism*, in M. Barnes, T. Brannely (cur.), *Ethics of Care: Critical Advances in International Perspective*, Policy Press, Bristol 2015, pp. 45-56.

La cura di sé nel femminismo Nero è un fatto collettivo, perché il corpo Nero è un corpo politico. Ed è proprio per questo che Lorde, pur consapevole del fatto che il messaggio della *self-care* possa essere appropriato in maniera illegittima – «indipendentemente dagli usi illegittimi che ne fanno i media bianchi»<sup>32</sup> – esorta le donne Nere ad avere cura e compassione verso loro stesse. Secondo l'autrice questa ricerca della valorizzazione del sé e del *self-love* è tutt'altro che un invito ad un narcisismo solipsista, perché quest'ultimo proviene da un luogo diverso, un luogo di odio: «il narcisismo non nasce dall'amore di sé ma dall'odio di sé».<sup>33</sup> L'accento posto da Lorde e da hooks (e dalle femministe Nere in generale) sul ruolo della sorellanza nei circoli di cura testimonia della natura interpersonale della *self-care*. È nel rispecchiarsi delle ferite comuni che emerge la politicità dell'atto sul sé. Ne consegue che le pratiche di cura messe in campo dalle donne Nere – che si tratti di farsi le unghie e i capelli come di prendersi il tempo di fare terapia – hanno un significato diverso anche quando coincidono con le pratiche portate avanti da soggettività egemoniche.

La cultura afroamericana – la sua musica, la sua estetica, la sua teoria critica – è da sempre oggetto di sussunzione da parte del mercato capitalista e della maggioranza bianca, non solo statunitense. Questo accade anche per il messaggio sulla cura di sé. Eppure, è particolarmente evidente perché esso cambi di segno al mutare del posizionamento del soggetto che se ne fa portavoce. Ciò non significa che la cura di sé sia resistente o rivoluzionaria unicamente se portata avanti da donne Nere. Ci sono numerose testimonianze di pratiche collettive di cura del sé tra gruppi marginalizzati, nella comunità lgbtqia+, tra le persone con disabilità,<sup>34</sup> nelle realtà di resistenza indigena, tra le stesse femministe bianche. Significa però che al netto dell'esperienza di un trauma condiviso – sia esso la memoria della schiavitù o la razzializzazione quotidiana, l'esclusione strutturale o la violenza trans-omofoba – la relazione tra il corpo del singolo e il corpo collettivo muta, e con essa muta il senso della cura di sé. E, prendendo a prestito le parole di Michaeli per ribaltarne il verso, senza un corpo collettivo e politico la cura di sé diventa una trappola neoliberale.<sup>35</sup>

<sup>32</sup> A. LORDE, *Zami, Sister Outsider, Undersong*, cit., p. 62 (trad. mia).

<sup>33</sup> *Ibidem* (trad. mia).

<sup>34</sup> I. MICHAELI, *Self-Care: an Act of Political Warfare or a Neoliberal Trap?*, «Development», 60/1 (2017), pp. 50-56.

<sup>35</sup> *Ibidem*.