



Associazione Nazionale di Psicologia e di Educazione Prenatale

Sede di Varese - responsabile: Antonio Valmaggia

Ariete poliambulatorio, piazza Montegrappa, 4 - 21100 VARESE Tel.: 0332 743772  
anpep.varese@valmaggia.com - www.anpep.it - www.rebirthing-online.com



## Il Progetto di Vita

da *“Le emozioni della vita prenatale”*  
di Gino Soldera, Macro Edizioni, cap. IX

*“Di fronte alle attese e alle aspettative dei genitori ci sono quelle che ogni appartenente alla nostra specie porta con sé nel momento stesso in cui viene concepito”.*  
Fulvio Scaparro

### L'ORIGINE DEL PROGETTO DI VITA

Uno dei meriti della psicologia prenatale è quello di aver messo in evidenza che in ogni individuo esiste un progetto di vita e che questo può essere rintracciato a partire dal concepimento.

Infatti, secondo questa ottica, con il concepimento prende vita, accanto alla struttura genetica individuale che accompagnerà l'essere umano nel corso di tutta la sua vita, anche il progetto di vita individuale dal quale dipenderà la vita futura.

Nel progetto di vita individuale è presente come in qualsiasi altro progetto l'idea di quello che potrà diventare quell'essere umano con le sue caratteristiche personali, con le sue potenzialità latenti, con le sue tendenze e predisposizioni che potranno essere sviluppate nel corso dell'esistenza e caratterizzare il modo di essere nella vita.

Se consideriamo l'uomo quale essere unitario e globale non possiamo dimenticare che fin dall'inizio della sua formazione opera in lui una struttura genetica che in realtà è psicogenetica, in quanto le componenti genetiche di natura organica coesistono con quelle di natura psichica; questo fa sì che la struttura genetica possa essere considerata sia sul piano biochimico, ma anche funzionale ed emozionale. alcuni studiosi a questo proposito propongono di considerare l'esistenza, quasi per sfida, accanto al DNA dell'E-DNA o DNA emozionale, dato dalle emozioni che i genitori trasmettono al figlio per via ereditaria o durante il periodo della gestazione.

Il concepito con quanto riceve in eredità dai suoi genitori diviene portatore di quella competenza e saggezza che include in sé tutta l'evoluzione dell'umanità fino ad ora raggiunta e che ora vive in lui secondo una modalità propria, unica e originale, tutta da conoscere e da sperimentare.

Quindi l'essere umano non è mai da ritenere una tabula rasa, una tela bianca da colorare o un sacco vuoto a riempire, ma una realtà viva, piena e dinamica che merita da subito grande attenzione e grande rispetto, con la quale è possibile avviare un importante confronto e attivare degli scambi significativi.

Anzi, il concepito porta con sé qualcosa di nuovo e di prezioso che serve alla vita, porta con sé un messaggio ai suoi genitori, alla sua famiglia, alla società e all'intera umanità, perché questa possa continuare a vivere, rinnovarsi ed evolvere verso condizioni di vita sempre migliori.

Il tener conto dell'esistenza nell'essere umano di una sua pienezza e di una competenza fin dal principio è di fondamentale importanza per il tipo di rapporto che i genitori possono costituire con lui; rapporto che incide sostanzialmente sul tipo di esperienze che il nascituro fa e che costituisce il materiale primario per la sua formazione attraverso le relazioni e gli atteggiamenti che dall'esterno possono essere attivati nei suoi confronti.

Nell'insieme possiamo dire che nel concepito è presente una conoscenza innata, di varia natura,

difficile da conoscere perché insita alle radici dell'individuo stesso la quale svolge un ruolo importante nelle scelte da compiere.

Naturalmente questa conoscenza innata è una conoscenza sempre a disposizione dell'individuo anche se non ne è consapevole e molto diversa da quella successivamente acquisita nel corso della vita attraverso l'esperienza, utile per crescere e per esprimersi e farsi conoscere.

### **L'INFLUENZA DELL'AMBIENTE**

Le condizioni ambientali ed esperienziali favorevoli hanno permesso a bambini prodigio come il violinista Yeudi Menuhin, il concertista Van Cliburn e il famoso Mozart di far conoscere e manifestare le loro capacità nel corso della crescita. Wolfgang Amadeus Mozart è uno dei bambini prodigio più famosi.

Cominciò a conoscere le note del pianoforte a tre anni; a quattro riusciva ad individuare in un violino difetti di accordatura di un quarto di tono e a otto anni era in grado di suonare senza esitazione un pezzo complesso che non aveva mai imparato prima.

Mozart cominciò a comporre all'età di cinque anni, quando scrisse due minuetti per clavicembalo.

Già da piccolissimo, era in grado di suonare perfettamente a memoria, avendo sentito il pezzo una sola volta e sapeva improvvisare su un tema senza mai ripetersi.

Sicuramente in questi casi l'assenza di un ambiente sonoro adeguato e di genitori o tutori competenti in musica non avrebbe permesso a questi bambini di imparare ad adoperare degli strumenti musicali o comporre delle opere fin dalla tenera età.

È ipotizzabile che l'assenza delle condizioni favorevoli non avrebbe permesso a questi bambini, quanto meno in questa fase, di sviluppare e di manifestare le loro capacità, anzi ciò avrebbe potuto facilmente creare in loro una sorta di disagio interiore simile a quello vissuto dalla madre alla fine della gravidanza che si trova nell'impossibilità di permettere al figlio già maturo di nascere e di venire alla luce.

In questo momento siamo ancora lontani dal capire e dal conoscere su quali basi poggia la conoscenza innata e attraverso quali canali si manifesta.

Certamente la conoscenza innata e istintiva ha poco a che vedere con i canali dell'intelligenza logica e razionale, ancora molto debole nel bambino, e questo ha molto a che fare con tutto ciò che riguarda l'intuizione, intesa come conoscenza diretta e non mediata della verità e come percezione pronta e acuta di una realtà.

L'intuizione sembra quasi connaturata all'essere umano, il quale da sempre viene sostenuto e favorito in tutta la sua attività esplorativa, espressiva, creativa e di empatia verso l'altro.

Interessante a questo proposito è l'esperienza fatta da Ariane, una bambina francese, che dall'età di 14 mesi ha vissuto in compagnia dei suoi genitori, entrambi veterinari e appassionati di fauna selvatica, prima in Africa e poi in Amazzonia e in Australia a diretto contatto con animali di tutte le specie.

Ella ha da subito manifestato una notevole abilità e capacità a trovare con gli animali più vari delle immediate intese, a percepire quanto stava accadendo nelle immediate vicinanze o a sentire quando la situazione diventava rischiosa o pericolosa buttandosi nelle braccia dei suoi genitori in cerca di sicurezza e di protezione.

### **LA CONOSCENZA INNATA**

Il fatto che nella nostra società la conoscenza innata venga poco considerata, se non del tutto trascurata, a vantaggio della conoscenza acquisita non depone certo a favore dell'individuo che fin dall'inizio della sua vita si trova nelle condizioni di non poter utilizzare le grosse abilità di cui dispone; anzi, al contrario, si vede costretto a subire tutta una serie di condizionamenti lontani dalla sua realtà naturale.

Ciò impone al bambino di adattarsi fin da piccolo a una realtà artificiale e a vivere sempre di più secondo modelli e ritmi propri del mondo dell'adulto, e questo alla lunga diminuisce il grado di sensibilità e attenzione verso il mondo interno a scapito di un maggiore e talvolta preoccupante e precoce investimento verso il mondo esterno.

Il bambino viene così allontanato da se stesso.

Questo in prospettiva accresce nel bambino lo squilibrio fra il suo mondo interno e il suo mondo esterno e ciò va ad alimentare nell'uomo il disagio e la sofferenza, mentre la società perde i suoi riferimenti più autentici della vita.

Per poter conoscere il progetto di vita individuale, che ognuno di noi ha fin dalla sua origine e che pochi però sanno di avere, bisogna cominciare a guardare dentro e a scavare con una certa insistenza, altrimenti si rischia di vivere la vita nell'indifferenza senza uno scopo preciso, più o meno nobile.

Infatti, il progetto di vita individuale vive all'interno dell'individuo, nella profondità del suo essere, vicino alla sua essenza e da lì con la sua presenza influisce su tutti i processi interni ed esterni che avvengono e che riguardano la sua vita, allo stesso modo di come opera la struttura genetica quando con la sua azione precisa e orientata presiede, se non trova particolari ostacoli, alla formazione dell'organismo fisico.

Sul piano psicologico potremmo dire che il progetto di vita individuale si colloca tra il Sé transpersonale e il sé personale, in continuo e diretto rapporto dinamico con entrambi.

Il Sé transpersonale lo alimenta continuamente e lo mantiene in vita, mentre influenza ed è influenzato dal sé personale: senza con questo perdere le proprie caratteristiche che mantiene attraverso una sorta di autoregolazione funzionale.

In generale, il progetto di vita svolge nell'individuo due importanti compiti: il primo consiste nel permettere all'essere umano di formarsi, di crescere e di acquisire ciò che serve per vivere; il secondo, una volta acquisite queste abilità di base, consente di affinare e sviluppare progressivamente le proprie capacità, anche a costo di fatiche e sacrifici, fino a raggiungere la completa realizzazione personale, che coincide con la totale apertura alla vita.

Il formarsi e il crescere si riferisce alla fase iniziale della vita, dove sono particolarmente attivi i processi centripeti, che pongono l'individuo al centro per far confluire le energie che provengono dall'esterno su di lui.

In questo modo il progetto di vita individuale funge da guida nello sviluppo, governa l'azione dei processi ereditari, presiede la costituzione dell'individualità e orienta i rapporti con l'ambiente, permettendo così la formazione graduale del corpo e della mente.

L'impegno ad un uso costruttivo delle proprie abilità avviene successivamente, una volta realizzata la fase dello sviluppo: quando la polarità si inverte comincia a farsi sentire l'azione dei processi centrifughi, che portano l'individuo verso l'esterno, verso gli altri e verso la società; questo, in un clima di apertura, di consapevolezza e di confronto con gli altri, orientato alla maturazione e alla realizzazione personale.

Questo secondo compito, spesso trascurato, segna per la psicanalisi il passaggio dal narcisismo primario al narcisismo secondario: fase in cui l'individuo decide di abbandonare ciò che ha acquisito di concreto e di personale nel corso dello sviluppo e che ritiene limitante e superfluo per potersi muovere in altri ambiti e per scoprire nuovi spazi, soprattutto interiori, di vita e di esperienza.

Per questo la vita è un susseguirsi di rinunzie e di ritrovamenti sempre più profondi del proprio essere, dove all'iniziale dolore segue la gioia di aver ritrovato se stessi, il significato della vita e il senso della realtà.

Di questi eventi la storia è testimone, perché spesso volte è accaduto che essa cambiasse la propria

direzione grazie all'azione di uomini, come San Francesco, che ad un certo punto della loro vita hanno avuto la capacità di sentire il richiamo interiore ad una maggiore coerenza con se stessi e con il proprio progetto e per questo hanno deciso di cambiare completamente la loro esistenza e darsi agli altri o alla vita contemplativa o religiosa e fare cose a cui si sentivano chiamati.

Il progetto di vita individuale ha in sé quanto occorre ed è necessario per permettere all'essere umano di diventare se stesso e di realizzare le potenzialità personali di cui è dotato fin dal concepimento, seguendo un percorso unico e originale.

Questo percorso è caratterizzato da modi e tempi propri, in cui le diverse situazioni che presenta la vita e le risorse disponibili non sono fini a se stesse ma il mezzo e la possibilità per affrontare quei passaggi, che possono essere costituiti dagli ostacoli e dalle difficoltà interne ed esterne, necessari per favorire il cammino di maturazione personale.

Vivere di rendita sulle proprie capacità fisiche, intellettuali e artistiche senza lavorare per degli obiettivi più avanzati o senza risolvere i problemi irrisolti o superare i traumi dell'infanzia può, alla lunga, avere effetti negativi.

Ciò può portare ad una sorta di degenerazione personale morale e a perdere di vista le enormi possibilità umane che la vita offre e che necessitano di essere esplorate e conosciute per poter diventare proprie, come si è osservato in molti personaggi famosi tra i quali Marilyn Monroe ed Elvis Presley.

L'attrice Judy Garland, nata nel Minnesota in una famiglia di artisti di teatro, cominciò a dimostrare le sue abilità all'età di due anni, appena fu in grado di camminare, ebbe una vita professionale trionfale e coloro che ebbero modo di danzare, cantare e fare con lei dei films, compresi i critici, gli tributarono un'ammirazione sconfinata.

Questo però accanto a tutta una serie di scene isteriche prima dello spettacolo, all'uso di bevande alcoliche, all'assunzione di psicofarmaci, alla pratica del sesso indiscriminato e a dei tentativi di suicidio, che la portarono ad allontanarsi sempre di più da se stessa senza permetterle di trovare delle mete su cui ancorarsi.

Così andò un po' alla volta sempre più in basso, alla deriva, fino alla morte avvenuta in un gabinetto.

Altre persone invece una volta toccato il fondo hanno deciso di cambiare vita e di prendere in mano se stesse per cominciare a risalire la china, così da poter conoscere ed esplorare le grandi risorse del mondo interiore, come ha fatto a suo tempo Dante Alighieri, immortalato dalla sua opera "La Divina Commedia", la quale approfondisce ripercorrendo, a uno a uno, i vari gradi della vita dell'uomo: inizia dall'inferno, per snodarsi poi lungo il purgatorio, fino a raggiungere alla fine il paradiso...

Al progetto di vita, anche se vogliamo, non è possibile accedere direttamente, perché possiamo dire che esso si cela nel profondo del nostro cuore e ai nostri occhi si rende invisibile, come i pensieri che continuamente albergano nella nostra mente.

Però, se si presta la giusta attenzione in un atteggiamento aperto e privo di pregiudizi, che spesso sono la tomba della nostra coscienza, esso ci fa arrivare continuamente suoi messaggi e notizie nelle forme e nei modi più disparati, i quali dipendono molto in quel momento dal rapporto che abbiamo con noi stessi e con il nostro mondo interiore.

Se questo viene costantemente negato e nascosto allora il progetto di vita può farsi conoscere nelle forme più nascoste, come il linguaggio del corpo o particolari disturbi funzionali, oppure attraverso forti impulsi, non sempre controllabili, verso qualcosa o qualcuno, o con situazioni di vita che continuamente si ripetono o si presentano davanti ai nostri occhi.

L'approccio antropologico tedesco ai disturbi psicosomatici che colpiscono l'individuo nel corso della sua vita, fa risalire la loro origine all'allontanamento dell'individuo dal suo progetto di vita, il quale porta ad una sconfitta intesa come perdita di significato della sua esistenza.

In caso contrario, quando verso il proprio progetto di vita esiste una sana propensione e disponibilità, esso può farsi conoscere nei modi più semplici, spontanei e diretti che possono andare dai naturali desideri, interessi, occasioni e situazioni di vita, il cui significato può essere molto trasparente e non richiedere la necessità di essere svelato dall'intuizione.

I sogni, proprio perché provengono dal mondo interiore, costituiscono una via privilegiata per conoscere i disegni del nostro progetto di vita e il modo di come noi in quel momento ci rapportiamo ad esso.

Per permettere un adeguato sviluppo del figlio i genitori dovrebbero occuparsi di lui non solo per quanto riguarda lo sviluppo delle sue doti e abilità personali, ma soprattutto di lui come essere umano, come persona nella sua globalità: condizione questa indispensabile per permettere la realizzazione del progetto di vita personale, dal quale dipende il suo presente e il suo futuro.

Ne è un esempio la vita di William James Siclis (1898-1944) il quale iniziò a leggere all'età di 2 anni, inventò una nuova tavola logaritmica a 8, e a 10 già parlava sei lingue.

All'età di 11 anni si iscrisse alla Harvard University, dove teneva lezioni di matematica al corpo docente.

Quando William era piccolo, però, il padre lo aveva sottoposto a una pressione spietata, negandogli ogni genere di divertimento infantile e permettendo che la stampa lo perseguitasse.

Egli crebbe nutrendo un astio profondo nei confronti del padre e, dopo essersi laureato a Harvard a soli 16 anni, perse interesse per la matematica.

Questo giovane di talento passò il resto della sua vita dedicandosi a banali lavori impiegatizi; i suoi interessi divennero ossessivi e di tipo autistico e questo senza riuscire a riprendersi e vivere dignitosamente la propria vita.

#### **LA PERCEZIONE E LA COMPRESIONE DEL PROGETTO DI VITA**

Il progetto di vita dell'essere umano può essere conosciuto dai genitori dal momento del concepimento, perché è da quel momento che egli invia, quale essere che vive la sintesi del presente, i segnali della sua esistenza che ha in sé i contenuti della sua esistenza futura.

Così già intuita dal teologo e scrittore svizzero Johann Kaspar Lavater (1741-1801) che così si esprimeva: *“Se una donna potesse descrivere nel dettaglio tutti gli stati immaginativi che attraverso la sua anima nel corso della gravidanza, ella potrebbe forse in parte prevedere a quale destino filosofico, morale, intellettuale e fisionomico va incontro suo figlio”*.

Molti sono i segnali che arrivano fin da allora dal figlio e di questo ne abbiamo dei chiari esempi.

Le cronache del tempo ricordano che la madre di Napoleone Bonaparte durante il periodo di gestazione sviluppò un grande interesse verso le questioni militari, visitando campi di battaglia e studiando strategie militari, cose queste che non le erano mai piaciute prima della gravidanza e che non la interessarono più dopo la nascita del futuro imperatore.

Un giorno la madre di Edward Teller, il fisico sostenitore delle armi nucleari, mentre era ancora in attesa del figlio e stava passeggiando in un parco a Budapest, rallentò il suo passo e si mise a studiare il paesaggio intorno.

All'amica che gli chiese il motivo rispose: *“Ho il presentimento che questa volta sarà un maschio e sono sicura che diventerà famoso. Sto cercando il posto più adatto per il suo monumento”*.

Un giorno la madre di Franklin D. Roosevelt conversando con una signora che le diceva che era madre di quattro figli rispose: *“Io solo uno, ma è riuscito molto bene”*.

Precocemente ne comprese il valore e nel corso della sua crescita si adoperò alla sua formazione e successivamente lo sostenne in ogni passo della sua difficile strada.

Attualmente i segnali che provengono dal figlio vengono in genere sistematicamente negati, deviati e poi dimenticati dai genitori, perché in fondo non credono, data la forte influenza della cultura dell'apparenza di cui è imbevuta la nostra attuale società, che il figlio sia un essere umano presente, vero, vivo, dotato di potenzialità e di risorse, e anche completo come loro: ovviamente completo per quella particolare fase della vita in cui si trova a vivere.

Con questa disposizione culturale verso i figli, i genitori non sono in grado di entrare con loro in un rapporto libero e aperto, da coscienza a coscienza, di naturale empatia che consenta ad entrambi di percepire e di condividere il vissuto del figlio nella sua globalità e talvolta essenza, senza emettere giudizi, ed avere con lui degli scambi e delle comunicazioni; questi sono alla base della costruzione della prima e vera relazione dell'essere umano dalla quale dipenderanno tutte quelle che verranno in seguito.

Vengono così perse fin dall'inizio delle preziose informazioni, che sono indispensabili ai genitori se vogliono sviluppare una adeguata azione educativa nei confronti del figlio.

Questo è tanto più vero se consideriamo l'opera educativa dei genitori nei confronti del figlio nel suo significato più autentico e originario, che consiste nel permettere al figlio di tirar fuori ciò che ha dentro.

Proprio per questo è opportuno che i genitori si facciano carico del figlio fin dalla gestazione e non solo successivamente, perché è in questa fase che l'individuo presenta il massimo delle sue potenzialità latenti e che necessita quindi di essere posto nelle migliori condizioni fisiche e psichiche per potersi esprimere e manifestare senza essere pesantemente ostacolato, con tutte le conseguenze che questo può comportare in termini di logoramento, limitazione e disarmonia; e queste ultime possono costituire il terreno di riferimento sul quale in seguito si può sviluppare il malessere e la malattia.

Per dirla più chiaramente l'educazione inizia dal concepimento e questa non può essere adeguatamente realizzata dai genitori fino a quando essi non entrano in contatto con il figlio, non comunicano con lui e non vengono in qualche modo a conoscenza del suo progetto di vita per farlo proprio.

In caso contrario, qualsiasi sia la risposta che essi danno alle sue esigenze evolutive può essere lontana dai suoi reali bisogni e necessità del momento; questo alla lunga non fa che accrescere l'incomprensione e indebolire la relazione del figlio con il genitore.

La conoscenza del progetto di vita del figlio inizia durante la gestazione, quando la madre avverte che non è più come prima, sente che un nuovo essere umano, con il suo corpo e con la sua mente sta prendendo vita dentro di lei e sta influenzando con la sua presenza e con la sua energia la sua esistenza, inducendo nuove esperienze, nuove idee e pensieri, e nuovi stati d'animo.

Cogliere le differenze che sono avvenute nel suo mondo interiore e nella relazione con il partner a partire dal concepimento consente alla madre di cominciare a prendere coscienza della realtà del figlio, delle sue energie, delle sue caratteristiche e infine del suo progetto di vita.

Si tratta di rilevare dei segni del tutto naturali, che si presentano in forma spontanea nelle forme più diverse e nei vari aspetti della vita; per questo non sono facili da individuare.

Infatti, essi non sempre si manifestano in modo chiaro e trasparente e facilmente comprensibile, anzi il più delle volte la loro comparsa viene ritenuta insignificante perché si ritiene che la loro presenza sia dovuta al caso, al momento e alla situazione, e non al processo dinamico dato dall'azione attiva e interattiva della vita del bambino in via di formazione.

In genere, solo una lettura attenta e globale fatta a posteriori, ricomponendo le varie parti del mosaico, dà la possibilità di capire efficacemente quale era il significato di questi segni e che cosa attraverso di essi il bambino voleva comunicare ai genitori.

Un diario fatto in modo ben documentato può, come personalmente ho avuto modo di

constatare in molti casi, permettere di scorgere, attraverso un'analisi retrospettiva, molti elementi e vissuti che hanno direttamente a che fare con gli interessi, i comportamenti e le emozioni della vita del figlio, in quanto si sono dimostrati indicativi della sua realtà personale.

La possibilità dei genitori di conoscere il progetto di vita del figlio inizia con la gestazione ma continua dopo la nascita nel corso della crescita e dello sviluppo.

Che i genitori abbiano in questa fase una capacità predittiva verso il figlio è stata confermata da una ricerca condotta dal dr. Pino Noia, del Centro di diagnosi prenatale del Policlinico Gemelli di Roma, dove dall'indagine effettuata risulta che l'81% delle future madri è in grado di presentire intuitivamente se il figlio che dovrà nascere sarà di sesso maschile o femminile.

Alla nascita il progetto di vita del bambino, come le sue caratteristiche personali può essere colto attraverso la lettura del corpo e in particolare dalla sua struttura morfologica e dal suo volto, che rappresenta il suo aspetto individuale sociale e la sua immagine esterna.

Nei primi mesi è difficile cogliere il progetto di vita individuale perché il bambino ha ancora uno scarso controllo del suo corpo ed è quasi totalmente dipendente dall'esterno. In questi casi il genitore sensibile cerca di cogliere nel figlio la sua reazione ed espressività emozionale che si manifesta a livello globale nei confronti delle diverse situazioni, ambienti di vita, proposte e persone.

In genere, eccellono in questo tipo di osservazione quei genitori che hanno imparato a conoscere i propri figli già durante la gestazione; infatti, il figlio è sempre lo stesso cambia solo la sua modalità di essere.

È straordinario vedere come in questa fase certe mamme sanno tutto del loro figlio: cose che neanche gli esperti del settore riescono a cogliere e a capire e proprio per questo tendono a bollare queste preziose informazioni come pure fantasticherie.

Successivamente, man mano che cresce e diventa più autonomo diventano sempre più significative le sue modalità di reazione e di comunicazione, i suoi tratti comportamentali alle diverse esperienze della vita: da ciò che è attratto e da ciò che fa e non fa ecc. In questo lavoro di ascolto e di comprensione del bambino è aiutata la persona che si pone in modo aperto verso di lui, che lo sa ascoltare e che sa entrare con lui in una relazione di empatia.

Anche l'essere umano, come qualsiasi altro essere sembra disponibile a far conoscere se stesso, i propri tesori e i propri segreti che tiene gelosamente custoditi, solo se istintivamente sente il calore e cioè se si sente sufficientemente amato e rispettato nella sua intimità, allo stesso modo il fiore apre la propria corolla e mostra le sue forme e i suoi colori solo sotto l'azione dei raggi e della luce del sole. L'amore è necessario per acquisire fiducia nell'altro, per comprendere che può abbandonarsi nelle sue mani senza essere danneggiato, ma, al contrario, aiutato a proseguire nel difficile cammino della vita.

Quindi, in generale si può dire che se il figlio viene ascoltato dai genitori con attenzione è possibile, in ogni momento, cogliere da lui tutta una serie di informazioni che riguardano la sua realtà personale, i suoi bisogni e le sue tendenze e predisposizioni in divenire e questo non può che favorire la comprensione della sua vocazione e del suo progetto di vita futuro.

Muoversi in questa direzione può anche risultare relativamente facile per i genitori se non antepongono se stessi e il proprio progetto di vita al figlio e se offrono a lui quelle opportunità che gli consentono di esprimersi creativamente attraverso i canali ritenuti più idonei, e questi possono essere i vari tipi di gioco, il canto, la musica, il disegno, la recitazione, la scrittura, ecc.

I genitori sensibili e competenti si astengono da fare fantasie sui figli, perché ognuno deve essere messo nella condizione di poter vivere liberamente la propria vita e di poter decidere autonomamente; si astengono dall'intromettersi con i propri valori e pregiudizi nella vita del figlio: il figlio ha bisogno soltanto di essere guardato con approvazione incondizionata e sentirsi percepito come una realtà positiva e piena di potenzialità. e questo può essere condensato nella affermazione: *"Sono certo che riuscirai bene, qualsiasi cosa deciderai di fare"*.

## **IL RITROVARE SE STESSI**

Raramente il progetto di vita individuale del figlio risulta ai genitori subito chiaro e definito, in genere essi riescono, anche nelle migliori ipotesi, a scorgere giorno per giorno dei segni, dei particolari frammenti che, anche se a prima vista non sembrano significativi, sono tuttavia collegati fra loro e man mano che emergono si dispongono secondo un disegno unitario dai contorni sempre più definiti e comprensibili.

Il progetto di vita individuale si rende evidente nei modi più disparati e impensati come particolari esperienze, vissuti e interessi verso luoghi, opere d'arte, attività, oppure nei monumenti meno felici come quelli della sofferenza, della malattia o della perdita di una persona cara.

Riportiamo a questo proposito due episodi particolari uno riferito al regista Ingmar Bergman e l'altro allo psichiatra inglese R.D. Laing. Scrive Ingmar Bergman:  
<< Più di tutto, desideravo un proiettore cinematografico.

L'anno precedente, mi avevano portato al cinema per la prima volta, a vedere un film intitolato Black Beauty, mi pare... Tutto è cominciato di lì.

Mi prese una febbre, che non mi ha più lasciato.

Quelle ombre mute, con le loro facce pallide, guardavano me e parlavano con voce inudibile ai miei sentimenti più intimi.

Sono passati sessant'anni, e nulla è cambiato: ho ancora quella febbre >>.

Il famoso esponente dell'"antipsichiatria" R.D. Laing, parla di una scoperta fatta da ragazzo, in una piccola biblioteca pubblica:  
<< ...stavo spulciando in biblioteca, cioè, mi guardavo tutti i libri...dall'A alla Z....La prima opera importante di Kierkegaard che lessi...fu l'esperienza più intensa della mia vita. Me la lessi tutta, senza dormire, per trentaquattro ore consecutive...Non avevo trovato rimandi bibliografici...che mi indirizzassero a lui.

Fu un colpo d'occhio totale.

Mi andava a pennello...ecco qualcuno che c'era riuscito.

Fu come se mi sentissi sbocciare una vita dentro >>.

In generale si può dire che tutte le occasioni offerte dall'esperienza consentono di conoscere i vari aspetti della realtà, di appropriarci dei mezzi offerti dall'esistenza e di accrescere il grado di consapevolezza nei confronti della vita.

Però, esistono delle occasioni molto speciali nelle quali i segnali ricevuti sono molto precisi e gli effetti molto forti e profondi, e queste possono riguardare particolari disposizioni o attitudini personali, oppure, una forte spinta interiore di crescita e di cambiamento. Ciò può favorire il contatto con i propri limiti personali o con le proprie zone d'ombra, e questo può avvenire attraverso episodi in cui noi siamo in alcuni casi protagonisti, in altri spettatori e in altri vittime.

L'importanza di questo momento è data dalla ripetizione dell'evento il quale si può presentare sotto diverse spoglie: dalle più ricche alle più povere, dalle più piacevoli alle più dolorose, dalle più tranquille alle più drammatiche, oppure come quei sogni che si susseguono in modi diversi l'uno all'altro comunicando sempre lo stesso contenuto.

L'evento diventa quindi una opportunità che permette all'interessato di penetrare con il cuore il contenuto del messaggio e di cogliere il suo preciso significato, così da fare propria la possibilità offerta da questa esperienza.

Questo accade in ognuno di noi: quando nel corso della vita cominciamo ad andare nella giusta direzione osserviamo che la matassa della esistenza comincia a diventare meno confusa e ingombrante e a tratti più chiara e questo ci consente di cominciare lentamente a cogliere il senso



della vita nelle cose e negli avvenimenti e a muoverci e a operare in modo conforme al nostro progetto di vita.

Allora si diventa consapevoli che l'ago della nostra bussola interiore è orientato verso l'essenza, verso la nostra vera natura e origine.

La vita allora comincia a diventare fonte di serenità e di gioia, e al contempo più ampia, più bella e più ricca: tutto comincia a diventare più chiaro, anche se solo per poco, perché si avverte interiormente che si è imboccata la strada giusta e che si sta andando nella giusta direzione.

Lo studio ha messo in evidenza che il senso dell'illuminazione personale si realizza proprio quando l'essere umano riesce a sintonizzarsi con se stesso e diventare consapevole del proprio progetto di vita, così da permettere a questo di manifestarsi all'esterno in tutta la sua consistenza e in tutto il suo valore.

E in questo senso ogni momento della nostra vita diventa un'occasione di morte e di vita, di cambiamento nella dualità e di continuità nell'unità e quindi di rinascita ad una nuova condizione esistenziale che corrisponde ad un nuovo assetto e organizzazione personale.

Le prime vittime dei nostri errori siamo noi stessi e non gli altri, a differenza di quanto può apparire a prima vista e di quello che comunemente si crede.

Probabilmente gli errori che facciamo vengono registrati nella nostra vita, nel nostro mondo interno ed esterno e diventano parte della nostra esistenza; e ciò ha dei riflessi nella nostra realtà presente e influisce in quella futura che, in questo caso, viene offuscata e appesantita di nuovi interrogativi.

Nella coscienza collettiva comune questo processo non appare ancora ben chiaro, in quanto essa tiene ancora ben distinte la figura della vittima dal carnefice e non riesce a cogliere il senso di questo legame e la contemporanea e diversa opportunità di crescita personale e di espansione della coscienza che ad entrambi viene offerta all'interno di questo doloroso copione della vita.

Gli errori che commettiamo rispetto a noi stessi e agli altri non fanno altro che segnalarci che stiamo deviando dalla giusta direzione e che ci stiamo allontanando dalla nostra essenza e dal nostro progetto di vita nonché avviando verso un'altra strada, che, di fatto, complica la nostra esistenza, la quale si trova impegnata a individuare, attraverso una sorta di rielaborazione e riadattamento del progetto, nuove opportunità e nuove vie di sviluppo personale.

## **IL RUOLO DETERMINANTE DEI GENITORI**

I genitori possono esercitare un ruolo determinante nel permettere fin dall'inizio al figlio di seguire la propria vita e di vivere in modo conforme al proprio progetto di vita, che corrisponde alle proprie aspettative esistenziali che probabilmente rappresentano il motivo per cui egli ora è qui e non da un'altra parte e forse anche il motivo per cui è venuto al mondo in questa particolare fase della storia dell'uomo e non in un'altra.

Di fronte al figlio i genitori non hanno molti spazi di libertà, non hanno a disposizione molte alternative, anche perché il figlio non nasce dal nulla, non è un optional, anzi, egli è la precisa conseguenza di tutta una serie di processi che sono avvenuti in precedenza, quindi, come accade nell'ambito del rapporto che l'uomo ha con la realtà, egli non può non accettarla senza mettere in discussione il rapporto con la stessa.

Il rifiuto del figlio o la sua non piena accettazione da parte del genitore rappresenta un atto di irresponsabilità che danneggia la relazione fra i due e che, alla lunga, produce degli effetti nefasti nella vita di entrambi.

Gardner sostiene che risultati eccezionali nello sviluppo del bambino e della sua intelligenza vengono ottenuti quando il potenziale innato viene plasmato da pratiche educative e da una cultura che si accordano con le preferenze individuali in un processo in cui certe abilità modulari e specifiche interagiscono in compiti complessi e vengono mobilitate insieme con altre abilità per

fini creativi.

La realtà non ci presenta sconti.

Essa va accettata integralmente: se non si accetta o se si accetta parzialmente passa da nostra alleata a nostra nemica; questo indubbiamente complica la situazione, così che essa diventa sempre più difficile e indigesta da affrontare.

I genitori non possono non accettare il figlio in toto per quello che è e per quello che vorrebbero che fosse o che potrà diventare: a questo non ci sono alternative se si vuole che la vita si esprima in tutta la sua bellezza, nel modo migliore e in forma piena.

Oggi si è ancora molto lontani da questo obiettivo, perché la bassa autostima e la mancanza di fiducia in se stessi e nelle proprie potenzialità si traduce quasi automaticamente in una mancanza di fiducia nella vita, negli altri e nei propri figli.

Spesso i genitori sono portati ad anteporre al figlio le loro aspettative, i propri desideri e bisogni e purtroppo anche i loro fantasmi, con tutte le conseguenze del caso.

Una volta che questo meccanismo, che può durare anche molto a lungo, è avviato necessita, per essere superato, di un investimento di risorse e di energie che i genitori non sempre hanno o non sempre vogliono mettere a disposizione, a causa della loro difficile infanzia o dei massicci investimenti effettuati in altri ambiti della loro vita divergenti dalla realtà del figlio.

Quando i genitori hanno compreso che accettare il figlio significa accettare se stessi e la propria vita, allora diventa per loro facile entrare in contatto e vivere con lui un rapporto empatico e quindi, conoscere e capire quali sono le sue tendenze, i suoi pregi e difetti, le sue potenzialità e limiti e, più in generale, le sue risorse e difficoltà: intese anche come capacità nascoste o non ancora adeguatamente mature.

Il rapporto di empatia con il figlio consente al genitore di aprirsi senza riserve alla relazione con lui e di ritrovarsi in lui, per cogliere in profondità le sue caratteristiche personali e scoprire, accanto ad una diversa realtà, una comune matrice di vita, oltre che permettere un atteggiamento adeguato e rispettoso, per sviluppare con lui una buona comunicazione a vari livelli e una buona intesa operativa nella vita quotidiana.

Fare questo consente di superare le barriere interne ed esterne e di entrare in un contatto profondo e diretto con l'altro, tale da permettere degli scambi significativi alla pari, da persona a persona e non semplicemente da adulto a bambino, anche se la relazione è fortemente asimmetrica.

Per Bettelheim avere una reazione empatica significa mettersi nei panni dell'altro e intuire accanto alle emozioni le sue motivazioni.

Nel rapporto di empatia si prova quello che sente l'altro attraverso un'esperienza definita vicariante, in cui si sperimenta quello che vuol dire non solo trovarsi al posto dell'altro, ma addirittura nella sua pelle.

Infatti, l'empatia è quella particolare forma di relazione che permette di andare oltre i limiti dettati dai ruoli naturali e sociali ricoperti e di accedere a quel livello di rapporto e di coscienza che consente di vivere l'altro nella sua essenza globale, al di là del mondo delle apparenze.

Nel momento in cui questo accade si realizza qualcosa di straordinario: il genitore riconosce per la prima volta il figlio e il figlio riconosce per la prima volta il genitore.

Entrambi si trovano nella condizione di poter superare la sfera dell'IO e del TU personale e di accedere al NOI, per sentire così di appartenere ad uno stesso disegno, di essere parte di una comune realtà, anche se da posizioni distinte e complementari, come avviene nel caso di un intenso innamoramento fra due fidanzati i cui mondi personali si aprono completamente l'uno all'altro dando il via a degli scambi di informazioni intimi illimitati i quali consentono ad entrambi di conoscersi e insieme di formare il loro primo e vero solido legame.

Da quel momento il genitore, padre o madre, non avvertirà più il figlio come un estraneo o come qualcuno che non conosce: cosa ancora molto frequente oggi negli adulti che accanto ad un vissuto astratto razionale del proprio corpo, della propria sessualità e delle proprie emozioni tendono ad avere anche un vissuto razionale del proprio figlio e quindi parziale dalla sua realtà.

Il primo e vero legame genitore e figlio trova il suo naturale sviluppo proprio all'inizio della vita, talvolta nel momento del concepimento, oppure, e questo è più frequente, nel corso della gestazione, alla nascita o dopo la nascita.

Durante la gestazione le forze originarie dell'individuo sono operanti con tutta la loro vitalità e vigore e ciò facilita la costituzione di un legame particolarmente intenso fra genitore e figlio che durerà per tutta la vita senza mai spezzarsi, qualsiasi cosa avvenga, e questo condizionerà lo sviluppo dei loro rapporti futuri e fungerà da motore alla disponibilità, all'impegno e al sacrificio reciproco.

***SI RINGRAZIA IL DOTT. GINO SOLDERA PER LA GENTILE CONCESSIONE***

(per approfondimenti [www.rebirthing-online.com](http://www.rebirthing-online.com) )