

Presidenza del Consiglio Comunale

Consiglio di Quartiere 4

il hume soma il hiume. il tiume sorto le tiume...

Impariamo a navigare nell'evoluzione personale

Maria Lina Meacci 1997

il hiu me sopra il hiu me. ... il tiume som le tiume ...

Questo è il secondo volume della serie "impariamo" . Il primo è "impariamo dai nostri figli ad essere genitori".

Forse di lulle le caralleristiche dell'essere umano quella di imparare dall'inizio alla fine della propria vita è la caratteristica che meglio ci descrive.

"Imparare" è evolvere, ed evolvere è l'unico modo umano di vivere.



Chi impara un modo umano di pensare, di sentire e di agire, ci appare, perché diventa, come coppie di fiumi che viaggiano insieme e che pur delimitati si arricchiscono e si sostengono a vicenda.

Un pensiero da solo è astratto e freddo ma se sostenulo da un affetto diviene vilale e costrultivo: ha acquisilo lá forma di due fiumi. Ciò vale anche per ognuno dei nostri comportamenti affettivi e sociali.

"Imparare ..." è divenire come due fiumi che viaggiano insieme.

"Impariamo a navigare nell'evoluzione personale" è il titolo di questa pubblicazione e 'imparare' e 'navigare' sono due parole chiave della vita: riassumono in sé l'essenza della vita stessa, che è, per tutti, una navigazione e, per i più fortunati, anche un continuo apprendimento. Quando dunque queste due parole trovano una forma di incontro e di sintesi, la vita assume il senso sperato da ciascuno di noi.

Anche per questo l'iniziativa del Consiglio di Quartiere 4 che ha promosso una serie di incontri con i genitori e i bambini alla ludoteca di via Modigliani è importante e l'abbiamo sostenuta.

I genitori che vi hanno partecipato hanno accettato di mettersi in discussione, di confrontarsi, di aprirsi con gli altri, di esporre i propri problemi e le proprie difficoltà di relazione con i figli.

Molti dei problemi del nostro tempo, che ha sconfitto, in buona parte e almeno nelle nostre latitudini, fame, miseria e povertà estrema, che ha risposto insomma ai bisogni elementari di sussistenza umana, si sono trasferiti sul piano delle relazioni interpersonali. E le relazioni fra genitori e figli sono un aspetto, forse il più importante, di questo problema più generale.

Quando diciamo che il Comune intende svolgere un ruolo di sostegno alle famiglie nei compiti educativi, intendiamo anche questo: offrire strumenti interpretativi della realtà e delle situazioni, perché genitori non si nasce, si diventa. Per l'appunto si impara ad essere dei buoni genitori, sbagliando e commettendo errori, ma anche analizzandoli e comprendendoli, perché no?, grazie all'aiuto degli altri, di esperti.

La ludoteca, luogo gioioso e dedicato allo svago, per le sue stesse caratteristiche, ha aiutato questo lavoro, di cui siamo grati alle operatrici.

Questa pubblicazione intende dunque essere un compendio dell'attività svolta, un documento e insieme uno strumento di lavoro, per chi voglia leggerlo, per altre famiglie, per chi abbia voglia di ritrovarcisi e trovare spunti di riflessione e di approfondimento.

Per chi crede che la navigazione e l'apprendimento siano assai più importanti del punto di approdo.

Daniela Lastri Presidente del Consiglio Comunale Due parole a proposito delle dispense, degli incontri, del sistema comunicativo-evolutivo:

Queste sono le dispense dei 10 incontri di "Impariamo a navigare nell'evoluzione personale".

Le prime 9 le ho consegnato prima di ogni incontro, la decima è invece la stesura scritta dell'ultimo incontro, che è stato di domande, risposte, interventi dei partecipanti e lettura dei loro scritti. In questa pubblicazione ho incluso anche le cose che hanno scritto alcune/alcuni dei partecipanti, seguendo un ordine alfabetico.

Gli incontri hanno riservato molte sorprese a tutti noi, partecipanti e coordinatrice.

Per me la prima sorpresa è stata la quantità di persone che è venuta fin dall'inizio: non avevo idea di quale potesse essere la risposta a un titolo come quello che avevo dato agli incontri. Ho così costatato che siamo in molte/molti a cercare "qualcosa" che sia utile alla nostra vita e ai nostri rapporti.

Che gioia vedere che ci sono così tanti "ricercatrici" e "ricercatori" in giro!

La seconda sorpresa è stata condivisa da tutti noi, cioè quella data dall'atmosfera di concentrazione, di lavoro, di impegno, di disperazione e poi di speranza che si è via via creata durante i successivi incontri. Tutti abbiamo percepito che, anche se non possiamo riscrivere il nostro passato, possiamo scrivere in modi molto diversi il nostro presente e il nostro futuro.

Un'altra sorpresa è stata il desiderio dei partecipanti di continuare a trovarsi per poter dare un seguito alle riflessione personali che via via sono emerse; ancora oggi, a più di un mese dalla fine degli incontri coordinati da me, molti dei partecipanti si ritrovano tra di loro nella stessa sede e nello stesso orario.

Ho detto molte volte che la vita può essere una passione evolutiva e non una "passione inutile" come credeva Sartre; ci credo fermamente e, tuttavia ogni volta che si genera evoluzione mi sorprendo, mi meraviglio e mi commuovo.

In questi incontri ho visto l'evoluzione all'opera sia in me stessa, sia nei partecipanti, sia nel gruppo come un tutto che nasce ed evolve e, come se non sapessi niente di cos'è l'evoluzione, mi sono commossa come la prima volta. Al quarto incontro l'evoluzione è scattata come una scintilla nelle persone e nel gruppo... che misteriosa bellezza!

Mi ci sono voluti dieci faticosissimi anni per elaborare il modello comunicativo-evolutivo e ora lo vedo evolvere tumultuosamente, quasi allegramente da un anno all'altro, da una serie di incontri all'altra.

Crescono con facilità nuove idee e nuove possibili applicazioni; vedo che il modello evolve in altre persone e le porta a dei percorsi evolutivi personali, originali e creativi; anche lì sono una testimone commossa e partecipe.

L'ho costruito come "modello di psicoterapia", cioè come una teoria operativa del rapporto psicoterapeutico, ma le sue applicazioni nell'ambito dei rapporti sociali sembrano essere enormi e sembra quasi che via via si vadano organizzando da sole.

E' stata questa "forza" nel sociale che mi ha fatto pensare che la parola "modello" potesse venire fraintesa e così (anche grazie a Marilena Avvisati che, riguardando le dispense, mi ha fatto notare

alcune connotazioni della parola "modello"), ho deciso di cambiare il nome. Da ora in poi si chiamerà "Teoria e Applicazioni del Sistema Comunicativo- Evolutivo".

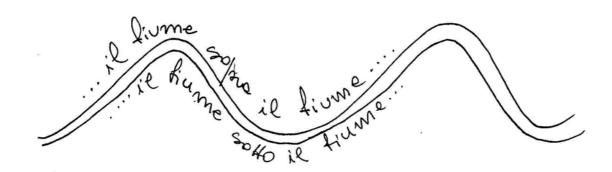
Credo proprio di poter dire che si tratti di un sistema che evolve perché stanno emergendo tutte le caratteristiche di questa classe di sistemi ...

Un'ultima cosa riguardo alle dispense: mentre ho visto l'evoluzione in coloro che hanno partecipato agli incontri, non avevo idea di quale fosse la risposta delle persone che le leggevano senza avervi partecipato.

Le ho fatte così leggere ad alcune persone, e i commenti di coloro che le hanno "soltanto lette" mi hanno convinto della loro utilità. Di tutti i commenti che ho ricevuto, desidero trascriverne uno come esempio: "Leggere le dispense mi ha dato molte cose, la prima è la speranza che tutti possiamo cambiare appoggiandoci tra di noi: i buoni rapporti sono la cosa più importante della nostra vita "... E' proprio così.

mais fine proce.

Primo incontro "Impariamo a navigare nell'evoluzione personale"



In questa serie di incontri svilupperemo le componenti individuali e relazionali che sono necessarie per potersi prendere cura di se stessi e dei rapporti a cui teniamo.

Tutte le idee e i concetti che svilupperò provengono dal modello comunicativo-evolutivo: cercherò di mostrarveli negli eventi quotidiani, in modo tale che anche voi possiate sviluppare una "mentalità comunicativa-evolutiva" nel vivere la vostra vita e i vostri rapporti.

E' necessario partire da due premesse: 1) l'evoluzione di ogni essere umano non è un "optional", noi apparteniamo alla classe dei sistemi dinamici e una delle nostre caratteristiche sistemiche è proprio quella del movimento; 2) dentro di noi si generano dei movimenti che cambiano la nostra organizzazione.

E' un grande privilegio e, allo stesso tempo un grande peso, che ogni individuo possa e debba riorganizzarsi nel corso di tutta la sua vita: non può evitare il cambiamento, può solo accompagnarlo o ostacolarlo e le conseguenze di queste due alternative sono enormi per se stesso e gli altri.

Se accompagniamo il movimento riorganizzativo, questo ci porterà a creare percorsi evolutivi nella nostra vita e nei nostri rapporti; se li ostacoliamo, invece, verremo risucchiati in sentieri involutivi.

Il problema è che sia la generazione dei movimenti, sia l'accompagnarli od ostacolarli, sia l'evoluzione o l'involuzione successive, sono fondamentalmente inconsce, cioè sono eventi che si producono fuori dalla nostra consapevolezza.

C'è tuttavia una "cartina di tornasole", un modo indiretto per avere un'idea dell'andamento generale di questi eventi che sono molto più complessi delle nostre possibilità di pensarli.

Quando i movimenti (e le sue fasi di una certa quiete) sono accompagnati da noi stessi, tutti i nostri comportamenti possono suggerire l'immagine del "fiume sopra il fiume e il fiume sotto il fiume". Per oggi vedremo solo i più globali dei nostri fiumi: la mente e il corpo; il sistema conscio ed il sistema inconscio; la persona e il mondo. Di ognuno di questi fiumi parleremo spesso e a lungo, per ora incominciamo a vederli.

Ho pensato che la narrazione potesse essere un modo più facile per cogliere queste idee e così vi presenterò alcune situazioni quotidiane di tre donne e un uomo che abitano in un piccolo condominio situato in una via che ha lo stesso nome di quella nella quale si svolgono questi incontri, ma non si trova a Firenze, bensì a Buenos Aires.

Il luogo della storia sarà, per noi, "Via Modigliani 125, Buenos Aires, Argentina".

Si tratta di Raquel, Matilde, Estela ed Ernesto. Sono personaggi inventati ma molto probabilmente in ognuno di essi c'è qualcosa di noi.

Penseremo a loro durante gli incontri, daremo loro una mano sviluppando idee e suggerimenti e, se potremo, li metteremo nelle condizioni adeguate per potersi muovere verso l'evoluzione. E, cosa fondamentale, cambieremo anche noi.

Buenos Aires, 17.30 del 15 gennaio 1997

Fa molto caldo, è estate.

Raquel è in macchina e sta tornando dal lavoro; ha una guida scattante e veloce - c'è poca gente in giro-. Raquel ha la sensazione spaventosa che qualcosa non quadri nella sua vita: eppure è una bella donna, ha un lavoro di grande responsabilità e soddisfazione, ha due figli ed un marito con il quale tutto sembrava andare bene, fino ad ieri.

I figli è un po' che hanno dei problemi: il grande ora non ha voglia di fare niente, niente lo interessa tranne la moto con la quale viaggia come un pazzo; la piccola, invece, è molto diligente nello studio ma è tanto insignificante... ora che sta entrando nella preadolescenza si è riempita di brufoli e non ha amiche nè amici; studia tanto, il pomeriggio sta sempre sola in casa...

Ieri il marito le aveva telefonato per dirle che non tornava a casa a cena perché aveva una riunione: lei stava pulendo e preparando la cena e così ha riattaccato il telefono senza pensarci (Raquel quando torna a casa riesce ad organizzare molto efficacemente la pulizia, la cena, riguardare lo studio della figlia, stirare, tutto, tutto riesce ad organizzare). Dopo cena, improvvisamente, si era resa conto che il marito, negli ultimi tempi, troppo spesso aveva riunioni la sera: le si era chiuso lo stomaco dal terrore, si era paralizzata davanti al televisore, non vedendo più niente: dove va e con chi va?.

Raquel è arrivata a casa. Scende dalla macchina e mentre entra in casa vede da lontano due vicine, la grassottella e quella che zoppica, che stanno parlando tra di loro. Per un attimo pensa di fermarsi ma desidera tanto togliersi i tacchi, mettere a posto la spesa e, inoltre, oggi le tocca pulire i vetri della "zona notte" così come fa ogni settimana.

E poi è da tanto tempo che le fanno terribilmente male tutte le articolazioni... sarà il caldo e l'umidità.

Matilde è una delle vicine, la grassottella, che sta chiacchierando all'ingresso; è la prima volta che racconta qualcosa di suo a qualcuno che conosce così poco: Estela, quella che un po' zoppica, sembra ascoltarla attentamente. Matilde racconta che ieri le si è bruciato il pollo arrosto della cena perché stava

al telefono con una sua collega che l'aveva chiamata per parlarle dei suoi problemi. Vedendo l'arrosto bruciato si era resa conto che un sacco di gente le telefona per raccontarle le proprie cose e chiederle consiglio, ma nessuno le telefona per salutarla o per chiederle come sta.

Questa storia del pollo arrosto l'ha proprio scocciata... si vede che aveva perso la cognizione del tempo ascoltando questa collega che, tra l'altro, non le è neanche particolarmente simpatica. Vedendo ciò che era successo con la cena, si era resa conto che lei era troppo disponibile con tutti, sempre, e si era molto arrabbiata con se stessa; ora, ridendo, dice a Estela che vuole imparare a difendere gli arrosti futuri... Estela ride e dice che lei sta lavorando su queste cose e parla a Matilde della frontiera personale e di come questa sia formata da moltissime coppie di fiumi che viaggiano insieme; l'invita per quella sera stessa, dopo cena, a prendere un caffè e parlare di cose utili a lei e agli arrosti (anche se non si tratta di una ricetta di cucina).

E' stata una breve chiaccherata ma molto carina... tutte due sono contente mentre si lasciano; è la prima volta che si sono fermate a chiaccherare, fino ad oggi si erano scambiate solo un saluto e beghe riguardanti il condominio...

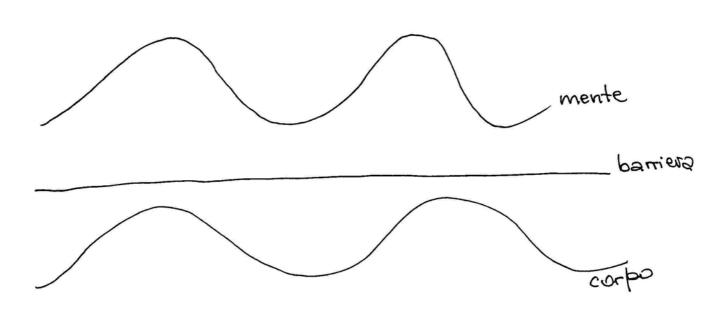
Di Matilde e di Estela parleremo di più nei prossimi incontri, oggi vorrei che ci concentrassimo su Raquel: quali sono le organizzazioni dei fiumi che cogliete nei comportamenti di questa donna?

In Raquel molto spesso i grandi fiumi non viaggiano insieme e questo indica sempre un' organizzazione inadeguata dei diversi livelli della frontiera personale.

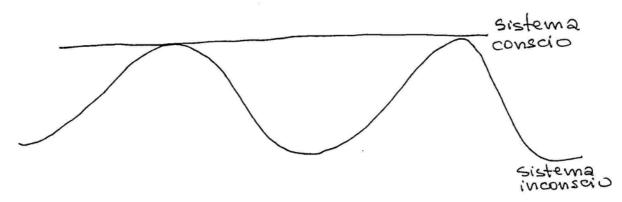
Proprio per questo Raquel si trova in una situazione esistenziale pericolosa per lei, per i suoi rapporti, per i suoi figli e forse anche per suo marito.

Raquel patisce dolori a tutte le articolazioni ed è molto tempo che le succede, tuttavia pensa che sono dovute al caldo e alla umidità così come nell'inverno aveva pensato che erano dovute al freddo... Raquel non può pensare ai suoi malanni, prendersi cura del suo corpo: corpo e mente sono distanti e forse anche inadeguatamente collegati (forse i dolori alle articolazione sono un segnale di allarme di tale impropria articolazione tra mente e corpo; di ciò parleremo nei successivi incontri).

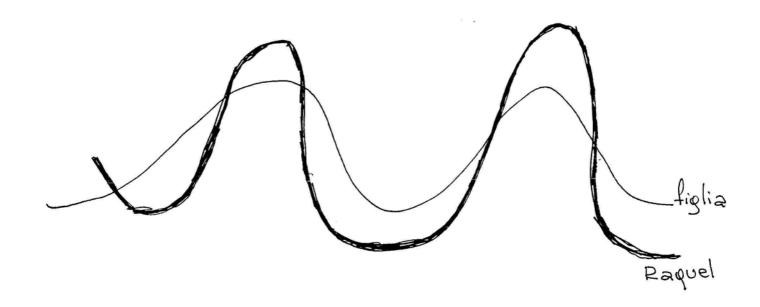
Questo comportamento lo possiamo disegnare così



In Raquel il suo minimo desiderio di fermarsi a chiacchierare con le vicine viene immediatamente eliminato: deve pulire i vetri, mettere a posto la spesa, togliersi le scarpe (forse questa è la migliore delle ragioni per entrare in casa). Il desiderio di "stare nel mondo" - che nasce dal sistema inconscio- viene schiacciato da un sistema conscio rigido: pulire, rimettere a posto la casa.



Riguardo ai figli lei, perlomeno oggi, non può collegarsi con loro, per esempio pensando se "l'insignificanza della piccola" non avrà un legame con l'ipersignificanza di lei che fa tutto, organizza tutto, interviene in tutto anche nello studio della figlia; lei che è tanto onnipresente ed efficiente da rendere "un'ombra" la propria figlia. Non la "vede" abbastanza e non la "pensa" legandosi a lei. Altrettanto le succede con suo figlio. Raquel non capisce (sistema conscio) che parte del suo sistema inconscio deborda nel rapporto con i figli e su di loro.



Questo può essere il disegno dei suoi pensieri verso i figli mentre è in macchina: i pensieri non sono accompagnati dai sentimenti e così i figli non sono "presenti" nei pensieri perchè lei li pensa da "troppo lontano" da loro.



Rispetto alle riunioni del marito, prima non ci pensa e dopo viene sopraffatta dal terrore, terrore che sembra collegato alla perdita del controllo che Raquel esercita sul marito, come del resto fa sui figli, sulla casa, sulla spesa. Raquel tiene tutto "in pugno" perché se qualcosa le scappa viene sopraffatta dal terrore e dalla paralisi.

Durante la telefonata

Dopo cena, nel terrore e nella paralisi



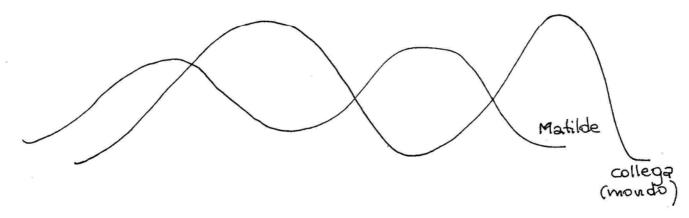
Rapuel

Come vedete, in nessuno dei suoi comportamenti Raquel suggerisce l'immagine di due fiumi che si accompagnano a vicenda e mutuamente si arricchiscono: quando nei nostri comportamenti suggeriamo questa immagine significa che siamo in un momento nel quale possiamo vedere, possiamo pensare, possiamo dire, possiamo fare, possiamo legarci al mondo e possiamo anche slegarci dal mondo.

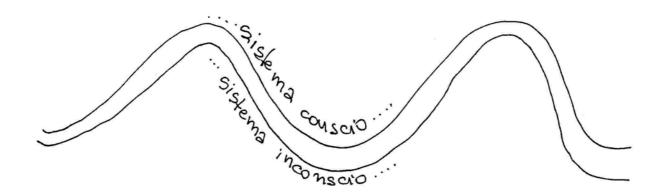
Matilde da ieri sera ha avuto una serie di comportamenti nei quali i fiumi scorrono insieme: ha potuto vedere l'arrosto bruciato rendendosi conto di tutta una serie di cose (chissà quanti altri arrosti ha bruciato in precedenza senza che ciò abbia generato il rendersi conto della sua disponibilità inadeguata);

ha potuto pensare al desiderio di cambiare, si è adeguatamente arrabbiata e ha potuto parlare di ciò che le era successo e delle sue riflessioni.

Matilde durante la telefonata



Matilde quando vede l'arrosto

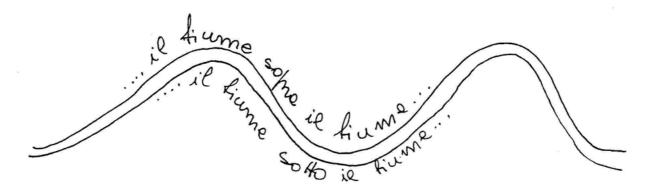


Mentre parla con Estela i suoi fiumi scorrono insieme e lo stesso succede in Estela che ascoltando accompagna Matilde; è per questo incontro dei fiumi che le due si sentono contente della chiaccherata.



Gradualmente cercheremo di vedere come aiutare queste donne a imparare a navigare evolutivamente nei propri fiumi...

Secondo incontro "Impariamo a navigare nell'evoluzione personale"



Mercoledì pomeriggio nel condominio di Via Modigliani 125, Buenos Aires, Argentina.

Matilde è seduta nel piccolo giardino condominiale; è appena iniziata quella brezza che viene dal porto e rende piacevole stare fuori; ha tolto le scarpe per sentire l'erba tiepida sotto i piedi, è sola.

E' da una settimana che pensa e ripensa a Estela, alle cose che le ha detto sulla frontiera personale, all'immagine del fiume sopra il fiume e il fiume sotto il fiume; secondo Estela questa è una immagine che suggerisce la forma umana di essere un sistema dinamico - evolutivo.

Non ha capito molto ma ha avuto la sensazione che era importante ciò che le diceva Estela; ascoltandola, si è resa conto che da un po' di tempo ci sono piccoli intoppi nella sua vita e in quella della sua famiglia... come quando non si risistemano quotidianamente le cose di casa e piano piano si mettono in posti diversi e poi non si ritrovano, o nell'ingresso si ammucchiano i cappotti e le giacche usate durante le settimane passate e il rubinetto inizia a perdere un po' di acqua e nessuno lo ripara. Matilde ora sente che è come se piano, piano, lei avesse mollato qualcosa di molto importante, anche se non sa cos'è...

Matilde sente che in questi anni è stata presa totalmente dalla bambina, dal lavoro, dal marito, dalla quotidiana impresa di vivere la giornata; ma ci deve essere qualcosa di sbagliato nei suoi atteggiamenti perché tutto questo dedicarsi a loro non sembra aver reso nessuno più felice.

Ora ricorda che la maestra di Inès (sua figlia) le disse prima delle vacanze estive (in Argentina sono dalla fine di Novembre a metà Marzo) che la bimba era particolarmente distratta e che pur mantenendo ancora un buon rendimento scolastico, in molti momenti proprio "non c'era".

Allora Matilde aveva pensato che tutto era dovuto al fatto che l'anno successivo Inès avrebbe iniziato le medie ed era un po' preoccupata per i futuri cambiamenti ma ora che riflette si rende conto che "le medie" non c'entrano niente. Perché Inès, a 11 anni, doveva essere preoccupata per qualcosa che sarebbe successo dopo le vacanze? Lei si ricorda ancora che a quell'età le vacanze sembravano un tempo così infinito, così fondamentale e meraviglioso che il "dopo vacanze con i suoi problemi" proprio non esiste... Inès era andata svogliata a passare l'estate in campagna dalla nonna... gli anni prima era sempre così contenta.

Matilde ora si ricorda che alcune amiche di Inès andavano, invece, al campeggio della parrocchia ed erano entusiaste, altre, quelle che rimanevano in città erano piene di progetti: andare in piscina, fare un corso estivo di ballo e tante, tante altre cose...

Matilde pensa quanto è contenta la nonna di ospitare la sua nipotina durante l'estate.... sua madre si sente un po' sola da quando i figli sono andati a vivere in città.

Matilde parte sempre per la campagna il venerdì sera e torna la domenica; sempre, sempre da quando è andata ad abitare a Buenos Aires, ancora prima di sposarsi; non si ricorda di essere mancata una volta: non c'erano feste, programmi per andare al cinema, compleanni delle amiche, altri impegni, Ernesto (l'allora fidanzato) che aveva una partita di pallone importante, una rappresentazione di teatro.... niente, niente la distoglieva dell'andare a casa di sua madre: per lei è sempre stato un suo dovere di figlia...

Ora che ci pensa Inès deve essere ingrassata da quando è andata dalla nonna perché l'ha vista più cicciottella del solito... non solo Inès dovrebbe dimagrire... anche lei... ma sì... quante volte ha deciso di fare la dieta e poi niente !... E' rimasta con i 15 chili che aveva preso durante la gravidanza e poi piano piano, senza rendersi conto, ne ha presi altro 10 ... e pensare che fino a quando non era rimasta incinta, era sempre stata così magra che sua madre da piccola la portava dai dottori.

Questo venerdì dirà a sua madre di stare attenta al mangiare di Inès, si vede che le dà da mangiare come lo dava a lei da piccola... Peccato che Ernesto neanche questa volta possa venire, dovrà prendere l'autobus e fare 4 ore di viaggio abbastanza scomodo; con il lavoro come tassista del marito e il suo nell'asilo nido sono sempre molto sfasati e si vedono così poco... Ernesto è sempre più silenzioso quando si trovano a cena tutte tre... certo, è sempre così stanco di guidare tante ore nel "casino" del traffico. La domenica, se non gli tocca il turno, Ernesto rimane a casa ad ascoltare la partita e poi si mette a guardare tutti i risultati alla televisione.

Ernesto aveva due sogni nella sua vita: giocare al pallone e fare l'attore di teatro ed era bravo in tutte due; si era iscritto all'università per studiare Arte (lei, invece studiava psicologia)... ma dopo la vita... sposarsi... comprare la casa... la bambina... la situazione dell'Argentina... nessuno dei due poté continuare a studiare. Matilde si rende conto che sono anni che non escono insieme da soli per andare al cinema e poi in pizzeria; eppure si conobbero proprio in un cinema; adoravano andarci e dividevano le sere della settimana (escluso sabato e domenica perché lei era via) tra l'andare al cinema e al teatro.

Matilde sente improvisamente che le sono sfuggite di mano tutte le sue passioni... e forse anche a Ernesto è accaduto lo stesso... tutti i loro entusiasmi, tutti i loro sogni... oh Dio quant'è che non fanno l'amore! Cosa è successo in questi anni?

Matilde piange sommessamente, ora si rende conto che sa di amare profondamente Ernesto e sua figlia ma di essere sempre meno in grado di sentire quell'amore... si sente come se fosse in anestesia, come se fosse dentro una campana di vetro e nebbia... schiacciata. Matilde si domanda quando è l'ultima volta che ha sentito intensamente qualcosa... anche il piacere del venticello che porta l'odore del mare nei pomeriggi estivi di Buenos Aires.

Estela ha detto che siamo sistemi che possono evolvere o involvere ma non rimanere fissi in un punto, perché siamo sistemi dinamici... Lei ora ha la sensazione che le cose non siano andate per il verso giusto,

ma non sa né quando, né come è successo; non c'è stato niente di tragico o di traumatico... è stata solo la vita.

Estela ha detto che solo l'organizzazione dei fiumi che viaggiano insieme è quella che ci dà il sentimento di essere vivi, la sensazione di essere i protagonisti della propria esistenza e delle proprie esperienze. E' quell'organizzazione inconscia che dà un intenso e vivo collegamento col mondo, con noi stessi, con i nostri pensieri, sentimenti, azioni. Matilde ora si rende conto che lei proprio non funziona così, che a lei le cose le accadono, i sentimenti non sono sentiti, i pensieri sono impoveriti e, a volte, agisce come se fosse un automa.

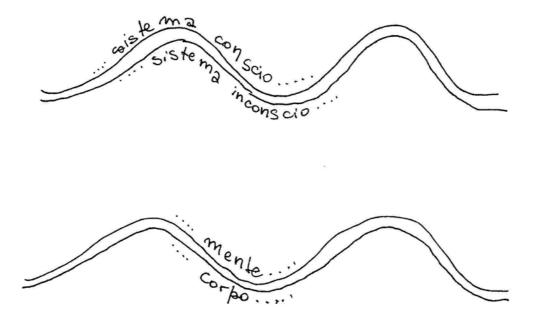
Estela ha detto che si può cambiare anche se bisogna fare un duro lavoro (ha detto anche che l'involuzione comporta un lavoro ugualmente duro, ma che in questo caso è un lavoro inutile, anzi dannoso, per sé e per gli altri)... Insomma, "si ha da lavorare" sia per essere sani che per essere malati, sia per sentirsi bene che per sentirsi male.

Per un attimo sente la speranza di riprendere in mano la situazione... Chissà se Ernesto torna a casa stasera; quando è uscita lui dormiva e non si ricorda i turni che deve fare questa settimana.

Gli lascerà un messaggio al bar dove si ferma sempre al cambio di turno... forse possono andare a fare due passi al porto, magari possono prendere un gelato.... è ancora molto triste, ma non solo, sente anche tante altre cose.

Cerchiamo di vedere come si organizzano i fiumi nei diversi comportamenti di Matilde. Mentre lei ricorda la conversazione con Estela e riflette sulla sua vita, i fiumi della mente (sistema conscio e sistema inconscio), scorrono insieme. E' questa organizzazione che rende i pensieri qualcosa di vivo, un flusso di coscienza; è l'organizzazione necessaria per poter sviluppare qualunque riflessione significativa.

Corpo e mente scorrono insieme poiché lei sente la brezza che viene dal porto, si toglie le scarpe per sentire l'erba; Matilde si è messa in una condizione adeguata a lasciare fluire i suoi pensieri.



Poiché viaggiano insieme, il sistema inconscio "offre" al sistema conscio la possibilità di fare una nuova ipotesi sulla svogliatezza di Inès e così creare un ulteriore flusso di riflessione: forse la figlia era distratta e svogliata perché mentre le sue amiche andavano insieme al campeggio o facevano insieme progetti divertenti per l'estate, lei, invece, doveva passare tutto il tempo dalla nonna?

L'offerta dell'inconscio non viene raccolta dal sistema conscio di Matilde... lei pensa a quanto è contenta la nonna; ora Matilde ed Inès non sono più come due fiumi - l'io e il mondo- che scorrono insieme: l'allegria della nonna "risucchia" l'argomento della riflessione e allora Matilde non può continuare a pensare alla propria figlia e a ciò che le sta succedendo.

Anche Matilde è stata "risucchiata" dal "senso di dovere filiale": non è mai mancata all'appuntamento con la madre.

Il mondo (la madre) e Matilde:

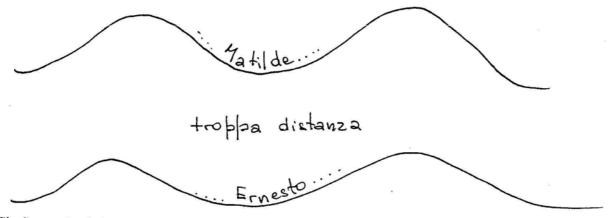


L'inconscio gli offre ancora un'altra possibilità di riflessione: a Matilde viene in mente che Inès è ingrassata da quando è dalla nonna. Ma l'argomento della nonna (e madre di Matilde) per Matilde è un "buco nero" e, perciò, ogni volta che si avvicina con un pensiero, esso viene "risucchiato" e sparisce senza lasciare tracce. E' per questo che Matilde non può formulare nessuna domanda né riguardo all'estate di Inès né riguardo al suo andare i fine settimana, tutti, ma proprio tutti, dalla madre.

Riguardo ai chili che vorrebbe perdere, la decisione di Matilde di fare la dieta non possiede l'organizzazione dei due fiumi ed è per questo che non può essere sostenuta: rimane un pensiero nel vuoto, inconsistente.



Neanche il rapporto con Ernesto possiede l'organizzazione dei due fiumi che viaggiano insieme; Matilde e Ernesto sono esistenzialmente molto distanti:

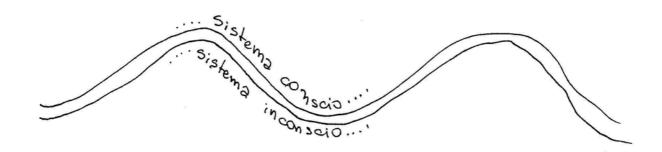


Sia l'uno che l'altro si trovano a vivere una vita opaca, senza poter mantenere i collegamenti né tra di loro, né con loro stessi né con i loro sogni.

Solo l'organizzazione dei due fiumi che si sostengono insieme rende possibile legarsi al mondo, a sé stessi e ai propri sogni: se ci si slega dalla vita che scorre dentro di noi, ci rimane solo una quotidiana e meccanica disperazione inconscia. Disperazione che, anche se non percepita consciamente, impedisce a qualunque esperienza di poter essere vissuta: Matilde sa di amare Ernesto e Inès, ma non è in grado di sentire l'amore.



Tuttavia ora che sta riflettendo, mentre incomincia a piangere, i due fiumi riprendono a viaggiare insieme e quest'organizzazione permette delle riflessioni più vive (da lì il sentimento di speranza che lei può provare). E' molto ma molto probabile che la decisione di invitare Ernesto a fare due passi non si "perderà per la strada", perché è una decisione sostenuta da un' organizzazione evolutiva.



Ecco ciò che Matilde ha scritto delle cose dette da Estela:

Estela mi ha raccontato che è medico e lavora nella ricerca; conosce il modello comunicativo-evolutivo grazie a una sua amica che vive in Italia (il modello è nato lì).

E' la prima volta che un modello di psicologia "le torna" con ciò che sta "venendo fuori" circa la complessissima organizzazione del corpo, dei meccanismi della malattia e soprattutto quelli dell'auto-organizzazione della salute.

E' un modello in sintonia con ciò che si sta scoprendo circa i sistemi complessi, quelli che evolvono, e, inoltre, si tratta di un modello al quale ognuno si può appoggiare per avere un punto di riferimento nel lavoro su di sé e i sui propri "punti ciechi o buchi neri", cioè gli argomenti nei quali non può entrare nessuna domanda.

Con questo modello si può provare a prendersi cura di noi stessi in modo tale che la nostra vita e la vita dei nostri rapporti possano scorrere nei modi più evolutivi permessi dalle circostante esterne.

Estela ha iniziato a parlarmi della "frontiera personale". Ha detto che un modo facile di iniziare a pensarla è quello di "vederla" in una cellula: la cellula è delimitata da una membrana cellulare che individualizza un contenuto interno rispetto all'ambiente esterno; inoltre, il contenuto del nucleo della cellula è delimitato da una membrana che lo individualizza rispetto al resto della cellula e, inoltre, ogni corpuscolo dentro la cellula è, anche esso, delimitato e contenuto dalla propria membrana.

Mi ha spiegato che le delimitazioni delle diverse componenti della cellula hanno così funzioni diverse: contengono, delimitano e organizzano gli scambi con gli "altri" (sia altri componenti interni sia esterni). Le frontiere della cellula la individualizzano e le danno un'organizzazione selettiva rispetto agli scambi che essa mantiene: infatti fa entrare ciò che le è utile e impedisce l'ingresso a ciò che le è inutile o nocivo.

Delimitare/ organizzare gli scambi è stata una grande "trovata" dell'Evoluzione della Vita: prima di questa strategia organizzativa il nucleo delle cellule "girava" non ben delimitato dentro la cellula.

La strategia delle delimitazioni/organizzazione degli scambi deve essere evolutivamente "molto meglio" dell'altra strategia perché tutti gli organismi pluricellulari sono i suoi figli. Noi, esseri umani, siamo fatti di cellule eucariote cioè il nostro nucleo cellulare è delimitato dentro la sua membrana.

Questa passione per le delimitazioni e l'organizzazione degli scambi è quella che l'Evoluzione ha realizzato creando i diversi sistemi che formano il nostro corpo, sistemi che sono in una intensa relazione tra di loro, organizzata e fluida.

Tutto il nostro corpo comunica con sé stesso, con la mente e con il mondo; si tratta di molti milioni di informazioni simultanee e complesse che si organizzano in una melodia unica per ognuno di noi.

Mi è piaciuto molto il paragone di Estela: la più imponente delle orchestre sinfoniche del mondo è un gioco da bambini se confrontata ai milioni di strumenti interni che, suonando ognuno il proprio repertorio, si accordano meravigliosamente tra di loro ad ogni istante della nostra vita.

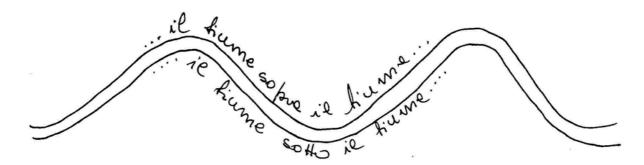
Dal momento della nascita in poi ognuno di noi auto-costruisce le proprie frontiere: mente/corpo, sistema conscio/sistema inconscio, io/mondo, via via si vanno delimitando i diversi ambiti delle nostre esperienze.

La frontiera personale (che è formata da un'immensa serie di diverse frontiere articolate nei diversi livelli) organizza tutte le esperienze che noi viviamo: l'organizzazione dei nostri pensieri, dei nostri sentimenti, delle nostre percezioni, delle nostre azioni, dei nostri rapporti, ecc. Siamo il prodotto della forma organizzatrice della nostra frontiera personale: la nostra vita è una forza organizzata da quella forma.

Mi è diventata più chiara l'immagine del fiume sopra il fiume e il fiume sotto il fiume: intende solo suggerire l'organizzazione evolutiva delle diverse esperienze e ci indica che la nostra frontiera personale è, essa stessa, adeguatamente organizzata. L'immagine dei due fiumi è una metafora: la frontiera e i suoi livelli, così come le forme che essa organizza, sono indefinitamente più complesse e il nostro sistema conscio non riesce a pensare a "tanta complessità", però può lasciarsi suggestionare da un'immagine che serve da punto di riferimento.

Ho capito che non è una immagine arbitraria perché ci risulta di grande utilità nel capire noi stessi ed i nostri rapporti. Estela mi ha spiegato che la mia reazione di fronte al pollo arrosto poteva vedersi come una reazione alla rottura della mia frontiera personale. La telefonata della collega aveva "invaso" il mio spazio: senza essere fermata o gestita, "l'invasione" aveva rotto la mia frontiera personale e di conseguenza, mi ero momentaneamente persa (cioè, si era persa la mia individuazione o identità). Per questo che non avevo potuto "tenere in mente" ciò che era "mio" e che dovevo proteggere: l'arrosto. Estela mi ha detto che anche a lei succedeva, però ora sempre un po' meno...

Terzo incontro "Impariamo a navigare nell'evoluzione personale"



Estela sente un dolore immenso... sa che non avrà consolazione per quel dolore. La fine delle telefonate con la sua amica del cuore le produce sempre la stessa sensazione di venire dilaniata dalla distanza che c'è tra loro; la sua amica abita in Italia da molti anni...

Zoppicante e dolorante si allontana dal tavolo, lasciando il capitolo che scriveva nel momento in cui le è nato l'impulso di telefonare in Italia.

Va a sedersi nel divano: ascolterà un po' di musica...

Sa che la sua amica sente esattamente lo stesso dolore che sta provando lei; si telefonano così, d'impulso, più o meno ogni due mesi... per dirsi quasi niente (costa così tanto ogni minuto) Come stai?... Mi manchi tanto.. ti voglio bene... porca miseria dover vivere così lontano! ... Scrivimi... ti voglio bene... ciao... ciao cara...ciao...

Tutte due sanno che un affetto così corrisposto è veramente un miracolo! Sembra proprio impossibile che debbano vivere tanto distanti. Negli anni, quando si vedono, parlano e parlano; ognuna si prende la briga di raccontarsi... di smatassare le esperienze, parlando, ascoltando... condividendo, finalmente, le storie che hanno vissuto una lontana dall'altra.

Si scrivono e molte volte è successo che una di loro mandasse all'altra qualcosa che l'aveva particolarmente toccata - il titolo di un libro, un film, il nome di un autore- e questo "qualcosa" fosse esattamente ciò di cui l'altra aveva bisogno in quel momento. Non lo sanno spiegare, ma è successo così tante volte che non è possibile che sia casuale, tutte due sono convinte che si tratti di una sincronicità data dal loro amore...

Si conobbero quando studiavano ancora all'università, lei medicina e l'amica psicologia. Tutte due appartenevano allo stesso gruppo politico e andavano insieme alle manifestazioni, a fare il volantinaggio, alle riunioni, nel doposcuola del quartiere popolare dove lavoravano con i bambini...

Spesso dopo le riunioni politiche loro due se ne andavano a "girare la notte", prendendo caffè in un bar, dopo in un'altro... e parlavano e parlavano. Volevano laurearsi e lavorare insieme, partendo verso il nord, dove la gente era povera e rassegnata a vedere morire i propri figli perché non c'era un dottore... a perdere il lavoro e morire di fame... a essere sempre "nel pugno" dei padroni delle terre...

Il loro sogno esplose insieme all'anca di Estela, che si beccò una pallottola vagante durante una manifestazione... non sentì male, semplicemente la gamba non la sorresse più e cascò a terra...

Si svegliò all'ospedale... le faceva male tutto... le dissero che era stata molte ore in sala operatoria e tutti le assicurarono che avrebbe potuto camminare di nuovo (invece non le dissero subito che avevano dovuto toglierle l'utero).

Estela passò quasi un anno in ospedale e l'amica anche: era da lei quando non aveva delle lezioni. Piano piano gli altri compagni del gruppo iniziarono a non essere più d'accordo con questo: l'amica stava lasciando gli impegni politici e si occupava troppo del privato: non era "politicamente corretto" lasciare tutto per un'amica.

Un giorno all'amica fu detto ufficialmente che doveva occuparsi meno di Estela, che ciò era un fatto privato e nel gruppo questo atteggiamento era stato valutato "sentimentalmente troppo borghese".

Estela ricorda che l'amica in quel momento non le raccontò niente; semplicemente mandò il gruppo a quel paese e solo dopo le disse che aveva sbagliato rivoluzione e che doveva cercare una rivoluzione che difendesse ugualmente il privato e il pubblico di ogni essere umano. Estela allora non capì la frase dell'amica e non le diede nessuna importanza: tutto ciò che succedeva attorno a lei, e in lei, la toccava veramente poco.

Stava molto male, la sua vita era andata a pezzi; con il tempo forse avrebbe potuto camminare di nuovo, piano e zoppicando... impossibile andare al nord; figli non ne avrebbe avuto mai... lei che aveva sempre desiderato avere un sacco di bambini!...

Non trovava la forza per rassegnarsi, si sentiva molto demoralizzata, svuotata, annichilita, il suo miglioramento era molto ma molto lento.

Dopo quasi un anno d'ospedale... ma a lei sembrava che era sempre vissuta lì..., in un pomeriggio come tutti, l'amica le raccontò di una comune amica che stava reagendo con molta forza a quanto le era capitato, che sembrava quasi che, invece di essere schiacciata dal problema, stesse crescendo e maturando. Estela si sentì invasa da una rabbia omicida, voleva mandare al diavolo l'amica e gridarle di non tornare più: ma che ne sapeva lei di una vita distrutta? Ma chi si credeva di essere parlando così? Lei era sana... aveva tutto... allora è facile parlare!...

Estela non rispose; controllando la rabbia mormorò solo che era molto stanca e voleva dormire... l'amica la baciò e andò via... Estela non poteva stare a letto... bolliva di rabbia, rancore, odio... lentamente si alzò, prese le stampelle e fece qualche passo verso il corridoio... stava imbrunendo e le luci non erano ancora accese... era tutto così silenzioso... triste... solitario...

Estela si trascinava lentamente nel corridoio senza sapere dove andare, non poteva tornare in camera, non voleva, ma non voleva neanche andare da nessuna parte... nel silenzio ascoltò due voci di donne che mormoravano in una delle camere: "Com'è carina Estela", disse una donna, "Peccato che abbia sempre quel musino così triste". L'altra donna domandò: "Qual è Estela?" Lei sentì rispondere "Quella della stanza accanto, quella che zoppica un pochino".

Estela sentì che la rabbia esplodeva: come "un pochino"!.. Senza neanche rendersi conto, spalancò la porta della camera e vide due donne del nord, ognuna accanto al letto della propria figlia. Le ragazze stavano morendo, si vedeva la morte nel loro viso scuro, indiano... consumate dalla malattia ... erano come candeline che si stavano spengendo lentamente....

Estela le guardò tutte a lungo... tutte la guardavano e allora lei incominciò a piangere, prima piano poi senza freni, singhiozzando, forse gridando... era l'unica di tutte loro che piangeva... le altre erano ugualmente disperate ... ma dall'inizio della loro vita erano state così tante le tragedie che chissà quanto tempo fa avevano finito lacrime e forza di gridare...

Da quel momento in poi Estela divenne ai suoi stessi occhi "Quella che zoppica un pochino" e, in effetti, tutti i medici furono sorpresi di quanto poco Estela riuscì a zoppicare (in cuor loro tutti pensavano che avrebbe dovuto usare per sempre le stampelle). Le fisioterapiste le domandavano cosa le era successo, come mai prima era così passiva e ora sembrava piena di energia e di voglia di fare. Appunto, diceva Estela, ho molto da fare.

Ancora oggi, dopo più di venti anni, "zoppicare un pochino" è un'impegno quotidiano: alcuni giorni le fa proprio male l'anca con la protesi, ma lei "un pomeriggio, con le donne del nord" prese la sua situazione in mano e non la lasciò mai più: va in piscina, cerca nuove tecniche di massaggio, sta attenta a non ingrassare per non gravare sull'anca. Si prende cura di sé...

Poco dopo che era uscita dall'ospedale, prese la laurea e iniziò a lavorare in un istituto di ricerca delle malattie tropicali. Le piace molto il suo lavoro anche se non vede pazienti, lei ha bisogno di stare poco in piedi (non usa neanche un bastone). Ora sta scrivendo un manuale per insegnare alle popolazioni del nord come prevenire le malattie tropicali e lei stessa va al nord di frequente a tenere dei corsi.

Qualche anno dopo fu l'amica a trovarsi in una situazione terribile ed Estela le stette sempre accanto... tutte due sono convinte che l'una ha salvato la vita dell'altra.

In seguito, quando l'amica lasciò l'Argentina, lei si sentì così sola e spaesata che per un periodo le sembrò di ricadere nel buio dell'ospedale; eppure era stata lei ad avere appassionatamente consigliato all'amica di lasciare il paese e cercare altrove la "sua" rivoluzione. Estela l'aveva trovata in Argentina e, malgrado tutto ciò che succedeva nel loro infelice paese, lei voleva restarci.

Suona il telefono ed Estela risponde, abbassando la musica e uscendo dai suoi ricordi; sente la voce di Juan che le dice "Ti andrebbe di ascoltare un po' di tango stasera al porto?"

Estela: Juan, come fai a sapere esattamente il momento giusto per telefonarmi?

Juan: (con voce a piffero): "E' l'intuito femminile, una delle conseguenze di essere cresciuto tra sole donne".

Estela (con voce ombrosa): "Ci penserò io a farti diventare un vero uomo".

Juan (ridendo): "Passo a prenderti alle nove!.

Estela va verso la cucina canticchiando, ama quest'uomo e lui sta imparando di nuovo a amare una donna dopo tutto quello che gli è successo.

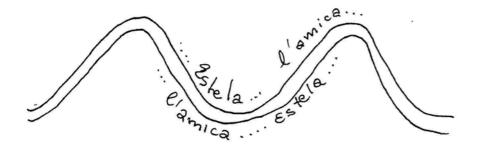
Estela non se ne rende conto... ma in quel momento zoppica veramente solo un pochino e alla sua mente di dolore ne arriva giusto "un pochino".

Cercheremo ora di vedere l'organizzazione evolutiva, o involutiva, dei comportamenti di Estela utilizzando l'immagine dei due fiumi.

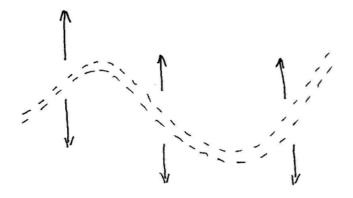
Il dolore, quando finisce la telefonata con l'amica è una reazione alla separazione dei due fiumi che loro due avevano creato durante la stessa telefonata.

Mentre telefonava Estela ha tenuto in mente "il mondo": sia l'amica (ascoltandola), sia il costo della telefonata (a differenza di Matilde, che nella telefonata con la collega si era "confusa col mondo" perdendo la sua individualità e "perdendo di vista" il suo arrosto).

telefonata di Estela con l'amica, i fiumi scorrono insieme



fine della telefonata, i fiumi si dividono



Estela non sfugge né reprime il suo dolore (per esempio riprendendo immediatamente il suo lavoro o telefonando a un'altra delle sue amiche), ma lo accompagna ascoltando la musica.

Anche se in un altro incontro riprenderemo l'argomento, per ora diciamo soltanto che la possibilità di vivere i propri sentimenti si produce solo quando la frontiera personale è adeguatamente organizzata. Noi, invece, molte volte inconsciamente esercitiamo un forte controllo dei nostri sentimenti o di alcuni di essi: li rimpiccioliamo, li annacquiamo, li trasformiamo in un fuoco di artificio, intenso ma brevissimo, li espelliamo dal livello di organizzazione mentale, ecc. ecc.

Invece Estela, lì, seduta con il ricordo dell'amica, può "permettersi" che i suoi pensieri accompagnino tutti i suoi sentimenti. E' un grande lusso, un vero lusso.

Estela non lo sa, ma è proprio questa possibilità di accompagnare il dolore della separazione ciò che le permette di "farlo svanire" di "consumarlo", di "portarlo fino in fondo": è questo processo inconscio di poter "accompagnare i propri sentimenti" quello che le rende possibile costruire anche dei buoni rapporti con altre persone. Estela cioè può anche accompagnare i sentimenti degli altri; per esempio i sentimenti di Matilde riguardo all'arrosto bruciato: è stata questa possibilità di Estela (insieme alla possibilità di Matilde di parlare della sua esperienza) che ha dato il senso positivo all'interazione tra di loro.

Vediamo ora l'episodio dell'anca: la pallottola frantuma i sogni di Estela e non solo: la sua frontiera personale va in pezzi; essendo questa l'organizzatrice di tutte forme (comportamenti del corpo, comportamenti cognitivi, affettivi e relazionali) nessuno dei suoi comportamenti può più avere l'organizzazione dei due fiumi; allora, tra altre cose, Estela non può accompagnare - sostenere- il processo di guarigione e così guarisce molto ma molto lentamente.

I comportamenti non sono organizzati come due fiumi in quanto Estela è come se fosse "rotta", "spezzata", "a pezzi": non più integra, diviene apatica, demoralizzata; si è "lasciata andare" fuori di sé (della sua frontiera). Estela è scollegata da sé stessa e apparentemente anche dal mondo.

Il "pomeriggio con le donne del nord" è il momento nel quale la frontiera personale di Estela, ora autoriparata, organizza improvisamente la sua individualità e perciò può dare una "buona forma" a tutti i suoi comportamenti: così sentimenti, azioni, sensazioni, riacquistano un'organizzazione evolutiva. Estela "si riprende".

Estela da quel momento "è" mentre per quasi un anno non "era nessuno", non era lei, non c'era per lei il vissuto del tempo "prima": le sembrava di essere sempre stata in ospedale; ora Estela diviene "quella che zoppica un pochino": è qualcuno, da lì proviene la sua energia e voglia di fare.

La possibilità di auto-ripararsi è una caratteristica fondamentale dei sistemi dinamici. Noi possiamo autoriparare la nostra frontiera personale e nessuno, tranne noi stessi, può ripararcela; si tratta di un processo che dobbiamo fare da soli ma che non possiamo fare in solitudine.

Abbiamo bisogno di essere accompagnati da un'amico, un compagno o una compagna, un genitore, un medico, un terapeuta, un prete, una comunità - sia laica che religiosa; cioè, abbiamo bisogno di un rapporto umano che ci "sostenga", offrendoci un'organizzazione che abbia la forma di due fiumi che scorrono insieme.

Questo "compagno" del processo di auto-riparazione ci offre un'organizzazione relazionale e ci lascia "tranquilli": cioè rispetta i nostri tempi, ritmi e modi con cui svolgiamo inconsciamente questo processo. Anche nei casi nei quali il processo di riparazione sia severamente bloccato, l'eventuale bisogno di un aiuto terapeutico deve nascere dalla persona stessa; non si può obbligare nessuno ad essere aiutato, se non ne sente la necessità.

L'amica di Estela, pur non sapendo niente dei sistemi dinamici che si auto-riparano, le offre le condizioni relazionali adeguate per fare si che l'auto-riparazione avvenga: lascia che il processo avvenga da solo -

senza intervenire con consigli, richieste, suppliche, "partacce" - ma le sta vicino, la sostiene e l'accompagna.

Certamente non a tutti ci tocca di vivere una rottura della frontiera personale così radicale come è successo a Estela, ma tutti noi viviamo quotidianamente degli attriti, delle invasioni, dei micro traumi della nostra frontiera: il mondo ci "invade" o ci "lascia cadere". La nostra frontiera personale continuamente ha la necessità di auto-ripararsi; e quando le "rotture" non sono radicali possiamo riparare anche nella solitudine la nostra frontiera, anzi, spesso il processo accade al di fuori della nostra consapevolezza.

Inoltre, come vedremo in seguito, ci sono nel corso della nostra vita sia delle rotture "fisiologiche", come ad esempio l'adolescenza o la menopausa, che delle rotture pressoché inevitabili: concludere con l'identità di studente, di figlio (quando muoiono i genitori), di marito di... di moglie di... di appartenente al gruppo di... o anche cambiare città, o traslocare, o cambiare lavoro, ecc. ecc.

Tutte queste situazioni turbano più o meno profondamente l'organizzazione della frontiera personale nei suoi diversi livelli.

Ritornando a Estela possiamo dire che spesso il processo di auto-riparazione avviene come nel suo caso: è sotterraneo ed emerge poi, "già fatto", con un'organizzazione rapida, radicale e imprevista dei comportamenti. Poiché i "progressi" non si vedono, in questi casi è molto frequente che "il mondo", o anche noi stessi, cerchi di "darci una mossa", di "farci reagire", "di spingerci": questi atteggiamenti sono "invasioni" del processo stesso che, come abbiamo detto, si organizza da solo secondo i propri tempi e ritmi.

Le circostanze nelle quali avviene la concretizzazione del processo sono svariate: leggendo un libro, vedendo un film,

in autobus, facendo una passeggiata o attraverso un sogno. Tac... avviene, a volte è un tac sussurrante a volte è un frastuono TAAACC!!! In Estela è avvenuto in modo drammatico, ma in altri casi non è così.

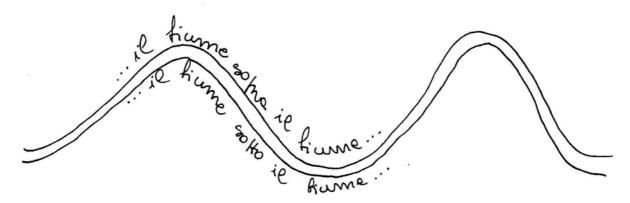
Da quel "pomeriggio" Estela è di nuovo Estela poiché la sua frontiera personale è di nuovo integra e tuttavia non è la stessa Estela di prima; è molto più consapevole di uno dei lavori che le spettano per potersi sostenere integra: prendere la sua situazione clinica in mano per tutta la vita.

Certamente, il processo di Estela non coinvolge soltanto la sua situazione clinica; poter prendere in mano le situazioni è divenuta una caratteristica della frontiera personale di Estela ed è per questo che lei può "accompagnare" e sostenere sia sé stessa che gli altri.

Così Estela è stata in grado anche di sostenere i propri sogni, dando loro una forma che tenesse conto delle sue possibilità e delle sue impossibilità.

Certamente non sappiamo quale sarebbe stato il destino dei sogni di Estela se quella pallottola perduta non le fosse entrata nel corpo - e nella frontiera personale-. Forse avrebbe dato loro forma o forse no (come è successo a Matilde ed a Ernesto)... ma vivere la propria vita senza "mollare" i sogni possibili e "lasciando andare" quelli impossibili (ma proprio impossibili, come per Estela quello della maternità biologica) è un altro vero lusso nella vita di Estela che sicuramente si è accresciuto durante il processo di auto-riparazione.

Quarto incontro "Impariamo a navigare nell'evoluzione personale"



Una mattina all'inizio di febbraio Ernesto, il marito di Matilde, esce di casa per andare a prendere il suo taxi che il socio ha guidato per tutta la notte. Sono poco dopo le sei...

L'appuntamento è al solito bar dove tutti i giorni Ernesto e Manuel, il socio, si danno il cambio di turno. Vanno lì anche a mangiare perché il bar, oltre a preparare alcuni cibi, rimane aperto giorno e notte e sempre si trovano altri tassisti con i quali fare due chiacchiere.

Ernesto cammina spedito... non fa caldo ancora; dopo un po' gli viene da fischiettare un vecchio tango. Gli piace camminare al mattino presto, c'è poca gente e poi trova sempre una pietrina che si porta dietro dandogli piccoli calci: "La faccio arrivare fino al portone verde... le faccio attraversare la strada ..." Ci riesce sempre a mandare la pietrina proprio dove ha detto.

Al bar Manuel lo saluta "Ciao, 10" e lui risponde "Ciao, 5"; sono stati compagni della squadra di calcio del quartiere del porto e ancora si chiamano con il numero delle loro magliette di allora: Manuel il difensore, Ernesto l'attaccante. Non si frequentano fuori dal lavoro, si vedono solo al cambio del turno ma si vogliono bene... mai un problema da quando 9 anni fa comprarono un tassi "a metà".

Prendono un caffè ed Ernesto dice: " Dovrei dare un caffè anche al taxi, ogni volta che lo guidi te si addormenta". La stessa battuta da anni. Manuel dice, invece, "Dovrò darli un Tavor... ogni volta che lo guidi te, si stressa". Manuel guida piano, Ernesto ama la velocità.

Ernesto è un bravissimo guidatore, ha un controllo totale dei riflessi e della macchina: parte per primo al verde dei semafori e quando arriva a uno rosso si ferma, frenando all'ultimo secondo, proprio un millimetro prima delle strisce pedonali.

Verso le due Ernesto torna al bar e mangia un pollo arrosto con i compagni; fa presa sui compagni perché tutti i giorni realizza una nuova impresa e loro si divertono ad ascoltarla. Lui la chiama "fare gol".

"Ernesto", gli chiedono i compagni "racconta quella di ieri". Ernesto gode a raccontare: "Una coppia di signori di mezza età sale in macchina e dice che sono in terribile ritardo e che devono andare

all'aeroporto; 30 metri più avanti c'e una volante della polizia ferma al semaforo. Io scendo a parlare con i poliziotti per spiegare che dobbiamo arrivare urgentemente al nuovo ospedale italiano: la loro figlia è già lì, sta per partorire ed è da sola, non parla una parola di spagnolo ed il marito è all'estero; spiego ai poliziotti che i genitori devono dare una serie di indicazioni sulla malattia della figlia, in modo tale che i dottori le sappiano prima del parto. Parlo veloce e concitatamente... il semaforo diventa verde ed è chiaro che io continuerò a parlare, bloccando il traffico. Ci segua, dicono i poliziotti, completamente rimbambiti dai miei discorsi. Così partiamo, loro con la sirena spiegata e noi dietro come pazzi.

Saranno rimasti sorpresi i poliziotti quando, arrivati all'ospedale, non c'era nessuno a seguirli... noi avevamo girato 400 metri prima... all'aeroporto. Che gol ho fatto ai poliziotti!".

I compagni se la spassano: "Che pensata quella di Ernesto di approfittare della vicinanza tra l'aeroporto e l'ospedale!". Fare gol ai poliziotti poi per loro è una vera delizia.

Il pomeriggio trascorre più o meno come sempre. Ora fa un grande caldo: "Sta a vedere che sorpasso nel viale quella Mercedes"... piccolo gol; "Sta a vedere che ci riesco a passare prima che il semaforo diventi rosso"... altro piccolo gol...

Se gli danno un po' di spago, Ernesto chiacchiera con i clienti e parla dei suoi gol. Loro si divertono e ogni tanto capita addirittura che uno di loro lo riconosca. Ernesto "guida bene" i suoi discorsi con i clienti e non è mai successo che qualcuno si irritasse. Alcuni però gli hanno detto che guida come se stesse su una pista di formula uno, ma Ernesto risponde che si è formato alla Scuola di Parigi e che lì tutti guidano in quel modo.

Ernesto torna al bar a consegnare il taxi, "Ciao 5, ti ho stancato bene il taxi, tanto ora con te dorme".

Cammina verso casa: anche se fa ancora caldo è iniziato il venticello del porto, Ernesto fischia piano piano e poi smette... non lo fa a posta... è che la musica si sta spengendo dentro di lui ...

Entra in casa, Matilde è lì. Ernesto la saluta con un mormorio così basso che si sente appena: "Come va?" Matilde sorride e dice: "Stasera pollo arrosto... non bruciato"

Ernesto risponde con tono monotono: "Pollo... l'ho mangiato anche a pranzo".

Matilde sente che la sua piccola allegria si congela e muore...

Mangiano in silenzio. Ernesto sembra rattrappito quando dice

" Vado in camera a vedere la partita di Coppa.." Dopo un po' dorme.

Ora cercheremo di vedere l'organizzazione della frontiera personale di Ernesto così come appare dai suoi comportamenti.

In Ernesto ciò che risulta più evidente è la differenza enorme tra l'organizzazione che dà forma ai suoi comportamenti "in casa" e quella "fuori casa".

Dal momento in cui esce di casa egli mostra una vitalità ed una espressività forte: "controlla" le pietrine che si porta dietro; "controlla" i suoi riflessi e la macchina; "controlla" l'attenzione dei compagni parlando dei suoi gol; "controlla" la strada; "controlla" l'attenzione dei clienti con i suoi racconti... è il protagonista di tutte le situazioni.

Quando entra in casa... anzi, già mentre sta andando, si spenge e si rattrappisce. Tutta la sua vitalità ed espressività gli sono sfuggite di mano; sono sparite nel nulla.

Se noi gli dicessimo "Perché sei in un modo a casa e in un altro fuori ?" Ernesto potrebbe pensare che siamo matti: la scissione tra le due organizzazioni è inconscia e lui è completamente inconsapevole sia del meccanismo della scissione, sia di come egli è "nell'altro posto": cioè, non solo è diverso nelle due aree più importanti della sua vita, ma non può rendersi conto di esserlo.

Le due organizzazioni sono scisse, separate tra di loro e non si collegano. Ernesto vive inconsapevolmente questa discontinuità: non sa niente quando si trova "in un posto" di come è quando si trova "nell'altro".

Può sembrare che quando "è fuori" l'organizzazione della frontiera personale di Ernesto dia ai suoi comportamenti la forma "a due fiumi", ma si tratta di un "come se fossero due fiumi".

Nei comportamenti a due fiumi esiste infatti una relazione adeguata tra i due fiumi, relazione molto mutevole, a seconda del comportamento.

In Ernesto, invece, tutti i comportamenti quando "è fuori" sono appoggiati su un solo fiume, che è sempre lo stesso cioè il suo bisogno inconscio di controllare, "tenere in pugno" la vita, la strada, l'audience, cioè, essere il protagonista sfidante e vincente: "fare gol".

un comportamento
"fuori"

un altro comportamento

un altro ancora

Pane Poli

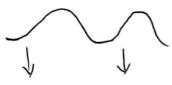


5 - Q - 1

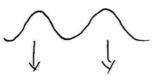
un comportamento "in casa"

un altro comportamento

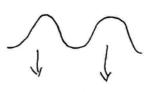
un altro ancora



casca



casca



Casca

Come si può vedere, i comportamenti di Ernesto quando la loro forma è data dall'organizzazione "in casa", non si sostengono: l'argomento del pollo "casca" (avrebbe potuto dire "Ah sei stata attenta... come mai?" "Il pollo non bruciato di Matilde è il migliore di Buenos Aires", o mille altre cose); il progetto di vedere la partita "casca": Ernesto si addormenta...

In casa, i comportamenti di Ernesto sono inconsistenti.

Nei comportamenti "come se fossero due fiumi insieme" quello di sotto è sempre lo stesso: un bisogno inarrestabile di essere il protagonista, il centro dell'attenzione.

Le forme che assume questo bisogno sono svariate; alcune "scoperte", come quelle di Ernesto o quelle autoritarie di padre-padrone, mentre altre molto "coperte": "essere malato", "essere saggio", "essere imbranato", "essere depresso", "essere in possesso della verità", "essere anziano" (usando l'età per divenire il protagonista) ecc. ecc. Tutte queste forme possono appoggiarsi sull'unico fiume del bisogno di essere sempre il protagonista; "il mondo" viene così "obbligato a dare" attenzione, aiuto, assistenza, amore, ammirazione, ubbidienza, ecc.

I comportamenti "come se fossero due fiumi" non realizzano delle forme organizzate evolutivamente perché queste sono plastiche, mutevoli, fugaci, i fiumi di sotto e di sopra cambiano continuamente cercando, via via, la coppia adeguata.

Invece le forme "come se" sono chiuse, fisse, finiscono in se stesse e non portano a ulteriori riflessioni, sentimenti o comportamenti del corpo nuovi (come invece accade con le forme evolutive). Non sono fonte di trasformazione ma sono espressioni di una "foga che si sfoga".

Ernesto ha bisogno di sfogare una forza che nasce dalla sua necessità di essere in tutte le circostanze "il protagonista vincente". In questo modo egli riceve il momentaneo placarsi della sua "foga" ma questa non si estingue mai; quasi possiamo dire che Ernesto è un "tossicodipendente di protagonismo".

La situazione è atroce perché Ernesto non genera una forza propria che lo sostenga, ma necessita continuamente della forza che, provenendo da fuori, lo tiene nel centro dell'attenzione. Appena questa forza esterna non lo sostiene, Ernesto "casca", non si regge, "la sua forza gli sfugge di mano", è una "forza che svanisce nel nulla".

Anche se in Ernesto la scissione è fin troppo evidente, le organizzazioni scisse: "controllare, tenere in pugno /// non sostenere, farsi sfuggire di mano" coesistono, in maggior o minor misura, in tutti noi. Tuttavia, la ragione per la quale ho presentato questo tipo di organizzazioni parallele attraverso Ernesto è che per molti uomini queste scissioni sono particolarmente frequenti: sfogano nell'ambito del lavoro la necessità imperiosa di essere "al centro", necessità che non ha trovato le forme evolutive di espressione. Gli uomini con queste organizzazioni scisse sono generalmente autoritari / protagonisti nel lavoro mentre, proprio come Ernesto, sono padri e mariti "assenti". Certamente ci sono anche degli uomini che sono autoritari /protagonisti anche in famiglia e allora "l'altro luogo" è meno evidente e tuttavia esiste in qualche livello organizzativo della frontiera: il protagonismo è una faccia della medaglia e questa ne ha due.

Per molti di questi uomini che si sfogano nel lavoro l'andare in pensione è "mortificante" nel senso stretto della parola: alcuni possono proprio morire mentre altri diventano come Ernesto quando "entra in casa".

Attraverso questi quattro personaggi ci siamo avvicinati a quattro impostazioni organizzative della frontiera personale che sono quelle fino ad ora individuate dal modello comunicativo-evolutivo:

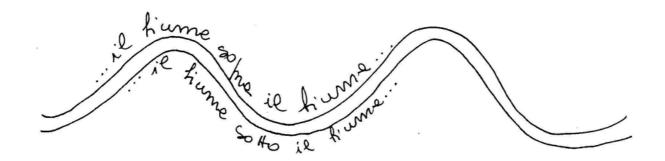
- Raquel: "Tenere la situazione sotto controllo"; "in pugno"; la "protagonista obbligata" di tutte le situazioni.
- Matilde: "L'impossibilità di sostenere"; "la situazione che sfugge di mano"; "la foglia al vento"; "la comparsa obbligata"; "l'ubbidienza dovuta".
- Estela: "tenere la situazione in mano"; sostenersi e sostenere"; "il soggetto, colei che si sostiene sostenendo se stessa".
- Ernesto: organizzazioni scisse che coesistono senza collegamento tra di loro; esse appaiono o nelle diverse aree della vita o nelle diverse strutture di rapporti; "lo straniero", "l'esiliato", "l'incompreso" poiché, anche se inconsapevole, egli sente oscuramente di "vivere fuori" dal proprio centro, dal proprio mondo e dalla propria comprensione di sé.

Queste quattro organizzazioni di solito non si presentano così "pure" come è stato fatto vedere questi incontri. Possiamo dire che tutti noi abbiamo una predominanza relativa di uno o dell'altro tipo di organizzazione.

Per ogni tipo di organizzazione l'esperienza della vita è radicalmente differente: Raquel, Matilde, Estela e Ernesto vivono in loro stessi e nel loro mondo dandogli significati così diversi che a volte sembra proprio impossibile trovare i modi per comunicarsi l'un l'altro le proprie esperienze.

Prima di vedere oltre queste impostazioni organizzative della frontiera personale, è necessario sapere come esse si formano, attraverso quali meccanismi, quali caratteristiche e quali "luoghi relazionali".

Quinto incontro "Impariamo a navigare nell'evoluzione personale"



Breve storia di Raquel:

Raquel non lo sa, ma neanche da piccola è stata una bambina.

La maggiore di quattro figli, tutti maschi tranne lei, già da piccola era "il capo stazione" della casa. Suo padre le aveva dato questa responsabilità quando fu chiaro che la madre sempre più spesso si sarebbe dovuta ricoverare in ospedale per lunghi periodi.

Il padre di Raquel era ferroviere; faceva il custode di un passaggio a livello a tre chilometri del paese in cui abitavano. Passavano 12 treni al giorno e lui doveva chiudere e aprire manualmente la barriera. Non era faticoso ma doveva stare fuori casa dall'alba fino la sera tardi.

Un giorno, quando Raquel aveva 7 anni, il padre le disse che da quel momento lei sarebbe stata la responsabile dell'organizzazione di tutto l'andamento della loro "stazione"; la sera poi doveva informarlo di cosa era accaduto nella casa e con gli "scapestrati" dei fratelli. In base alle informazioni di Raquel lui avrebbe preso via via provvedimenti.

Da quel giorno lei smise di essere "l'aiuto" della mamma e iniziò a fare tutto da sola, tanto la mamma sarebbe stata ricoverata la settimana successiva...

Ogni sera dopo avere finito di rigovernare i piatti della cena Raquel, stanca morta, faceva "il verbale" di ciò che lei ed i fratelli avevano fatto e il padre cominciò sempre più spesso a dirle "sono orgoglioso di te, hai fatto il tuo dovere". Raquel, ancora oggi, si sente amata se qualcuno è orgoglioso di lei. Non sa che si può essere amati in molti altri modi. Lei stessa, quando è orgogliosa di aver fatto il suo dovere, si sente "a posto" e questo è la cosa più simile al "volersi bene" che lei conosca.

I fratelli di Raquel l'accusavano di essere "la spia del babbo" e le facevano pagare in mille modi questo "tradimento". La sera Raquel informava di tutti i dispetti e i fratelli venivano severamente puniti; il giorno dopo loro le facevano pagare la punizione... e così era un circolo vizioso. Alcuni dispetti erano crudeli e Raquel aveva abbastanza paura ma la sera "doveva" fare il resoconto di tutto, includendo le angherie dei fratelli.

Raquel divenne sempre di più una bambina solitaria poiché a casa i fratelli si unirono contro di lei e il babbo non c'era mai. Anche a scuola Raquel andava dalle maestre e faceva "il verbale" di ciò che avevano fatto le compagne. Nessuna delle maestre le spiegò mai che invece di fare il resoconto di ciò che facevano le altre, almeno a scuola poteva giocare e rilassarsi: con il suo comportamento Raquel era antipatica sia alle maestre che alle compagne.

Prima di andare in ospedale per l'ultima volta, poiché poco dopo morì, la madre abbracciò Raquel molto teneramente e piangendo disse "Povera bambina". Raquel non capì il senso di quella frase e se la dimenticò subito.

Durante l'adolescenza Raquel diventò una bellissima ragazza e il padre l'aiutò a trovare un lavoro nel magazzino delle ferrovie.

Poco dopo che il padre si era risposato con una vedova, a Raquel offrirono il trasferimento ai magazzini generali di Buenos Aires, lei non l'aveva chiesto ma le sembrò che era meglio lasciare la casa paterna perché ora c'erano due "capi stazione" e una di loro era di troppo.

Raquel si sposò con il primo uomo che non cercò di portarla subito a letto; era un uomo buono, che l'amava veramente.

Era un buon marito e Raquel era una buona moglie, un po' all'antica: si occupava di tutto e la loro casa era sempre linda e ordinata come lo erano i loro figli.

Raquel riuscì a risparmiare molto poiché era una bravissima amministratrice e così riuscirono a comprare un bell'appartamento in via Modigliani.

Raquel è veramente una donna "tutta di un pezzo": efficiente, solida, instancabile e senza cedimenti. Non aveva contatti con i suoi fratelli e nemmeno con i cognati; riteneva che i fratelli del marito lo avessero "fregato" nella divisione dell'eredità lasciata dai genitori. Breve storia di Matilde

La famiglia di Matilde arrivò in Argentina parte dalla Spagna, parte dall'Italia: i nonni paterni e materni lasciarono l'Europa all'inizio di questo secolo e si stabilirono in un paesino minuscolo della provincia di Buenos Aires.

Lavorarono nei campi come pazzi, sorpresi che il terreno ricompensasse così generosamente il loro sforzo: quella era veramente la terra promessa!.

Nel paesino erano tutti "gringos" (così venivano chiamati gli emigranti europei). Si viveva bene nella provincia, il comune aveva dato loro piccoli appezzamenti di terra demaniale e così potevano vivere senza dover diventare i contadini dei signori latifondisti.

Tra questi piccoli proprietari e i latifondisti c'erano due mondi separati e nessuno voleva avere niente a che fare con l'altro; allora non sembrava una tragedia... solo dopo avvenne che i signori appoggiando i militari facessero "desaparecer" così tanti nipoti di quei "gringos".

I primi ricordi di Matilde la riportano a grandi tavole piene di cibo e di gente che parla gridando e ridendo. C'era sempre la stessa discussione: quale cibo era migliore, lo spagnolo o l'italiano?.

Spaghetti, paella, montone, arrosti, frutte, dolci. Donne giovani e vecchie la domenica mattina stavano ai fornelli fin dall'alba. Dopo pranzo parlavano dei loro paesini... della miseria... delle guerre... dei parenti che non avevano avuto il coraggio di venire in questa terra meravigliosa. Mai, ma proprio mai nelle conversazioni appariva la tristezza o la nostalgia perché questi sentimenti erano stati inghiottiti in un buco nero e così potevano solo sentire la gioia di essere scampati alla povertà e allo sforzo inutile di coltivare una terra consumata.

Nessuno di questi gringos tornò mai in Europa neanche come turista; nessuno rivide mai i genitori e i fratelli rimasti lì.

In casa di Matilde abitavano svariati zii ancora scapoli oltre che i nonni materni e paterni... tutti in una grande casa costruita fuori dal paese che ricordava lo stile spagnolo (con molto disappunto del ramo italiano della casa): un grande cortile sul quale si aprivano tutte le stanze.

Matilde nacque "per lo sbaglio" del padre che non "si ritirò in tempo": fu la settima.

Fin dalla gravidanza non diede alcun problema. Sua madre una volta le disse che se si fosse resa conto di essere incinta, come le capitava subito con le altre gravidanze, se la sarebbe "fatta togliere"; invece fin da allora era così calma che quando lei si era resa conto era già troppo in là per fare qualcosa.

Matilde, anche appena nata, rimaneva tranquilla dove la lasciavano. Tutti avevano sempre un gran da fare e i fratelli di Matilde erano tutti a dir poco "molto vivaci".

A volte la mamma le faceva una carezza sulla guancia mentre passava, indaffarata come era tra le malattie degli anziani e dei bambini... la casa... la cucina... la suocera che era diventata bisbetica.

Matilde non si ammalava mai (forse per non disturbare)... sorridente e pacioccona, anche a scuola divenne una "che non dava problemi".

Tutti i figli della famiglia andarono a Buenos Aires all'università: per i gringos era una questione di onore avere i "figli dottori" e poi, dopo la laurea, a costo di qualunque sacrificio, bisognava mandarli a fare un viaggio in Europa.

Ma quando fu il turno di Matilde non era già più così: l'Argentina sprofondò in una crisi dopo l'altra e lei non poté né finire gli studi di psicologia, né potè andare in Europa.

Breve storia di Estela:

Adolescente, il padre di Estela arrivò a Buenos Aires dal Libano e per gli argentini divenne un "turco". In Argentina, non era il caso di andare per il sottile con le provenienze: gli Europei erano "gringos" e quelli che venivano dal Medio Oriente erano "turcos". Era uguale, tanto tutti venivano trattati gentilmente.

"Il turco" si chiamava Alì e appena sceso dalla nave, suo zio (che era arrivato alcuni anni prima) lo caricò su un carro stipato dalle più svariate merci e lo portò a vendere nei piccoli paesi vicini alla capitale.

Negli anni seguenti Alì imparò ad arrotare coltelli, forbici, vanghe; a riconoscere la differenza tra il cotone, la lana, la seta; a sapere con quale prodotti lavarli, tingerli, stirarli meglio e farli durare di più.

In un paesino che aveva già visto molte volte incontrò l'amore: lei venne al carro a comprare dei fili colorati e lui rimase talmente stordito che confuse i colori, i prezzi, i prodotti, i pacchetti dei diversi clienti.

Disse allo zio che sarebbe rimasto nel paese e la cercò come annebbiato per settimane; finalmente seppe che era a servizio nella "grande villa".

Lei se lo ritrovava in ogni luogo dove andasse e gli occhi di lui mostravano un amore così intenso e tenero che lei si lasciò convincere. Si sposarono e lui aprì una "tienda", che era come il carro dello zio, stipato di merce ma senza le ruote.

Estela fu la loro seconda figlia - ne ebbero tre- ma fu l'unica alla quale, come a suo padre, l'amore annebbiava gli occhi.

Il padre di Estela insegnò a tutte le figlie a contare con i bottoni e a scrivere con i "libretti" dei clienti (ogni famiglia aveva il proprio libretto dei debiti e li saldava ogni tanto). Al tramonto il padre di Estela apriva la porta della "tienda" che comunicava con la casa e gridava: "Andiamo, moglie". Così lei e lui andavano al bar della piazza a prendere un aperitivo all'anice (che assomigliava a una bibita del suo paese) con olive e patatine. A lui piaceva trovare molta gente al bar, salutare tutti e fare due chiacchiere, poi tornavano a casa e lui le teneva forte il braccio.

Estela non ricorda molto della sua infanzia: giocare, andare al fiume le domeniche di estate, imparare a fare da mangiare nella cucina economica nell'unica stanza calda in inverno poiché tutte le altre erano fredde e per andare al bagno si dovevano mettere addirittura un "cappotto da casa".

Invece, anche se era piccola, Estela ricorda molto bene il "giorno della lettera". Il postino la portò una mattina di estate, era per il padre. Lui la lesse e poi, senza dire niente, andò in giardino a sedersi sotto un albero; Estela gli corse dietro e lo trovò piangendo. Non piangeva come faceva lei, tirando sù col naso e singhiozzando, il padre piangeva in completo silenzio. Estela vedendolo si impaurì moltissimo e con un filo di voce gli domandò cosa lo faceva piangere. Il padre la guardò con gli occhi annebbiati e le disse che sua sorella era morta.

Estela sentì che il mondo si capovolgeva, non per la morte di una persona che non conosceva nemmeno, ma perché sapeva che quando qualcuno muore, i parenti vanno al funerale; così pensò che suo padre sarebbe andato via, forse per anni e anni poiché la zia morta stava molto lontano.

Fu in quella occasione che il babbo le disse che spesso si sedeva nel giardino a pensare al suo paese e alle persone che aveva lasciato lì; le disse che non sarebbe partito perché era felice con loro, ma che se ogni tanto non sentiva la nostalgia e il dolore, quei sentimenti si trasformavano in pietre dell'anima; disse che bisognava lavorare quei sentimenti così come la mamma lavorava l'impasto delle torte e disse anche che allora la nostalgia e il dolore non diventavano pietre, ma un terreno fertile. Aggunse che lui voleva tanto bene alla mamma e alle figlie perché il suo amore era cresciuto nel terreno lavorato e così le amava senza pietre.

Estela capì benissimo e non ne parlarono più: quando lo vedeva in giardino, seduto sotto l'albero e con lo sguardo annebbiato, sapeva cosa stava facendo...

Breve storia di Ernesto:

Fu un mistero della burocrazia militare quello che portò un ragazzo che già lavorava nella marina mercantile a fare il servizio di leva in un paesino sperduto della Patagonia a quasi mille chilometri dal mare.

I cinque soldati (compreso un sergente) dell'appostamento dovevano controllare i tosatori di pecore che stavano organizzando il sindacato; organizzazione che, come veniva considerata dai buoni cittadini cristiani, era criminale e peccaminosa.

Il "marinaio" e il "capo dei tosatori" diventarono "quasi amici", attratti l'un l'altro dal comune desiderio di libertà, che uno viveva nel mare e l'altro nelle sconfinate terre del sud argentino.

La figlia minore del "tosatore" finì per sposare il marinaio e, una volta finito il militare, andarono ad abitare nel quartiere del porto di Buenos Aires. Il marinaio poté finalmente tornare ad imbarcarsi.

Mercedes, che poi diventò la madre di Ernesto, avrebbe voluto farsi suora ma non si azzardò mai a dirlo in famiglia perché a suo padre, sempre più anticlericale, avrebbe causato un immenso dolore.

Il suo desiderio non era basato su una vocazione religiosa ma su un'oscuro ricordo dell'infanzia. Un giorno aveva accompagnato un'amica alla lezione di piano e aveva ascoltato suonare la maestra, una suora. Mercedes aveva sentito una grande pace in quei suoni. Nessuno lo seppe mai, ma lei possedeva la rara qualità dell'udito assoluto e sarebbe stata una magnifica musicista ma, allo stesso tempo, tutti i rumori quotidiani attraversavano la sua testa come pugnali infuocati, lasciandola sempre in uno strano stato di paura e spossatezza.

Vivere nel quartiere del porto fu per lei un tormento continuo: di giorno era pieno di bancarelle e di passanti, di sera si aprivano le trattorie con le loro musiche italiane, spagnole, greche, tangos argentini. Inoltre quasi tutte le case erano di legno e la notte era sempre piena del loro scricchiolio.

Da quando nacque Ernesto, Mercedes lo portava a dormire con lei nei lunghi periodi che il padre non c'era perché si sentiva meno spossata ascoltando il suo respiro. Mercedes si vergognava del suo stato, che per altro non capì mai, e così quando Ernesto fu un po' più grande le disse che quello di dormire insieme sarebbe stato il loro segreto.

Quando il padre tornava, Ernesto veniva mandato a dormire in camera sua, sempre piena dei vestiti delle clienti appesi alla finestra e alla porta perché Mercedes faceva la sarta. Ernesto crebbe senza sentire che c'era un posto suo, sballottato come era tra la stanza dei genitori e quella dei vestiti.

Il padre di Ernesto doveva essersi domandato qualche volta il perché del viso currucciato del figliolo; probabilmente si rispose che anche lui da piccolo era scontroso. Del resto non fu mai facile il rapporto tra di loro perché il padre, tornando dopo lunghi mesi, lo trovava sempre cresciuto e non gli sembrava lo stesso figlio che aveva lasciato.

Tra gli undici e i quindici anni Ernesto divenne il titolare della maglia numero 10 del Club del Porto e il protagonista dei pezzi di teatro che un professore di lettere, che passò nella scuola un periodo breve, metteva in piede nello scantinato che funzionava come "il salone della scuola".

Nell'essere il titolare di una maglia e nell'essere il protagonista Ernesto trovò finalmente due "posti suoi" ma era troppo tardi perché il vuoto era già incolmabile.

Alcuni concetti che ci porteranno a quello di frontiera personale:

Noi che ci incontriamo i mercoledì in via Modigliani a Firenze abbiamo a disposizione sia alcune caratteristiche dei personaggi di via Modigliani di Buenos Aires che le loro storie famigliari. Poiché disponiamo del "prima" e del "dopo" di ognuno di loro, ci risulta comprensibile, per esempio, perché Raquel è come è o perché Ernesto è come è.

Tuttavia conoscendo solo la loro storia, noi non avremmo potuto prevedere come sarebbero stati nel futuro, poiché tutti loro avrebbero potuto realizzare alcuni percorsi esistenziali diversi. Purtroppo però, già conoscendo la loro storia noi avremmo potuto dire chi di loro aveva alte probabilità di evolvere (Estela) e chi ne aveva molte poche (dei nostri personaggi, al momento attuale, è Raquel quella che ha le probabilità minori d'innescare processi evolutivi, poiché è la più chiusa nella sua individualità /identità). Nella sua infanzia a Raquel non furono offerte le condizioni necessarie per rendere possibile la sua evoluzione: Raquel è un sistema dinamico mutilato nelle sue potenzialità evolutive; in altre parole, a Raquel è stato reso impossibile divenire un sistema dinamico /evolutivo.

Delle quattro storie, solo quella di Estela ci mostra delle condizioni adeguate alla sua evoluzione; conoscendo queste condizioni noi avremmo già potuto dire che lei molto probabilmente sarebbe divenuta un sistema dinamico - evolutivo- e quindi realizzare le potenzialità di quei sistemi, per esempio l'auto-riparazione radicale della sua frontiera personale.

Vale a dire che noi, "vedendo" le storie relazionali individuali, possiamo prevedere le probabilità della tendenza evolutiva o involutiva di ogni nostro personaggio: non i loro specifici percorsi esistenziali futuri ma le loro tendenze generali.

Per poter capire meglio cosa e quali siano le "condizioni adeguate all'evoluzione individuale umana" (come per esempio, per ritornare ai nostri personaggi, quelle offerte a Estela) è necessario arrivare alla teoria dei sistemi dinamici, con le loro caratteristiche così particolari, tra le quali, in primo luogo l'auto-organizzazione.

Il problema principale che ci pone la teoria e l'auto-organizzazione in particolare, riguardo all'evoluzione individuale è che il bambino quando nasce deve acquisire tutti i principi di organizzazione per diventare "un essere umano". Deve imparare a camminare come un essere umano, a muovere le mani come un essere umano, deve imparare a sentire i sentimenti come un essere umano, deve imparare a pensare come un essere umano, deve imparare a comportarsi come un essere umano... Non a caso alcuni autori, come per esempio Oliver Sacks, sostengono che il processo di umanizzazione è un processo postnatale e relazionale, che è come dire che essere umani non si nasce ma si diventa.

Come si fa a conciliare l'apprendimento con l'auto-organizzazione?

I nostri personaggi hanno tutti imparato dalle loro famiglie, ma non tutte le loro famiglie hanno insegnato loro nel modo adeguato. Solo la famiglia di Estela le ha dato la possibilità d'imparare in modo tale che potesse, allo stesso tempo, auto-organizzarsi e divenire un sistema dinamico.

Alcuni modi di insegnare non portano alla auto-organizzazione, cioè, all'evoluzione. Allora, qual è quello che, invece, la permette?

Per rispondere a questa domanda dobbiamo cercare di capire le ragioni per le quali sono nate, a un certo punto dell'Evoluzione della Vita, le "Specie che Imparano", perché è lì che si può vedere come l'Evoluzione organizzò l'apprendimento adeguato.

Dobbiamo, perciò, andare a "vedere" come nacque il rapporto figlio/madre.

La creazione del rapporto figlio/madre è relativamente nuovo nell'evoluzione della Vita; per un lunghissimo periodo tutte le specie esistenti depositavano le loro uova lasciandole in luoghi più o meno riparati da eventuali pericoli. I loro piccoli possedevano i principi di organizzazione dei comportamenti presenti e futuri nel proprio codice genetico.

Ma poi, per ragioni che si possono solo intuire, la Natura costruì un nuovo modo per far sì che i piccoli acquisissero dei principi di organizzazione: i piccoli di alcune specie vennero affiancati da un esperto dei comportamenti di quella specie che insegnava loro "come comportarsi".

Questi piccoli avevano così due classi di principi di organizzazione dei loro comportamenti: alcuni principi erano iscritti nel codice genetico, mentre altri venivano acquisiti dopo la nascita attraverso l'interazione con l'esperto. Possiamo chiamare questo tipo di iscrizione come "interattiva", complementare a quella "genetica".

Queste nuove specie vengono denominate "specie che curano i piccoli" ma la denominazione non è del tutto corretta perché non tutti i piccoli vengono curati (per esempio l'uccellino che casca dal nido e non viene più curato dalla madre o il gattino che la madre "decide" di non curare, ecc. ecc.). Invece, la denominazione che coglie il punto cruciale di queste specie è "specie che imparano dal proprio esperto".

Le prime "prove" di questo nuovo modo di acquisire principi organizzativi dei comportamenti erano molto semplici: imparare cosa mangiare, come volare correttamente, ecc. Ma gradualmente la Natura stessa usò questo modo sempre di più, come se capisse che aveva costruito una miniera d'oro di evoluzione e complessità.

Le specie in grado di imparare potevano via via liberarsi dalla fissità del codice genetico e divenire più plastiche e creative, generando così un vasto numero di proprietà emergenti (caratteristiche nuove che sono imprevedibili e anche improbabili).

Le specie che dispongono solo del codice genetico non hanno bisogno di imparare, tranne forse dalla propria esperienza, mentre le specie che hanno questo bisogno sviluppano un rapporto totalmente nuovo con il mondo. Per loro è necessario guardarlo non soltanto per trovare cibo, partner e fuggire dai pericoli, ma anche come la fonte dei propri principi di organizzazione cioè la fonte del loro stesso essere.

E' da questo sguardo totalmente nuovo che nasce la creazione di nuovi rapporti sociali individuali e collettivi.

I piccoli che imparano hanno sviluppato la capacità di estrarre i principi di organizzazione che sono contenuti nei comportamenti dell'esperto; l'apprendimento è un processo molto complesso di appropriazione di principi organizzativi, principi che vengono iscritti in un luogo che si può chiamare "mente".

Grazie a questo processo il piccolo può comportarsi in modo adeguato, attingendo ai principi organizzativi che si sono iscritti nella sua mente. Poiché le iscrizioni per apprendimento gli hanno dato

più flessibilità, il piccolo può comportarsi sia in un modo che in un altro a seconda delle circostanze. E' stata generata la prima componente della libertà...

L'esperto, cioè la madre o il maestro naturale come lo chiama Lorenz, insegna "semplicemente" con l'esempio, quindi "facendo". I piccoli colgono dal suo comportamento il "come si fa" e dopo, una volta che si sono appropriati dei principi organizzativi, "lo fanno loro", quando risulta adeguato. Così, un pulcino impara dalla madre come mangiare il grano guardando sua madre che mangia... in futuro lui mangerà quando ha fame e non quando vede farlo a sua madre.

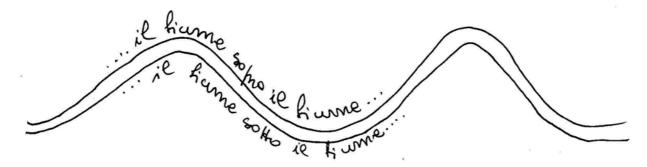
Insegnare non è "mettere dentro" l'inesperto /allievo i principi di organizzazione che si desidera che egli impari, come in un imbuto, ma offrirglieli attraverso i nostri esempi.

Nei prossimi incontri svilupperemo a lungo questi argomenti, ma ora ci possono già risultare comprensibili alcune idee di fondo:

- Insegnare è offrire principi di organizzazione attraverso i nostri comportamenti;
- imparare è appropriarsi di principi di organizzazione e auto-organizzarli in nuove strutture, dentro di noi.

Nel rapporto figlio/genitore il protagonista della relazione è l'inesperto poiché tale relazione è stata costruita dalla Natura per far sì che egli imparasse. L'esperto, il genitore, l'insegnante è invece la condizione necessaria all'apprendimento del protagonista.

Sesto incontro di "Impariamo a navigare nell'evoluzione personale"



Questa dispensa è stata scritta dopo l'incontro mentre le precedenti sviluppavano l'argomento che sarebbe stato poi discusso nell'incontro; perciò questa dispensa è organizzata secondo il filo delle domande che ponevano i partecipanti.

La prima cosa che abbiamo fatto nell'incontro è stato leggere le storie di Estela ed Ernesto perché non avevamo avuto il tempo di farlo nell'incontro precedente.

L'argomento iniziale dopo la lettura è stato quello della possibilità o meno di organizzare l'affettività umana: mentre per Estela ci sono state le "condizioni necessarie" per imparare a vivere i sentimenti, includendo la nostalgia e il dolore, per Matilde invece, alcuni sentimenti erano impossibili (gli stessi sentimenti di nostalgia e di mancanza che nei suoi familiari erano stati inghiottiti da un buco nero).

La "condizione necessaria" che offre la famiglia sono i principi di organizzazione: le forze affettive, cognitive e sociali del bambino trovano in famiglia le forme umane. Ogni comportamento è una forza formalizzata e se le condizioni familiari malformano le forze del bambino, queste saranno malformate.

Così Estela è stata inclusa in una famiglia che le ha permesso essere la protagonista della sua infanzia: i suoi ricordi su di essa sono "giocare, andare al fiume, imparare a cucinare", cioè, essere una bambina. Anche dal "giorno della lettera" lei ricorda ciò che suo padre le ha insegnato perché neanche in quella situazione le è stato impedito di essere una bambina.

In confronto agli altri personaggi Estela è l'unica che ha avuto questa possibilità.

E' necessario tenere presente che in ogni famiglia esistono, in maggior o minor misura, sentimenti che si possono sentire e altri che non è permesso sentire; inoltre ogni famiglia tende a stabilire, sempre inconsciamente, la "forma" con la quale si possono esprimere i sentimenti permessi.

La stessa selezione inconscia avviene sui pensieri e sulle azioni; alcuni pensieri non si possono pensare perché la famiglia non potrebbe tollerarli e lo stesso accade con alcune azioni che vengono "troppo" rigorosamente vietate mentre altre vengono "troppo" favorite; per esempio "non pensare male mai dei tuoi genitori" o "non mentire mai ai tuoi genitori" o "sii sempre gentile con gli altri" o "non fidarti mai degli estranei" o "non esagerare nell'espressione dei tuoi sentimenti", "arrabbiarsi è un male", ecc. ecc.

Nell'ambito dell'azione l'organizzazione familiare ne permette alcune e altre no, per esempio, "gli uomini non piangono mai", "compi sempre il tuo dovere", "non mangiare fuori dai pasti", "non toccarti giù"... ecc. ecc.

E' ovvio che la famiglia offre ai piccoli le regole della convivenza sociale: se lo fa "non tenendo le regole in pugno", ma "tenendo le regole in mano", queste vengono adeguatamente fornite, perciò, adeguatamente apprese e le forze del bambino vengono allora organizzate con delle "buone forme", "buone" nel senso evolutivo.

Invece se le regole - le forme- vengono "imposte" tenendole in pugno o vengono date saltuariamente e senza coerenza, così verranno apprese. Abbiamo fatto l'esempio della forma "Non rubare", introdotta nel bambino con una "forzatura", cioè con una forza che non appartiene al bambino ma alla sua famiglia che la sovrappone con "troppa forza". Si potrebbe fare anche l'esempio della "poca forma" che offrono al bambino le famiglie alle quali sfugge di mano la situazione: supponiamo che al bambino lo si lasci sempre andare a letto all'ora che decide lui, perché i genitori sono troppo stanchi per sostenere le sue discussioni attorno a non voler andare a letto; o che dorma sempre nel letto grande o che non si lavi i denti o che si compri tutto ciò che lui vuole. Questo bambino non può organizzare i suoi desideri né i suoi pensieri né le sue azioni con delle buone forme.

I sentimenti, pensieri e azioni che vengono esclusi dalle possibilità della famiglia, precludono nei figli la loro organizzazione umana.

Tale organizzazione permetterebbe, usando l'esempio portato nell'incontro, di sentire un odio omicida senza per questo ammazzare chi si odia; una tale possibilità deriva da a) poter sentire l'odio; b) poter delimitare il sentimento dall'azione; c) poter inibire l'azione.

Questa è una organizzazione umana, differente da quella degli animali che agiscono potendo delimitare molto meno i loro sentimenti -o sensazioni- dalle azioni che derivano da essi.

Rendere umani i "nostri inesperti" non vuole dire, perciò, insegnare loro a non sentire alcuni sentimenti "proibiti", ma insegnare loro a mettere un'adeguata distanza (frontiera) tra questi e le azioni che li accompagnerebbero nelle coppie di fiumi. Se invece insegnamo a non sentire i sentimenti "proibiti" (o a sentirsi in colpa per averli provati) mettiamo i nostri inesperti in una situazione esistenziale pericolosa: questi sentimenti non sentiti rimangono "forze senza forme" e possono essere risucchiati in percorsi involutivi sia verso l'esterno che l'interno.

Abbiamo già detto che l'organizzazione umana è un processo postnatale di acquisizione dei principi organizzativi dei comportamenti: il corpo, l'affettività, la possibilità di conoscenza, le diverse modalità di azione ricevono una iscrizione interattiva (cioè appresa) della propria organizzazione.

I bambini imparano come stare in piedi vedendo gli adulti che stanno in piedi, a camminare vedendoli camminare, a parlare ascoltando loro parlare, a sentire sentendo gli adulti che sentono, a pensare ascoltando gli adulti che comunicano i propri pensieri. I bambini estraggono i principi di organizzazione dai comportamenti degli adulti intorno e se ne appropriano. Una volta iscritti, questi principi iniziano a collegarsi tra di loro, creando nel bambino le diverse strutture di sentimenti, di pensieri e di azioni che, a loro volta, si collegano tra di loro.

Inoltre, questi principi organizzativi auto-costruiscono due strutture fluide e complesse: la frontiera personale che nei suoi numerosi livelli configura gli spazi e rende possibile la loro connessione, e quell'altra struttura che ognuno di noi individua come "io".

Il fatto che accada a quasi tutti gli esseri umani non toglie per niente l'incredibile mistero dell'autocreazione dell "io": un bambino, generalmente quando si avvicina ai tre anni, smette di usare il proprio nome per individualizzarsi e inizia a farlo con il pronome personale: si è auto-generata la struttura fluida che si identifica come "io". Principi di organizzazione che hanno configurato lo schema corporeo, la struttura di sentimenti e di pensieri generano una proprietà emergente, che non esisteva prima e che è diversa dalle sue componenti, appunto, "l'io".

La frontiera personale è una struttura fluida ancora più globale: come abbiamo detto più volte è l'organizzatrice delle forze, anche di quella dell'io. La frontiera personale dà la forma a tutte le forze dell'individuo. Organizza tutte le forme dell'esistenza, cioè, le percezioni, i sentimenti, i pensieri, le azioni, i sogni, gli stati d'animo, gli stati di salute e di malattia, le nostre teorie sul mondo e su noi stessi, le nostre strutture di rapporto, la nostra forma di vivere la nostra vita e probabilmente dà anche forma al nostro modo di morire.

E' utile insistere sul fatto che i sentimenti vietati, così come i pensieri o i comportamenti resi impossibili dalla struttura della famiglia, rimangono come un ammasso inumano di organizzazione malformata che, a sua volta, malforma in maggior o minor grado l'intera frontiera personale.

Facciamo l'esempio di un carillon che ha qualche pezzetino non funzionante: questo comporta che l'intero pezzo musicale risulti stonato, non in armonia, e non che si riesca a distinguere un'armonia di fondo con dei suoni ogni tanto stonati. Continuando con l'esempio del carillon, la nostra famiglia e i nostri insegnanti ci offrono "le note", "l'abecedario" e poi siamo noi stessi che creiamo le nostre musiche, le nostre partiture i nostri romanzi autobiografici.

Spesso, però, non ci sono stati offerti dei principi che ci permettono di dare forme alle nostre forze, che sono troppo strette o troppo sconfinate e allora le nostre partiture e i nostri romanzi non rispecchiano noi stessi.

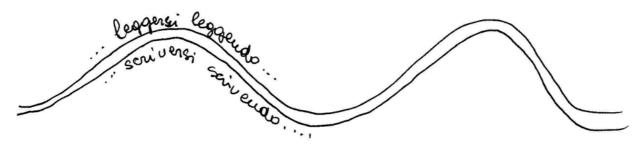
Nell'incontro è stato aggiunto all'immagine dei due fiumi la seguente scritta di:

Domenico Starnone:

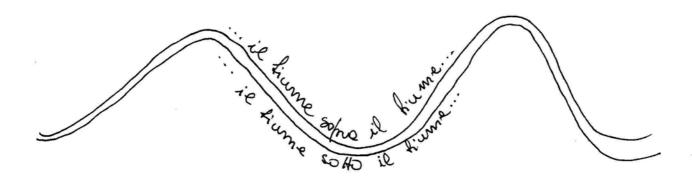
"Leggersi leggendo Scriversi scrivendo"

Cioè, ci si può leggere, ci si può riscrivere...

Nei momenti di crisi delle quali l'adolescenza è una delle fondamentali, milioni di adolescenti, seguendo la possibilità dell'essere umano, scrivono un diario nella speranza di scriversi. Alcuni studiosi ritengono che quella di scrivere sia una strada universale per divenire altri...



Settimo incontro "Impariamo a navigare nell'evoluzione personale"



Alla fine del sesto incontro un partecipante suggerì che per potersi riscrivere fosse necessario tornare indietro e capire le cause delle proprie malformazioni; in altre parole, rivisitare i nostri rapporti familiari. Il modello comunicativo - evolutivo propone altre modalità di riscrittura. Le ragioni di tali proposte si trovano sia dentro l'ambito specifico della psicoterapia che fuori di esso e perciò in questo incontro vi mostrerò brevemente un percorso psicoterapeutico abbastanza particolare e poi inizieremo a sviluppare il percorso di riscrittura che desidero proporvi.

Nelle psicoterapie organizzate con il modello comunicativo-evolutivo tutti i protagonisti (i pazienti) acquisiscono dei principi di organizzazione che permettono loro di auto-costruire una nuova frontiera personale, ora in grado di evolvere. Tuttavia, non tutti i protagonisti rivisitano i loro rapporti familiari e alcuni concludono la terapia senza averli menzionati, mentre alcuni altri non solo non parlano della loro famiglia di origine ma non parlano affatto.

La sostituzione dei principi di organizzazione involutivi con quelli evolutivi è un processo inconscio che spessisimo è accompagnato da comportamenti verbali, ma a volte no.

Facciamo un esempio che è stato già pubblicato altrove nel quale vedremo una trasformazione radicale della frontiera personale, che da "lasciarsi andare" va a "tenere la situazione in mano" senza tuttavia, che tale trasformazione sia stata accompagnata da comportamenti verbali.

Una donna che è depressa da più di dieci anni ed è stata trattata con diverse terapie farmacologiche e psicologiche inizia una terapia comunicativa-evolutiva.

Nelle prime sedute parla poco, facendo quasi un "verbale" delle sue giornate: mi sono alzata ed ero depressa, sono andata da mia madre e nel pomeriggio stavo, prima un po' meglio, e poi di nuovo depressa. Alcune sedute dopo dice che ha il terrore di suicidarsi ammazzando prima tutta la famiglia perché il suo cervello non funziona più e poi si addormenta.

Da quel momento la sua terapia per tutto l'anno successivo si svolge in questo modo: arriva puntualissima, senza mancare mai, si sdraia sul lettino e si addormenta; la condizione necessaria (il terapeuta) la sveglia alla fine della seduta. Durante un anno le uniche frasi che si scambiano tra loro

sono: il saluto, la data delle vacanze, se sono d'accordo sul numero delle sedute da pagare, per altro scritte nelle ricevute.

Dopo un anno, la protagonista si sveglia a metà di una seduta e dice che sta imparando a guidare la macchina e il suo istruttore è molto bravo; dice che ha la testa piena di questo ed altre cose nuove che sta facendo e si riaddormenta. Dopo pochi mesi, durante i quali parla molto dei suoi sogni, decide di concludere la terapia poiché si sente in grado di fare da sola. La condizione necessaria non ha detto niente durante tutta la terapia, infatti nel modello comunicativo - evolutivo la condizione necessaria, il terapeuta, parla solo se il protagonista glielo chiede e non interviene mai spontaneamente.

Il percorso evolutivo di questa terapia non è dei più frequenti: l'organizzazione a due fiumi si è costruita e realizzata fuori dall'ambito della psicoterapia, anche se grazie ad essa. La condizione necessaria (il terapeuta) ha offerto dei principi di organizzazione evolutivi e ha "tenuto in mano" la protagonista, senza intervenire e senza spazientirsi.

La protagonista della psicoterapia è passata dal "lasciarsi andare" (arrivando a temere che questo comportasse suicidarsi e ammazzare tutta la famiglia) a "tenere la situazione in mano", cioè, "imparare a guidare". Lei ha acquisito i principi di organizzazione e li ha inizialmente realizzati altrove.

Questa situazione è molto frequente, i protagonisti parlano solo dei loro comportamenti che ancora sono organizzati involutivamente mentre non sentono il bisogno di parlare nella psicoterapia di quei comportamenti che già possiedono una reiscrizione evolutiva.

Inoltre, e non entrerò nell'argomento in questa sede, la questione che sia proprio necessario "tornare indietro, all'origine della malformazione" per poterla così elaborare, è attualmente messa in discussione da numerose aree della conoscenza, tra le quali quella che si occupa della complessità (cioè, dei sistemi dinamici).

Sviluppando brevemente questo percorso psicoterapeutico ho desiderato soltanto farvi notare che "il tornare all'origine" di una data situazione vitale problematica non è l'unico modo di trasformarla.

Ora vi proporrò un altro modo per "riscriverci".

Uscendo dall'ambito psicoterapeutico e entrando nell'ambito sociale possiamo vedere che tutte le società possiedono un loro particolare modo di riscrivere la frontiera personale dei propri membri: durante l'adolescenza c'è un rituale di passaggio che si deve compiere per smettere di essere un bambino e divenire un adulto.

Il rituale di passaggio sposta ciò che si è attraverso una prova che mette in campo nuove possibilità: se si supera la prova si diviene ciò che prima di essa non si era. Prima si era bambino, ora si è adulto e questo cambiamento può realizzarsi attraverso la prima comunione, andare a caccia da solo, ecc. ecc. Ogni cultura ha elaborato un suo rito di passaggio dall'infanzia alla età adulta.

Ciò che accomuna tutti i rituali di re-identificazione è la necessità di realizzare "qualcosa di difficile" per divenire diversi da ciò che eravamo.

Per impostare il proprio lavoro di riscrittura della frontiera personale io vi proporrò un'organizzazione operativa attraverso delle immagini contenute in un filone letterario medievale: la ricerca del Santo Graal.

Non nutro nessun interesse particolare per il Graal, se non come una struttura scenica che può drammatizzare il ripristino o il generarsi dell'evoluzione personale. Credo che ognuno potrebbe immaginare in molti altri modi l'organizzazione, l'impianto, della riscrittura della propria frontiera personale.

Della ricerca del Graal mi ha incuriosito l'ipotesi di una autrice - Jessie Weston in "Indagine sul Santo Graal" Sellerio Editori - che ritiene che la letteratura sull'argomento sia profondamente collegata ai più antichi rituali della civiltà indo-europea.

Secondo la Weston la letteratura sul Graal poggia su rituali circa la morte e la rinascita, già menzionati nei primi monumenti letterari di circa 3.000 anni fa della razza indo-europea, i testi dei Rig-Veda (citati nel libro della Weston). Uno di questi testi tratta proprio della "liberazione dei fiumi", vedendola come una impresa eroica che deve essere compiuta per dare alla "terra desolata" la possibilità di rivivere.

La tradizione dice che i grandi fiumi dell' India erano stati imprigionati da un malefico gigante e che l'impresa eroica di Indra liberò i corsi d'acqua dalla loro cattività, riconducendo i fiumi ai loro corsi.

Come allora vi risulterà evidente la ricerca del Graal mi permette di offrirvi ciò che intendo dirvi senza dover cambiare le immagine dei fiumi, immagini che ci accompagnano fin dall'inizio.

Per la Weston, la "liberazione dei fiumi in cattività" si andò organizzando come un rituale della Natura attraverso il quale l'essere umano si collegava alle forze sovraumane delle stagioni, delle energie distruttive e ricostruttive della Terra e dei cicli della vita.

Successivamente questo antichissimo "rituale di rigenerazione" (naturale e spirituale di morte e rinascita) si spostò verso l'Europa per riemergere nel Medioevo, attraverso la letteratura, nelle narrazioni della ricerca del Graal. Il Graal può essere una coppa, può venire associato ad una spada (i due simboli più antichi della riproduzione, della nuova vita), può essere inteso come il calice che contenne il sangue di Cristo. Si tratta sempre di simboli vivificanti, che portano alla vita o la rigenerano.

Dai numerosi romanzi e poemi attorno al Graal noi prenderemo l'impostazione generale: un re, usualmente identificato come il Re Pescatore, è malato e la sua malattia ammala anche tutto il suo regno, la terra si inaridisce e animali e abitanti non procreano più.

La terra dove regna il re malato è una terra desolata ed è necessaria un'impresa eroica - appunto la ricerca del Graal- che guarendo il re guarisca anche il suo regno.

Per la Weston l'argomento generale dei testi sul Graal tratta, in modo più o meno frammentario, l'antico culto della morte e rigenerazione, cioè un rituale atto a vivificare ciò che è stato mortificato.

Successivamente vedremo, accompagnati dall'impianto scenico del Graal, alcuni dei pericoli e dei misteri dell'impresa eroica che vi propongo, ma ora cercherò di tradurre la ricerca del Graal con immagini provenienti dai sistemi dinamici.

Una organizzazione malformata della nostra frontiera personale rende la nostra terra una terra desolata perchè i nostri fiumi si trovano in cattività. Raquel è, dei nostri personaggi, la più desolata poiché sottoposta a una mortificazione che rende la maggior parte della sua vita una passione inutile.

Il Re Pescatore (il suo nome è carico del simbolismo di chi può "pescare" dalle acque l'alimento necessario alla vita in tutti i suoi livelli) può essere visto come la nostra frontiera personale che con la sua malattia disorganizza tutto il regno: il nostro corpo, la nostra mente e le nostre azioni si trovano mortificati.

L'eroe che deve, compiendo la sua impresa, "ricondurre i fiumi al loro corso" (il fiume sotto il fiume e il fiume sopra il fiume) si può identificare con il nostro Io. Egli ha il compito di ricercare il Graal e lo stesso Graal può immaginarsi come il contenitore vivificante e rigenerante, cioè la frontiera personale adeguatamente organizzata che, ora guarita, guarirà anche il nostro regno.

Il regno guarito può identificarsi con il nostro divenire sistemi dinamici e così poterci creare per rigenerazione, poterci auto-riparare e poter rendere la nostra vita una passione evolutiva.

In ognuno di noi esiste in alcune parti del nostro regno (il nostro essere) e in maggior o minor grado, una terra desolata. Si può vivere tutta la vita senza capire la desolazione di essa... ma se per un momento riusciamo a cogliere un segnale, come è successo a Matilde, allora possiamo partire alla ricerca del Graal e così aprirci alla speranza della rigenerazione. E' il momento della percezione anche vaga della nostra terra desolata che ci può dare l'impulso per metterci in viaggio.

Dove andare a realizzare la nostra impresa eroica della ricerca del Graal? Non è necessario partire "fuori" perché la ricerca è una nuova impostazione della nostra consapevolezza: essa ora tende a vivificare la nostra vita.

E' allora necessario impostare un lavoro di "liberazione delle acque in cattività" in tutti i nostri tre grandi fiumi: il corpo, la mente e il sociale. Ognuno di noi, scegliendo una modalità che rispetti il proprio stile personale, può trovare l'impalcatura che gli si adatti meglio.

Può partire dall'andare in palestra o andare in campagna, studiare il sanscrito o l'ultimo programma di computer, può essere il volontariato od occuparsi dell'evoluzione di un'altro divenendo la sua condizione necessaria: l'importante è creare un campo dinamico che spostando tutte le componenti della nostra frontiera attuale, offre la possibilità di auto-rigenerarsi.

La creazione di un campo dinamico richiede che esso sia sì superiore alle nostre forze attuali (una cosa difficile, come nei rituali di passaggio), ma che non sia impossibile. Difficile, perché è una impresa eroica, misteriosa perché è un'impresa che coinvolge fortemente la nostra organizzazione inconscia.

La creazione del campo dinamico con i tre fiumi come componenti crea una situazione di apprendimento globale, che ripropone simbolicamente la situazione del bambino piccolo. Da lì la "rinascita" (la riscrizione di principi di organizzazione): ogni area di aprendimento si andrà collegando con le altre, creando nuove strutture, cioè, una rinnovata frontiera personale, un rinnovato "io", una rinnovata struttura di percezione della realtà esterna e interna, una rinnovata struttura delle capacità di pensare, di sentire.

Si tratta di una rigenerazione che ci appare misteriosa perchè l'impostazione e la ricerca la compie l'io (l'eroe) con i suoi aspetti fondamentalmente consci, mentre il Graal (la frontiera personale evolutiva) e il Re Pescatore guarito (capace di governare una terra rigenerata) vanno nelle acque profonde del nostro inconscio, del quale non sappiano quasi niente e non è neanche necessario che sia in altro modo.

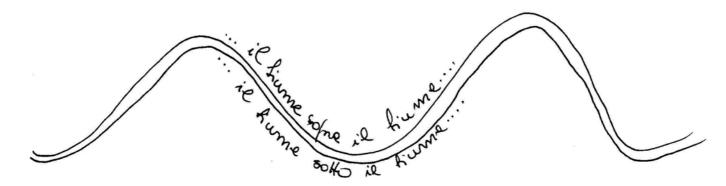
Come già disse Estela a Matilde, è necessario lavorare molto e tuttavia non è maggiore il lavoro per vivificarsi di quello che richiede il mortificarsi. In altre parole, Raquel ed Estela lavorano molto tutte e due... una, Raquel, per mortificarsi (involuzione) e l'altra, Estela, per mantenersi viva (evoluzione).

Essere delle terre desolate richiede una grande energia mortificante perché la nostra forza più potente è quella di acquisire la forma di sistemi dinamici, sistemi che evolvono dal primo all'ultimo giorno della propria vita.

La forma che naturalmente diverremo, appena le condizioni necessarie non la rendono più impossibile, sarà quella del Graal: un contenitore rigenerato di evoluzione.

Di tutti i viventi solo nell'essere umano si realizza l'evoluzione personale: ogni essere umano è un regno che possiede virtualmente la scintilla dell'evoluzione; possiede la forza vivificante che però, per realizzarsi, deve essere contenuta nel Graal. In altre parole, ogni essere umano deve divenire e permanere organizzato come un sistema dinamico evolutivo che può scriversi scrivendo....

Ottavo Incontro: "Impariamo a navigare nell'evoluzione personale"



Ernesto arriva a casa; la musica si è andata spengendo dentro di lui e quando apre la porta le sue spalle sembrano ricurvarsi per il peso di una tristezza che egli non sente. Non c'è nessuno... sopra il tavolo da pranzo trova apparecchiato per uno ed un biglietto: "Sono andata in piscina con la signora del quarto piano; torno verso le 22.30".

Ernesto guarda il messaggio, gli sembra che gli è indifferente che Matilde ci sia o non ci sia, ma poi servendosi il pasto rompe il bicchiere e si arrabbia moltissimo "Ma proprio oggi doveva uscire che sono così stanco da non riuscire a servirmi il mangiare senza far casino"... Mangia poco e va a vedere la T.V; dopo un po' si addormenta e non sente entrare Matilde.

Matilde si è trovata con Estela in piscina, hanno parlato poco perché stavano in due corsi diversi e al ritorno Estela era tanto stanca che ha detto che doveva concentrarsi nella guida; però sono state bene insieme. A Matilde piace molto stare con Estela perché lei quando parla, parla e quando ascolta, ascolta. Matilde è molto disorientata: vuole lavorare con il corpo, vuole stare con Estela e fare quello che fa lei... in futuro capirà che la piscina non è un strada per lei, ma già oggi ha fatto un grande passo nella sua ricerca del Graal: mettersi in costume da bagno con i chili di troppo che si sente, e che ha, è stata una "difficile prova" d'impegno e di coraggio. Matilde ha vinto la prova di vedersi in piscina brutta e goffa, erano diversi anni che non si metteva in costume e sfuggiva tutte le occasioni di andare al mare.

Estela è molto stanca quando arriva a casa... il caldo della fine di febbraio le gonfia la gamba lesa.

Oggi ha lavorato molte ore in Istituto e poi è andata alla seduta di Eutonia e poi in piscina. Mangerà qualcosa e andrà a letto; deve ancora fare alcune telefonate... ma questo le piace, sentirà Juan che le ha lasciato un messaggio nella segreteria telefonica.

Juan è andato in vacanze e le ha detto che al suo rientro dovranno parlare di loro. Estela suppone che lui le proporrà di vivere insieme ... è molto felice e ha anche un po' di paura.

Mentre si rilassa un momento prima di mangiare, ripensa alla seduta di Eutonia; è da alcuni anni che ha trovato questo particolare tipo di massaggio - ginnastica che le fa molto bene.

Aveva iniziato l'Eutonia con una donna affascinante. Nel loro primo incontro l'eutonista parlò molto e le diede una serie di indicazioni sulla dieta, sulla sua personalità, sulle creme naturali che doveva mettersi sulla gamba. Alla fine del primo incontro le offrì un'infusione buonissima che aveva portato dall'India.

Estela uscì da quell'incontro sentendo che aveva toccato il cielo con un dito; si sentiva piena di energia perché l'eutonista le aveva detto che avrebbero lavorato simultaneamente su tutti i livelli della sua persona, un "lavoro olistico" aveva detto; Estela sentiva che tutto sarebbe stato perfetto.

Infatti i giorni successivi si sentiva intensamente unita all'eutonista in una specie di fusione che le dava energia, forza, entusiasmo; si sentiva elettrizzata. Però cadde due volte quella settimana e ciò la mise in allarme perché succedeva molto ma molto di rado che lei perdesse l'equilibrio: cosa stava succedendo nel suo "regno"?

Nelle settimane successive, Estela continuò a sentire che il rapporto con l'eutonista le faceva del bene, però i segnali provenienti dal "regno" non erano costruttivi: ebbe una storta alla caviglia della gamba sana, si dimenticò la chiave della macchina nella portiera e fu un miracolo che non gliela rubassero; sognò che un'onda del mare la portava via dalla spiaggia, travolgendola con la sua forza e lei non poteva tornare a riva...

"Cosa mi sta succedendo?" pensava Estela "Non c'entrerà mica l'eutonista?" E' vero che mi offre un sacco di cose, ma io non gliel'ho chieste, anzi mi fa sentire come quando da piccola arrivava Babbo.

Natale!"

Appunto, Babbo Natale... da piccola le portava ciò che lei chiedeva ma i genitori le avevano insegnato a scegliere molto bene e a scrivere la letterina con una piccola lista di ciò che veramente sentiva di desiderare.

Estela cominciò a riflettere; vediamo un po' con l'eutonista, cosa le aveva chiesto lei? Massaggi ed esercizi... E l'eutonista, invece, le aveva dato un sacco di altri "doni".

Estela voleva lavorare con il corpo e l'eutonista, oltre ai massaggi e agli esercizi, le interpretava alcuni suoi comportamenti, le faceva domande sulla sua storia, una volta le aveva proposto un lavoro con delle maschere per entrare in contatto con alcuni aspetti inconsci della sua personalità, le prestava dei libri, le dava delle infusioni e dei consigli, le aveva anche proposto di entrare a lavorare in un gruppo che praticava la terapia eutonica... forse era veramente troppo!

"E' davvero adeguato quello che mi dà l'eutonista?" -si domandava Estela-. Scrisse allora alla sua amica di Firenze chiedendo aiuto. L'amica le rispose suggerendo due cose: 1) di scrivere ogni giorno ciò che le capitava, anche solo appuntandole: comportamenti, sogni, stati d'animo, malattie, l'andamento dei suoi rapporti, ecc. In questo modo Estela avrebbe evitato di dimenticare ciò che non voleva ricordare.

L'amica le scrisse che spesso "non ricordiamo" ciò che è contrario ai nostri "desideri consci" e che le sembrava che Estela desiderasse molto continuare il rapporto con l'eutonista perché ne era affascinata e consciamente sentiva che le faceva molto bene; 2) di aspettare un po' prima di prendere qualunque decisione perché ciò che le stava succedendo poteva anche collegarsi a una sua fase caotica auto-disorganizzante (di ciò parleremo nel prossimo incontro).

Estela doveva cioè capire se le cose che le accadevano erano solo "disorganizzate" o anche "distruttive": in quest'ultimo caso la crisi caotica non era generata da lei stessa, ma dall'eutonista, che aveva usurpato al Re di Estela la sua funzione di governatore del "regno".

Estela sapeva che i comportamenti disorganizzati possono anche essere collegati ai "lavori richiesti dal Re per riorganizzare meglio il regno"; in questi casi si producono dei "periodi disorganizzati" del tutto simili a quando si decide di fare dei lavori in casa e durante questi lavori è tutto sottosopra.

Per Estela era molto penoso riflettere su queste cose perché era legata alla sua eutonista, le piaceva molto vederla e ascoltarla; non voleva rinunciare a un rapporto così intenso. Molto faticosamente, decise di fare ciò che l'amica le aveva suggerito perché più importante del rapporto con l'eutonista era la situazione del suo "regno".

Nel periodo seguente, pur continuando con l'eutonia, Estela constatò che dimenticava più spesso i suoi impegni e che a volte non poteva stare attenta a ciò che le dicevano gli altri: cambiamenti della memoria e dell'attenzione che potevano indicare che la frontiera personale - il Re- si "stava lasciando andare" e le cose le sfuggivano di mano.

Una sera, dopo la seduta di eutonia, Estela sognò che aveva avuto un incidente stradale e che un dottore le diceva che avevano dovuto tagliarle la gamba sana. Si svegliò terrorizzata e stravolta. Nel sogno aveva sentito di aver perso l'autonomia, di essere "condannata" a non poter più camminare con le sue gambe, a dipendere della carrozzina e dalle barriere architettoniche. Il Re non governava più, era malato e il "regno" era divenuto una terra desolata.

Estela cercò di accompagnare l'incubo con la sua memoria conscia: cosa era successo il giorno prima che inconsciamente lei aveva percepito come equivalente alla situazione del sogno?... Ricordando, ricordando, Estela pensò alla riunione con il capo dell'istituto, al lavoro, alle telefonate, a Juan... Mio Dio, la seduta di eutonia! In quel momento sentì una vampata di dolore che sembrò spezzarle il cuore e la testa: l'eutonista le aveva detto che da ora in poi si sarebbero occupate particolarmente della gamba sana, perché era la sua struttura portante, sia fisica che simbolica. L'eutonista le aveva proposto così di lavorare anche disegnando, per capire meglio tutto ciò che era "depositato" nella gamba sana.

Ecco cosa era successo il giorno prima! Estela si mise a piangere... tristezza, paura, una nostalgia struggente di qualcuno che la prendesse totalmente in cura, come quando era piccola. Quanto era duro a volte essere un'adulto...

Il mattino dopo, tremando, Estela telefonò all'eutonista perché aveva troppa paura di vederla; temeva di venire nuovamente coinvolta. Le disse che per un periodo non sarebbe potuta tornare. L'eutonista ci rimase male e rispose che era preoccupata per la gamba sana di Estela perché doveva sopportare tutto da sola e che riteneva necessario riprendere il lavoro al più presto possibile.

Estela continuò per un periodo a scrivere le cose quotidiane che le accadevano perché questo era l'unico modo di verificare se aveva fatto bene a prendere la decisione di interrompere le sedute di eutonia. I segnali proveniente dal regno erano tutti costruttivi: i fiumi scorrevano liberi nei loro corsi.

Dopo qualche mese Estela iniziò a cercare un'altra eutonista e dopo tre prove andate male, finalmente trovò ciò che desiderava. A Estela piaceva come la nuova eutonista la guardava salutandola; le piaceva che sempre sembrasse uguale, gentile e silenziosa. Sempre disponibile a risponderle, ma senza introdurre lei nessun argomento: lavoravano sul corpo e il suo studio era tranquillo, un mondo fatto per il suo corpo.

L'eutonista, dopo diverse sedute, le mostrò alcune tecniche che Estela poteva fare da sola; disse che se le faceva tutti i giorni, o quasi, avrebbe potuto fare dei nuovi movimenti, più autonomi.

Strano... durante una seduta di eutonia, mentre stava realizzando un esercizio, a Estela venne in mente cosa non andava nel capitolo del suo libro; erano mesi che era bloccata su quel capitolo.

Estela aveva acquisito la consapevolezza che un qualsiasi lavoro sul corpo che mantenga la propria delimitazione crea dei collegamenti nuovi con gli altri fiumi: un lavoro il cui ambito è ben delimitato comporta l'acquisizione di principi evolutivi di organizzazione e perciò questi si auto-organizzano e auto-generano dei collegamenti con gli altri fiumi che scorrono nel "regno". Proprio come successe a Estela di capire un problema del suo libro (fiume della mente) mentre si trovava in una seduta di eutonia (fiume del corpo).

Questo è ugualmente valido per qualsiasi lavoro sia con la mente che con il sociale; se gli ambiti di lavoro sono ben delimitati si vanno creando delle strutture evolutive: nuove forme di vedere, di sentire, di pensare, di funzionare biologicamente, di entrare in rapporto con gli altri.

Estela aveva pagato in prima persona questa consapevolezza ma aveva imparato a distinguere una "adeguata condizione necessaria" da un "protagonista usurpatore". Se la "condizione necessaria" era un'eutonista, il rapporto doveva essere delimitato all'ambito del corpo; se era una psicoterapia il rapporto doveva limitarsi ai principi di organizzazione mentale; così era per ogni rapporto adeguatamente organizzato, delimitato ed evolutivamente gestito. Infatti "l'adeguata condizione necessaria" mantiene adeguatamente delimitato l'ambito del rapporto a quel fiume su cui il protagonista ha scelto di lavorare, cercando proprio quel tipo di rapporto.

Estela ora sapeva che i protagonisti usurpatori sono il maggior pericolo nella ricerca del proprio Graal perché avvelenano l'autonomia dei "ricercatori" generando in loro una dipendenza organizzativa. Così i "ricercatori" rimangono "attaccati/ magnetizzati" al protagonista usurpatore e non lo sanno neanche: non cercano più il Graal ma credono di averlo trovato.

Ogni Graal è unico per ognuno di noi poiché è la nostra adeguata frontiera personale, quella che ci contiene vivificandoci. Il nostro Graal lo costruiamo proprio cercandolo e ognuno di noi è l'unico protagonista della ricerca del Graal.

Sheldon Kopp, diede ad un suo libro il titolo "Se trovi il Buddha sulla tua strada, uccidilo", riprendendo proprio un insegnamento buddista: il Buddha è dentro di noi ed è lì che dobbiamo cercare. Noi usiamo i racconti del Graal perché è una storia che appartiene alla civiltà indo-europea ma ogni cultura ha delle immagini per suggerirci la necessità di "peregrinazioni interne, alla ricerca di..."

Estela sapeva ora che di solito si idealizza la persona dell'usurpatore, così come era successo a lei; spesso i protagonisti usurpatori risvegliano ammirazione, timore reverenziale, amore sconfinato, desiderio di emulazione. Sembra che ti danno, ma ti prendono... ti incatenano a loro con delle catene invisibili alla coscienza; anzi, consciamente siamo molto grati a chi ti dà un rapporto così intenso.

Le persone che vengono attaccate e magnetizzate da un usurpatore generalmente perdono la possibilità di riflettere su quel rapporto perché il rapporto stesso è un buco nero.

L'unica protezione del "ricercatore" è fare come fece Estela: vedere e ascoltare i segnali del regno; quando si è in una buona strada e i compagni di ricerca sono buoni compagni, i segnali sono costruttivi e anche nelle fasi disorganizzate non sono distruttivi.

Un campanello interrompe le riflessioni di Estela: chi sarà a quest'ora? Risponde al citofono ma non c'è nessuno giù; sente una voce "Dottoressa, sono su, sono una vicina".

Estela apre e vede la ragazzina dell'altro piano. "Dottoressa, mia madre sta molto male, mi ha chiesto se potevo chiederle di scendere a vederla".

Estela si spazientisce, lei non vede dei pazienti da anni e poi potevano chiamare il medico della mutua; scende pesantemente, in pantofole. Dirà lei stessa alla madre di chiamare un altro medico.

Vede la vicina a letto, contratta dal dolore, che la guarda. Estela vede una donna triste, desolata, completamente disarmata.

Gli occhi di Estela cominciano ad annebbiarsi quando, sorridendo, le dice:

"Yo me llamo Estela y usted ?", "io mi chiamo Estela e lei?"

La donna risponde con voce appena udibile: "Raquel"

Ora riflettiamo insieme alla luce del sistema comunicativo-evolutivo quanto è successo a Estela:

I protagonisti usurpatori sono il maggior pericolo che possiamo trovare nella nostra ricerca del Graal.

Per poter capire la natura di questo pericolo è necessario ritornare alla costituzione del rapporto inesperto/esperto (figlio/madre, figlio/genitore).

Abbiamo già visto che l'acquisizione dei principi di organizzazione si produce grazie alla capacità dell'inesperto di estrarre i principi organizzativi che sottostanno ai comportamenti dell'esperto.

Ora vedremo un'altra capacità che è necessaria alle specie che imparano dai loro esperti. Imparare per queste specie non è un "optional", qualcosa che può avvenire o no o che può avvenire più o meno perché se gli inesperti non imparano non possono sopravvivere; non hanno acquisito i principi di organizzazione che permettono loro di vivere.

La Natura, per proteggere i piccoli dagli apprendimenti mancati o insufficienti, ha creato una forza che li tiene "legati magneticamente" al loro esperto.

Grazie a tale forza, l'attenzione del piccolo è totalmente rivolta verso il suo esperto: egli segue la madre senza mai distrarsi, cercando intensamente d'imparare a fare tutto quello che fa lei. Gradualmente questo "stato magnetizzato" svanisce, via via che l'inesperto diventa un esperto.

Come abbiamo detto, nell'essere umano tutti i principi di organizzazione dei suoi comportamenti hanno una forte impronta di "iscrizione interattiva" cioè, acquisiti attraverso il rapporto con gli esperti. L'apprendimento dell'inesperto umano dura molti anni e perciò il suo stato di magnetizzazione è molto prolungato e si ripropone, nel tempo, con esperti diversi (per esempio, con gli insegnanti, con gli istruttori sportivi, ecc).

Tale stato è composto da: attenzione totale, fascinazione, suggestione, accordo incondizionato con i comportamenti dell'esperto. Lo chiamo, appunto, "stato di suggestionabilità" dell'inesperto nei confronti dell'esperto.

Nell'essere umano un tale stato non svanisce totalmente perché se così fosse gli adulti, gli esperti, non potrebbero più sentire il fascino delle cose nuove, di continuare ad imparare, dei nuovi rapporti, delle nuove teorie, delle nuove ricette di cucina, ecc. ecc. Cioè, se lo stato di suggestionabilità svanisse, gli

adulti perderebbero la possibilità di imparare, di cambiare e di evolvere perché tutto ciò richiede il "lasciarsi prendere", l'interessarsi al nuovo, al non conosciuto, mantenendo anche la capacità di ricreare continuamente l'interesse per i rapporti e le persone conosciute. Detto in altro modo, vivere umanamente richiede la capacità di lasciarsi suggestionare.

Nell'essere umano lo stato di suggestionabilità non svanisce ma viene naturalmente antagonizzato dalla frontiera personale; essa è il suo antagonista naturale perché, delimitando gli spazi interni, crea una forza di coesione che ci sostiene "dentro" di noi, contrapponendosi alla forza della suggestione che, invece, ci attrae "fuori" di noi.

Un adulto delimitato da un'adeguata frontiera personale mantiene la "possibilità di suggestione" che è una mutazione evolutiva del precedente "stato di suggestionabilità". Questa "possibilità" è, però appunto una possibilità, mentre lo "stato" è una condizione praticamente inevitabile.

La mutazione dallo "stato di suggestionabilità" alla "possibilità di suggestione" si produce via via che non è più necessario una magnetizzazione totale verso l'esperto, come lo è nel bambino piccolo.

La frontiera personale adeguata è in grado di auto-modularsi; chiedendo in prestito il titolo di un libro di Henry Altan possiamo dire che essa modula la propria consistenza variando "Dal cristallo al fumo". A volte è adeguato avere la voluttuosità del fumo, a volte la durezza del cristallo; la modulazione stessa è inconscia così come lo è la consistenza mutevole della nostra frontiera.

Avere la possibilità di suggestione comporta, per esempio, poter aprirsi come se fossimo "fatti di fumo" alle nuove teorie o alle diverse opinioni degli altri senza opporre resistenza, cioè cristallizzandoci nelle nostre opinioni o teorie, ma anche senza rimanere totalmente magnetizzati. Senza venire "governati" dall'esterno (etero- organizzati) poiché siamo "governati" dal nostro Re (auto-organizzati).

Però, non tutti abbiamo una adeguata frontiera personale o non l'abbiamo ugualmente configurata in ognuno dei nostri fiumi; ciò significa che essa non sempre può adeguatamente essere l'antagonista dello stato di suggestionabilità, mutandolo verso la "possibilità di suggestione".

Pertanto, tutti noi siamo più o meno esposti dal "venire magnetizzati" dai protagonisti usurpatori perché in tutti noi c'è ancora, in maggior o minor grado, uno stato di suggestionabilità che non ha il suo antagonista; uno stato che permane in noi, anche latente, lasciandoci il rischio permanente di venire "acchiappati" da un protagonista usurpatore.

I protagonisti usurpatori non sono i "cattivi" in assoluto, ma sono individui che in alcuni rapporti sono pericolosi per gli altri.

Per esempio, Ernesto ha bisogno di essere sempre al centro dell'attenzione, cioè, essere sempre il protagonista; nel lavoro o con i colleghi che si divertono ascoltando le sue imprese, questo suo bisogno esasperato non è pericoloso per gli altri.

Invece, se Ernesto fosse un insegnante o fosse un terapeuta o fosse un eutonista o fosse un avvocato o fosse un primario ospedaliero o fosse un infermiere o fosse un'assistente sociale o fosse un'operatore di comunità terapeutica o fosse un'intervistatore della televisione o fosse un politico... cioè, se il suo lavoro contemplasse un protagonista esistenziale che non è lui ma bensì il suo cliente, il suo paziente, il suo assistito, il suo malato, il suo allievo, il cittadino, il suo intervistato... allora lui si trasformerebbe da "protagonista ad ogni costo ma innocuo" in "protagonista usurpatore".

Se Ernesto facesse un lavoro nel quale il protagonista non è lui ma un altro e perciò egli fosse tenuto a collocarsi nella funzione di "condizione necessaria" del protagonista, allora egli usurperebbe inevitabilmente, e senza rendersi conto, quella collocazione: diventerebbe così un protagonista usurpatore.

Quando in un rapporto che contempla un "protagonista" ed una sua "condizione necessaria" (all'apprendimento, alla guarigione, allo svolgimento della intervista, al progresso del paese, ecc. ecc.) la condizione necessaria si colloca come protagonista usurpatore, il protagonista esistenziale viene espulso dalla sua collocazione e viene collocato nel ruolo di "comparsa dell'usurpatore", di ombra, di colui che è espulso dal proprio regno. Egli diventa un Re deposto e malato perché chi lo governa è "un conquistatore", "un colonizzatore".

Estela era diventata l'ammiratrice affascinata della sua eutonista proprio perché il loro rapporto non era centrato su di lei e i suoi bisogni, ma sulla eutonista e sul bisogno di questa ultima di essere amata, ammirata e gratificata dalla riconoscenza di Estela.

Di solito chi è nel pugno del protagonista usurpatore, perso a sé stesso, sente che il conquistatore è il suo vero Re: lo idealizza e si sottopone senza rendersi conto alla sua volontà perché ha perso la propria. Il rapporto stesso forma un buco nero e l'usurpato non si può fare alcuna domanda riguardo all'argomento del rapporto; così, molto difficilmente può proteggersi come è riuscito a Estela, che ha cercato di comprendere i segnali distruttivi che provenivano dal suo "regno".

Estela, oltre allo strumento di monitoraggio del rapporto con l'eutonista dato dalla scrittura, è già di suo una persona con un'adeguata frontiera personale e ciò significa che è naturalmente (ma anche relativamente) protetta dagli usurpatori.

Il protagonista usurpatore può usare le più svariate tecniche di usurpazione: l'autorità (padre/padrone) e la violenza ma può anche usare la sua "conoscenza", la sua "saggezza", "l'amore", la "sua malattia", la "generosità" ecc. ecc. La costante del protagonista usurpatore è che egli usa qualunque tecnica per essere il centro, il protagonista di un rapporto nel quale egli non dovrebbe esserlo.

Diciamo nuovamente che i protagonisti usurpatori sono individui ai quali non è stato reso possibile essere i protagonisti esistenziali in quei rapporti che avrebbero dovuto, invece, averli come protagonisti.

Per esempio, la mamma di Ernesto, affranta com'era dalla spossatezza e dalla paura, non poteva certo vedere il bisogno del figlio di avere un posto tutto suo perché il proprio bisogno di "calmarsi col respiro del figlio che dormiva accanto a lei" era "più grande" di qualunque altra cosa.

In questo caso "il bisogno della madre" occupa il centro del rapporto con il figlio ed egli viene espulso dalla sua collocazione divenendo la "comparsa" della madre: colui che serve, con il suo respiro, a placare la sua paura.

Non essendo stato il protagonista nel rapporto con i genitori, Ernesto è rimasto bloccato in un'unica collocazione esistenziale: è un protagonista malformato, un protagonista mancato.

I bambini hanno l'assoluto bisogno di essere i protagonisti dei loro rapporti, è un loro "diritto naturale" proprio perché la Natura ha creato il rapporto inesperto/esperto per loro, per permettere loro di divenire esperti.

E' l'esperienza ripetuta di protagonista nei suoi rapporti con gli adulti significativi che permette poi al bambino e all'adolescente di porsi anche in altre collocazioni e altre classi di rapporti. Prima come

coprotagonista nei rapporti pari: di amicizia, di coppia, di gruppo e poi come condizione necessaria ad un altro protagonista: insegnante, genitore, ecc.

Se le esperienze come protagonista nell'infanzia/adolescenza sono insufficienti, inadeguate o mancanti, i bambini/adolescenti non possono imparare a porsi nelle diverse collocazioni relazionali, perché quella di protagonista è la prima ed è quella che permette, in seguito, la costruzione delle altre.

Così, i protagonisti mancati non imparano a porsi nelle relazioni, non le sanno costruire (Ernesto non ha amici). Inconsciamente disperati cercano di trovare un rapporto che permetta loro di porsi come protagonisti. Ricerca inutile nei rapporti sociali e spesso anche dannosa per gli altri. In Ernesto, il vuoto non si riempie mai... perché è il suo contenitore che non "tiene"; egli dovrebbe cercare in altra direzione...

I protagonisti mancati non possono imparare a vedere i bisogni degli altri, ponendosi dalla loro prospettiva. Nei loro rapporti questi protagonisti usurpati, mancati, non vedono "al di la' del proprio naso", così come Ernesto ha visto l'andare in piscina di Matilde unicamente dal "suo naso", unicamente dalla sua prospettiva,: "Proprio oggi doveva andare, oggi che sono così stanco". Non gli è neanche passato per la testa pensare "Cosa sarà andata a fare Matilde in piscina, lei che non vuole mai mettersi il costume", "Come mai le è venuto in mente di andare?", "Che bellezza che faccia qualcosa di nuovo!", ecc. ecc.

I protagonisti usurpatori sono stati usurpati, il loro Re non ha imparato a gestire e governare il regno ed il loro regno è una terra desolata. In altre parole non hanno potuto costruire una frontiera personale che li sostenga, che crei la forza di coesione che li "tiene insieme, centrati in sé stessi", che li auto-organizzi e auto-governi. Non si possono sostenere da soli e hanno una incolmabile necessità di sostenersi con la forza presa dagli altri, forza che li tenga nel centro; anche se tale situazione non li fa crescere almeno sfogano momentaneamente la loro foga.....

I protagonisti usurpatori sono, allo stesso tempo, esposti a essere nuovamente usurpati, come lo furono nel passato. Per esempio Raquel, "fa tutto" e "organizza tutto e tutti": è una usurpatrice ma, allo stesso tempo, è ancora usurpata dalla figura interiorizzata del suo usurpatore, cioè il padre. Raquel è pericolosa per i suoi figli perché non permette loro di essere i protagonisti ed è in una situazione di pericolo personale perché si trova esposta ad essere magnetizzata da un nuovo usurpatore.

I protagonisti usurpatori non hanno una forza propria di coesione interna e perciò sono persone esposte, anche se possono dare l'impressione di essere forti perché "trascinano" gli altri.

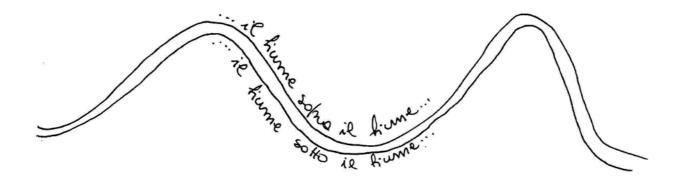
Abusano di una forza che la Natura ha creato con tutt'altro obiettivo... proteggere l'apprendimento dell'inesperto e non quello di generare il potere dell'esperto...

Per concludere, un buon strumento di navigazione nei nostri rapporti è quello di prendere in mano tutti i segnali che vengono dal regno (comportamenti, pensieri, sogni, stati di salute/malattia, cose nuove, ecc). Nella ricerca del Graal noi incontreremo istruttori, maestri, terapeuti, compagni di viaggio che stanno andando nella nostra stessa direzione; alcuni ci affascineranno con le loro parole e i loro comportamenti: ci sentiremo presi da loro, contenti di averli trovati. Se ciò che ci offrono è costruttivo per la nostra ricerca i segnali che ci proverranno dal nostro regno saranno anch'essi costruttivi, anche se a volte disorganizzati; se, invece, saranno distruttivi, vorrà dire che siamo impigliati nel rapporto nocivo con un usurpatore.

Quando toccherà a noi, invece, essere nella collocazione di genitori, insegnanti, operatori, istruttori, oltre ai nostri segnali, dovremo tenere in mano anche quelli provenienti dal "regno" dei nostri protagonisti.

Se i nostri protagonisti evolvono, noi non li stiamo usurpando...

Nono incontro "Impariamo a navigare nell'evoluzione personale"



Oggi cercheremo di vedere cosa è, per il modello, il Graal e cosa ne deriva dalla sua ricerca.

Come abbiamo detto, l'eroe -l'io- parte in una peregrinazione interna verso una impresa eroica. Una serie di "difficili prove" per cercare ciò che, guarendo il Re, guarirà anche il suo regno.

Non si cerca di "guarire direttamente" quelle terre del nostro regno che sono desolate, agendo cioè sulle nostre "zone malate", ma si cercadi lavorare sulla nostra frontiera personale attuale (il Re) con una mentalità comunicativa-evolutiva. Il nostro lavoro di ricerca del Graal è globale, si cerca di "divenire vivificati" e non di lottare "contro la desolazione". Divenendo "sani" la "malattia" non trova più le condizioni per permanere nel nostro regno e si estingue.

L'obiettivo della ricerca è di rendere impossibile che permanga la desolazione della terra; cercando il Graal, ciò che guarisce il Re, i fiumi del nostro regno si liberano della loro cattività e i loro corsi possono vivificare il nostro "essere totale", il regno.

La ricerca interna del Graal si svolge attraverso degli strumenti esterni, cioè impostando una serie di "lavori impegnativi" sui nostri fiumi "maggiori": corpo, mente e sociale.

Ognuno di noi può costruire la propria "impalcatura di lavoro" cercando gli strumenti che siano più consoni ai propri stili personali.

Il primo obiettivo della ricerca è quello di "cercare, trovare e sostenere" gli strumenti della ricerca stessa.

Come si fa a sapere che "questo strumento particolare", in "questo dato momento della nostra ricerca" è una buona cura per il nostro Re?

In primo luogo perché ci piace fare lo sforzo che richiede quello strumento (anche se alcune volte ci fa anche molta fatica) e, in secondo luogo, attraverso la procedura che ci ha mostrato Estela, cioè, cogliendo e monitorizzando i segnali del regno.

Se sappiamo che "non possiamo continuare così", ma non abbiamo la forza neanche di cercare gli strumenti per poter cambiare, allora è possibile che la maggioranza dei nostri principi di organizzazione abbiano bisogno di essere sostituiti ed è necessario un rapporto psicoterapeutico.

Abitando in una città come Firenze, è pressoché impossibile non trovare gli strumenti adeguati al nostro stile personale; il problema può porsi nel "sostenere" tali strumenti. Ad alcuni di noi il sostenere gli sforzi che richiede lo strumento che abbiamo trovato e che si rivela utile, è una impresa particolarmente difficile perché collegata alla "tenuta" della nostra frontiera personale che è inconscia. Si può iniziare a lavorare con il fiume che ci risulti più facile (perché è quello meglio organizzato) e aspettare, provando e riprovando, fintantoché possiamo acquisire la tenuta necessaria a sostenere tutto l'impianto richiesto: corpo, mente e sociale.

Tutti gli sforzi che riguardano i "lavori sui nostri fiumi" hanno bisogno di possedere due caratteristiche generali: 1) devono andare oltre i nostri limiti attuali, non essendo tuttavia delle "imprese impossibili" bensì "imprese difficili ma possibili"; 2) devono comportare un'impegno costante e auto-disciplinato.

L'obiettivo dell'impalcatura di lavoro è che la frontiera personale si trovi nella condizione di apprendimento globale di nuovi principi di organizzazione per tutti i nostri maggiori fiumi.

Per esempio, un "ricercatore" che abbia scelto questa impalcatura di lavoro: studiare una lingua straniera, le sequenze del valzer lento e la mazurca e divenire una adeguata condizione necessaria a un protagonista. Come si vede, l'eroe che ha scelto questa impalcatura per la sua impresa eroica si trova in situazione di dover imparare dei principi di organizzazione sia dei movimenti del corpo che della mente e del sociale; tutti i suoi fiumi, nella loro organizzazione attuale, verranno "spostati, trainati" dai nuovi principi verso nuovi luoghi organizzativi.

I fiumi si troveranno in zone sconosciute del proprio regno, che non erano mai state "irrigate" prima e che possono organizzarsi evolutivamente.

Se i nuovi principi di organizzazione che si vanno acquisendo nell'apprendimento sono evolutivi, allora lo saranno anche le nuove organizzazioni che si andranno costruendo.

Proprio per questo sono i protagonisti usurpatori il maggior pericolo della ricerca: i principi di organizzazione che ci danno nel loro rapporto sono involutivi e allora, non soltanto non possiamo divenire sistemi evolutivi, ma si incrementa la nostra organizzazione involutiva, rendendo la nostra terra ancora più desolata.

Il Graal:

Per il modello comunicativo-evolutivo il Graal simbolizza l'organizzazione della frontiera personale che ci permette di essere dei sistemi dinamici, cioè, evolutivi.

La nostra frontiera personale, divenendo il Graal, va acquisendo le caratteristiche che sono proprie dei sistemi dinamici: auto-organizzazione, autonomia, auto-regolazione, auto-riparazione, tendenza verso stati di organizzazione più complessa (evoluzione, creatività).

Alla nascita, se le nostre condizioni biologiche sono adeguate, tutti noi siamo virtualmente in grado di divenire sistemi dinamici, evolutivi. Anzi, evolvere è la nostra natura: ciò che ci caratterizza come specie e come individui.

Questa natura evolutiva virtuale necessita delle condizioni interattive per organizzarsi e realizzarsi; queste condizioni interattive le forniscono i principi di organizzazione.

Con l'acquisizione di principi di organizzazione diveniamo in grado di dare forma alla nostra forza evolutiva.

Come abbiamo visto più volte, attraverso le nostre condizioni necessarie (genitori, insegnanti, adulti significativi) ognuno di noi acquisisce principi di organizzazione che vanno formando le strutture che ci individualizzano e via via danno le forme alle nostre percezioni, sentimenti, pensieri, azioni, rapporti.

Per alcuni di noi divenire un sistema dinamico -divenire il Graal- è già reso possibile fin dalle prime fasi nella nostra vita; la nostra famiglia e poi i nostri insegnanti ci offrono principi organizzativi che sono in grado di strutturarci come tali.

Qualunque sia il nostro stile personale di nascita (possiamo essere bambini più attivi o più riflessivi o più sensibili o più azzardati o più prudenti o più di entusiasmi rapidi o più misurati o più rapidi nell'arrabbiarci o più dolci, ecc. ecc.) questo si può organizzare evolutivamente od involutivamente, dipendendo dai principi organizzativi che ci vengono offerti: cioè, dalla possibilità di acquisire principi che permettano delle "buone forme" alle nostre particolari caratteristiche.

Se siamo stati messi in condizione di divenire un sistema dinamico, la nostra vita sembrerà scorrere naturalmente, senza troppi intoppi, creando e ricreando delle forme che realizzino le nostre forze. I "colpi della vita", anche molto gravi, potranno essere metabolizzati e riparati; nei nostri comportamenti daremo la sensazione che due fiumi scorrono insieme.

A volte si vedono adulti così, adolescenti così, bambini così... sembra che tutto sia per loro relativamente facile, che le cose per loro "filino lisce": trovare le persone giuste, studiare, imparare, andare bene a scuola e nelle altre loro attività, avere un armonioso aspetto fisico: sembrano "graziati dalla vita" e tutto sembra scorrere come dei fiumi liberi.

Poiché a queste persone è stato permessa l'immensa fortuna di vivere nel Graal, esse sono un sistema dinamico permanentemente attivo: il sistema lavora per essere e mantenersi sano, lavora per poter autoripararsi e auto-gestirsi, lavora per cercare sempre nuovi principi di organizzazione che gli permettono di rinnovare le sue forme e crearne nuove, lavora per continuare ad essere sé stesso e, allo stesso tempo, cambiare, trasformarsi, evolvere...

Queste persone sono divenute e sono in grado di permanere dei sistemi dinamici ed è questo ciò che permette loro di avere una "buona infanzia", una "buona adolescenza", una "buona età adulta", una "buona mezza età", una "buona vecchiaia", una "buona morte". La loro vita può essere, dall'inizio alla fine, una passione evolutiva.

Ma per la maggioranza di noi non è andata proprio così: abbiamo ancora delle ferite subite nell'infanzia e nell'adolescenza che non si possono rimarginare perché, non essendo divenuti sistemi dinamici, non possiamo auto-ripararci.

Abbiamo ancora delle forze che non hanno potuto trovare la loro forma perché i principi di organizzazione acquisiti non lo hanno reso possibile. Queste "forze senza forma" possono, prima o poi, divenire distruttive per il nostro regno.

Abbiamo sviluppato delle forme involutive: sintomi, paure, angosce, tristezze, pensieri, sensi di colpa; in maggior o minor misura la nostra vita è una passione inutile (come scrisse Sartre) quanto lavoro inutile svolgiamo allora!

Abbiamo zone di noi lasciate nell'abbandono e li non sappiamo sentire, non sappiamo pensare, non sappiamo agire...

Le persone che vivono nel Graal devono lavorare per mantenersi nel Graal, mentre le persone alle quali ciò è stato reso impossibile, devono lavorare per costruire il loro Graal.

A proposito di due delle caratteristiche del Graal:

Ci sono due delle caratteristiche dei sistemi dinamici che desidero sviluppare più a lungo in questo incontro.

La prima è una caratteristica che condividiamo con tutti i sistemi dinamici, mentre la seconda appartiene, nella sua espressione forte, solo agli esseri umani.

1. l'auto-disorganizzazione:

Si tratta della capacità dei sistemi dinamici di auto-disorganizzarsi per poi auto-riorganizzarsi in modi più complessi, evolutivi.

Abbiamo già chiamato questa capacità "i lavori richiesti dal Re per organizzare meglio il regno".

Ervin Laszlo nel suo libro "Evoluzione" sostiene che l'auto-disorganizzazione è la forma con cui i sistemi dinamici si allontanano dalle proprie fasi di equilibrio dinamico per creare nuova energia libera; questa energia in seguito, sarà a disposizione del sistema e verrà organizzata nella successiva fase di equilibrio dinamico.

Cioè, riproponendo quello che abbiamo detto la volta scorsa riguardo ai lavori in casa che mettono per un periodo tutto sottosopra, ora possiamo andare oltre e dire che l'auto-disorganizzazione crea anche nuovi spazi e la casa tutta viene trasformata. In seguito dobbiamo organizzarla di nuovo, includendo lo spazio creato e, in più, dobbiamo sistemare le cose già esistenti in modi diversi perché abbiamo costruito nuove stanze che hanno trasformato l'intera casa.

I periodi di auto-disorganizzazione comportano due questioni particolari.

a. La prima questione è che il sistema diviene strutturalmente fragile, proprio perché disorganizza la sua struttura.

Questa fragilità provvisoria comporta che, in quel dato momento, noi possiamo veramente prendere strade molto, ma molto diverse e alcune molto più evolutive delle altre; questi momenti vengono chiamati "punti di biforcazione" proprio perché variazioni minime dell'esterno possono portarci in una direzione o nell'altra.

Ciò che vorrei sottolineare è che nei momenti nei quali ci allontaniamo dall'equilibrio raggiunto nelle precedenti fasi di equilibrio dinamico, dobbiamo stare particolarmente attenti a ciò che ci succede e a ciò che ci arriva dall'esterno.

Se la crisi, cioè l'auto-disorganizzazione della nostra struttura, viene generata e gestita dall'interno di noi stessi, essa arriverà solo al limite delle nostre possibilità ma non andrà oltre. Le nostre capacità di auto-regolazione ci permetteranno di destrutturarci senza, tuttavia, arrivare a romperci; invece, se le crisi sono provocate dall'esterno, etero- generate, (o se dall'esterno qualcuno interviene sul suo corso), allora possiamo trovarci in serio pericolo di rottura.

Vediamo un esempio, Estela con la sua prima eutonista: durante l'ultima seduta questa dice a Estela che bisogna lavorare con tutto il materiale simbolico depositato nella gamba sana, la sua struttura portante. L'incubo del sogno è una reazione avviata in Estela dalla sua percezione inconscia del pericolo della proposta dell'eutonista.

Il pericolo non risiede nella falsità della proposta poiché è quasi ovvio che nella gamba sana di Estela si trovino un'immensa quantità di contenuti simbolici; il pericolo risiede nel fatto che la proposta viene dall'eutonista e non da Estela: se la proposta di andare a vedere cosa c'è nella gamba sana si fosse generata in Estela, questo vorrebbe dire che lei è in grado di reggere sia la proposta sia ciò che troverà andando a vedere.

Un sistema dinamico si auto-protegge e prima di "mettersi in crisi" e saltare nel vuoto (allontanarsi dall'equilibrio), crea tutte le precauzioni necessarie. Se la crisi viene, invece, generata dall'esterno queste precauzioni del sistema non sono preparate e la persona non è pronta a affrontare la crisi.

Estela avrebbe potuto, se non si stava proteggendo attraverso il monitoraggio dei segnali del regno, compiere un salto nel vuoto senza nessuna struttura che la ricevesse dall'altra parte e, infatti, lei sogna di avere un incidente e perdere la gamba sana, la sua struttura portante.

Alcune crisi della vita sono inevitabili e capitano, come la pallottola vagante che colpì Estela; in queste è necessario che tutta la forza auto-riparatrice si metta al lavoro.

Altre crisi "ci accadono" quando siamo pronti per trasformarci senza romperci. In realtà non ci accadono perchè le generiamo noi stessi ma, poichè provengono dal sistema inconscio a "noi" ci sembra che "ci accadono".

Le crisi generate dall'esterno che si possono evitare sono quelle innescate dai nostri usurpatori che ci disorganizzano seguendo un percorso che è tutto loro e non nostro. Così, non sappiamo perché la prima eutonista di Estela le fece quella proposta in quel momento, ma sappiamo, dall'incubo e dal successivo monitoraggio, che non si generò dai bisogni di Estela ma da quelli dell'eutonista.

b. La seconda questione che riguarda la capacità sistemica di auto-disorganizzazione è che anche questa è inconscia, come tutte le altre caratteristiche sistemiche.

L'auto-disorganizzazione che ci allontana dall'equilibrio molto spesso inizia senza preavviso (infatti, un altro nome dei sistemi dinamici è "sistemi caotici", proprio perché non è prevedibile il momento in cui inizia l'allontanamento dall'equilibrio).

Stiamo bene, o stiamo meglio, e improvisamente stiamo peggio, siamo perturbati, disorganizzati, perdiamo la calma o l'equilibrio raggiunto, ci sentiamo angosciati, fragili, impauriti.

A livello conscio sentiamo l'allontanamento dall'equilibrio raggiunto in precedenza come "qualcosa di terribile che mi sta accadendo". Poiché il sistema conscio ha sempre bisogno di darsi delle spiegazioni su ciò che gli accade e l'allontanamento dall'equilibrio parte e rimane nel sistema inconscio, al di là della coscienza, tali spiegazioni sono sbagliate e negative.

Per esempio, "sto male perché ho un tumore" o "sto diventando pazzo" o "ho una maledizione addosso che mi fa pagare tutti i momenti di tranquillità che vivo o "ho sbagliato tutto", ecc. ecc.

Le fasi di auto-disorganizzazione sono difficili da vivere e, poiché le ragioni che ci diamo della loro esistenza sono sbagliate, in quei momenti possiamo abbandonare una "buona strada" nella ricerca del Graal credendo che si tratti di una strada sbagliata e distruttiva.

Generalmente la crisi, la "perturbazione", la tempesta disorganizzante, passa così all'improvviso come è venuta e da un momento all'altro ci sentiamo meglio.

Siamo sollevati dal fatto di sentirci "non così male", ma non possiamo mettere questo sollievo in collegamento con la tempesta che ci ha turbato fino ad un giorno prima. A livello conscio tutto ci rimane oscuro... staremo meglio, saremo più creativi e forse diremo "ah, questa è la volta buona, ho raggiunto un certo equilibrio".... e così sarà fino alla prossima tempesta...

Anche chi conosce questa caratteristica dei sistemi dinamici, la vive con paura e sconforto, perché all'inizio della tempesta disorganizzativa non può capire se è auto-generata (e perciò auto-protetta) o etero-generata (e perciò a rischio di rottura).

Le cose che si possono fare durante le fasi di allontanamento dall'equilibrio sono: da una parte, accompagnarle cercando come fece Estela di capire se i comportamenti sono disorganizzati o distruttivi. Per esempio, una cosa è uscire di casa lasciando la chiave dentro e un'altra cosa è uscire di casa lasciando la pentola a pressione sul fuoco; una cosa è andare al cinema e stare durante tutto il film pensando che abbiamo lasciato il forno acceso (e sentirci nel panico, senza poter andare via perché abbiamo portato una caterva di bambini) ed un'altra è lasciare veramente il forno acceso; una cosa è prendere la macchina e guidare tanto distratti da perdere la strada del luogo dove intendevamo andare e un'altra è guidare tanto distratti da andare a sbattere contro una macchina; una cosa è dimenticarsi gli occhiali quando andiamo in biblioteca è un'altra cosa è dimenticarsi di andare a prendere nostro figlio a scuola; una cosa è tagliarsi un po' il dito tagliando il pane e un'altra cosa è farci seriamente del male; una cosa è avere un mal di gola e un'altra cosa è che ci venga l'ulcera; una cosa è ricordarci che abbiamo lasciato la borsa in treno e salire a recuperarla all'ultimo momento e un'altra è ricordare questo dopo che il treno è già partito; una cosa è mettere distrattamente nel freezer la lattuga e un'altra è metterci l'orologio che ci ha regalato il nostro partner, ecc. ecc ...

L'altra cosa che si può fare durante le crisi di disorganizzazione è quella di cercare di essere lasciati in pace perché è necessario proteggere il loro corso senza farlo abortire e cercando di evitare le persone che, forse piene di buona volontà, ci consigliano, ci distolgono, ci indicano cosa è meglio per noi, ecc. ecc.

Nei momenti di tempesta disorganizzativa è meglio non prendere delle decisioni e aspettare; tuttavia se è necessario prenderle perché capiamo che è etero-generata, allora risulta imprescindibile registrare, in

seguito, il maggior numero di segnali che provengono dal regno. Estela prese la decisione di interrompere le sedute di eutonia e dopo monitorizzò accuratamente i segnali.

2. La capacità delle esperienze delle passioni e della compassione:

Ora vorrei accennare a un'altra caratteristica sistemica che l'essere umano sviluppa solo se le condizioni relazionali gli offrono dei principi di organizzazione evolutivi.

Credo che non sia specifica degli essere umani, ma che nell'umano abbia raggiunto una importanza sempre più rilevante: si tratta della capacità della compassione.

La vita umana può essere vista come un viaggio nel quale via via diamo delle forme alle nostre forze; ogni disorganizzazione-riorganizzazione della nostra frontiera personale ci permette di accedere e realizzare evolutivamente le nostre passioni.

Per esempio, un bambino di circa tre anni genera il pronome personale "io" per auto-identificarsi mentre prima, come abbiamo visto, usava il suo nome cioè usava il nome con il quale veniva identificato dall'esterno.

Darsi il pronome personale "io" comporta un'organizzazione strutturale di tutti i livelli della frontiera personale: fisico, mentale e sociale. Simultaneamente in questo bambino si genera una potentissima e quasi inarrestabile curiosità verso il mondo.

Il bambino vuole sapere "il perché" di tutto e incomincia a fare una immensa quantità di domande: con le risposte egli si costruisce il mondo nel quale abitare.

Questo momento, particolarmente evidente perché i genitori si trovano a dover rispondere, forse da un giorno all'altro, a decine a diecine di domande, ci mostra chiaramente come l'organizzazione dell'individuo e del suo mondo viaggino insieme: l'io e il mondo si co- costruiscono e co-evolvono insieme.

In quel momento nel bambino (ma succede in tutti i momenti di trasformazione organizzativa della nostra vita), si generano due movimenti simultanei: una chiusura funzionale della propria organizzazione e una apertura verso il mondo, inteso come differente da sé.

Ogni volta che acquisiamo indipendenza organizzativa, la nostra frontiera personale si chiude e proprio per questo si può aprire e collegarsi al mondo.

Collegarsi al mondo non vuole dire essere indifferenziati, come un bambino appena nato che possiede una frontiera personale perlopiù virtuale, non ancora organizzata, anzi, solo quando possiamo essere "io" possiamo vedere e collegarci al "tu".

L'io, come acquisizione del pronome personale per auto-identificarsi, non è soltanto "l'io" conscio, l'eroe della ricerca del Graal, ma è una organizzazione di tutti i livelli, consci ed inconsci, del nostro regno.

L'uso del primo pronome è un segnale portentoso del regno e dice che esso si è organizzato, acquisendo una prima struttura di governo: il Re.

Governare significa proteggere il regno e dare ad ognuno dei suoi abitanti (le componenti del nostro sistema globale) gli strumenti per poter vivere evolutivamente; in altre parole, dare forma alle nostre forze e darci gli strumenti per poter vivere evolutivamente le nostre passioni.

Le passioni sono le energie vitali che, collegate alla "possibilità di suggestione", ci rendono dei cercatori/costruttori di mondi.

Quando un bambino desidera imparare a leggere e a scrivere, sta cercando appassionatamente ancora un'altro mondo da costruire e da abitare.

Lo stesso succede con i partecipanti di questo gruppo, siete venuti a cercare "qualcosa", vi siete appassionati perché avete trovato "qualcosa" (sennò sareste andati via) e avete potuto sostenere lo sforzo e l'impegno di partecipare; attraverso gli incontri state costruendo voi stessi e un'altro mondo in cui abitare.

Julio Cortazar scrisse un romanzo dal titolo "Il giro del giorno in 80 mondi" cambiando il nome di un libro di un'altro Jules "Il giro del mondo in ottanta giorni". Non tutti abbiamo la passione di girare il mondo, ma tutti noi abbiamo la passione di "girare il giorno", cioè di vivere appassionatamente le nostre giornate. Questo significa essere presenti in ogni cosa che facciamo, sia lavorare, sia stare con i nostri figli, sia stare con il nostro partner, con gli amici, vedendo un film, preparando da mangiare, facendo all'amore.

Tutto si può anche fare senza essere lì, senza essere in noi stessi, ma allora viviamo quei momenti nella desolazione dei mondi che compongono il nostro regno.

La possibilità di cercare, trovare e sostenere gli strumenti per dare forma alle nostre passioni -le forze vitali- è collegata all'organizzazione adeguata della nostra frontiera personale.

Se noi non siamo in grado di appassionarci o se non siamo in grado di sostenere le nostre passioni, vuol dire che percepiamo inconsciamente che la nostra frontiera personale non le potrebbe reggere e andrebbe in pezzi.

Come un bicchiere di vetro nel quale versiamo un liquido troppo caldo e il bicchiere si spezza, così per molti di noi le passioni sono "pericolose" perché sono "troppo calde" o perché è troppo difficile sostenerci tesi verso quel dato mondo, mondo nel quale non possiamo abitare perché non abbiamo l'organizzazione adatta per viverci (per esempio, Ernesto che non può vivere nel mondo dei rapporti perché non ha potuto costruire un'organizzazione che gli permetta di essere co-protagonista).

Allora dobbiamo fuggire dalle passioni, da tutte o solo da alcune, o viverle per un'attimo senza però costruire un mondo appassionato ed abitarci? Terribile rinuncia, vivere senza vivere le nostre passioni... e terribile pericolo perché esse andranno acquisendo forme involutive.

Se possiamo invece vivere le nostre passioni con il nostro stile personale e possiamo così sentire i nostri sentimenti, pensare i nostri pensieri e realizzare le nostre azioni, gradualmente la nostra frontiera personale ci renderà possibile anche vivere l'esperienza delle passioni degli altri, cioè, accedere all'esperienza della compassione.

IL modello comunicativo-evolutivo utilizza la parola compassione nell'accezione della filosofia buddista, cioè come un profondo collegamento con il mondo, senza perdere sé stessi e senza cercare che l'altro sia diverso da come è.

L'esperienza della compassione è una apertura particolare al mondo: la nostra frontiera personale non si rompe ma si scioglie e possiamo allora sentire i sentimenti dell'altro, pensare i suoi pensieri e conoscere le sue azioni dalla prospettiva dell'altro, senza tuttavia perdere la nostra.

Nell'esperienza della compassione si crea una prospettiva che non è "né una né due", né dell'io né del tu, ma "dell'interessere", formato da "noi, né uno né due".

Si tratta di una prospettiva che ci trascende grazie alla quale io posso sapere con una conoscenza amorevole e molto accurata ciò che tu senti e pensi e posso accompagnarti con le azioni giuste, così come tu sai cosa sento e penso e mi accompagni con le azioni giuste.

Nelle dispense "Impariamo dai nostri figli ad essere genitori" ho scritto abbastanza a lungo sulle possibili origini di questa capacità umana della compassione che, a mio avviso, solo in questo ultimo secolo si sta trasformando da una capacità straordinaria di alcuni illuminati a una necessità assoluta di tutti noi per divenire umani.

I nostri rapporti con tutti gli esseri viventi hanno bisogno della capacità umana di compassione; i rapporti tra pari hanno bisogno della compassione; il rapporto di coppia poi si trova nella necessità assoluta di includere la compassione come una condizione necessaria del rapporto stesso.

I rapporti che contemplano un protagonista dell'evoluzione e una condizione necessaria hanno assoluto bisogno che quest'ultima possa vivere l'esperienza della compassione perché solo così può lasciare che il protagonista sia il protagonista, senza usurpargli il ruolo e senza intervenire direttamente con i suoi sentimenti e con i suoi pensieri nei processi evolutivi, bensì accompagnandoli amorevolmente.

Vivere le passioni e la compassione è vivere nel Graal, è vivere con un Re vivificato e in un regno fertile, è vivere in sé stessi e in una profonda comunione con gli altri.

Vivere le passioni e la compassione comporta la fine di un cammino millenario dell'umanità e l'inizio di un altro: è la fine della contrapposizione artificiosa io/tu, individuo/ società, uomo/donna, essere umano/altre specie viventi, figlio/genitore...

E' la fine del cammino anche se può essere una lunga, sofferta e combattuta fine. Inoltre non è detto che ci sia reso possibile percorrere il nuovo cammino, ma anche così è la fine dell'etero-organizzazione dell'essere umano, delle ricette omologate per accedere alla salvezza e all'unico Graal. E questo è così perché ogni sistema dinamico è unico, originale, irripetibile e così è anche il suo Graal.

E' l'inizio di una spiritualità nuova, alla quale ognuno di noi potrà arrivare a patto che compia l'impresa eroica di costruirsi il proprio Graal. O che compia l'impresa ugualmente eroica di mantenersi nel proprio Graal senza lasciarsi convincere che ce n'è uno solo, uno che è valido per tutti noi.

Vivere le nostre passioni e vivere la compassione in ogni mondo del nostro giorno facendo "ciò che si sta facendo", così come ha detto Matilde di Estela: "Estela quando parla, parla e quando ascolta, ascolta".

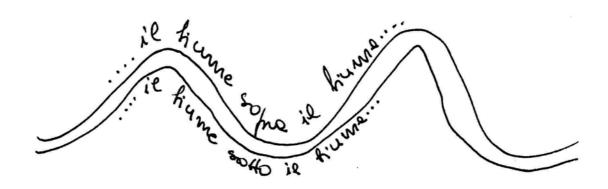
Ascoltare come ascolta Estela è dato dalla sua possibilità di compassione... ed è così bello essere ascoltati così... ci sentiamo amati, accettati, accompagnati, sostenuti.

E' cos' bello ascoltare così: usciamo dal nostro regno senza perderci e possiamo conoscere amorevolmente altri regni, altri mondi e poi tornare al nostro e poi ripartire...

E' così bello parlare come parla Estela che quando parla, parla;

esprime sé stessa, realizza le sue passioni con le forme delle parole; si dona al mondo appartenendo a sé stessa... si dona parlando così come si dona ascoltando.

Decimo incontro "Impariamo a navigare nell'evoluzione personale"



R: relatrice D: domanda

I: intervento dei partecipanti

- D. Nel bambino, fino ad una certa età, le cose vanno bene. Ma a un adolescente, se i genitori gli hanno dato buoni principi di organizzazione, questi basteranno per avere un'adolescenza serena? Oppure possono subentrare dinamiche diverse?
- R. Effettivamente è una buona domanda. Perché l'adolescenza è un momento di forte disorganizzazione. Perciò, se durante l'infanzia è stata fornita una buona frontiera personale, questo è un grossissimo punto di partenza. Tuttavia l'adolescenza è una tempesta.
- D. Anche perché il momento difficile per il ragazzo viene vissuto come momento difficile anche dal genitore. Quindi il genitore ha voglia di intervenire, di aiutarlo e assumerà atteggiamenti che creeranno confusione.
- R. E' un momento di autodisorganizzazione per entrambi: il figlio finisce di essere bambino e il genitore finisce di essere genitore di un bambino. Perciò si richiede una riorganizzazione del rapporto e tuttavia questa può essere una tempesta, ma può non esserlo. L'ex bambino ha una buona nave se ha una buona frontiera personale nella famiglia; e il genitore ha la possibilità di aspettarsi, sia nei riguardi di se stesso che di suo figlio, dei segnali dal regno. Questa è una cosa che non dovete mai dimenticare, perché questo è lo strumento: se uno sbaglia in un atteggiamento con il proprio figlio, vede cosa succede dopo il proprio sbaglio e può rendersi conto se ha davvero sbagliato oppure no. Immediatamente infatti appare dai segnali del regno se l'intervento del genitore è distruttivo. E' un momento di un certo rischio, è un momento in cui uno può prendere una strada inadeguata, ma subito dopo può rientrare.
- D. Il genitore e il ragazzo?
- R. Sì, ma ora stiamo parlando dell'adolescente. Possono manifestarsi dei sintomi molto eclatanti, ma che rientrano molto più rapidamente rispetto agli stessi sintomi che si presentano in un adolescente che già da bambino ha avuto una frontiera personale non evolutiva.
- D. Io volevo un chiarimento sul "buco nero" di Matilde con la madre.
- R. C'è qualcuno che vuole dare un chiarimento?

- I. Vorrei dire che c'è stato un altro riferimento al buco nero nelle fotocopie: era un rapporto che non si poteva non si poteva mettere in discussione.
- I. Non si poteva mettere in discussione da parte del genitore che l'aveva impostato in quel modo? Cioè, nel caso di Matilde che non poteva mai mancare, era la madre che non poteva mettere in discussione il rapporto?
- I. Per Matilde stessa era un rapporto che non si poteva mettere in discussione, quindi insondabile, perché è un campo talmente minato, di cui ha talmente bisogno, che non può nemmeno affrontarlo come un rapporto con pregi e difetti.
- I. Ha a che fare con l'inconscio. Probabilmente è qualcosa nell'inconscio che non viene nemmeno percepito dalla persona.
- I. Oppure una cosa che dà fastidio, che fa paura.
- R. No, non fa paura. Se facesse paura non sarebbe un "buco nero".
- I. E' che proprio non ci si pone la domanda, è impossibile porsela. Matilde mentre ragiona tra sé sulla figlia chiedendosi il perché della sua infelicità, proprio nel momento in cui poteva capire ragioni si ferma, non si pone la domanda essenziale. Questa storia del "buco nero" mi veramente infastidito, perché mi sono chiesta "io quanti buchi neri ho, di cui non posso averne coscienza? Il Modello comunicativo evolutivo mi dà la possibilità di vedere un po' più in là". Come abbiamo detto in un altro incontro, se si lavora sulla frontiera personale si può "incapsulare" il buco nero, farlo diventare una specie di nocciolo che, sostenuto da tutto il resto, non dà fastidio. Come in certi casi di tumore curati con la medicina ayurvedica.
- I Un altro riferimento al "buco nero" è la nostalgia che i personaggi della famiglia di Matilde non riescono a provare.
- Un altro "buco nero" mi sembrava fosse in relazione a quanto diceva Gabriella quando la mamma dice: io porto la bambina dalla nonna, la bambina non è contenta, non ci va volentieri, però fa tanto bene alla mamma, va bene, va bene. In questo lei sta usurpando e insultando la bambina, ma non si accorge di farlo. Questo può essere un buco nero. Lei non si accorge che l'interesse per la madre è più forte di quello per la bambina.
- R E' così. Un filosofo ha detto: so di non sapere. C'è un certo von Foerster che dice che il problema non è sapere di non sapere, ma quando non si sa di non sapere, perché semplicemente si salta. Il buco nero sono quegli argomenti che noi non sappiamo di non sapere.
- E' una zona che noi non vediamo e non sappiamo di non vedere. Anche in campo visivo c'è una zona che noi non vediamo e non sappiamo di non vedere. Possiamo vederla attraverso degli esercizi che ci rivelano questa zona.
- I Ammettiamo che invece Matilde veda il rapporto con la madre. Può essere un rapporto che anche se tu capisci che ti fa male, non puoi troncare così; come ha fatto Estela con l'eutonista: vado via, cambio. Anche la madre qui non è evolutiva. Come fai a rifiutare tutto questo?
- I Se una madre la vedi troppo oppressiva, capisci che ti risucchia, che per lei sei sempre la sua bambina, anche a 45 anni, ma se tu cerchi di tirarti indietro, poi ti viene un senso di colpa. Anch'io con mia madre mi tiro indietro, perché lei continua a dire a me e a mio fratello, alla nostra età, di stare attenti ad attraversare la strada.
- R Io credo che ogni persona può fare quello che dice lei fin dove può in quel momento e, se indietreggia troppo e si sente in colpa, farà un passo avanti. Ognuno può e deve gestire le situazioni entro le sue possibilità. Tuttavia una situazione nella quale uno dice: desidero indietreggiare ma non posso più di questo vuol dire che uno sa e capisce che c'è un problema nel rapporto con la madre; capisce che al momento attuale può risolverlo fino a

questo punto e capisce che deve gestire la distanza in modo tale da non sentirsi in colpa. Allora l'evoluzione vuol dire la possibilità di evolvere entro i vincoli determinati dalle circostanze. Sartre ha detto: "la libertà è il margine di azione che mi lasciano le circostanze". E la circostanza è questa. Se uno ha una mamma invadente, questa è una circostanza. Ho una madre invadente, però se io mi rendo conto che devo allontanarmi finché posso e avvicinarmi quando mi sento in colpa, questo non è un buco nero. Questa è la libertà che mi permettono le circostanze. Uno deve partire dalle circostanze e muoversi con la libertà che gli permettono le circostanze. Ci sono delle situazioni che sono di per sé talmente involutive che bisogna essere come Primo Levi per poter continuare a essere un uomo. Sono pochi come lui ad essere un uomo in un campo di concentramento. Però quello che porta all'involuzione sono i campi di concentramento che abbiamo dentro di noi.

I Anche il rapporto di Raquel col padre era...

R Quello è un rapporto che è una prigione, è mortificante e finché uno non se ne rende conto è in una situazione di involuzione. Se se ne rende conto e non può liberarsi completamente è in una situazione difficile, ma non involutiva.

I Quello che però sarebbe il mio desiderio non è nemmeno quello di tirarmi indietro, quello che vorrei è poter modificare il rapporto. Cosa impossibile perché mia madre ha

75 anni ed è strutturato in quella maniera.

R Facciamo ancora in tempo.

I Allora io vorrei cambiarlo il rapporto, ma non riesco nemmeno ad avvicinarmi.

R Provi e riprovi. E' un alibi la questione dell'età,

I lo ho recuperato il rapporto con mia madre quando aveva 85 anni. Negli ultimi 5 anni di vita qualcosa è cambiato per cui io sono riuscita ad essere dolce e lei è diventata una mamma tenerissima e non lo era stata per tutta la mia vita. Posso dire che possono capitare una serie di circostanze per cui si cambia. Ho cominciato a coccolarla e la cosa mi ha gratificata enormemente.

La mia manifesta troppo affetto, una valanga di attenzioni eccessive. Chiaramente la

gente va in fuga.

I

Di quello che è stato detto è importante che non si deve partire per cambiare un altro, ma se stessi. Credo di aver colto sia nel modello comunicativo-evolutivo che nell'arte marziale che, se si cambia un po' se stessi, anche il rapporto cambia.

I Se invece uno si trova in una dinamica come la mia, in cui mi sono resa conto che mia madre mi scavalcava e io sto solo riappropriandomi di me stessa, lei non lo capisce. Per lei qualsiasi cosa faccio, lo faccio contro di lei. Io sto solo vivendo la mia vita. E' la mia

e non la sua.

I Forse non sei ancora nel momento. Forse stai ancora affrontando la tua frontiera personale e non hai ancora la capacità di metterti in comunicazione, in un rapporto con lei.

I Anche lei (la madre) l'ha vissuto con i suoi genitori, dovrebbe seguire anche lei questo

corso. Io cerco di salvaguardarmi.

I A me succede che quando io sono confusa, i miei cambiamenti non incidono sugli altri, però quando mi si sono chiarite delle cose, riesco a incidere anche sul comportamento degli altri, tipo genitori o persone importanti per me. Riesco ad essere più convincente.

I Ora perché io leggo La Repubblica e lei ha sempre letto La Nazione dice: tu leggi La

Repubblica per farmi un dispetto.

R Quello che abbiamo visto è che una frontiera personale adeguata è una frontiera in grado di automodulare la propria consistenza dal fumo al cristallo, dal cristallo al fumo. Allora

c'è un caso nel quale la situazione era cristallizzata nella distanza e che una serie di circostanze ha permesso che questa cristallizzazione venisse meno e vi siete potute trovare voluttuosamente. Questo è un evento di grande forza evolutiva ed è ugualmente di grande forza evolutiva, anche se è molto più triste, che uno nei confronti di alcune situazioni quello che può fare è acquisire la consistenza del cristallo. Acquisire la consistenza del cristallo vuol dire: io ti faccio passare fin qua e basta. E questo è una della frontiera personale. Perché quando la frontiera personale può muoversi in modo tale da modularsi dal cristallo al fumo, gli altri hanno la percezione che, comunque qui non si gioca e se giochi non ti andrà bene. E questo forma una parte della percezione così come forma una parte della percezione inconscia quando una persona si mette come fumo in una situazione nella quale non è adeguato e ti passano addosso come se fosse un corridoio.

- I Le caratteristiche del Graal sono inconsce. Che vuol dire? Qual è il collegamento?
- R Noi percepiamo molto di più di quello di cui noi siamo consci. Tant'è che un bambino appena nato percepisce grandi e acutissime globalità ed è un bambino che ha una frontiera personale virtuale perciò non ha una organizzazione della percezione e dei sentimenti. Tuttavia un bambino già appena nato è in grado di percepire gli elementi evolutivi e involutivi. Perciò non possiamo parlare di percezioni consce e di percezioni inconsce. Il sistema inconscio può essere utile concepirlo come un qualcosa di molto più vasto di quello che noi possiamo pensare. Alcune componenti sono naturalmente inconsce però provengono dall'esterno. Sono percezioni inconsce. Credo che altre componenti dell'inconscio non provengano dall'esterno. Provengono dalla convivenza ravvicinata con il nostro corpo.
- I Le caratteristiche del Graal, quali l'autocoscienza, l'autoriparazione, l'autodisorganizzazione e l'autoorganizzazione, queste, mi chiedo, che cosa vuol dire che sono inconsce?
- R Quello che noi possiamo vedere e capire sono i prodotti. Se noi vediamo una ciambella col buco, possiamo dedurre che la matrice di quella ciambella è col buco. Dal fornaio io vedo la ciambella, non vedo la matrice; è altrove, ma lo so. Mettiamo che noi siamo un forno. Possiamo vedere i nostri comportamenti: le ciambelle; i miei comportamenti del corpo, i miei comportamenti percettivi, i miei comportamenti affettivi, le mie azioni concrete, i modi nei quali io realizzo questo discorso, mi trovo la metafora della ciambella, organizzo il rapporto con ognuno di voi questo è conscio, di questo mi rendo conto, sono le ciambelle. Tutti questi comportamenti sono prodotti, ciambelle prodotte da matrici. Vedo le ciambelle, non vedo le matrici. Posso dire che le matrici che sono nel laboratorio, sono nell'inconscio. Quello che organizza le ciambelle è nell'inconscio e quello che io vedo sono i comportamenti. L'autoorganizzazione, l'autonomia sono tutte cose che sono nel laboratorio. Io non le vedo; posso vedere cosa producono comportamenti che sono autoorganizzanti e che proteggono il sistema, che lo portano all'evoluzione, che lo portano ad essere autonomo.
- I Si può dire che si capisce un determinato tipo di comportamento soltanto alla fine di una certa situazione. Cioè prima non possiamo pensare o capire come si comporterà; soltanto quando è finito, allora si potrà pensare: si è comportato così perché. All'inizio non possiamo presupporre come si potrà comportare.
- R Senza ciambella non capiamo cosa succede nel laboratorio. I segnali del regno solo le ciambelle.
- I Queste persone, tipo le madri invadenti, che sono quindi usurpatrici, si può dire che non sanno vivere la compassione?

R Certo. La compassione è un punto di arrivo e allo stesso tempo di partenza. Un bambino deve poter vivere le sue passioni. Se il bambino vive le sue passioni, incominciano ad apparire certi momenti in cui forse può capire l'altro, ma non è necessario che sia così. E' meglio che sia così, può darsi che sia così, ma non è necessario che sia così. Tuttavia, per poter vivere le proprie passioni, bisogna aver fatto già anche una disorganizzazione e riorganizzazione dell'adolescenza, nella quale, per poter vivere le passioni bisogna avere gli strumenti per realizzarle. Per poter essere genitori, insegnanti, per operare nel sociale, sarebbe richiesto come requisito necessario la possibilità e di poter vivere le proprie passioni e di vivere la compassione. Perché solo vivendo la compassione si può aver accesso all'esperienza della compassione e si diventa capaci di non togliere il protagonismo a protagonisti esistenziali.

Ora lasciamo le mamme, vediamo Ernesto.

- I lo ho una madre che ha detto queste testuali parole: i figli sono tuoi finché ce l'hai nella pancia, poi non sono più tuoi. Perché lei ha la sensazione che l'abbiamo abbandonata tutti. Io indietreggio, non dico che sono egoista, ma a un certo punto uno si salva come può. Io gliel'ho detto chiaramente che ci può cercare anche lei. Con mio padre le cose sono state diverse. Quando eravamo piccoli non si vedeva mai, usciva la mattina e tornava la sera, ma ora che siamo grandi ci accorgiamo che forse ha saputo avere questo senso di compassione e di condivisione. La madre invece ti fa rimarcare che si è dedicata notte e giorno ai figli. Forse è un cordone ombelicale che va tagliato.
- I E' quello che diceva la dottoressa: frontiera personale come cristallo.
- I Non sono solo le madri. Quel discorso di essere di cristallo e di fumo a seconda della circostanza secondo me è un discorso molto importante perché con la madre il rapporto è coinvolgente, però nella vita di tutti i giorni con persone più o meno importanti c'è questo problema di essere adeguato alla circostanza. Io a volte mi sento inadeguato. Ci sto male. La mia frontiera personale in questo caso non funziona. Quando devi cercare di adeguare la frontiera personale e non ce la fai, uno si trova a subire tutta una serie di situazioni.
- I Volevo parlare dell'inconscio. A me da fastidio questo tipo di rappresentazione dell'inconscio in cui c'è una certa forma, la ciambella. E' come dire che dai comportamenti si risale all'inconscio. Quindi che noi siamo capaci di autoanalizzarci. Ci vedo una linearità che schiaccia tutta la complessità.
- Hai ragione. Ma io difenderò la mia ciambella, anche se questo che ha detto lei è una R cosa fondamentale che doveva essere detta. Perché prendiamo lei (penultimo intervento), quello che lei dice di sé stesso è che a volte dovrebbe essere fumo ed è cristallo; a volte dovrebbe essere cristallo ed è fumo. L'automodulazione della consistenza della frontiera personale è inconscia. Non intendo minimamente dire che bisogna risalire da questa ciambella alla forma. La ricerca del Graal è tutta impostata in un altro modo. Perciò io non so perché lei ha la frontiera personale così e credo che si può trasformare senza... (fine prima facciata). Quello che succede nel laboratorio è misterioso e noi vediamo i segnali del regno. Ho cercato in tutti i modi di trasmettere che noi né seguiamo la linearità ciambella-forma, né andiamo a dire: devo assumere questa forma. Questo va oltre le nostre possibilità. Questo è il punto del Graal. Diciamo: avendo avuto un problema con mia madre, io ho un problema con la mia femminilità. Io posso dire: ho un problema con la femminilità perché ho un problema con mia madre. E allora? Cosa ho cambiato? Cosa ho risolto? L'aver fatto questo collegamento madre-femminilità. L'unica cosa che mi da è aver fatto un collegamento fra due argomenti. Perciò questo è un collegamento neuronale, diciamo, ma non cambia la mia femminilità. Deduco che da lì

deve partire la situazione, ma non lavoro su questo. Quello che io faccio è impostare un lavoro sul mio corpo, sulla mia mente e sul sociale, in modo tale da acquisire quei principi di organizzazione che rendano e creino un campo dinamico di apprendimento. Acquisisco dei principi di organizzazione che si possano collegare dopo, dentro, nel laboratorio del Graal, in modo tale che si formino nuove strutture.

- I E' garantito?
- R Non c'è altra strada. Non esiste un Graal. Ma ogni volta che uno arriva in un momento nel quale funziona come un fiume sopra il fiume e un fiume sotto il fiume, vive nel Graal. Non ho visto una sola persona partire alla ricerca del Graal senza che abbia trovato un Graal.
- I lo ho un problema col collegamento conscio-inconscio. Questi comportamenti sono tutti consapevoli, sono consci: il sostenere il Graal etc.
- R L'io è chi parte e chi sostiene l'impresa, perciò se uno decide di fare una cosa, poi la deve sostenere. Quello che succede grazie alla realizzazione di un'azione, cambia l'organizzazione inconscia. Forma nuove strutture. Uno non si rende conto che si stanno formando. Certamente uno studia il modello comportamentale evolutivo e sa teoricamente che cosa accade, può capire probabilmente quello che è successo.
- I lo una piccola cosa la posso dire? Mi è rimasto sempre un dubbio: il lavoro sul proprio corpo può essere anche un lavoro sulla propria sessualità?
- R Ottima idea.
- I L'ho pensato anch'io vedendo il film "Bella di giorno". La protagonista dando il suo corpo in quel modo, aveva poi riorganizzato la sua vita sessuale col marito. I nuovi principi di organizzazione acquisiti avevano ristrutturato tutto quanto.
- L'esperienza in parallelo da quello che sento emergere è la difficoltà ad accettare il conscio e l'inconscio come esperienza antica. E' la difficoltà di accettare, come diceva qualcuno, ciò che si può cercare nel nostro vecchio e che ciò possa servire. Io ho una esperienza completamente opposta in cui ricercando il rapporto con mia madre, ogni volta che sono riuscito a vedere perché mia madre aveva fatto in un certo modo, mi dicevo: ecco perché sono così possessivo e geloso. Riuscire a collegare mi ha liberato. Per me è stato un passo riuscire a trovare un collegamento: mia madre mi stava usurpando, io usurpavo mia moglie. Questi incontri mi aprono e mi portano ad una condizione completamente diversa che io non conoscevo. Perciò ritengo accettabile sia il metodo di lavorare inconsciamente che quello di farlo consciamente.
- I Dipende da cosa vuoi sapere. A me fa l'effetto contrario. Se io devo sapere l'origine, una spiegazione, io sono distrutta.
- R Lei è distrutta? E allora non ci pensi!

Segue lettura di scritti dei partecipanti al corso e proposta di continuare possibilmente ad incontrarsi il mercoledì, con relativa discussione, in incontri autogestiti.

Dal 15 gennaio, data di inizio dei nostri incontri "Impariamo a navigare nell'evoluzione personale", a oggi 19 marzo diverse cose sono accadute.

Provo ad elencarle, così come mi vengono in mente, a partire da un sogno, sognato proprio la notte del 15 gennaio. Le elenco, ma molto probabilmente si tratta di tanti elementi, appena nati, che già hanno cominciato a lavorare e a circolare "sistemicamente".

Il sogno. Sogno di fermarmi con la macchina in aperta campagna, il terreno è ondulato, faccio per mettere il freno a mano ma scopro che è rotto. Scendo dalla macchina e vedo che i campi intorno a me sono pieni di acqua che affiora da sotto. Un contadino, con dei secchi, toglie l'acqua in eccesso dalle sue terre coltivate.

La famiglia. Dopo appena due o tre settimane dall'inizio degli incontri in via Modigliani 125, c'è una svolta inaspettata nell'atteggiamento di mio marito: è una cosa molto bella, come un improvviso risveglio, scatenato da un piccolo episodio (mentre gli rivolgevo una delle mie tante "critiche", mi sono messa a piangere). Sento di nuovo in lui l'amore che circola, mi parla come da tanto tempo non accadeva...Percepisco che tutto questo ha una relazione con la passione che riesco a trasmettere anche a lui per "il modello comunicativo-evolutivo". Ma qui sono io che stento a rispondere e a sintonizzarmi con la nuova e bella situazione. Questo è un punto aperto...

"Sentire i sentimenti", sono queste le parole che più mi risuonano da quando le ho sentite pronunciare da Maria Gina. "Sentire i sentimenti" mi tocca da vicino, lo sento, ed è lì.

Penso ad Ernesto e alla sua euforia "fuori", che si trasforma in opacità quando è "a casa", con le persone per lui significative. Volevo riscrivere la storia di Ernesto, ma non mi è venuto in mente niente: forse un giorno il suo collega del taxi gli rivelerà qualcosa di molto intimo ed Ernesto comincerà ad avere con lui rapporti non più così convenzionali?

Il gruppo. Il percorso evolutivo del nostro gruppo è la cosa più bella e visibile. Ricordo come appena dieci settimane fa ognuno di noi era come irrigidito nella propria posizione personale. Poi tutto si è come fluidificato. E' come se ci fossimo rapidamente trasformati da tanti punti fermi a punti interrogativi ed esclamativi, intorno ai quali provare a riscrivere la propria vita.

Amelia S.

Mi chiamo Antonella e ho 34 anni e scoprire che posso ancora evolvere è stato stupendo. Aver partecipato l'anno scorso ai dieci incontri itineranti nelle scuole e poi successivamente a questi, è stato come poter finalmente aprire quella porta interna, che restando sempre chiusa mi aveva impedito di vedere cosa c'è veramente in me. L'immagine di avere un regno dentro di sé da governare è giustissima e bellissima. In tutti questi anni mi è sembrato di camminare, anzi vagare, in una foresta, non mia, senza un sentiero segnato, trovandomi a volte in punti così intricati da non sapere più come muovermi e a volte attraversando piacevoli radure, ma sentendomi comunque persa. Ora mi sembra di essere arrivata al margine della foresta ed essere su una collina e poter vedere finalmente un panorama più vasto: il mio regno!

Certo, non è un regno florido e ci sono zone aride, ma ora so di essere re e di dover governare e spero anche di aver capito come "guardare" il mio regno e come "sentirlo".

E' stata un'esperienza bellissima e vorrei tanto che tutti la potessero provare, per evitare di fare tanto lavoro inutile come Raquel e come me.

Sono sposata e ho due bambini, di otto e cinque anni, e di zone di regno da irrigare ne ho abbastanza, ma già dall'anno scorso qualcosa è cambiato.

Provengo dalla tipica famiglia italiana standard della mia generazione: mamma casalinga "la regina della casa" e babbo gran lavoratore, che quando torna a casa "si deve lasciare in pace perché ha lavorato tanto ed è stanco" (a detta sempre della mamma), con fratelli: altre isole, nel senso di esseri isolati, persi in questa madre regina di tutti i regni. Una regina che governava con "NON FARE QUESTO PERCHE" MI FAI SOFFRIRE, MI FAI STAR MALE DI CUORE, NON CAPISCI CHE LO FACCIO PER IL TUO BENE, I MIEI FIGLI SONO BRAVISSIMI PERCHE" NON MI DANNO PREOCCUPAZIONI, SONO SEMPRE A STUDIARE, NON ESCONO MAI...ECC."

Avrei voluto che mi accompagnasse a scuola, "ma dai che ti guardo dalla finestra", avrei voluto che parlasse con le mie maestre, "ma tanto vai bene, che mi devono dire?" avrei voluto fare colazione con lei, ma doveva riposare perché era stanca, ecc.

Principi di organizzazione di tenere in pugno e di lasciar andare che purtroppo mi hanno segnato e segnato anche i miei fratelli. E così forse fino adesso ho lasciato cadere un po' tutto.

Un adulto significativo comunque l'ho avuto: mia zia di Bologna. Ora capisco il mio desiderio di stare lì il più possibile perché, usando il linguaggio del corso, in quei momenti ero la protagonista. Mia zia non ha mai chiesto "hai problemi?", però era lì e io stavo bene e meglio con i suoi figli che con i miei fratelli. Avere una madre di questo tipo (capendo ora che anche lei a sua volta aveva avuto i "suoi genitori") non è semplice anche perché vuole essere ancora la protagonista della nostra vita e dei nostri figli. Ora più che mai, visto che è vedova e mio padre negli anni è stato il suo "limite". Quando si parlava di Matilde che tutti i fine settimana andava, o meglio, doveva andare dalla madre... Ora ho capito tante cose, ma come poterle fare capire anche a lei? Lei che ha dato la vita, si è sacrificata per noi ed è così che la ringraziamo, che la trattiamo, "come se vi avessi fatto qualcosa" visto che se possiamo ce la scarichiamo a vicenda. A volte ho pensato di farla venire qui fra noi, ma ho sempre desistito: primo perché volevo uno spazio mio, senza lei, e secondo, lei sarebbe sempre stata nella parte di chi aveva fatto tutto bene (come se si fosse fatto notare ad Ernesto la sua situazione: come avrebbe risposto? "Ma di chi stai parlando? Non di me!" Penso che non possa essere un rapporto da poter troncare, anche se lo vorrei. Spero quindi che un mio comportamento evolutivo possa limitare i danni in me, nella mia coppia e nei miei figli.

Spero ora di poter diventare una condizione necessaria per i miei figli e per il mio compagno, anche se capisco che il lavoro è tanto e non ci si deve fermare. Il lavoro è tanto anche perché veniamo cresciuti in gabbie del tipo "tanto è il suo carattere, che ci vuoi fare!" oppure "la vita è così, è fatta per soffrire!" oppure "cosa credi di fare, tutti abbiamo problemi!" e vedo che i

genitori non vengono affiancati da adulti significativi in grado veramente di esserlo. Anch'io mi sono lasciata affascinare dalla sirena "carattere", anche perché è molto rassicurante:" se lui è così, è così perché è lui e non dipende da me". Ora capisco dei segnali che le maestre della materna ci lanciavano per degli atteggiamenti del mio bambino più grande, ma non riuscivo a concretizzarli. Poi l'arrivo alle elementari: marchiato di nuovo "tanto è fatto così!". Però sono arrivati anche i rinforzi, le mie "giacche blu", le Dott.sse Meacci e Matas, e non ho più accettato questo e forse l'ho fatto capire anche alle maestre. Durante questi incontri avevo dei momenti di panico, di sentirmi caricare di una responsabilità enorme e non esserne capace: essere una buona condizione necessaria.

E ora come mi sento? Mi sento in cammino, non sto vagando, e quando sono in cucina, cucino; se parlo con gli amici, parlo; se ascolto mio marito, lo ascolto; e mio figlio che non voleva più fare inglese, alla verifica ha scritto tutte le parole dettate e tutte bene.

GRAZIE!

Matilde amerà e ringrazierà a lungo quel puzzo di pollo bruciato che un giorno le permise di arrabbiarsi con se stessa, le fece capire di avere raggiunto il "troppo pieno" e che essere troppo disponibile con gli altri li viziava e non aiutava lei a stare bene, anzi.

Da racconto che insieme abbiamo letto e discusso sappiamo che iniziò con questo "evento" un periodo nuovo nella vita di Matilde.

E' a lei, al suo cammino personale, che ho scelto di dedicare la mia attenzione, è lei che mi ha stimolato, più degli altri personaggi, a scrivere. A lei dedico quanto segue (o forse anche a me?)

Matilde, da quel giorno, comincia a sentirsi diversa e, sentimento in lei pressoché sconosciuto, desidera pensare a se stessa. Tutto questo le appare, fin dall'inizio, tutt'altro che facile e lineare, non tanto per l'organizzazione materiale della giornata, quanto per il modo nuovo con cui lei sente, ora, di vivere le cose che le capitano, momento dopo momento. Scopre ben presto che, nonostante gli impegni di lavoro, la figlia, quel marito che in casa non la aiuta affatto, poteva ricavare del tempo per se'. Continua il corso di nuoto in piscina e propone a Estela di fermarsi, dopo la lezione, a mangiare insieme qualcosa in quel ristorante cinese vicino agli impianti sportivi. Fa questa proposta ad Estela perché con lei sta bene, con naturalezza e non sente il bisogno di chiedersene il perché. Con lei si sente completamente a suo agio e questa le sembra un bel regalo della vita, da prendere al volo ed assaporare con piacere. Con Estela parla, quanto e come vuole e, soprattutto scopre il piacere di ascoltare di interessarsi ad un'altra persona che è cosa ben diversa dall'essere sempre disponibile con tutti, per ascoltare i loro problemi che lei, quasi sempre sentiva lontani, perché non la interessavano né la coinvolgevano le persone portatrici di questi problemi. Si sentiva, con queste persone, solo un grande contenitore, sempre pronto per tutti, ma vuoto ed inutile per lei.

Tenta anche di mangiare meno e, soprattutto, meglio, anche se questo le costa davvero molta fatica. Esce più spesso ed inizia ad andare al cinema con una sua vecchia conoscenza, a cui ha pensato spesso in questo periodo, poi le ha telefonato e si sono incontrate. Perché proprio lei? Perché Marina non la cercava solo quando aveva problemi o nodi da sciogliere ma le telefonava, con regolarità e garbo, proponendole di vedersi, ma lo faceva sempre con semplicità, senza forzarla.

Fecero un abbonamento ad un cineclub che proiettava film di Truffaut e che poi avrebbe organizzato retrospettive monografiche di altri famosi registi. Il loro appuntamento era il martedì dopo cena.

Queste due decisioni (corso di nuoto più cena o, comunque, bella chiaccherata con Estela e il cineclub il martedì) cambiarono la vita di Matilde. La appesantirono sul piano materiale: doveva correre molto di più, preparare cene in anticipo, pulire la casa e stirare i panni il giorno giusto per evitare "ingorghi" di lavoro domestico, ma le giornate le apparivano spesso più luminose, fin dal loro inizio. Sentiva di avere diritto a questi momenti suoi, e la sua unica preoccupazione era di riuscire a viverli con naturalezza e semplicità, con piacere, insomma.

Ed Ernesto? Ernesto non capiva, era turbato dal cambiamento di Matilde. Dopo aver brontolato, qualche sera anche vivacemente, ed avere provato la paura anche fisica di perdere la moglie, questa paura un bel giorno prese la forma di una decisione ed Ernesto chiese a Matilde di passare il sabato successivo, una giornata insieme. Matilde non riceveva un invito così da suo marito almeno da una decina di anni e provò, prima di tutto, tenerezza per il marito "goleador" e poi si sentì impaurita dall'idea di un'intera giornata, loro due soli, senza la TV e le faccende di casa.

Andarono al mare a mangiare pesce fresco in una trattoria all'aperto. Non stettero male, anzi. Ma Matilde sentì che non era rilassata col suo uomo, perché avvertiva che lui le aveva proposto quella giornata insieme solo per non perderla. Non era questo che lei voleva e non era questo

che serviva al loro rapporto. Ci voleva ben altro. Ma lei sentì, in tutta sincerità e con chiarezza, che non era pronta per altri "passi" nei confronti del suo uomo e lui meno di lei.

Ernesto aveva dimostrato, sì, buona volontà, ma dopo i silenzi fra loro si ripresentarono e Matilde per alcuni mesi, stette di nuovo male. Non riuscì a dimagrire ma anche perché stimolata da Estela e da Marina, non mancò mai ai suoi appuntamenti, che diventarono per lei sempre più importanti e le aprirono, piano piano, nuove possibilità di indagine e di scoperta di se stessa.

Ernesto stava di più in casa, ma non riusciva a capire cosa questa donna avesse in mente. Aspettava, dimostrando, per la verità, una pazienza che nessuno avrebbe potuto immaginare in lui. Questa pazienza, però, non aiutava Matilde anzi, a poco a poco, prese ad infastidirla. Lei sentiva disagio e lontananza da quest'uomo. Sentiva di percorrere un cammino tutto suo, solo suo, di averne bisogno, ma che questo percorso l'avrebbe portata ad acuire la distanza da Ernesto.

Decise, con non poca fatica, ma "da sola anche se in compagnia" di parlare con Ernesto e di spiegargli che non era "contro" di lui che aveva fatto le scelte che stavano cambiando la sua vita, ma era per se stessa. E cercò di spiegargli che, se volevano provare a continuare la loro vita in comune, non era la pazienza che serviva, ma un confronto, un dialogo, una ricerca fatta da tutti e due. Sentì, questa volta, di voler provare tutto questo con lui. Lei lo aveva amato, molto tempo prima, ma si ricordava benissimo che questo le era successo. Poi si erano persi, senza quasi accorgersene.

Lascio ora Matilde ed Ernesto ai loro tentativi, alle loro nuove esperienze e non sarò io, con la mia penna, a decidere come finirà fra loro.

Con quanto ho scritto volevo mettere in luce la possibilità che tutti noi, come Matilde e, forse, Ernesto possediamo, possibilità che se bene utilizzata, ci permette di rinascere, di riscoprirci. Troppo spesso, però, questo ci fa paura, addirittura a volte ci procura angoscia. Altre volte non ci poniamo proprio il problema. Parlare, ascoltare, ma farlo davvero, con le persone con cui sentiamo il piacere di farlo. Tenere in piedi i veri rapporti di amicizia e di amore, saper ascoltare e dare, e saper anche ricevere, provare "passione" e "compassione": questo è ciò che rende bella la vita.

A questo hanno contribuito anche i nostri incontri del mercoledì, che si sono inseriti, non casualmente, ma dire con molta "professionalità" nel mio cammino interiore. Molte frasi dette ed osservazioni fatte nei nostri incontri si sono insinuate dentro di me con una facilità che mi ha impressionato, come se già conoscessero la strada per sistemarsi al posto giusto e mi hanno offerto materiale per riflettere e lavorare sulla mia frontiera personale.

Beatrice

Heinrich Zimner scrive nel suo libro The king and the corpse "Il compito reale dei Cavalieri della Tavola Rotonda è adesso davanti a loro", e più avanti "Merlino era un maestro nella storia di finalità" prima nell'unire i Cavalieri nel circolo della Tavola Rotonda, e poi nello sparpagliarli di nuovo all'esterno sul percorso delle loro diverse trasformazioni. Sebbene i cavalieri viaggino sui loro percorsi separati, sono uniti "da un legame comune e i loro percorsi singoli si incontreranno, si incroceranno e interconnetteranno..."

Trascrissi questo brano il giorno dopo quel 7° incontro, quando all'improvviso e contemporaneamente molti di noi se non tutti scoprimmo di appartenere a un gruppo identificabile, e lo scoprimmo con tanto entusiasmo e chiarezza che ci dicemmo di non volere affatto che gli incontri finissero il fatidico 19 marzo (come da programma), ma che potessero continuare in futuro, in questa stessa sede. Molte volte mi è successo di trascrivere frasi estrapolate da ciò che leggevo per un'infinità di motivi, stavolta però sapevo - anche se oscuramente - che non solo stavo trascrivendo ma contemporaneamente iniziavo a scrivere qualcosa che era mio, qualcosa che premeva dentro per venire a galla.

Tutto è diventato chiaro in questi giorni mentre mi accingevo a scrivere un intervento per questo ultimo incontro: mille argomenti mi frullavano nel cervello, ma rimanevano tentativi inutili intrappolati nella penna. I miei due fiumi non scorrevano insieme. Ho deciso allora di rilassarmi per aspettare tranquillamente "i segnali dal Regno": che non si sono fatti attendere molto.

L'altra notte ho fatto un sogno: la scena - una specie di cocktail-party - si svolgeva in uno splendido giardino con il terreno molto mosso in collinette e terrazze su cui sostavano piccoli gruppi di persone. Ogni gruppo sulla sua terrazza, invece di bere e chiacchierare, fa qualcosa: chi dipinge su enormi tele, chi suona e danza, mentre più in basso 6 o 7 persone (il gruppo più numeroso) cerca col movimento del corpo un'armonia fra se' e il resto della scena; più in là alcuni bambini giocano senza far troppo casino, e tre uomini cliccano sul computer molto interessati e assorti. Io (mi vedo dall'alto) sono in un angolo e guardo intorno con un paio di occhiali da sole, nonostante siano le sette di sera e la luce non è accecante. Ad un tratto nella zona della piscina si crea un certo disordine, che si diffonde presto in tutta la scena. Io guardo verso me stessa e mi vedo cercare l'origine di quel disordine: sul viso mi compare un'espressione infastidita e preoccupata. Mi dirigo verso me stessa con gli occhiali, mi ricongiungo a lei e mi tolgo gli occhiali. Guardo verso la piscina e vedo un bimbo di 4 anni, con la sola camiciola, che a malapena nasconde un'enorme erezione. Sento di avere la stessa espressione della me stessa con gli occhiali, mi alzo e mi dirigo verso il bimbo, che ora mi sembra mio figlio. Mi avvicino ancora, mentre tutt'attorno il caos si è fatto intenso, avanzo e....il bimbo non è mio figlio, sorride e l'erezione "mostruosa" è scomparsa...mi rassereno e riporto la mia attenzione sulla scena.

Le persone intorno hanno ripreso a fare: ma tutto è diverso da prima.

In ogni singolo gruppo ora non si lavora soltanto, ma si parla, si riflette, si torna a fare....si parla ancora. Mi accorgo che qualcuno ha una specie di aura colorata che avvolge la sua figura; si stacca dal suo gruppo e si avvicina agli altri e via di seguito: ora tutti hanno la loro aura. Dolcemente sento la mia espressione rasserenarsi e altrettanto dolcemente mi risveglio. Apro gli occhi e dico; "ora so perché la citazione di Zimner riguarda me e il gruppo del

Apro gli occhi e dico; "ora so perché la citazione di Zimner riguarda me e il gruppo del mercoledì idi Via Modigliani 125. Scriverò su tutto questo".

Alla fine di questi 10 incontri dunque io credo che noi possiamo riflettere insieme su questi 3 punti:

1° punto: Merlino è un maestro nella "storia di finalità"

2º punto: I Cavalieri della Tavola Rotonda ora hanno davanti il loro "compito reale"

3° punto: "Il legame" che unisce i Cavalieri; e ancora "i loro percorsi separati, che si

intrecciano, si incrociano, si interconnettono".

Sul Primo Punto posso permettermi di dilungarmi poco, perché la realtà, la verità di questo punto è davanti ai nostri occhi! Dieci mercoledì orsono, ognuno di noi, ognuno seguendo la sua strada è approdato in Via Modigliani 125 Buenos Aires, e ha incontrato una donna speciale. Una donna che - come Mago Merlino - ci ha preso per mano per condurci in una grande avventura personale: l'evoluzione di ognuno di noi. Lei, da vera maestra, ci ha offerto strumenti ideativi e strumenti operativi talmente potenti che ognuno, tornando alla sua vita quotidiana, ha potuto praticare da subito quello che imparava.

Così ognuno di noi, guardando la sua vita da questo nuovo punto di vista - comunicativo/evolutivo - ha potuto elaborare una nuova visione personale e incontro dopo incontro chi prima chi dopo ha potuto dire "Io vedo..." "Io sento che..." "A me è successo..." Fino a quel bellissimo 7º incontro quando - quasi per magia - in questa stanza rotonda si è sentito dire: "Noi siamo..." e ancora "Noi vogliamo continuare ad essere..."

Merlino compiva la sua opera: la scintilla del gruppo era scoccata e i Cavalieri ormai esistevano, non per volontà o investitura di qualcuno, ma per adesione spontanea di ciascuno. La visione personale confluiva nella visione condivisa.

Gli ultimi incontri io li ho vissuti come momenti esaltanti e commoventi; sono certa che è stato così per tutti: al di là dei problemi e delle difficoltà di ognuno, qui dentro abbiamo avuto la possibilità di sperimentare quello speciale potere creativo che si produce in un gruppo che funziona, quell'energia che somiglia all'energia dei superconduttori, il laser, e che è molto più forte della somma delle energie individuali.

Chi andando a sciare, chi ristrutturando casa, chi al cinema e chi in viaggio, chi scrivendo una proposta al computer, abbiamo potuto sperimentare la gioia dell'evoluzione, la gioia di possedere gli strumenti per capire le proprie trasformazioni, la gioia di avere un luogo e un gruppo di persone con cui poter "comunicare" davvero.

"Ma"....arriviamo al 2° punto. "ora i Cavalieri hanno davanti il loro compito reale" la "ricerca del Santo Graal". A me pare di avvertire in me ma anche nel gruppo l'emozione di questa avventura, accompagnata però da un po' di paura. Non solo perché la "Ricerca" è tanto misteriosa quanto faticosa, ma anche perché stasera i nostri incontri "istituzionali" finiscono e l'assenza di Merlino ci preoccupa un po'. Merlino (la dott.ssa Meacci) ci ha insegnato a guardarci come sistemi complessi evolutivi, la cui prima caratteristica è l'autoorganizzazione. Ma anche il nostro gruppo può essere visto come un sistema complesso la cui caratteristica principale è l'autoorganizzazione: è per questo che spontaneamente da qualche settimana molti di noi si chiedono come fare a continuare a vedersi anche dopo la fine del corso. E forse quel bimbo con l'erezione enorme del mio sogno è questo speciale potere creativo che avverto in questo gruppo. Quello che mi chiedo è perché in sogno quella visione mi ha infastidita e preoccupata? Forse perché quell'erezione potente era in mano ad un bambino, stava lì la mostruosità? Stava lì la preoccupazione che probabilmente serpeggia anche tra di noi stasera? Sentiamo che la nostra nuova visione è ancora bambina e non sappiamo bene come accordarci con essa nella vita quotidiana, come farla funzionare. E le nostre vecchie mentalità quanta

forza hanno, e quanto spazio lasceranno alla mentalità comunicativa/evolutiva perché essa fiorisca in nuovi comportamenti e nuove concezioni di noi stessi e delle nostre capacità? Certo la dott.ssa Meacci ci ha offerto strumenti potenti per aiutarci nella "ricerca del Graal" (il lavoro sul corpo, il lavoro sulla mente, il lavoro sul sociale), ma io credo che sia fondamentale che in questa ricerca, che ognuno deve fare da solo, nessuno si senta in solitudine. Dunque provare a incontrarci ancora in questa sede è un tentativo che secondo me va fatto per avere un luogo dove si può andare per confrontarsi, per esprimere i propri dubbi, per "allenarsi" insieme in questa nuova concezione.

E arriviamo al 3° punto della riflessione che vi ho proposto: "il legame che unisce i Cavalieri della Tavola Rotonda, e ancora i loro percorsi che si incrociano, si interconnettono, si incontrano". In questi due prossimi incontri autoorganizzati credo che potremmo approfondire il legame che ci unisce, conoscendoci meglio; e forse potremmo scoprire insieme qual è la strada che ognuno di noi vorrà percorrere nella ricerca del Graal. Una strada collettiva o individuale? "Percorsi separati o comuni": non credo sia questo il punto da discutere stasera, quanto piuttosto se abbiamo voglia di rivederci per collaborare, per "giocare" insieme il gioco del "sistema comunicativo/evolutivo".

Gabriella Argentiero

P.S.

Dal giorno in cui proposi la continuazione degli incontri con la dott.ssa Meacci con incontri autoorganizzati, sono passati due mesi: un gruppo di numero variabile tra le 16 e le 10 persone si è rivisto il mercoledì per 7 volte. Ci rivedremo ancora una volta in giugno e poi ci riaggiorneremo a settembre.

ERNESTO

Ernesto dormiva sul divano quando Matilde rientrò, si svegliò sentendola muovere fra gli oggetti della cucina, ma rimase immobile, come per rimandare l'incontro con lei.

Poco dopo Matilde entrò nella stanza, si sedette vicino a lui sul divano gli chiese se dormiva, la guardò: lei aveva un'aria soddisfatta e qualcosa di diverso, forse una luce di orgoglio era nei suoi occhi, mentre raccontava la sua giornata e l'incontro con Estela in piscina. Ernesto provò un senso di fastidio notando la nuova allegria di sua moglie, un senso di estraneità e una grande sorpresa nel sentirle fare progetti che lo coinvolgevano, avrebbe voluto dirle che era troppo stanco per pensarci, ma finì per annuire senza convinzione, pur di chiudere il discorso.

Da quella sera Matilde non perse occasione di comunicare al marito le nuove esperienze e le scoperte che faceva, superando i suoi silenzi e la sua malcelata indifferenza. Certo uscire insieme da soli, dopo tanto tempo, era piacevole, anche l'interessamento che sua moglie gli dimostrava, chiedendogli della sua giornata e dei suoi amici, era gratificante e nuovo. Matilde parlava spesso di Estela e di quanto fosse stimolante e facile comunicare con lei, di come con lei aveva capito che si può veramente cambiare la propria vita, consapevoli di poterla gestire senza farsi sopraffare dalle difficoltà di tutti i giorni.

Durante quel periodo, Ernesto si scoprì più volte a riflettere su quanto Matilde gli diceva, gli sembrò che lei semplificasse eccessivamente la pesantezza della loro vita; arrivò anche ad invidiarle l'amicizia con Estela; poi un po' alla volta cominciarono i dubbi e le domande sul suo modo di vivere e su quali fossero i suoi bisogni.

Gli sembrò di affacciarsi su un pozzo, ebbe paura delle domande e spesso non trovava risposte, ma aveva la consapevolezza di aver iniziato un percorso, forse faticoso e a tratti doloroso, ma certamente inarrestabile.

Ernesto si sentiva vivo e presente alla sua vita.

Lorita

DEDICATO A RAQUEL E A TUTTI NOI

IL PAESE DELLE SCARPE ROTTE

In un paese lontano, arroccato sulla cima di una montagna, sorgeva un piccolo paese. Era uno dei tanti di quella contea. Ma le strade che vi conducevano brulicavano di visitatori e forestieri arrampicavano fin lassù in un brusio di commerci e di trasporti. Il paese era famoso per la bravura dei suoi artigiani: falegnami, fabbri, cesellatori e tessitori capaci di forgiare le sette meraviglie.

E così quel paese, oltre che nella fama, viveva nella prosperità.

Fra quei bravi artigiani vi era un ciabattino, che, a dire il vero, era molto maldestro nel suo mestiere. Egli avrebbe voluto girare il mondo e fare il marinaio, ma il padre non lo lasciò partire e gli insegnò l'arte del ciabattino.

Chi gli portava le scarpe a riparare, ben presto si ritrovava con le scarpe rotte.

Poiché il nome di quel glorioso paese era difficilissimo da pronunciare, in breve tempo diventò per tutti "il paese delle scarpe rotte".

Questa era la storia che un re diretto a Scottenperapapper raccontava al suo figlioletto, un principino così piccolo che riusciva a pronunciare appena alcune parole.

Prima di entrare in paese la carrozza del re fu assalita dai briganti. Il re cercò invano di proteggere il suo amato principino, che fu rapito e portato lontano.

Il principino, pur essendo molto piccolo, era agile e intraprendente e riuscì a scappare. Nella fuga incontrò due guardie che, vedendolo, gli dissero in tono austero:

"Che cosa ci fa in giro da solo un bambino così piccolo?

Dove sono i tuoi genitori?"

Il bambino cercò di pronunciare il difficile nome del paese dove si stava recando col padre, Scottenperapapper e disse "OTTEAPPE! OTTEAPPE!

Ma nessuno capiva.

Allora si ricordò la storia del ciabattino e, puntando il ditino sulle sue scarpe disse:

"APPE OTTTE! APPE OTTE!"

"Ah, il paese delle scarpe rotte!" dissero le guardie e là ve lo condussero.

Raccontato l'accaduto, ricevettero onori e riconoscimenti. Ma il re, colmo dalla gioia e concitato per aver ritrovato il suo adorato principino, volle mandare anche al ciabattino una lettera di riconoscimento. Chiamò il suo scrivano: "Presto, presto questa lettera deve partire subito!" e dettò:

> "A causa della sua incompetenza il principino è salvo

e io le esprimo la mia riconoscenza".

Lo scrivano, nella fretta, tagliò la testa al testo:

"Il principino è salvo

e io le esprimo la mia riconoscenza".

Il ciabattino ricevette la lettera, la lesse e non capì niente. Ma fu contento lo stesso.

LUCIA C.

Avrei voluto raccontare di Matilde, proseguire il racconto facendole frequentare un corso di autodifesa di 18 ore per tre fine settimana così da spezzare la catena che la portava tutti i week end in campagna dalla mamma. Un corso di autodifesa dove poter iniziare a sviluppare un'attenzione verso tutti quei segnali che rompono una situazione di equilibrio, un'esperienza tramite cui affinare le sensazioni per arrivare col tempo e con l'esercizio a fidarci senza paura, o con la giusta e necessaria paura delle sensazioni senza passarci sopra ritenendole immotivate o illogiche. Ma al di là dell'autodifesa e di tutto ciò che a Matilde avrebbe potuto dare per la propria evoluzione personale, mi sono accorta che era qualcos'altro su cui vorrei chiarirmi attraverso la scrittura. Sono stata all'inizio un po' prevenuta nei confronti di questo corso. Questo perché penso che è difficilissimo parlare e spiegare dei movimenti che avvengono nel profondo di noi stessi. Ho una sorta di prevenzione per la conoscenza analitica e quindi anche per l'analisi e la terapia tradizionale. Trovo che il modello e il metodo dell'apprendimento che ci hanno inculcato fin da piccoli tenda a privilegiare unicamente una conoscenza di tipo "cumulativo" e analitico, sommare dati, informazioni. Quante cose sai!! Sul capire e analizzare i dati si basa il sistema scolastico, più cose si sanno più aumentano le capacità di comprensione, più aumentano le possibilità di realizzazione, di produzione eccetera eccetera. Senza cadere nell'elogio all'ignoranza penso che ci sia un altro tipo di conoscenza che stranamente per puro caso e in maniera superficiale - leggendo l'introduzione di un libro in un bar bevendo all'una di notte una birra - ho scoperto essere stata da Robert Greaves, grande studioso di mitologia, definita conoscenza lunare. Che definizione meravigliosa! La conoscenza lunare è a mio avviso un tipo di conoscenza propria all'esoterismo: la capacità di cogliere la complessità senza operare una semplificazione. Guardare e accogliere, è davvero una maniera diversa di apprendere, difficile da spiegare eppure propria a ognuno di noi soprattutto ai bambini e certamente più femminile che maschile. La luna anche nella tradizione indiana, chandra, è associata all'energia femminile; il suo canale, ida, è intrecciato a quello di natura maschile a cui è associato il sole. Il modello simbolico indiano parla di dualità una unità che non omogeneizza e non gerarchizza ma invita alla libera circolazione. Dualità nella non dualità.

Ecco la conoscenza dovrebbe liberamente circolare nel nostro corpo entrare da ogni poro della nostra pelle attraverso il respiro e farsi sguardo gesto movimento e naturalmente anche pensiero e azione.

Trovo inoltre che per cogliere in questo modo la complessità sia necessario muoversi in una dimensione di vuoto e questo penso sia proprio anche della compassione. Ascoltare presuppone il fare vuoto dentro di noi e il dimenticare di se stessi.

La debolezza della parola è proprio ignorare il silenzio così spesso la debolezza dell'azione è ignorare il vuoto.

Certamente è più facile accumulare informazioni perché in ogni momento possiamo essere sicuri di ciò che sappiamo mentre la conoscenza lunare genera un senso di panico, ciò che sappiamo ha contribuito alla nostra trasformazione e ne siamo ormai totalmente inconsapevole. Così il modello conoscitivo per accumulazione implica un diagramma lineare, i programmi scolastici sono un'esemplificazione, mentre la conoscenza lunare crea uno spostamento, una situazione simile al caos e alla riorganizzazione di cui abbiamo parlato.

Un famoso poeta ha scritto, più o meno, che solo quando i ricordi diventano parte di noi come il sangue che scorre nelle nostre vene, solo quando li abbiamo dimenticati si trasformano in versi questo penso possa valere per tutto ciò che tentiamo di imparare e che per diventare una nostra azione creativa deve essere dimenticato.

Ecco, ma so di non averlo spiegato, perché rifuggo da tutto ciò che porta all'autoanalisi e al tentativo di analizzare gli altri e da quelli che pensano di sapere il perché dei comportamenti. La maggior parte degli avvenimenti sono indicibili e si svolgono in uno spazio in cui la parola non trova posto. Le persone vanno prese come un paesaggio come un tramonto o come un opera d'arte guardi con stupore quello che ti trasmettono senza cercare a tutti i costi un perché, senza per forza analizzare le reazioni, eppure nell'incontro succede qualcosa un'immagine lavora dentro di noi e improvvisamente ci troviamo cambiati. Questo sembra ciò che preme a ognuno: cambiare in meglio, migliorare essere felici, vivere in sintonia con noi stessi e non stranieri in terra straniera. Ma la mente spesso è pesante e frena continuamente, analizza, valuta, pondera ignorando ciò che la totalità del nostro essere sente e così stabilisce con le sue leggi che regnano sovrane cosa è meglio per noi, e lentamente o improvvisamente diventiamo stranieri senza sapere il perché. Per fortuna un corso di autodifesa, una iniziativa del quartiere 4, l'incontro con l'amore - quale occasione migliore per entrare in contatto con il nostro cuore e rinnovarci - possono riequilibrare lo spazio del sole e della luna e naturalmente portarci alla ricerca del Graal che mai troveremo ma sul cui sentiero non saremo più stranieri.

Marcella

"Leggendo... leggersi. Scrivendo... scriversi". "Un fiume sopra l'altro". "O si evolve o s'involve". Queste parole, ascoltate più volte durante gli incontri in Via Modigliani, del Mercoledì e del Giovedì, mi hanno fatto pensare, mi hanno aiutato.

Dopo ogni incontro tornavo a casa con qualche nuovo argomento, letto da un'angolazione diversa, parlandone poi a cena, tutti insieme. Mia moglie voleva sapere, mia figlia ventenne si appropriava delle dispense per leggerle insieme al suo ragazzo.

Con mio figlio di 9 anni, ad esempio, mi sono accorto che non sempre avevo rispettato il suo ambito; ne ho discusso con lui, ho cambiato il mio comportamento. Guardandolo con maggiore attenzione ho individuato alcuni suoi atteggiamenti d'eccessivo timore di sbagliare, eccessivo timore di far tardi a scuola, e questo mi ha spinto a ricercare in me, in noi della famiglia, quei PRINCIPI DI ORGANIZZAZIONE dai quali lui può aver tratto i suoi.

Sono emersi nuovi interessanti concetti per i rapporti con i figli: :

- di dover essere condizione necessaria per l'evoluzione di ciascun figlio; di doverne rispettare l'ambito; di come è bene che ciascuno si AUTORGANIZZI, ad esempio la cartella, la camera, il proprio tempo libero, il proprio modo di vestire, affinché possa EVOLVERE, crescere in autonomia, non dipendente.
- che, per evolvere, loro debbono poter essere PROTAGONISTI, in un ruolo che vede me genitore soltanto come CONDIZIONE ESSENZIALE per la sua evoluzione (altrimenti sarei un PROTAGONISTA USURPATORE),

Dopo averne parlato anche con mia moglie, ho compreso quanto sia importante poter essere prima ambedue CO-PROTAGONISTI nell'ambito della coppia, per poi divenire ciascuno condizione necessaria per l'evoluzione dell'altro. Devo ammettere che nei primi anni di matrimonio esistevo soltanto io, proprio come unico ed assoluto PROTAGONISTA usurpatore. A quel tempo, un po' come ERNESTO (nominato nelle dispense), non ero capace di essere co-protagonista non avevo l'organizzazione adeguata per comprenderlo. E mia moglie stava male, oserei dire, moriva dentro, senza che riuscissimo a comprenderne il motivo.

Qualsiasi sua richiesta di evolvere, (ad esempio iscriversi ad un corso di cucito), veniva letta da me come un tradimento, come un togliere tempo ai due figli di pochi anni che già avevamo.

Lei ha continuato a lottare, ce l'ha fatta, è riuscita ad evolvere, solo che a quel punto chi si sentiva morire dentro ero io. Ora a distanza di tempo la rilettura degli errori, nati da principi di organizzazione errati, passati in gran parte, in buona fede, dai genitori, è facile, ma allora non avevamo strumenti. Adesso, dopo quei momenti molto difficili, siamo ambedue ben più vivi di un tempo. Siamo anche molto più consapevoli dei nostri limiti e dei nostri piccoli o grandi difetti.

E' stato parlato di come si possa riuscire a superare i limiti imposti dalla nostra frontiera personale, provando ad espanderla su tre fronti: sul fronte FISICO, sul fronte dello STUDIO e sul fronte dell'IMPEGNO NEL SOCIALE. L'ho riscontrato valido leggendolo nel comportamento di una persona a me cara che , vedova da 2 anni , con relativa depressione generalizzata (pianto non consolabile ecc.), è riuscita in buona parte a ritornare ad EVOLVERE, ed a tornare a vivere un po' meglio, da quando ha fatto uno sforzo nel fisico (iniziando palestra per anziani), nello studio (colloqui e studio della Bibbia), nel sociale (due giorni la settimana collabora col Gruppo Età d'argento, ricamando e cucendo oggetti che poi verranno venduti a pro di una Missione del Brasile).

Non è stata cosa da poco il poter portare in casa, a cena, tali nuovi concetti, di fronte a tutti, col televisore spento, ogniqualvolta c'era stato un incontro presso il Centro di Via Modigliani. Positivo anche la complementarità degli argomenti trattati, ambedue necessari, complementari proprio perché mentre con la Dott.ssa Meacci mi accorgevo di dover ancora LEGGERE dentro di me e dentro il mio rapporto di coppia, con la Dott.ssa Matas noi genitori venivamo spinti a rivedere i nostri comportamenti con i figli .

Mi ha sorpreso, tra l'altro, la partecipazione attiva di molti intervenuti, capace di creare quello che, credo si chiami, Gruppo di AUTO-AIUTO.

Mi sento di dover dire un grazie di cuore a tutti coloro che hanno collaborato per far si che esistessero quelle CONDIZIONI NECESSARIE affinché noi intervenuti potessimo essere i PROTAGONISTI di questi incontri. Oggi noi sicuramente più evoluti di ieri.

Tutto ciò mi ha spinto a CERCARE un modo che permettesse, a chi ne fosse interessato, di continuare ad incontrarsi per TROVARE qui, negli stessi locali, le condizioni necessarie per rileggersi e SOSTENERE quei principi acquisiti, in attesa di poter riprendere quanto prima un confronto diretto con le Dott.sse sopra menzionate.

Mi appassiona proprio, e mi fa ben sperare, l'idea che non smetteremo mai di evolvere, se poco poco ci impegniamo, e questo fino alla morte. Ci voglio provare.

M. & L.

A pochi giorni dal termine del corso "Impariamo a navigare nell'evoluzione personale" un'amica carissima ha chiesto la mia disponibilità ad assistere il fratello sofferente di una malattia neurologica cronica molto invalidante che non può essere lasciato mai solo. Egli vive con i genitori ed attualmente il padre è assente per problemi di salute. La madre, affaticata da anni di cure al figlio ed al marito affetto da una malattia cronica, ha bisogno di compagnia e di aiuto per scaricare il peso della situazione qualche ora al giorno.

Ho accettato più per affetto che per convinzione. Dopo poco ho intuito che stavo addentrandomi in un percorso a ostacoli che mi avrebbe offerto emozioni fortissime e portato a dilatare la coscienza su tutti i fronti della vita.

Martedì 8 aprile 1997 ore 16:00

Scorrono le ore, siedo tranquilla, leggo, poi la voce che parla a se stessa mi scuote, getto lo sguardo dalla fessura della porta alla figura seduta nell'angolo: la calma che mi avvolgeva è sconvolta da fantasie inarrestabili. Dov'è la sua anima, ha desideri, bisogno e come e dove li contiene? Come poter divenire un suo fiume di sotto nello spazio temporale in cui sono presente, come lasciargli un messaggio che si prolunghi nell'assenza? La madre riposa senza l'attenzione che da anni non depone. Provo sensazioni che interrompono di nuovo la lettura e sono a scriverne, a fermarle. Chissà che lui, osservando un'attività diversa in una persona che entra a far parte del suo quotidiano, possa esprimere curiosità, interesse. Questa casa è lo spazio di tragedie lontane dove la follia ha colpito chiudendo uno in una stanza e l'altro in una bara di vetro. Per me potrebbe divenire la palestra in cui fortificare volontà e costanza, acuire l'attenzione, mortificare il protagonismo. Solo ascoltando con i sensi all'erta, facendo il vuoto in me potrò accogliere e sostenere queste vite che gridano senza parole disperazioni e bisogni. Questo impegno costante che sconvolge i miei ritmi, irride all'idiosincrasia per i legami, scaturisce come una luce-guida in un tempo della mia vita fecondo di idee, proiettato nel futuro, rapido ai cambiamenti, a cui anelavo pur temendolo. Questo cerchio di amore e sorellanza sembra un immaginifico fiume a tre: è forse il modello extra-large del sistema comunicativo-evolutivo invocato? Potrò rendere possibile l'evoluzione di vite inesorabilmente bloccate? Fantastico di miraggi su sabbia di speranze; bisogna costruire su progetti suffragati da segnali positivi.

Mercoledì 9 aprile ore 16:00

Corrono fra noi parole, è ricerca del piano su cui incontrarsi: due madri con gioie, delusioni e ferite, due figlie ormai sole che guardano ai loro vecchi con occhi adulti e cuore pacificato, una donna più giovane che porge all'altra le proprie riflessioni per condividere un'evoluzione offertale da circostanze diverse più favorevoli. E' come illuminare aspetti della vita, dei rapporti, delle persone che ci stanno vicino con un faro che escludendo nel buio particolari ininfluenti, porti ad una luce intensa il senso profondo delle cose. Squilla il telefono, lui risponde, poche lunghe frasi con voce comprensibile, poi mi chiama affettuosamente Simo. Lo guardo negli occhi che mi sorridono e lo ringrazio. Di nuovo silenzio, la madre esce ed io riprendo la penna: è come lo chiamassi chiamandomi, scrivessi a lui scrivendomi, lo tenessi per mano guidando me stessa. Sento scorrere i nostri due fiumi, non ho più timore, provo pace e disponibilità. Queste ore trascorse senza fretta, piene solo dell'attenzione per creature affamate di amore illuminano la mia vita. La parte di me più nascosta, stressata dall'altra che mi spinge a vivere sempre al diapason ha la possibilità di distendersi come petali di un fiore che ama una posizione riparata ed è collocato al sole cocente e a raffiche di vento. Mi sento in un cerchio con tutti quelli che amo e che mi proteggono in questa avventura non casuale. Sapere di incontrare fra poco tutti voi del gruppo è motivo di gioia.

Domenica 18 maggio ore 6:00

E' trascorso più di un mese dall'inizio del mio viaggio. Ho riempito fogli e fogli di pensieri, mente ed anima di sentimenti. Ho provato felicità, sgomento, paura, trovando in me capacità sconosciute e debolezze che altri hanno contenuto con affetto e disponibilità. Le ricadute sono dolorose ma non sono sola.

Simonetta R.