
Educare. Consigli per l'uso

Autore: Elena Cardinali

Fonte: Città Nuova editrice

Come accompagnare nella crescita i nostri figli senza stress e ansie? È la domanda che tanti genitori rivolgono allo psicologo Pasquale Ionata. La sua risposta, sorprendente, nel libro *Accogli ciò che è. Quando la realtà diventa terapia* (Città Nuova, 2019).

riguarda il modo di evitare errori educativi, cioè come educare serenamente i propri figli senza ansie e preoccupazioni. Faccio una premessa: tutti i genitori non dovrebbero mai dimenticare che i propri figli sono nati in un'epoca diversa dalla loro, e quindi, tra le righe, suggerisco loro di accettare la varietà e quindi le novità che l'epoca dei propri figli presenta rispetto alla propria. Dopodiché consiglio a tutti i genitori di incorniciare in casa propria una poesia del poeta libanese Kahlil Gibran e meditarla continuamente insieme. [...] «I vostri figli non sono figli vostri. Sono i figli e le figlie del desiderio che la vita ha di se stessa. Essi non provengono da voi, ma attraverso di voi. E sebbene stiano con voi, non vi appartengono. Potete dar loro tutto il vostro amore, ma non i vostri pensieri. Perché essi hanno i propri pensieri. Potete offrire dimora ai loro corpi, ma non alle loro anime. Perché le loro anime abitano la casa del domani, che voi non potete visitare, neppure nei vostri sogni. Potete sforzarvi di essere simili a loro, ma non cercare di renderli simili a voi. Perché la vita non torna indietro e non si ferma a ieri. Voi siete gli archi dai quali i vostri figli, come frecce viventi, sono scoccati. L'Arciere vede il bersaglio sul percorso dell'infinito, e con la Sua forza vi piega affinché le Sue frecce vadano veloci e lontane. Lasciatevi piegare con gioia dalla mano dell'Arciere. Poiché così come ama la freccia che scocca, così Egli ama anche l'arco che sta saldo» Insomma, i nostri figli non sono nostri, bensì figli della vita, e il vero problema in psicologia non è tanto il figlio che deve crescere, emancipandosi dai genitori nel taglio del cordone ombelicale, ma semmai è l'emancipazione dei genitori dai figli. Il destino di tutti i genitori è quello di perdere i figli, capita soltanto che quando sono ancora piccoli ci si convince che questo destino si possa rimandare, mentre quando sono cresciuti e si è "costretti" a perderli, spesso è troppo tardi e non si è pronti. [...] Tutti i genitori più o meno intuiscono la differenza tra l'"occuparsi" e il "preoccuparsi", e dunque colgo l'occasione per dire qualcosa che potrebbe suonare un po' controcorrente: trascurare il proprio benessere di genitore per quello dei figli significa lasciare loro una pessima eredità, un'orribile impressione del passato. Mi spiego meglio. Se come genitore ti torturi per realizzare qualcosa per i figli, trasmetti loro l'immagine di una vita traboccante di tormenti. Se ti prepari sempre per la felicità dei tuoi figli non saprai prenderti cura della tua, e i tuoi figli non impareranno a prendersi cura della propria. A loro volta potrebbero andare avanti sulla medesima strada e preparare la felicità dei tuoi nipoti, e i nipoti quella dei tuoi pronipoti, e così la felicità finirà sempre per spostarsi da qualche altra parte nel futuro[...] Ogni generazione cade nella medesima trappola. Ci mettiamo tutti in croce per consentire ai figli di agguantare il miraggio, ma i figli crescono e si comportano da sciocchi proprio come noi. Sono vittime dello stesso insegnamento malefico. Un modesto consiglio che do ai genitori è dunque di cercare di raggiungere la felicità qui e ora, per loro stessi. [...] Se i genitori si dimostrano capaci di assolvere questo compito, lo saranno anche i figli. Non perseguiranno la felicità dei nipoti, ma faranno quanto è necessario per godere un po' di felicità (il giusto) in prima persona. Perciò, invece di dire: "Lo faccio per i miei figli, potrà compiersi in avvenire", cercate di farlo per voi stessi, qui e ora. A questo punto, vedrete se le vostre aspirazioni sono realistiche oppure no. Se rimandate per i vostri figli, lascerete in sospeso qualcosa che non avete osato realizzare. Chissà, forse non eravate pronti per attuarlo. O magari, se ci aveste provato, avreste potuto scoprire che si trattava di una chimera, o comunque di un progetto insensato. Al contrario, se vi proiettate nel futuro, trasmetterete ai vostri figli meno di niente, solo un cattivo esempio. In finale, ecco un consiglio passionato che mi sento di dare a tutti i genitori, ed è quello di sviluppare una capacità psicologica

alquanto rara: si tratta di essere meno timorosi nel dare o ricevere sentimenti positivi, perché solo così è possibile diventare più capaci di apprezzare e accettare le persone in generale. Spesso infatti, con i nostri figli, amiamo per controllare, anziché per il fatto di apprezzare o semplicemente di accettare, di accogliere, di lasciar essere. Da "[Accogli ciò che è. Quando la realtà diventa terapia](#)" di Pasquale Ionata, pagg. 144 prezzo: € 13,00