

---

# I rituali

**Autore:** Ezio Aceti

**Fonte:** Città Nuova

**«Mio figlio, prima di addormentarsi vuol sempre fare le stesse cose, così anche quando si sveglia. Perché?».**

## **Annalisa – Genova**

Il sonno rappresenta per il bambino un'esperienza molto particolare in quanto per dormire occorre "separarsi da sé", dalla coscienza di sé, per entrare in un mondo sconosciuto, pieno di cose nuove, strane, ove il tempo e lo spazio sono completamente differenti e ribaltati.

Durante il sonno poi, possono avvenire molte cose, come il sognare, cioè il rappresentarsi scene che non si comprendono, personaggi che ci possono fare paura, vissuti che vengono completamente modificati.

Del resto, il sogno ci accompagna tutta la vita e per la maggior parte delle volte, non riusciamo a ricordare e soprattutto a comprendere il significato dell'evento rappresentato. Ciò naturalmente può procurare ansia e preoccupazione e, soprattutto quando si è piccoli, uno stato di agitazione particolare.

Anche il risveglio presenta le sue difficoltà, perché il bambino deve abbandonare lo stato di "incoscienza" del sonno per entrare nella realtà razionale del giorno e tutto questo determina emozione, stranezze, curiosità, piccole o grandi paure. Ecco che allora compare il rito, il rituale, cioè il ripetere continuamente le stesse cose per poter riprendere in mano noi stessi.

È per questo motivo che i bambini prima di addormentarsi vogliono fare le stesse cose, per poter poi lasciarsi andare verso il mondo sconosciuto del sonno. Come pure al risveglio vogliono le stesse cose: le coccole, la colazione, il lavarsi.

Queste azioni, che sembrano banali, sono invece estremamente importanti per aiutarci ad affrontare la giornata. Certo, se tutto si svolge con attenzione e amore, allora la vita risulta essere semplice, bella, ripetitiva, ma per niente monotona, perché accompagnata dalla sicurezza delle persone che ci amano e rispettano i nostri rituali.

[acetiezio@iol.it](mailto:acetiezio@iol.it)