

Prefazione

di Andrea Spini

Il testo di Renato Palma, dal titolo *I sì che aiutano a crescere* si configura come un saggio-pamphlet estremamente interessante, sia per il tema affrontato che per le modalità espressive adottate.

Sulla base di una lunga esperienza professionale di psicoterapeuta, Palma, infatti, nelle sue pagine propone un diverso modello teorico della relazione intergenerazionale che, da più punti di vista, può suscitare interesse in tipologie di pubblico estremamente differenziato.

Attraverso un percorso che si snoda per approfondimenti successivi, il testo di Palma rimette in discussione, attraverso l'iniziale figura del Padre, il sapere-potere che agisce nei diversi sistemi relazionali (da quello parentale a quello delle istituzioni educative), per approdare ad una proposta di "via affettuosa per la soluzione dei problemi di relazione con se stesso e con gli altri".

Che non è – come facilmente, ma altrettanto superficialmente, si potrebbe essere tentati di interpretare – una ennesima riproposizione di caramelloso "supplementi d'anima", ma, al contrario, una originale proposta per uscire dalle secche di una malintesa educazione che, come scrive, sembra avere come scopo ultimo "negare tutto ciò che sta in penombra e che ha le caratteristiche minime del segnale: l'appetito deve diventare fame, il fastidio dolore, la stanchezza fatica e così via.

In questa penombra, che la mente educata vuole ridurre a dimensioni sempre più ridotte, stanno anche tutti i tentativi negati, i desideri trascurati, le possibilità, i segnali che potrebbero stimolare un cambiamento positivo; soprattutto sta quell'"io" che non ha potuto provare a crescere liberamente" (p. 132).

Da qui, un lucido lavoro di destrutturazione delle "ragioni" che continuano a fondare pratiche di vita confitte nella sofferenza e nel dolore, mostrandone l'insensatezza.

Costruito lavorando su registri diversi – la rilettura del famoso

“caso del piccolo Hans”, la reinterpretazione della figura di Edipo e di Antigone, la riflessione sull’esperienza terapeutica – il saggio si articola come un processo in cui i diversi capitoli costituiscono altrettante “stazioni” di un viaggio affascinante il cui esito è un invito per ognuno di noi a ri-diventare “un viaggiatore curioso, abituato a visitare sempre nuovi posti e a conoscere nuove usanze e credenze, farsi dell’universo e della vita un’idea dalla quale gli dèi, e il loro potere, possono essere lasciati fuori”, o, se preferiamo, un “uomo, che non è più né figlio né padre, ma compagno di viaggio”, capace di conservare “la possibilità di fidarsi di ciò che pensa e sente”, perché nei suoi occhi è tornata “a brillare la stessa luce di quando tutto gli appariva nuovo e interessante”.

Rubando l’espressione a Peter Berger, il saggio di Palma può essere definito un raro esempio di “realismo utopico”, per il quale non ci sono mondi altri, ma la possibilità di guardare e agire diversamente *questo* mondo.

Come, infatti, scrive nelle conclusioni: “Non sostengo che un padre buono, tollerante, ben disposto, amante della propria libertà, innamorato della propria vita, sempre dalla parte dei propri figli, pronto a sostenerli, ad amarli, capace di operare scelte semplici, comprensibili, disponibile a mostrarsi sempre per quello è, sia la soluzione di tutti i problemi che ci travagliano.

Si tratta solo di un vantaggio, di un buon inizio.

Da qui comincia l’avventura, la ricerca della possibilità”.

Premessa

I genitori avevano deciso di comune accordo di allevare il loro bambino senza sottoporlo ad una costrizione maggiore di quanto fosse assolutamente necessario per fargli mantenere una buona condotta¹.

Molto spesso chi soffre sostiene di aver fatto tutto il possibile per riprendere il controllo sul proprio corpo, sulle proprie sgradevoli emozioni. Ma tutti i tentativi hanno lasciato ancora più cocente la sensazione di frustrazione e di sfiducia in se stessi. Per questo, avendo verificato la propria inadeguatezza, decide di ricorrere all'aiuto di un professionista, che gli dica come fare a tornare "normale".

È disponibile a tutto, in quella che immagina come una lotta senza quartiere, per ricondurre alla ragione ciò che lo disturba.

La sensazione che ha più chiara è quella di lottare contro qualcosa più forte di lui.

Il suo avversario si può chiamare genitore, società, realtà, coscienza, inconscio, malattia o in molti altri modi: è comunque un'entità dotata di un potere superiore al suo.

Chi soffre ha la sensazione di non essere più padrone in casa sua.

Date queste premesse, la cura dovrebbe diventare il luogo nel quale ci si occupa della libertà e del rapporto che ognuno di noi ha con il potere, con la forza, e con la paura che il potere e la forza sanno incutere per limitare le possibilità di cambiamento.

La nostra memoria di quando eravamo bambini e adolescenti può chiarire quanto sostengo: quello che allora ci sembrava la risposta ai nostri bisogni di autonomia, equilibrio e serenità, frutto

¹ FREUD, 1976, p. 14.

di una naturale capacità a mantenere l'armonia interiore, si scontrava con le regole dell'autorità a cui eravamo sottoposti, che non si fidava della nostra ricerca, e quindi negava il consenso e il sostegno a provare.

Da adulti, quindi, siamo condizionati dall'idea che occorre tenere testa a qualunque tentativo di vivere nuove esperienze, che consideriamo la causa, non il rimedio, del disturbo di cui soffriamo.

Il disagio che avvertiamo è la conseguenza di un modo errato di affrontare l'esistenza e non il prodotto di un'incapacità individuale. Fa parte della nostra cultura, della nostra memoria, della nostra educazione. Pertanto è sanabile.

Sono certo che bambini allevati alla fiducia in se stessi potrebbero, da adulti, considerare la vita con occhi completamente diversi, affrontare tutto con maggiore serenità; non avendo, soprattutto, l'impressione di essere sottoposti a un potere caparbio, capriccioso, arbitrario, alle cui prepotenze è necessario rassegnarsi.

Il potere produce sofferenza, garantisce solo il rispetto delle regole, impedisce la loro discussione. Il loro cambiamento può nascere solo in un modello basato sulla cooperazione.

L'adulto, il padre, sta in relazione secondo modelli di cui non riconosce di essere responsabile. In questo modo obbliga il proprio figlio al sacrificio, all'infelicità, la stessa a cui ha adattato se stesso. Lo confermano le storie di Prometeo, Edipo, il piccolo Hans di Freud, Antigone, per fare solo alcuni esempi.

Di fronte al dolore di individui che non riescono a vivere, la terapia non rappresenta una risposta adeguata. Infatti sceglie di ricondurre alla ragione il figlio, inteso come la parte che non ha potere, e di mettere a tacere le sue richieste. In questo modo non lo cura, ma elimina il fastidio che chi soffre crea intorno a sé. Per ottenere questo risultato non rinuncia al potere della forza e della paura.

Il modo di concepire la vita, che pone alla base della costruzione dei rapporti interpersonali l'uso dell'autorità e del potere, fa parte di un modello antico quanto il mondo, attraverso il quale siamo dovuti passare tutti e che proprio per questo difficilmente viene ridiscusso.

L'idea che ognuno costruisce di sé non è legata al patrimonio genetico o al carattere, ma nasce e si struttura sui rapporti interpersonali.

In questo la terapia, che nasce nel momento in cui dovrebbe essere evidente che il sistema "normale" di rapporti interpersonali

non funziona, non mostra aspetti originali. Non diventa un'occasione di riflessione sulle regole che governano le relazioni. Non coglie l'opportunità di differenziarsi dal modello educativo, nel quale l'adulto presume di trovarsi di fronte a un individuo che ha minori capacità, e dunque minore libertà di lui. Così la terapia riduce le sue potenzialità innovative. Diventa solo l'incontro tra chi è sicuro di sapere (il terapeuta) e chi, per essere aiutato, deve adattarsi alle sue regole dopo aver accettato il ruolo di chi non sa.

Il paziente, avendo esaurito le sue risorse di potere su se stesso e la capacità di tenere sotto controllo i propri bisogni, non vede alternativa. Vuole che il medico faccia funzionare di nuovo quei meccanismi di controllo, che nella malattia hanno mostrato segni di cedimento.

Questo atteggiamento dipende dal fatto che per una parte lunghissima della nostra esistenza noi abbiamo potuto essere solo ciò che ci veniva consentito di essere. Questo ci ha fatto perdere l'amore per la ricerca di alternative, la fiducia nel nostro senso della possibilità, che ci permette di adattare e modificare il contesto alle nostre necessità. Tentare di recuperare queste doti da adulti è certamente più costoso che facilitare il loro sviluppo fin dall'inizio.

Questo dispendio di potenzialità riguarda, in modo quantitativamente e qualitativamente variabile, tutti. Fa parte, infatti, di un modello di apprendimento basato sull'uso della forza che rende difficile essere se stessi, senza pagare un prezzo elevato in termini di armonia interiore.

Quando un individuo è libero e riconosce di essere l'unico responsabile della costruzione della sua vita, può rifiutare le abitudini, i modi di pensare e di fare che generano sofferenza. Può disperdere le consuetudini che lo soffocano. Può ridiscutere, invece che subirle, regole e istituzioni che non gli garantiscono un'esistenza senza conflitti. *Può cambiare.*

Può, come un viaggiatore curioso, abituato a visitare sempre nuovi posti e a conoscere nuove usanze e credenze, farsi dell'universo e della vita un'idea dalla quale gli dèi, e il loro potere, possono essere lasciati fuori.

Questo uomo, che non è più né figlio né padre, ma compagno di viaggio, conserva la possibilità di fidarsi di ciò che pensa e sente.

Nei suoi occhi torna a brillare la stessa luce di quando tutto gli appariva nuovo e interessante.

Quella luce non deve più essere spenta da nessun padre.

