

## Salti di gioia

della dott. Simona Colpani, psicomotricista e ideatrice con Giulia Cremaschi del modello della Risonanza corporea all'interno della relazione circolare in *L'educazione è amore. I genitori, i primi educatori*, atti di un incontro per e con i genitori, Bergamo, 1994.

Perché i salti vengono legati alla gioia? Fare salti rientra nelle attività ginniche, prettamente fisiche, mentre gioia è espressione emotiva di un sentimento stato beato dell'animo (Mod.Dizionario Illustrato, De Agostini). Si è mai visto ridere di gusto restando seduto calmo e composto? Quando si ride veramente tutto il nostro corpo è in subbuglio. Ridendo spesso ci portiamo le mani alla pancia, ci pieghiamo leggermente, solleviamo una gamba o entrambe, ci diamo o diamo ai vicini pacche amichevoli sulle gambe o sulle spalle.

Nell'espressione salti di gioia è espressa l'essenza della psicomotricità. La gioia fa saltare fuori perché si salta dentro. Gli estremi aiutano ad evidenziare meglio le differenze. L'estremo opposto è la tristezza. Quando uno è molto triste, per qualcosa che ha toccato emozioni vitali, difficilmente cammina con le spalle dritte, testa alta, passo deciso e scattante, a meno che non voglia mascherare i suoi sentimenti.

Ciò che a livello corporeo può essere considerato come cartina tornasole di come stiamo con noi stessi e con gli altri è quello che i tecnici chiamano tonicità.

Che cosa è che di dà tono? Per le teorie che affermano che corpo e mente siano due entità separate la risposta è: fare esercizio fisico. Flessioni, addominali ecc. Questo è vero solo in parte, ciò che manca è la considerazione di che cosa ci possa dare la forza di alzarci un'ora prima la mattina per fare una grande faticata e sudata. E' la volontà che ci dà questa forza: è la forza di volontà.

Il volere porta a sentire più forza, più energia. I salti di gioia li facciamo però soltanto quando gioia-piacere ci dà energia sufficiente per costruire qualcosa che mi piace, che è bello e per continuare a realizzare ciò che vogliamo.

Gioia, volontà, energia, piacere.

Tutti siamo stati bambini, tutti abbiamo compiuto e stiamo compiendo un viaggio, ognuno di noi ha avuto i suoi problemi, più o meno grandi, fisici o psichici e la comprensione da parte dei genitori o della società è stata ed è più o meno grande. Se comprensione non ce n'è stata, abbiamo usato la riserva di energia, che il più delle volte era una scorta ben nutrita, tenuta in serbo per migliori occasioni e abbiamo fatto quel che c'era da fare.

Il compito di un terapeuta, qualsiasi mezzo usi, è di fare in modo che una persona si renda conti di questa energia che ha in corpo, che ha dentro di sé, ed inizia ad usarla, perché più la usa, più se ne ha, più ci si rende conti di averne, più ci si sente la forza di fare, più si fa, più si resta gratificati, e questo dà ancora più energia. E' una catena che non finisce e che nelle sue successioni lascia senza fiato.

Far riscoprire all'altro tutto questo fa parte di ognuno di noi, è quello che dovremmo fare con i bambini in difficoltà, sia che arrivino accompagnati da mamme disperate, che non hanno più la forza di credere in se stesse perché ritengono di non avere dato niente al figlio se non qualcosa che lo farà soffrire (l'handicap), sia in situazioni non così gravi, quando c'è una mamma che crede in suo figlio, ma non sa come utilizzare questa sua fiducia.

Non basta dire noi lo abbiamo accettato così com'è. Questo, per quanto difficile, dovrebbe essere fatto da tutti i genitori. Educando un bambino si commettono molti errori dando per scontate tante cose; i bambini spesso correggono ciò che diciamo loro. Ci sono situazioni nelle quali non possiamo permetterci di sbagliare. Quando un bambino non sta dando il meglio di se stesso è perché noi adulti stiamo sbagliando in qualcosa. Allora i rifiuti, i no, che sono spesso un semplice non fare, non progredire, sono per noi un segnale che dobbiamo imparare a leggere in modo positivo. Non mio

figlio più in là non può arrivare, ma che cosa devo fare a questo punto? Cosa mi sta chiedendo, di cosa ha bisogno?. Non possiamo decidere noi cosa egli deve fare e come. E' lui che ci dà indicazioni, e noi dobbiamo essere pronti a cambiare perché il nostro cammino di crescita sia insieme a lui: cambiare le nostre aspettative, cambiare parte delle cose che credevamo giuste, lottare con i denti per permettere a nostro figlio di poter credere come noi in certi principi, per poter credere in sé come noi crediamo in noi stessi.

Quello che abbiamo dato a nostro figlio non è un motivo per soffrire ma la vita, e con essa, un motivo per impegnarsi. Egli, con la sua vita, dona ai genitori la possibilità di essere tali e di vivere una vita eccezionale accanto a lui. Si vorrebbe solo dare ai figli, invece i figli sono venuti al mondo anche per darci. Ciò è possibile se abbiamo la forza di ricevere, di sapere ricevere quello che egli vuole darci e non soltanto quello che io voglio che lui dia. E' necessario imparare ad essere forti nel ricevere, perché è molto più facile dare che ricevere. La forza di ricevere implica il coraggio di sapere dire grazie, di accettare il dono che proviene dall'altro, anche il più piccolo fra i doni al di sopra di ogni giudizio. In termini pratici questa forza di ricevere consiste nello scoprire perché l'altro gioisce. Questa scoperta dà una nuova dimensione del valore della vita, modifica la visione del mondo dell'adulto attraverso la modificazione della visione del mondo da parte del bambino.

Leggendo una cartella clinica con scritto sordità, cecità, tetraparesi, autismo ipotizziamo un futuro tragico. Ma i bambini invece ci mostrano continuamente e con forza la loro volontà di vivere. Se abbiamo la forza di superare le nostre credenze per imparare a capire il suo gioire gli permettiamo di offrirci il suo dono, ogni volta unico ed irripetibile.

La qualità della vita si costruisce insieme, sapendo donare e sapendo ricevere, non la si dà facendo nascere un bambino udente o non udente. La qualità della sua vita se la deve costruire lui. Noi abbiamo il compito di stargli vicino, di dargli l'opportunità di non tarpargli le ali con dei "non potrà" che ci danno l'illusione drammatica della certezza. Le potenzialità dell'essere umano e quello che un essere umano può fare quando la sua motivazione nasce dall'amore non le conosciamo ancora, tanto che quando ne facciamo esperienza ne restiamo affascinati ed emozionati. Sarebbe per noi una grave sfortuna se avessimo perduto anche la capacità di emozionarci.

Se non sappiamo gioire insieme agli altri, lo sforzo che l'altro ha fatto per noi verrà annullato ed egli ne uscirà deluso sperimentando la frustrazione, la mortificazione, il dolore.

La mortificazione è sentire la morte dentro, è vivere rinchiusi nella gabbia della propria patologia. Se si sperimenta la frustrazione è difficile avere ancora le forze e l'entusiasmo per farcela, perché il dolore fa sentire addosso un peso talmente insopportabile da far sentire le spalle che si incurvano verso quel ventre nel quale batte il dolore e le gambe che si piegano non riuscendo a reggere il peso del proprio corpo. E' entrata in noi la morte.

Noi lavoriamo per dire al bambino ti sono stati dati 2, 5, 10 talenti. Bene, allora devi usarli come tutti noi. Il difficile è, per noi terapeuti e per ogni educatore, trovare la modalità con la quale esprimere queste richieste ad un bambino. Se non c'è una sufficiente motivazione, un sufficiente amore per se stessi, il bambino non chiamerà a raccolta tutte le energie per farcela. La motivazione deve essere carica di gioia, di piacere, di voglia di farcela per mostrare a noi stessi di cosa siamo capaci.

La scusa, ovvero il dire a se stessi: non ce la faccio a causa della mia patologia prima ancora di mettersi alla prova è la sola logica possibile. I bambini quindi spesso hanno ragione. Hanno conosciuto la fatica fisica e l'impegno richiesto perché sottoposti a terapie ed esercizi previsti per la loro patologia sperimentando spesso, ma non sempre fortunatamente, la delusione. Non hanno sperimentato invece la gioia perché a loro non è permesso di donare.

Bisogna condurre i bambini con difficoltà a scoprire che il fare fatica non è conseguente alla patologia ma implicito nella vita di tutti noi. Tutti facciamo fatica per crescere, imparare, maturare. Il piacere di fare dovrebbe essere nel cammino da percorrere per raggiungere la meta, non solo nella meta. Se così non fosse, ogni piccolo o grande miglioramento non sarebbe fonte di soddisfazione e di gioia, perché si vorrebbe di più, non si apprezzerebbe il risultato ottenuto e si andrebbe così incontro alla mortificazione.

Ecco quello che ho detto ad un bimba in terapia:

*E' vero che fai tanta fatica a camminare, ma guarda che anche noi, tutti noi, tua mamma, tuo fratello, tua sorella, tuo papà, abbiamo tutti dovuto impegnarci molto per ottenere miglioramenti, continuiamo ad impegnarci quotidianamente. Forse l'imparare a camminare ci avrà richiesto minor impegno rispetto a quello che è richiesto a te, ma io per riuscire a nuotare bene ho dovuto nuotare tre ore tutti i giorni e questo per anni. Tu cammini un'ora tutti i giorni? Monica (la musicoterapeuta che segue la bambina con me) per imparare a suonare il pianoforte così bene ha dovuto suonare tanto, tantissimo: i primi anni forse solo un'ora al giorno, ma per tanto tempo, per dieci anni di conservatorio ha suonato per sei, sette, anche dieci ore al giorno. Tu hai solo cinque anni, hai tutta la vita davanti!*

Quante volte purtroppo sono gli specialisti i primi a dire di un bambino piccolissimo davanti a lui, pensando che poiché è piccolo non può capire, non potrà mai.

Fortunatamente non tutti sono così.

Il compito di un terapeuta e di un educatore consiste nel motivare il bambino perché viva giorno dopo giorno nella gioia di vivere, perché la gioia di vivere gli possa far sentire l'energia che ha dentro di sé e la possa usare per ottenere quello che vuole, rendendo felice e ancora più fiduciosa la sua mamma.

Intraprendere una strada nuova, che nessuno prima di noi ha percorso, nella quale nessuno può dirci cosa fare, ma nella quale dobbiamo essere sempre noi a decidere e a prenderci carico, la responsabilità delle nostre decisioni è difficile e impegnativo.

Se non si rompono gli schemi si chiede al bambino solo di imparare a fare il bravo con un processo di apprendimento che non tenga conto dell'educazione, che è cammino personale, unico e irripetibile, non catalogabile.