

Padri & Figli ♦ 1  
.....  
**ultra**

Fabio Barzagli

# DIVENTARE PADRE

I edizione: marzo 2014  
© 2014 Lit Edizioni Srl  
Tutti i diritti riservati

Ultra è un marchio di Lit Edizioni  
Sede operativa: Via Isonzo 34, 00198 Roma  
Tel. 06.8412007 - fax 06.85865742

**ultra**

*ai neo-papà  
a chi è già padre  
a chi è figlio  
a chi ha poco padre  
a chi è curioso*

Il secolo scorso ci ha insegnato un concetto importante: la realtà è relativa. Io aggiungo una parola: la realtà umana è relativa, ovvero: la realtà universale è una sola, ma le nostre menti possono percepirne soltanto una parte, possono averne una visione parziale.

Per questo mille persone indicano alla società mille direzioni diverse, e la società non progredisce. In un mondo governato da lobby, corporazioni e caste, tutti tirano il carro dalla loro parte, e il carro resta fermo.

Direzione e armonia sono dunque necessarie: una società non può funzionare senza avere dei buoni capi. I capi sono una necessità fisiologica per una famiglia, per una città, per uno Stato, per ogni gruppo umano organizzato che voglia andare da qualche parte, costruire qualcosa, vivere e crescere.

La mancanza di capi, di direzione e armonia viene definita oggi col termine “relativismo”.

Ecco perché, oltre a insegnare ai nostri figli a essere indipendenti, dobbiamo trasmettere loro anche le nostre verità di padri. Da sole libertà di pensare e scegliere non bastano: sono come un percorso senza un inizio, che per forza segnerà una strada senza un punto di arrivo.

Se siamo certi che la conoscenza è infinita e la verità non è mai osservabile nella sua completezza, allora **qualsiasi itinerario che abbia lo scopo di raggiungerle** si tradurrà in un doloroso fallimento; se invece facciamo partire i nostri figli dallo scoglio paterno per approdare al loro facciamo una cosa più umana e felice, per quanto limitata possa sembrare se vista dal grande occhio della Vita, o di Dio per chi crede.

Ricordiamoci chi sono i genitori: sono le due persone che danno l'imprinting iniziale al figlio, e costituiscono nei primi quindici-vent'anni della sua vita la gran parte dell'ambiente d'influenza. possono plasmarne la natura e mettere le basi per un futuro di inferno o di paradiso.

L'imprinting avviene comunque. Anche se i genitori lo educano poco o niente, il cervello del figlio tenterà di prendere una forma precisa. Di solito però in questi casi prevale il caos, e le persone abbandonate in tale stato faranno grande fatica, da adulte, a trovare identità ed equilibrio personale.

Essere padre dunque vuol dire donare ai figli la capacità di trovare un senso, la stabilità, un futuro migliore, perché possano sempre voltarsi e vedere con chiarezza da dove sono venuti, senza sentire mai alle spalle un vuoto e buio spaventoso come il più profondo dei crepacci.

Un caloroso abbraccio a tutti i padri, alle madri, ai figli e alle famiglie.

*Fabio Barzagli*



## PREFAZIONE di Paolo Ferliga

La forza di questo libro sta nella passione con cui è scritto, nella capacità dell'autore di dare alla sua personale esperienza un senso che parla a tutti noi.

Fabio Barzagli mostra come solo affidandosi all'amore per la vita e per gli altri sia possibile dare un significato alla propria esistenza. È questa convinzione che lo spinge a guardare dentro di sé e, nello stesso tempo, a fidarsi sempre più della dimensione naturale dell'*istinto paterno*.

La cura della figlia e, più avanti negli anni, del figlio, lo porta a capire che crescere ed educare i figli, vuol dire mettersi continuamente in gioco e realizzare quell'apprendimento su di sé che è indispensabile per uno sviluppo completo della propria personalità.

Padri si diventa così, prendendosi cura dei propri figli con uno sguardo attento alla propria trasformazione interiore. Anche chi non ha avuto un padre, o lo ha sentito assente e lontano, può allora scoprire la figura di un *padre interiore*. Complementare all'istinto paterno, questa figura diviene una guida spirituale che insegna ad amare il prossimo e a rivolgere la propria attenzione al mondo dei valori. In questa prospettiva lo sguardo di Fabio si allarga dall'esperienza personale al mondo, dal valore della coppia e della famiglia, a quello della cultura e della scienza.

Illustrato da immagini molto significative, scritto con uno stile semplice e chiaro, arricchito da una documentazione aggiornata, *Diventare padre* è uno strumento prezioso per una riflessione su di sé, sulla società contemporanea e sull'importanza della figura del padre.

## DIVENTARE PADRE PERCORSO I (SPIRITUALE)

### “Essere padre per i figli”

- Paternità consapevole
- Le immagini positive della paternità
- Essere padre e genitore nel XXI secolo

Il mondo, negli ultimi decenni, è molto cambiato.

Le donne lavorano e gli uomini sono sempre più coinvolti nella crescita dei figli. A fronte di questo cambiamento non vengono però forniti grandi strumenti alla società, alla collettività e in particolare ai padri per aiutarli a imparare il difficile mestiere di genitore.

Ci sono molti libri sulla maternità, pochi sulla paternità, ed ecco il perché abbiamo scritto questo: per aiutare, condividere e coinvolgere i padri di oggi, padri che essendo un po' i pionieri di questa nuova paternità "presente e consapevole" si trovano spesso soli, e magari in difficoltà o in imbarazzo.

Andiamo allora a iniziare questo percorso, che come vedrete sarà accompagnato quasi sempre da immagini.

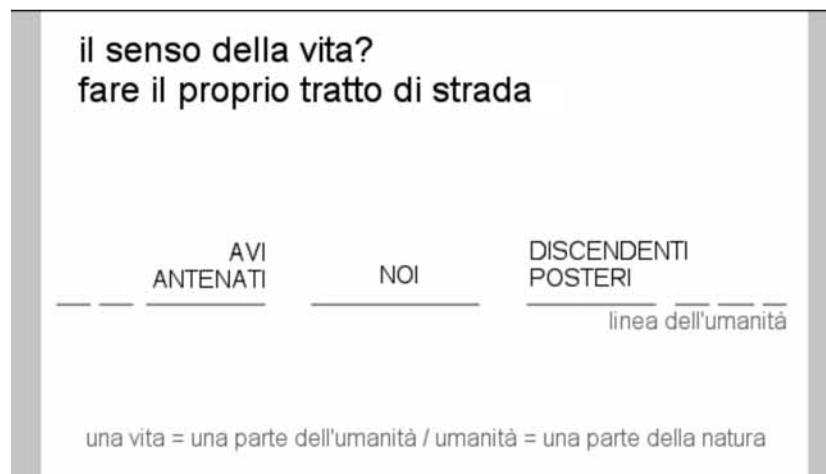
Perché? Perché l'immagine è molto importante, un mezzo semplice e incisivo, un modo pratico e concreto di raccontare o mostrare una realtà. L'immagine racchiude dentro di sé un po' tutto, le emozioni, le forme, i sentimenti, gli aspetti spirituali e simbolici, ma anche la logica e la razionalità.

### **La linea dell'umanità**

Partendo dal punto di vista dell'immagine (quindi da un punto di

vista profondo) vediamo cosa vuol dire fare il padre, cosa vuol dire essere una persona adulta a disposizione di una persona giovane e cosa significa avere questa responsabilità. Come dice anche la nostra Costituzione, infatti, “è dovere e diritto dei genitori mantenere, istruire ed educare i figli”.

Ecco le domande di partenza: perché sono padre? come mi inquadro? come partecipo? che senso posso dare alla paternità?



Il senso che io ho trovato è in fondo molto semplice: essere una parte dell'umanità. Questa umanità la potremmo disegnare e distribuire su una linea (antenati, genitori, figli, discendenti) all'interno della quale noi facciamo (in parte nello stesso modo, in parte a modo nostro) ciò che è stato fatto da altri prima di noi: condividiamo e trasmettiamo i nostri saperi di Vita. In questo modo noi “apparteniamo all'umanità come padri”, e non siamo più soli.

D'altra parte, non abbiamo garanzie che nell'anno 5000 saremo più intelligenti, o più saggi. Da cosa dipenderà? Dipenderà probabilmente dalla pienezza e dalla continuità di questa linea – Avi/Noi/Discendenti – e cioè dalla bontà e dalla pienezza della trasmissione dei saperi che i padri le madri e la società (innanzitutto

tramite la scuola) sapranno dare ai figli e alle generazioni future. Il primo senso della paternità è quindi questo, ed è molto chiaro e semplice: la trasmissione dei saperi.

### Nani sulle spalle di giganti

Con questa foto si spiega in un altro modo il concetto della trasmissione e condivisione dei saperi verso i giovani: il bambino arriva in alto, a toccare le foglie, il cielo, la conoscenza... proprio perché è sulle spalle di un padre, sulle spalle di una persona più grande, la cui consapevolezza si basa sui saperi e sulla conoscenza che a sua volta gli è stata insegnata da persone più adulte di lui (in famiglia, nella scuola, nel lavoro).



**Siamo nani sulle spalle di giganti.**  
(Isaac Newton)

Un buon padre porta in dono ai figli i saperi della storia dell'uomo.

La scuola è ovviamente molto importante, ma ricordiamoci che i genitori sono i primi a iniziare il lavoro coi figli e insegneranno loro cose che la scuola non può insegnare (i valori fondamentali, l'educazione e molte altre capacità umane e relazionali).

Nei nostri primi anni, infatti, impariamo l'affettività, il senso di fra-

tellanza e di comunità, senza i quali rischiamo di essere persone magari intelligentissime ma solitarie e insensibili; e rischiamo di diventarlo anche se non abbiamo imparato sin da piccoli l'amore e la fiducia, la regola e il limite, la presenza e la direzione, tutte sicurezze date dai nostri genitori, cose necessarie per essere positivi e forti nella vita, perché avere dentro questo sentimento di appartenenza a qualcosa e a qualcuno che ci guida e ci ama è davvero molto importante.

Daniel Kahneman il premio Nobel inventore del microcredito, ha dichiarato di recente: "La formula della felicità? Nascere da genitori felici aiuta".

### Il bene archeologico più prezioso

In questa figura abbiamo la Storia e l'Archeologia classica. Abbiamo gli Egiziani, i Greci, Dante e l'uomo contemporaneo, raffigurato in 3D.



Conoscere la Storia e i suoi personaggi è importante, com'è importante conservare i reperti archeologici, le sculture e i dipinti, ma il bene più importante che abbiamo resta sempre e comunque la

nostra mente, l'accumulo e la trasmissione dei nostri saperi di umanità e civiltà.

Le piramidi si possono consumare e sgretolare e noi rimarremo sempre una grande civiltà, ma se si usura la nostra saggezza non avremo futuro.

### Le bugie (agli altri, a se stessi)

La vignetta seguente introduce una regola molto semplice e banale, che però molto spesso non viene applicata.

Ecco, questa credo sia una delle prime, delle più semplici e concrete cose che un padre possa insegnare al proprio figlio: essere sincero.



Pensateci un attimo: quanta strada c'è ancora da fare perché anche una regola così semplice venga davvero applicata da tutti... e quanto poco questa semplice prima regola di vita viene insegnata davvero! Essere sinceri non è solo un importante precetto morale: vuol dire soprattutto imparare a vivere e radicare la propria vita sul piano della realtà.

Ma perché allora questo semplice insegnamento spesso non viene trasmesso?

Perché molto spesso noi abbiamo tanti scheletri nell'armadio, e va tutto bene (si fa per dire) finché non si diventa genitori, ma poi, quando nasce un figlio, tutto diventa più difficile. Perché? Perché in fondo nel fare i genitori, lo dico anche per esperienza diretta, la cosa più difficile è proprio quella di "rimettersi in gioco" quotidianamente in ogni cosa.

La fatica più grande da affrontare nel crescere un figlio è proprio questa, ma se la superiamo il resto diventa molto più facile. Imparare il mestiere di genitore significa innanzitutto sapersi dire "io mi rimetto in discussione", e farlo seriamente. Superato questo ostacolo, credo davvero che la genitorialità sia quasi soltanto gioia.

Se invece rimaniamo ideologicamente bloccati sulle nostre abitudini e posizioni, fare i genitori per noi sarà veramente difficile, perché un figlio ti stimola continuamente, cresce (a differenza di noi), è un vulcano di idee, di emozioni, di cambiamenti, di contraddizioni, sperimenta tutto, anche gli eccessi, alla ricerca del proprio equilibrio.

Di fronte a questo ciclone, non possiamo porci in maniera troppo rigida. Gli unici valori che dobbiamo rigidamente mantenere sono quelli dell'onestà, della sincerità e del rispetto, ma per il resto non dobbiamo cercare di essere un muro, dobbiamo in qualche modo essere aperti e persino umili di fronte ai nostri figli, perché anche loro, come noi, hanno cose da insegnarci.

Vedendo crescere i miei figli, per esempio, ho imparato molte

cose di me di cui non ero cosciente, recuperando aspetti di me bambino. Crescere un figlio per un uomo dunque non è solo un compito importante che lo realizza nella società, ma è anche un momento di apprendimento profondo come pochi altri potranno capitare nel corso della vita. Un'esperienza davvero unica, e stupenda.

Tornando al disegno da cui siamo partiti, la cosa che alcuni grandi dicono, e che i bambini tendono a pensare (i bambini all'inizio tendono molto a mentire), è questa: "E che sarà mai una piccola bugia?". E in effetti, in genere, la prima bugia è sempre una cosa molto piccola. Chiede il genitore: "Hai mangiato tu il lecca lecca?", risponde il bambino: "No, no!". E invece l'ha mangiato. Si inizia col lecca lecca, e poi piano piano negli anni non si dice che non si sono finiti i compiti, non si dice che si è preso 4 in matematica, si va in motorino di nascosto, e via così: le bugie del figlio crescono di quantità e peso, e alla fine diventano la palla gigante del disegno, una palla che peserà sulla sua vita, non sulla nostra. Certo noi avremo i nostri sensi di colpa ma sarà lui ad avere i problemi più grossi, fino a quando le persone non lo avvicineranno più perché sapranno che è una persona poco onesta.

Quindi, siate sinceri e insegnate a esserlo! Un concetto che dimostra quanto sia importante avere l'umiltà di guardare alle cose semplici della vita.

### **Il grande club dell'ipocrisia**

Questa è un'immagine simpatica che parla del mondo dei "grandi". Diciamo che è una bacchettatina.

Io vedo tutto questo verificarsi molto spesso oggi. È ciò che fa arrabbiare i ragazzi adolescenti quando iniziano ad aprire gli occhi sul mondo. Tante volte magari sbagliano, ma tante altre, quando osservano che il mondo degli adulti è troppo ipocrita, hanno ragione.

C'è un malcostume largamente diffuso nella società. È come un unico grande Club dove vige e si insegna una sola regola: io allevio te da una tua colpa oggi, tu allevi me da una mia colpa domani.



Questo va detto, perché tutti lo sappiamo. Certo, non possiamo risolvere da soli l'ipocrisia del mondo, ma possiamo iniziare da noi stessi, dal nostro ambiente, dalla famiglia, dagli amici, dobbiamo uscire da questo circolo vizioso e crearne uno virtuoso. È importante mostrare ai nostri figli esempi di comunità, anche piccole, in cui scorre un flusso sano di sincerità; per esempio, essere amico non vuol dire essere connivente e coprire i difetti altrui, come molti in Italia credono, ma al contrario significa criticare gli errori delle persone a cui vogliamo bene, proprio perché teniamo a loro e vogliamo che si comportino rettamente.

Questo va fatto con i nostri figli, e va preteso: però prima di pretendere dobbiamo mostrarlo noi, dando l'esempio nel nostro rapporto sincero con amici, partner e familiari.

Se avete paura di cadere in questo errore dell'ipocrisia ma nello stesso tempo, giustamente, non volete privare i vostri figli dell'e-

ducazione, ricordatevi che **la fondamentale differenza tra l'educare e il manipolare sta nel mostrare lo scopo autentico che avete in mente.**

Per questo precetto, fondamentale non solo per essere buoni genitori, ma anche buone persone, i vostri figli un giorno vi ringrazieranno.

### Vivere senza amore

Ecco un altro errore che si commette molto di frequente.



È molto più facile vivere nell'inganno di se stessi che nel vuoto e nel dolore che derivano dall'ammettere la mancanza di amore vero nella propria vita.

È l'errore del non rimettersi in gioco, di "voltarsi dall'altra parte" di fronte alla realtà delle cose, di creare circuiti chiusi in cui ci diamo ragione da soli. Ma, come per le bugie dei bambini, partendo da piccole cose, anche qui si va a finire male, perché si smette di provare amore.

L'amore si trova solitamente quando c'è un rapporto sincero e di fiducia, difficilmente lo si può trovare quando ci sono in circolo tante bugie.

Questa modalità di vita ci porta alla chiusura, al diventare scettici, al pensare “lo frego prima io o mi frega prima lui?”, quindi almeno in famiglia, almeno con gli amici, cerchiamo di portare pulizia e sincerità. Non è così facile come sembra, almeno per me non lo è stato. Se come nella foto ci voltiamo dall'altra parte, è molto facile che piano piano sparisca l'amore, ma anche la bellezza della vita, la nostra voglia di ottimismo, di essere vivi, e diventa praticamente impossibile poi trasmetterla ai nostri figli, perché la felicità non si può spiegare, si può solo mostrare... se l'abbiamo dentro.

Come si può trasferire ai nostri figli questo ottimismo, questa positività, se non da noi stessi, guardandoci allo specchio con onestà e concretezza?

### Padre biologico, padre reale

Ecco un altro concetto che può sembrare banale, ma che è bene esprimere con estrema chiarezza.



La vera paternità è quella a destra: sembra scontato, ma ci sono molte persone che ancora oggi purtroppo pensano che sia quella di sinistra.

Sarebbe bello, per chiarire le idee ai confusi, che si affiggessero nelle città dei grandi poster con immagini come questa, per incentivare la comprensione della paternità vera, per rompere lo schema mentale che porta alcuni padri a non prendersi le giuste responsabilità verso i propri figli, o alcune madri a mantenere su di loro un controllo univoco: uno schema che relega l'uomo a semplice donatore di seme, o al massimo a “provider”, ovvero “portatore di soldi”.

Il padre invece deve essere parte integrante della famiglia e parte in causa nella questione educativa ed etica, dove potrà e dovrà dare tantissimo.

### Il cibo della mente

Non solo la lettura, ma anche l'educazione è ottimo cibo per la nostra mente e per quella dei nostri figli.



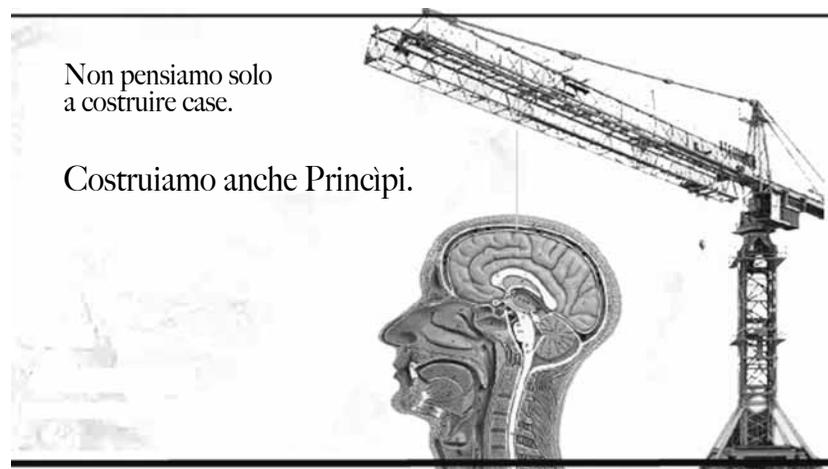
Anche questa immagine è molto semplice, e ha lo scopo di rendere comprensibile questo percorso non solo ai grandi ma anche ai bambini. Molte immagini e disegni che uso in questo libro sono gli stessi che ho realizzato per i miei figli, per spiegare in modo visivo,

semplice e diretto un concetto molto più complesso da spiegare a parole.

Un modo semplice per dire ai nostri figli “avete bisogno di nutrimento non solo per il corpo, ma anche per la mente”, il cibo senz’altro vi serve per il corpo ma senza l’educazione, i saperi e la scuola non potrete nutrire la vostra mente in modo corretto e questa rischia di non svilupparsi abbastanza, di non maturare, di non riempirsi di cose e idee buone e sane.

### La costruzione dei principi

Questa foto ricalca il concetto dell’immagine precedente, ma è anche una metafora simbolica del mondo odierno molto, troppo, materiale. La chiamiamo anche società dell’immagine, nella quale si tende a inseguire solo ciò che è visibile. Purtroppo l’educazione, i principi, i valori, la bontà, non sono delle cose immediatamente visibili, ma al contrario di una casa, o dei soldi, sono invisibili...



Anche qui, con un’immagine del genere, è più facile spiegare ai bambini un concetto più profondo e dire loro “da grandi dovrete

imparare senz’altro a costruire la vostra casa, il vostro lavoro, ma dovrete anche imparare a costruire la vostra persona”.

E la mia persona la costruisco fondandola innanzitutto su dei “principi”. Principi come il rispetto, la pace, la natura, l’uguaglianza, e tanti altri, come quelli racchiusi nella nostra bellissima Costituzione e nella Dichiarazione Universale dei Diritti dell’Uomo, che di molte costituzioni democratiche è stata fondamento.

Dunque il concetto è chiaro: costruiamo case sì... ma costruiamo anche principi!

### Diventare uomini

Il concetto espresso in questa foto è molto importante. Si è padri e figli in tutto il mondo alla stessa maniera.



Qui c’è un padre col figlio, che ha almeno 6 o 7 anni e quindi comincia già a fare domande “toste” e spiazzanti. Un giorno infatti arriva e butta lì un quesito davvero grande e importante: “Dimmi babbo, come si fa a sapere quando si è diventati uomini?”. Do-

manda da cento milioni. Sapreste rispondere così su due piedi a una domanda del genere? Non è per niente facile.

Questo padre allora ci pensa, senza voler essere troppo spavaldo o saccente, ma una risposta al figlio la deve pur dare! Il figlio ne ha bisogno. Certo, si può sempre prendere tempo, ora o tra un mese probabilmente non cambia tanto... A un certo punto gli viene in mente una risposta, molto personale – d'altronde a una domanda del genere non ci può essere una risposta buona per tutti – e risponde: “Non lo so con esattezza, ed è anche difficile giudicare, però credo che una delle cose che più si avvicina è quando riesci ad aiutare altri a diventarlo”.

Non è un gioco di parole, pensateci bene. In effetti quando io faccio qualcosa per un'altra persona e questo la aiuta a crescere, a diventare uomo o donna, a diventare migliore, be'... allora forse ho fatto una cosa da uomo, una cosa da persona adulta.

Un aspetto importante di questa risposta è che rimane su un piano molto pratico, molto semplici, come a dire “Figlio, io non voglio volare troppo alto nei concetti... guarda il risultato di ciò che fai, guarda ciò che ottieni”, in fondo il risultato di quello che noi facciamo è un segnale importante dei nostri valori. Se ciò in cui crediamo produce dei risultati buoni, allora ha un valore positivo.

Un concetto semplice e pratico, un punto di riferimento utile.

### **Possedere se stessi**

Un altro esempio simpatico, un'altra immagine che serve a capire un concetto importante.

È un paragone tra la società tribale e la società moderna.



Spesso, ingenuamente, pensando alle società tribali immaginiamo solo dei violenti selvaggi ma non è così. Anche la società moderna, d'altronde, non vuol dire per forza pace e amore, questo lo vediamo e lo capiamo ogni giorno.

Sulla sinistra della foto c'è un classico esempio di tafferugli e scontri di stadio, e anche un dato che ci ricollega al concetto di società materiale; le giovani persone sulla sinistra hanno in media 700 oggetti/beni pro capite, quelle sulla destra circa 30. Qualcosa salta subito all'occhio: i giovani sulla sinistra nonostante la grande abbondanza di beni materiali, nonostante questi siano 25 volte più di quelli dei giovani sulla destra, sono persone violente, arrabbiate, non sono felici.

Sulla destra invece vediamo persone che sorridono felici e non sembrano avere alcuna intenzione violenta.

Nelle società moderne occidentali il 20-30% (fino al 35% in USA o

Inghilterra) dei bambini crescono senza la presenza stabile del padre. Nelle società tribali o contadine, la presenza paterna è molto più certa.

Il padre che c'è, che torna, che assolve ai suoi compiti di educatore, che con la sua presenza arricchisce la famiglia e riporta al centro della vita l'essere umano a discapito del monopolio materiale, fa una cosa molto importante: insegna a conoscere se stessi.

Perché il padre dà ai figli una direzione e punti di riferimento, indicazioni e consigli, li aiuta a diventare coscienti e consapevoli di loro stessi e del significato delle loro azioni.

Stiamo parlando dell'autocoscienza, una cosa necessaria ma tutt'altro che semplice, che oggi nei ragazzi si sviluppa molto tardi, e che se non ci sono genitori presenti può svilupparsi ancora dopo, o addirittura non svilupparsi mai.

Durante una manifestazione pacifica delle persone distruggono delle vetrine, noi scuotiamo la testa e diciamo "non sanno quello che fanno": molto spesso è davvero così, proprio perché non sono autocoscienti dei pensieri e degli istinti che li stanno muovendo, sono stati "presi" da pulsioni di cui non conoscono la causa o il significato.

Il bambino sviluppa da solo, tra i due e i tre anni, una prima forma di autocoscienza. Questa prima forma gli consente di iniziare un percorso di indipendenza dalla madre e dai genitori a non sentirsi più esclusivamente una propaggine, un "proseguimento" del corpo materno.

Sino ai due anni circa un bambino guardandosi allo specchio pensa di guardare un'altra persona.

A quell'età, io e mia figlia facevamo un gioco: tutte le sere prima di andare a letto si passava davanti allo specchio e si salutava "l'amica". Lei si divertiva un sacco. Poi però cominciò a guardare in modo diverso, e un po' sospettoso la sua immagine nello specchio, finché arrivò il giorno in cui mi disse: "Papà, quella sono io!".

Questo succede solitamente tra i due e i tre anni. Una prima forma di autocoscienza che ti fa capire: "Io sono io, diverso dalla mamma e il babbo, loro sono loro, io sono quello che gestisce il mio corpo".

Ma da qui a diventare una persona matura in grado di andare nel mondo lavorare e avere relazioni sane con le persone il percorso non è breve, e il punto di arrivo non è scontato.

Dunque il padre e la madre hanno l'importante compito di aiutare l'autocoscienza nel figlio e di insegnare "il potere su se stessi", senza il quale, come fa vedere bene l'immagine da cui siamo partiti, non saremo in grado di possedere niente. Perché i nostri 700 beni materiali non li sapremo gestire se non avremo prima imparato a gestire il nostro cervello e il nostro corpo.

Scrive Paolo Ferliga, filosofo e psicologo contemporaneo: "Davanti alla fascinazione suprema del Potere (aver potere sugli altri) la strada del saggio inverte la rotta: avere potere su di sé".

### **Lo spazio personale**

Ci ricolleghiamo alla foto precedente per parlare più approfonditamente del "potere su se stessi", un concetto importante che ci conduce a un altro, altrettanto profondo, che riguarda l'individuo nel suo insieme di corpo e spirito: "Lo spazio personale".

Si tratta di un punto di riflessione davvero molto importante e allo stesso tempo ancora sconosciuto e oscuro ai più: non se ne parla, neppure in ambito accademico.

Per imparare come bambino a possedere me stesso, a contare sulle mie forze, sulle mie relazioni, devo avere la possibilità di un mio "spazio". Ovviamente, innanzitutto, di uno spazio fisico (concetto espresso anche nella Costituzione, che dice che non si può essere privati della libertà ingiustamente), ma anche di uno spazio men-

tale. Di questa ampiezza di spazi fa parte il diritto ad avere due genitori (ovvero alla bigenitorialità) e di usufruire delle diverse e altrettanto importanti opinioni e visioni della vita, il diritto di andare a scuola e avere amici, ma anche il diritto a praticare sport o attività fisica, e molti altri.

Dunque un spazio personale, sia fisico che mentale, è un diritto che dobbiamo dare a tutti i bambini perché possano svilupparsi sani ed autonomi.

Ma soprattutto, avere cognizione di cosa sia lo spazio personale è fondamentale per riuscire rispettare quello degli altri, per non invaderlo.

Mi spiego meglio. Se io sono un bambino cresciuto in una situazione difficile, e non ho mai avuto questo spazio personale, non so nemmeno che esiste, come faccio io a conoscere, e quindi rispettare, lo spazio altrui? Tenderò allora a vivere nello spazio personale degli altri. Magari sarò un monopolizzatore, un manipolatore, penserò cinicamente che “o controllo, o vengo controllato”, adotterò questa visione sbagliata e foriera di conflitti, solitudine e infelicità.

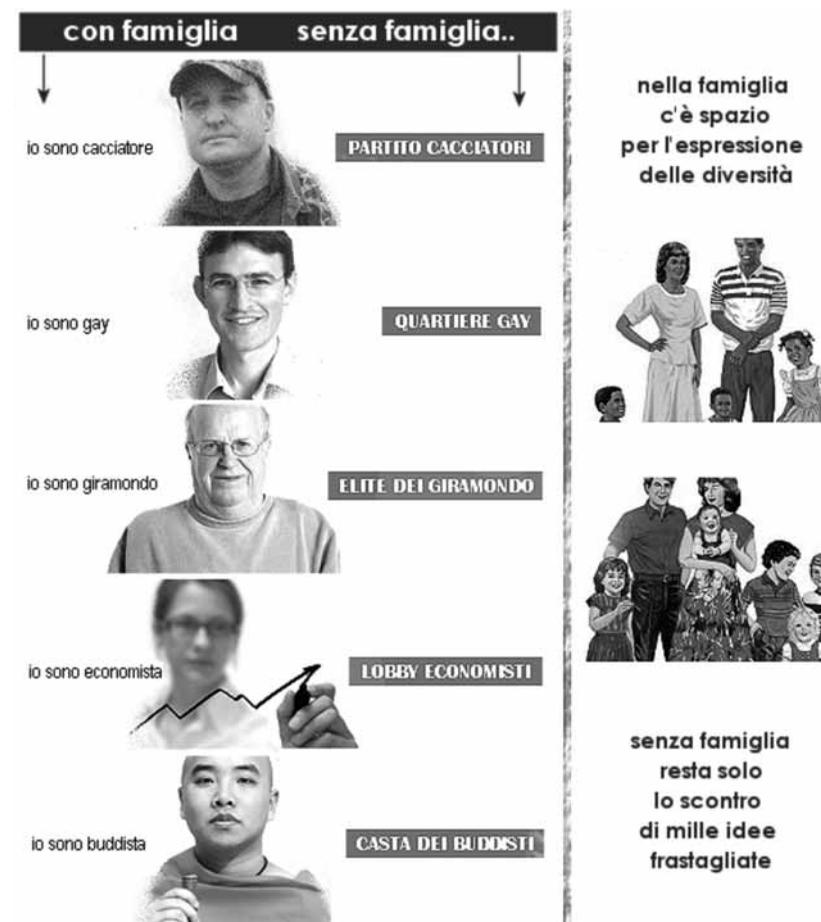
Ecco perché lo spazio personale, fisico e mentale, deve essere un diritto inalienabile. È un punto molto importante, che approfondiremo ulteriormente più avanti.

## La famiglia

In questa immagine ci sono due famiglie. I cinque volti, invece, sono i volti di cinque figli. Figli che sono diventati grandi.

Il primo figlio dice “io sono un cacciatore”, il secondo “io sono gay”, il terzo “io sono un giramondo”, la quarta figlia “io sono un'economista”, il quinto “io sono buddista”. Fin qui nessun pro-

blema, se queste persone ognuna con la propria inclinazione sono felici, anche i genitori saranno felici perché i figli vanno nel mondo e rispettano gli altri.



Proviamo però a trasportare questi cinque figli nel mondo di oggi, in cui la famiglia è destrutturata, frammentata, dissolta, sempre meno presente e privata delle proprie funzioni equilibranti di raccordo tra individuo e società. Cosa succederà? Cosa succede alle persone quando la base della società non è più tanto la famiglia e il lavoro quanto le corporazioni, i partiti e le fazioni?

Noi oggi viviamo nel dominio delle lobby, sappiamo che il mondo è sempre più governato dall'aggregazione di questi soggetti che hanno interessi ognuno nel proprio specifico ambito o settore, sappiamo che il parlamento di qualsiasi Stato moderno è governato da schieramenti trasversali: gli avvocati tirano dalla propria parte e hanno il loro partito di riferimento, gli psicologi da un'altra, le multinazionali farmaceutiche fanno altre pressioni, è tutto un turbinio di compromessi e trame che non riguardano certo il bene comune che nei propositi costituzionali dovrebbe essere la famiglia e il lavoro.

Cosa succede quindi in questo contesto ai cinque figli?

Il primo fonda il partito dei cacciatori, il secondo va a vivere in un quartiere gay, il terzo crea l' "élite dei giramondo", un club esclusivo in cui gli altri non possono entrare, la quarta entra nella lobby degli economisti che vogliono pilotare il mondo secondo i puri interessi materiali e lucrativi dei singoli, il quinto nella "casta dei buddisti" (ho scelto una religione a caso). Nessuna di queste persone ha vissuto la famiglia, probabilmente nessuno di loro ha mai visto un padre e una madre innamorati, rispettosi l'uno dell'altro, ma anche educatori, portatori di insegnamenti e modelli positivi.

La famiglia è il collante tra i luoghi dell'umanità. Lo è da oltre diecimila anni.

Un esempio a cui penso sempre è quello di un mio amico che diversi anni fa era dirigente di una fabbrica della FIAT. Suo figlio adolescente aveva preso in giro un coetaneo per la condizione di lavoro del padre operaio. Il ragazzo, la mattina dopo, fu portato dal padre davanti al cancello della fabbrica per salutare i dipendenti e scusarsi con ognuno di loro.

Quanti dirigenti farebbero oggi una cosa del genere? Quanti invece si vantano, nemmeno tanto velatamente, della loro posizione sociale? Non fa più neppure scalpore. E allora si va avanti così, ma

succede anche che per la prima volta dal dopoguerra negli ultimi anni la forbice tra ricchi e poveri si è allargata. Per sessant'anni si è sempre gradualmente ristretta e ora è tornata ad allargarsi.

Purtroppo c'è una situazione corporativa, inutile negarlo. Un complesso di soggetti che stanno cercando di sostituirsi al bene comune, e molte nuove minoranze oggi si stanno unendo alle corporazioni più grosse garantendo loro voti e governo in cambio di piccoli favori. Tutto ciò non ha niente a che vedere con la famiglia e il lavoro e con ciò di cui parla l'Articolo 1 (e poi l'Articolo 29 e l'Articolo 36) della Costituzione.

Questo riguarda sia il campo politico che economico. La società di oggi sembra non riuscire più a crescere (non parlo di economica, non è certo il -1% del PIL a preoccupare) anzi ci sono ampi segnali di abbandono morale e involuzione del progetto sociale, basti pensare alla svendita dei diritti del lavoro (precariato) o alla dissoluzione della famiglia. Sarà banale, ma a questo punto è giusto ricordarlo: una società si può evolvere, o anche solo mantenere bellezza e valori, solo se è solidale, coesa, armonica, fiduciosa di se stessa.

Le regressioni di questi anni sono dovute a questo "frastagliamento", a questa incapacità di dialogare e trovare (o ritrovare) punti comuni.

Al contrario, ci autoghebbiamo, come i cinque figli dell'immagine.

### **La gentilezza**

Questo disegno illustra un altro concetto molto semplice e importante.

Anche in questo caso mi ricollego alla foto dell'argomento "potere su se stessi", sulla cultura materiale dominante, la cultura dell'immagine, che dobbiamo toglierci di dosso e sostituire con quella dei valori umani e paterni.

Facciamo un esempio: proviamo a paragonare l'educazione e lo sviluppo dei nostri figli a una farfalla, un animale veramente tra i più belli, colorati e spensierati che abbiamo sulla terra... che però nasce da un bozzolo peloso, viscido e informe.



«La gentilezza è prima di tutto una forma dell'anima...  
...che col tempo si manifesta anche all'esterno».



Ecco, io ho inteso un po' in questo modo la questione dell'educazione: non puntiamo ai risultati subito, non puntiamo ad apparire "bravi genitori" (per avvalorare la nostra immagine presso gli altri, per l'ansia da prestazione o per altri insani motivi, tipici dei nostri tempi), lavoriamo sodo per i primi 10-15 anni sui contenuti, sui valori, sul senso di comunità, sulle cose più belle e giuste che la vita ci ha insegnato. E alla fine probabilmente succederà quello che succede in questo disegno: i nostri figli si schiuderanno, diventando belle persone.

Quindi mettiamo da parte ansie e aspettative, perché la vita umana si schiude più avanti, non dobbiamo snaturare il percorso dei nostri figli pretendendo da loro che realizzino ciò che noi non siamo riusciti a fare nella nostra vita. A volte infatti ci facciamo queste aspettative (in psicologia le chiamano "proiezioni sui figli") senza rendercene conto: a volte sono aspettative buone, altre volte sono semplicemente vendette o delusioni a muoverci. Non c'è niente di male a trasferire e proiettare aspettative sui figli, ma è bene esserne consapevoli, per farlo nel modo e nei tempi giusti, e soprattutto con la massima trasparenza.

La natura dunque ha i suoi tempi, e noi, intrappolati nelle nostre città grigie, lontani dal verde selvatico, a volte perdiamo l'allenamento ad ascoltarne il ritmo.

Come avrete notato, in molte foto e immagini faccio uso della natura. È lei infatti il nostro riferimento, la nostra origine passata e la nostra essenza presente. La natura ha i suoi tempi, a prescindere da noi. Noi possiamo e dobbiamo confrontarci con lei come il musicista si confronta col metronomo, per vedere se la nostra "velocità personale" è giusta o sbagliata, se è troppo lenta o, come spesso accade oggi, troppo veloce.

Trovare la giusta velocità personale significa trovare la sintonia col mondo.

### La voglia di sapere

Altra foto e concetto molto semplici. Un bel papà con due bambini, pare siano su un fiume, magari saranno stati a pescare... Portate i vostri figli nella natura, perché è lì che spesso nasce in loro la voglia di imparare, che per fortuna nei bambini è innata: mi raccomando, non facciamogliela perdere!

«Il più grande sapere... è la voglia di sapere».



GLI SGUARDI DELL'INTELLIGENZA (RELAZIONE, VITALITÀ, ARMONIA)

In questo la natura ci aiuta molto: io ho portato i miei figli in tanti posti, ma non li ho mai visti giocare così felicemente come quando sono su un prato: insetti, foglie, erba, sassi, animali... il paese dei balocchi non è un centro commerciale, se lì ci sono mille giochi, lungo un fiume ce ne sono centomila.

Nella nostra definizione di benessere spesso non valutiamo abbastanza aspetti quali la presenza della natura intorno a noi, anche se negli ultimi anni da questo punto di vista qualcosa sta realmente cambiando: quando si parla di qualità della vita non si prendono in considerazione solo il PIL e le dinamiche economiche ma anche quanto verde c'è in una città e quante possibilità di relazioni hanno i suoi cittadini.

### Padre interiore, bambino interiore

Questa foto parla da sé. Ogni tanto bisogna ricordarsi di togliersi la giacca e cravatta del babbo e andare a giocare a pallone: questo è fon-

damentale! Dimenticandoci di giocare con i nostri bambini, ci dimentichiamo anche del bambino che c'è ancora dentro di noi.



Noi infatti portiamo dentro un piccolo uomo: giocare con i nostri figli e proteggerli è anche un modo di giocare con il nostro bambino interiore, e di proteggerlo.

Ma, ugualmente se facciamo soffrire il bambino dentro di noi, inevitabilmente soffriranno anche i bambini fuori di noi, i nostri figli.

Riconoscere il bambino interiore è il primo passo che dobbiamo compiere per prenderci cura di noi stessi.

Questo vuol dire che se abbiamo avuto delle sofferenze nella nostra infanzia o nella nostra adolescenza, cosa molto frequente (per esempio, possiamo aver sofferto per una scarsa presenza paterna), è bene allora cercare di recuperare questi aspetti, approfondirli, lavorarci sopra, non vergognarsi di chiedere un consiglio o di andare da uno psicologo per un "semplice" disagio. Gli uomini spesso si vergognano di affidarsi a uno specialista per problemi di questo tipo: non ha senso.



Ad esempio, chi non ha avuto un padre, o ne ha avuto uno poco presente, può costruirsi una “figura interiore” di padre, ovvero recuperare tutte le esperienze e le persone che hanno supplito anche solo parzialmente alla sua assenza e ricostruire dentro di sé, come in una specie di puzzle, una figura-guida a cui ispirarsi per essere il faro dei propri figli.

A questo proposito, c'è un pensiero che mi piace ricordare e che voglio condividere con voi.

Nella mia vita ho vissuto anch'io il problema dell'assenza del padre. A 27 anni, da adulto, decisi incontrarlo di nuovo.

Ovviamente avevo un'idea di mio padre poco reale, fantasiosa. Quando ho conosciuto nuovamente quest'uomo, ho potuto vedere non solo le cose negative, che già sapevo, ma anche tante cose positive; ho potuto capire che nessuno è un diavolo o un angelo, ma siamo esseri umani, e tutte queste nuove cose che ho capito mi hanno aiutato a ricostruire il mio padre interiore, che fino a quel momento era triste e molto frammentato.

Fu allora che mi venne in mente il pensiero, l'immagine che ora voglio condividere.

È l'immagine di un bambino (che sono io, che è ognuno di noi da piccolo) la sera, solo. Io mi siedo accanto a lui, lo prendo sulle ginocchia e faccio una cosa che in fondo questo bambino mi ha sempre chiesto: gli faccio una carezza.

È una cosa importante. Una cosa che molti di noi hanno avuto poco nella propria infanzia, nella nostra vita. L'affetto paterno.

Nel ricostruire il nostro padre interiore, che ci consente di essere pienamente padri dei nostri figli, abbiamo bisogno di sentire questo affetto.

### L'ottica del padre

Anche questa immagine è molto semplice e significativa. Un paragone tra la testa di un bambino piccolo, appena nato, e la nostra Terra.



Il mondo è un organismo delicato ma se ben curato ha grandi prospettive.

Sono due grandissime cose. Però sono anche piccolissime e fragili, hanno potenzialità incredibili, ma se non rispettiamo alcune regole possono non dare niente, diventare sterili. Dall'accendere un fuoco con una pietra ai viaggi nello spazio, a creare Internet, a parlarci in videoconferenza dall'Australia all'America: tutto grazie alla testa pensante di un uomo, di un bambino che cresce. Un bambino che però è stato rispettato. Altrimenti non saremmo qua.

### Psicologia del pregiudizio

Buttiamo via le parole.

O, se le dobbiamo usare, cerchiamo di rispettare davvero il loro significato.

Cerchiamo di usarle meno e di usarle meglio, evitando i pregiudizi.

Per un momento pensiamo a queste parole: “Il maschio è sensibile, il maschio può essere sensibile”, quasi una contraddizione per la società odierna che ci ripete sempre: “Il maschio è violento”.

E io dico invece: “mascolinità e sensibilità”, “padre e accoglienza”.



È ovvio che c'è l'autorità e ci sono le regole, però noi possiamo essere anche accoglienti, perché se un padre è solo regola, il figlio scappa.

Quindi dobbiamo saper dosare le due cose, i due lati della nostra personalità. Un padre può essere molto accogliente, un abbraccio paterno può essere un abbraccio molto accogliente, caldo e protettivo.

Poi dico anche: “autorità e tolleranza”. L'autorità è necessaria; è la struttura di uno Stato, di una città, di una famiglia, però funziona solo se è un'autorità tollerante, altrimenti è un regime, una dittatura.

Il maschio “naturalmente” violento, il padre “istintivamente” duro sono solo figure nate da pregiudizi.

Possiamo e dobbiamo riappropriarci del significato delle parole. Quando ridiamo alle parole il giusto significato, tornano ad essere belle... Diciamo quindi un bel “no” ai pregiudizi.

### Rovi, scarpe e spaghetti

Questa foto ha un risvolto un po' più complesso. Anche qui c'è un fiume... sarà che sono pescatore! Questa immagine ci avvicina un po' di più al secondo capitolo di questo libro, agli aspetti della complessità della vita.

Ci sono anche delle parole che un papà dedica d'istinto al proprio figlio.

Dice questo padre: “figlio mio” (mio: appartenenza) “vieni con me” (camminare insieme ai propri figli, portarseli accanto nelle esperienze che facciamo) “a camminar tra i rovi” (cosa non certo semplice per un bambino) “a mangiar spaghetti” (altra cosa com-



Figlio mio  
vieni con me  
a camminar tra i rovi  
a mangiar spaghetti  
allacciati le scarpe  
la vita è complessa  
non ti negherò questa gioia.

plexsa: quanto dovranno sbagliare e sporcarsi prima di imparare?)  
“la vita è complessa” (il padre lo dichiara: io ti porto a fare esperienze anche complesse, non ti iperproteggerò), ma “non ti negherò questa gioia”.

L'ultima frase potrebbe sembrare al figlio contraddittoria: “Ma, papà, mi porti a fare una cosa complicata e mi dici che sarò felice?”. Ma il padre sa che la gioia è anche affrontare le cose complesse della vita. Da grandi se ne fanno tante, queste sono le prime: mangiare spaghetti, camminare nel bosco, allacciarsi le scarpe...

Questo padre in foto vuole bene a suo figlio, può darsi che metta un dito per dargli un piccolo aiuto, ma non è presenzialista, sa fare un passo indietro quando necessario.

### **Anche gli angeli vanno a scuola**

Questa foto forse rappresenta il sogno di ogni buon genitore. Rappresenta semplicemente l'amore, o meglio il momento in cui i nostri figli conoscono l'innamoramento e l'amore, che sono due cose un po' diverse: la prima capita un po' a tutti, la seconda è più rara.

E anche in questo passaggio, dovremo essere accanto a loro: certo, un po' meno di prima, perché per loro questo è un passo in avanti e lontano da noi, ma sempre presenti. È importante che i nostri figli non sentano, da parte nostra, indifferenza o imbarazzo (cosa che succede spesso).



Non c'è bisogno di mettersi le ali o dipingersi di bianco per essere Angeli. Basta vivere sulla terra, con lealtà e concretezza, con impegno e semplicità, non rinunciando mai ai propri sogni e aiutando gli altri a realizzare i propri.

Anche gli Angeli vanno a scuola

MASCHI E FEMMINE SI NASCE,

UOMINI E DONNE SI DIVENTA

In questa foto si parla esplicitamente di paradiso: io credo che l'esperienza più vicina al paradiso, per un essere umano, sia proprio quella dell'amore: pensiamo ai primi amori fra adolescenti, le prime sensazioni di questo sentimento così travolgente. Un paradiso in cui non c'è bisogno di avere le ali o essere vestiti di bianco, sensazioni che tutti possono provare semplicemente vivendo sulla terra.

Attenzione, però, come genitori abbiamo il compito di aiutare i nostri figli, con lealtà e concretezza, a vivere questo momento: l'amore vola già alto di per sé, non esageriamo, non facciamo come Icaro che per la fame e la sete di sentimento e conoscenza ci ha rimesso la vita.

Insegniamo loro piuttosto a preservarlo, questo innamoramento, e magari a trasformarlo in amore, che può essere per tutta la vita.

Sincerità e rispetto sono i due capisaldi dell'amore, rispetto per chi sta di fronte, della persona verso la quale effondi i tuoi sentimenti e dalla quale li ricevi. Rispetto che non si può pretendere se noi non siamo i primi a darlo.

Realizzare i nostri sogni e aiutare l'altra persona a realizzare i propri: cosa c'è di più bello? I sogni quasi mai sono in antitesi o in conflitto. I ragazzi nella foto probabilmente sono già un uomo ed una donna, si capisce dal modo in cui si guardano. E se le parole scritte esprimono ciò che davvero pensano... non è questo che vogliamo per i nostri figli? Se così sarà, allora, potremo senz'altro dire di aver fatto un buon lavoro come genitori.

L'ultimo concetto importante che voglio sottolineare è questo: si nasce maschi e femmine, uomini e donne invece si diventa.

Questo accade se si viene educati da un padre e da una madre, se si va a scuola, se ci vengono trasmessi certi valori, se ci viene trasmessa la giusta "postura" di vita. Altrimenti si rimane maschi e femmine, si vive l'innamoramento, ma non l'amore.

### **L'inquinamento psicologico**

Questa foto riguarda molto da vicino la società di oggi e un fenomeno molto diffuso: l'inquinamento mentale. Si parla molto di quello dell'aria e poco di quello che riguarda la psiche.

Oggi stiamo scoprendo che siamo molto più influenzabili di quanto credevamo, che la Tv, il tamtam mediatico i genitori e l'ambiente in cui viviamo i primi anni di vita ci influenzano tantissimo, quasi sempre più di quanto ne abbiamo coscienza.

Alcune ricerche hanno ipotizzato l'esistenza di "neuroni specchio" che semplicemente immagazzinano dati e comportamenti senza particolari filtri o razionalizzazioni coscienti. Questo è ancora da appurare, ma è più che certo per l'età da 0 a 12 anni, in cui avviene il cosiddetto "super apprendimento" ovvero si assorbe tantissimo (10-100 volte più velocemente di quanto faremo dopo) ma con pochissimo filtro e con pochissima elaborazione e consapevolezza (infatti si dice simpaticamente dei bambini piccoli che fanno i "pappagallini", ripetendo parole, versi, comportamenti in modo semplice e diretti).

Ma quanto ci hanno reso auto-coscienti i nostri genitori di tutto questo? Spesso poco o niente. Ci hanno cresciuti mentalmente sguarniti.



Faccio come sempre un esempio visivo semplice. Pensate alla nostra mente come a uno Stato la cui frontiera è senza guardie. Nel nostro Stato, ovvero nel nostro spazio personale, entra ed esce qua-

lunque cosa, senza che noi ce ne rendiamo conto. Questo succede! Se i nostri genitori e insegnanti non ci hanno spiegato cos'è lo spazio personale (fisico e mentale), qualunque persona potrà entrarvi e fare i suoi comodi. Una manna per i manipolatori. Approfondiremo ulteriormente questo concetto nel capitolo successivo.

### Se stessi

Queste immagini esprimono un concetto importante ma forse, per quanto semplice, non così tanto condiviso. Noi pensiamo spesso che l'egoista sia un furbo, ma siamo sicuri che sia veramente così? Io invece penso che l'egoista, alla lunga, non sia furbo, che abbia anzi un deficit e che non sia compiutamente intelligente.



Si tratta semplicemente di guardare la vita nell'ottica di una lunga durata (e noi viviamo molto a lungo!). Se nel corso della vita non dono e non condivido la conoscenza che acquisisco sarà il mio

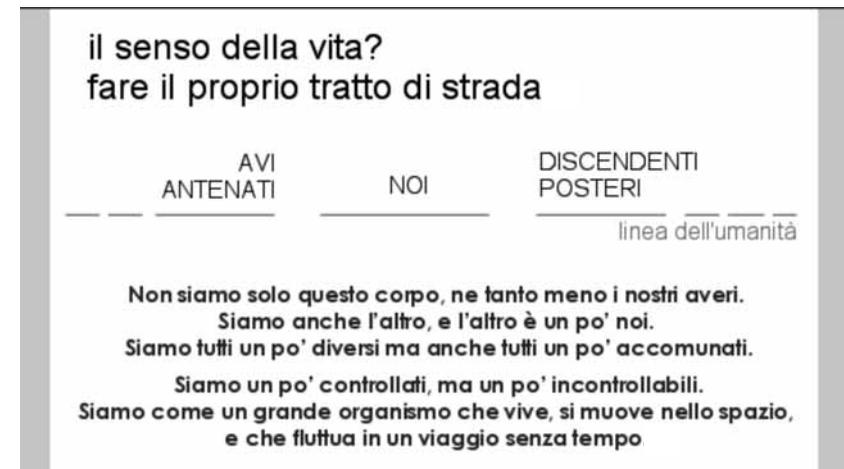
mondo a rimetterci, quello dove vivo, dove mi alzo, dove lavoro, dove mangio e bevo, dove giro in auto o cammino in un bosco, sarà la mia vita a peggiorare. Subirò un effetto boomerang, sarò io a rimetterci.

L'egoista che per il profitto di oggi, la comodità di oggi, l'opportunità di oggi, fa un torto a un'altra persona, semplicemente degrada il mondo in cui lui stesso vive e in cui vivranno i suoi figli. Già queste semplici considerazioni ci fanno ben capire che non esiste un egoismo intelligente.

L'intelligenza, per essere vera e completa, ha bisogno anche di apertura, condivisione, lungimiranza, l'essere umano si dice che sia un "animale sociale" perciò l'egoista non ha un futuro, e non ne crea alcuno, nel suo gruppo e nella sua comunità.

### Il senso della vita, parte pubblica e privata

Dunque siamo arrivati alla fine di questo primo percorso semplice e visuale sulla paternità e sulla vita, e ritorniamo per un momento all'immagine iniziale della "linea dell'umanità" aggiungendo una piccola frase che conclude questo percorso e nello stesso tempo ci collega a quello successivo, dedicato agli aspetti più complessi della vita.



Commenterò questa affermazione frase per frase:

*“Non siamo solo questo corpo, né tanto meno i nostri averi. Siamo anche l’altro, e l’altro è un po’ noi. Siamo tutti un po’ diversi ma anche tutti un po’ accomunati”.*

Quando aveva cinque o sei anni, per farle capire il senso della vita, spiegai a mia figlia che ogni persona ha una parte pubblica e una privata. La parte pubblica ha a che vedere, per esempio, con la scuola (tutti ci vanno), il lavoro, le leggi (tutti vi dobbiamo ugualmente obbedire), la famiglia (abbiamo tutti un padre e una madre). Abbiamo tante cose in comune con gli altri, e non possiamo decidere su questo.

Dall’altro lato, invece, c’è una parte privata che ci distingue, il tipo di lavoro che facciamo, i nostri gusti, lo sport e gli hobby, le nostre particolarità e passioni, e via dicendo.

Questo è sano per noi, perché non ci nega la realizzazione come individui, e allo stesso tempo non ci nega l’appartenenza a un gruppo. Ma è anche sano per la società, perché queste regole di coesione strutturano migliori relazioni e contesti sociali (di quartiere, città, famiglia, lavoro) generando più speranza e fiducia, e rendendo evidente che non è tutto fine a se stesso, ma c’è un progetto più grande, lungimirante, certo.

*“Siamo un po’ controllati e un po’ incontrollabili”.*

Tutte le volte che abbiamo tentato di controllarci totalmente, reprimere istinti, razionalizzare tutto, pretendere di gestire e capire tutto, abbiamo sempre, come individui o come società, fallito miseramente. La vita è più grande di noi, e quando capiamo che ha deciso qualcosa per noi è inutile opporsi, inorgogliersi, cercare stupidamente di opporre la nostra forza inferiore.

*“Siamo come un grande organismo che vive, che si muove nello spazio, e che fluttua in un viaggio senza tempo”.*

In questa linea possiamo vederci come un grande organismo che vive e che si muove in un viaggio che forse è davvero infinito. Non siamo immortali come singoli esseri, ma può darsi – chi può saperlo? – che la nostra specie lo sia. Speriamo dunque che la nostra Umanità sia destinata a fare un lunghissimo e bellissimo viaggio nel tempo.

## DIVENTARE PADRE PERCORSO 2 (SCIENTIFICO)

### “Scienza della complessità”

- La vita in equilibrio tra ordine e caos
  - Idee, ideologie e società
- Educazione, spazio personale, sviluppo mentale

PREMESSA:  
LA SCIENZA DELLA COMPLESSITÀ

In questo capitolo cercheremo di analizzare gli aspetti complessi della vita, dell'essere umano e dell'essere padre, attraverso elementi di una scienza che si chiama Scienza della complessità, ed è una branca dell'Epistemologia che studia i sistemi complessi. È una scienza convenzionale e riconosciuta, sebbene nuova e di frontiera, che ha avuto le sue prime facoltà universitarie negli Stati Uniti e più di recente, da qualche anno, in Italia.

È anche una scienza interdisciplinare, che spazia dalla Fisica alla Psicologia, dalla Letteratura all'Economia.

Prima di procedere all'analisi e all'osservazione della realtà con questo nuovo punto di vista scientifico, vediamo un po', cercando di essere più semplici possibile, quali sono i punti fondamentali, gli elementi base che definiscono questa neonata scienza della conoscenza.

Questo è il capitolo senz'altro più complesso e potrebbe non essere "digerito" completamente alla prima lettura, ma non preoccupatevi: se alcuni aspetti della paternità e della vita sono semplici, altri sono più complessi e richiedono tempo per essere messi a fuoco e maneggiati. È uno sforzo necessario per poter donare ai nostri figli gli strumenti utili per la comprensione di loro stessi e della realtà che li circonda.

Quando infatti si esce dal proprio ambito familiare e si entra nella società e nel mondo del lavoro, le dinamiche si complicano e l'interpretazione del futuro diventa più complessa, perché entra in

gioco un numero più alto variabili che influenzano gli esiti degli eventi.

Ma questo impiego di tempo e di pazienza vi darà in cambio una visione più ampia e approfondita delle cose e dei contesti, con una capacità di decisione e di prospettiva più appropriate.

### Psiche e umanità

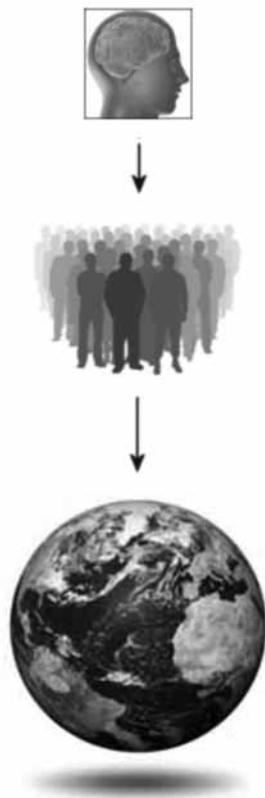
Partiamo subito da una serie di immagini che ci illustra alcuni dei sistemi complessi a noi più cari e per noi più interessanti da indagare.

Andiamo a descrivere ognuno di questi tre sistemi:

- Il cervello, una singola persona, già di per sé è un sistema complesso. Sappiamo oggi che il nostro cervello ha oltre 100 miliardi di neuroni (cellule) che interagiscono reciprocamente.

- Un gruppo di persone, quindi le dinamiche, la complessità delle dinamiche.

- L'umanità, la terra, che, racchiudendo gli altri due, si può definire come "un sistema complesso di sistemi complessi".



Per capirci qualcosa è necessario semplificare questi sistemi, ma attenzione a non cadere nella distorsione e nella riduzione della realtà. Diceva Einstein: *"Bisogna rendere ogni cosa più semplice possibile, ma non più semplice di quanto sia possibile!"*.

Cerchiamo poi di non fare un uso di questa scienza come inutile e accademico esercizio intellettuale, ma utilizziamola piuttosto per riportare le cose al loro stato originario di semplicità e per cercare di vivere meglio evitando di complicarci la vita come invece spesso facciamo.

Applicandola ai comportamenti umani, studiandoli e diventandone coscienti, possiamo quindi beneficiare di una grande utilità. Noi, come padri, e siamo un po' i direttori d'orchestra che devono dar forma alla vita dei nostri figli, se non vogliamo che la vita sia tutta una stonatura, dobbiamo avere una nostra idea, per quanto semplice, su cosa è Umano.

Iniziamo dunque con alcune domande essenziali:

Come funziona la psiche? Cos'è l'Inconscio Collettivo? Come mai abbiamo sbalzi d'umore? Come mai siamo a volte rabbiosi, a volte apatici? Come si forma un'ideologia? Perché ce ne sono state tante e sono cambiate nel corso della storia? Cosa cerca l'uomo? C'è una regola precisa? È possibile almeno avere un metro di misura, un metodo di comprensione dei movimenti della mente e della vita?

Queste sono domande che si porranno anche i nostri figli, e quindi noi che siamo tenuti a educarli e istruirli qualche risposta dovremo darla, o anche far loro qualche domanda intelligente perché siano stimolati a trovare le loro risposte.

Vediamo dunque nel dettaglio cosa ci dice questa scienza e quali sono le sue principali regole.

## Le tre regole della complessità

La Scienza della complessità (o come la chiamo talvolta simpaticamente “del buon senso” o della saggezza) ci dà innanzitutto delle regole di valutazione della realtà e dei contesti, come quello familiare dei nostri figli, della scuola, della compagnia dei loro amici, in cui le dinamiche comportamentali e relazionali sono tantissime, e noi sappiamo oggi quanto l’ambiente sia il principale elemento di influenza e formazione della psiche, del carattere, dell’identità.

Oggi sappiamo, quasi con certezza, che l’ambiente incide più del codice genetico sulla nostra vita, e sullo sviluppo di essa.

### REGOLA 1

(organizzazione ed equilibrio orizzontale)

Questo il concetto base, semplice e funzionale:

*“La vita si realizza in Equilibrio tra Ordine e Caos”.*

Ovvero la vita – in ognuna delle forme in cui noi la conosciamo: l’ambiente, la psiche, la persona, uno Stato, una famiglia – si svolge e si sviluppa nel suo stato ottimale nel punto centrale, nel punto di equilibrio tra Ordine e Caos.

Troppo ordine non è vita (roccia, vuoto, apatia, stato inerte), troppo caos non è vita (stato gassoso, esplosioni nucleari del sole, isteria, condizioni perennemente in mutazione). Fin qui la definizione e la spiegazione è ancora un po’ troppo generica. Alcune immagini ci semplificheranno la comprensione.



Questo è un esempio di complessità applicato alla Fisica.

A sinistra abbiamo un pianeta morto (fatto di minerali che non reagiscono e non interagiscono tra di loro), potrebbe essere ad esempio la Luna, su cui non c’è vita perché c’è troppo ordine.

A destra abbiamo il Sole (che al suo interno è solo un cumulo di particelle e molecole immerse in una catena continua di esplosioni nucleari) dove c’è troppo caos, troppo movimento, e quindi anche qui la vita non si sviluppa.

Come già detto, il principio di equilibrio tra ordine e caos è applicabile ovunque, e scopriremo che è fondamentale non solo per la Fisica o la Chimica, ma in genere per tutti gli ambienti vitali, per tutte le dinamiche delle relazioni sociali, economiche, psicologiche di uno Stato, di un gruppo, di una famiglia, della mente di una singola persona, e così via.

Bene, allora facciamo un parallelo. Applichiamo il principio della Complessità alla “cultura” (cioè l’insieme della tradizione e del sapere scientifico, letterario e artistico di un popolo o dell’umanità intera).

In questo senso la REGOLA o LIMITE (una legge, una regola non scritta, una consuetudine) potremmo definirla come la parte di ordine – e l’ISTINTO o LIBERTÀ potremmo definirli la parte di caos.



Nella società (o gruppo) di sinistra, dove c'è ordine, solo regole e doveri senza diritti, si crea la dittatura, l'imposizione e l'omologazione, la totale mancanza di qualità di vita: le persone e i comportamenti tendono al disumano, ci si muove tutti come pecore non pensanti.

Nella società di destra, dove al contrario c'è troppo caos, non abbiamo nessun limite, ci sono solo diritti senza doveri, si creano anarchia e degrado, le persone cadono nell'eccesso di individualismo, la società tende all'autismo, con l'impoverimento e la perdita delle relazioni autentiche e profonde.

Dunque anche nella cultura e nell'organizzazione di un gruppo, di una città o di uno Stato, lo sviluppo della Vita e della sua Qualità sono possibili se ci si mantiene nel mezzo, in equilibrio tra istinto e regola, tra limite e libertà.

### REGOLA 2 (livelli verticali)

Il secondo dei principi fondanti della Scienza della complessità è:

*"La vita si organizza in livelli di complessità".*

In Fisica, un sistema che parte da uno stadio semplice (una molecola) può gradualmente svilupparsi e organizzarsi in sistemi più complessi (un organismo unicellulare, come un batterio), e poi an-

cora più complessi (organismo pluricellulare, animali marini, anfibi) e così via.

Stesso discorso vale per noi esseri umani che, organizzandoci in gruppi sempre più grandi (famiglia, gruppo di famiglie, quartiere di città, città, regione, Stato, continente, etc.), creiamo per nuovi ordini di grandezza nuovi livelli di complessità; ogni nuovo livello di complessità / ordine di grandezza prevede nuove proprietà specifiche ed emergenti, come spiega la Regola 3.

### REGOLA 3 (nuove proprietà)

La terza regola importante da sapere è questa:

*"A ogni nuovo livello di complessità crescente, il sistema manifesta nuove proprietà emergenti".*

Ancora dalla Fisica ci viene un esempio semplicissimo, tratto da *Complessità. Uomini e idee tra ordine e caos* di Morris Mitchell Waldrop (Torino, Instar libri, 1995), considerato uno dei libri più importanti sull'argomento:

In una molecola d'acqua non c'è niente di complicato, H<sub>2</sub>O (disposti come le orecchie di Topolino) il cui comportamento è regolato dalle leggi della fisica atomica. Mettiamo ora insieme però miliardi di molecole d'acqua in un secchio. D'improvviso si ottiene una sostanza che LUCCICA, GORGOGLIA e GOC-CIOLA. Le molecole hanno acquistato collettivamente una proprietà (lo stato liquido) che nessuna di esse possedeva singolarmente. Nelle equazioni base di fisica atomica non c'era niente che lasciasse intuire tale proprietà emergente. Si può pensare quindi a un nuovo universo ordinato per gerar-

chie di complessità, cioè che a ogni livello di complessità corrispondono caratteristiche del tutto nuove, e in ogni fase sono necessarie nuove leggi e generalizzazioni altrettanto importanti e profonde.

Bene, dopo la spiegazione delle prime tre regole ed alcuni esempi semplici, fermiamoci un attimo.

Andiamo ad approfondire e mettere in pratica i concetti analizzando come è composta l'umanità (i suoi livelli di complessità, i suoi stadi interni), perché gli elementi che la compongono (individuo, famiglia, gruppi, Stato) sono così necessari, e cosa succederebbe se ne dovessimo togliere o sminuire uno.

In particolare questo esempio ci potrà spiegare alcune delle principali ragioni per cui da ormai oltre 10mila anni la famiglia sia uno dei punti cardine del complesso sistema dell'umanità.

### La famiglia: perché?

In questi tempi frenetici, in cui ciò che s'inventa oggi domani appare già vecchio, proviamo invece a fermarci un attimo... Non abbiamo bisogno di correre per godere di alcuni dei più grandi patrimoni dell'umanità, anzi correndo sempre rischiamo di non vederli e di perderli.

Sto parlando della famiglia. Ma perché? Potrei dire cose semplici (anche se non banali) come "è così da sempre"... oppure "perché è scritto". La Dichiarazione Universale dei Diritti Umani recita infatti così:

La famiglia è il nucleo naturale e fondamentale della società e ha diritto a essere protetta dalla società e dallo Stato (Parigi 1948, Organizzazione delle Nazioni Unite).

Questo lo sapevate già... o no? Ma ora voglio andare più a fondo: perché questi signori che hanno scritto le moderne carte democratiche, che hanno generato la società migliore mai avuta dall'uomo (certo migliorabile ma per ora la migliore mai raggiunta), perché questi signori, laici e cattolici, bianchi e neri, latini e nordici, hanno avuto l'"intuizione" di ritenere la famiglia così importante? Andiamo dunque a vedere cosa significa famiglia, cercando di descriverla in un modo più moderno di quello del dopoguerra, utilizzando i più recenti studi di frontiera come quelli sulla complessità e sulle dinamiche dei sistemi complessi.

Se scienza e spirito, razionalità e istinto, sono due lati della stessa montagna...



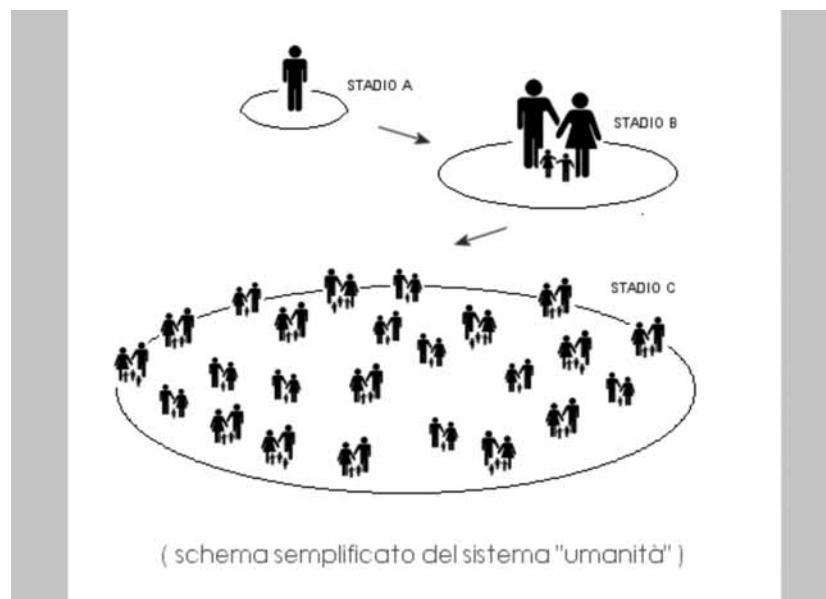
...la ricerca scientifica di equilibrio tra ordine e caos equivale a quella spirituale di armonia e amore.

L'uomo da sempre cerca questo centro, perché in fondo sa che esiste un luogo dove tutto trova pace, serenità, equilibrio, soluzione. Ha scoperto però che questo centro è dinamico, perché è il contesto che si muove, al ritmo della vita.

Da qui la necessità di trovare il metodo e i valori per identificare, percepire, seguire, capire di volta in volta dove questo centro, questo equilibrio si sposta, per cercare di andarci incontro, di camminarci sopra e vivere la vita umana, fisica e interiore al meglio delle possibilità.

Si ritorna quindi ai sistemi complessi.

Nel sistema “umanità” (che fa parte del sistema natura/universo) ci sono fondamentalmente tre livelli di complessità, tre stadi, tre ordini con le loro proprietà emergenti:



Tutti e tre gli stadi sono necessari. Perché?

Una delle prove più semplici che possiamo fare è quella di vedere cosa succederebbe senza uno di questi tre stadi.

Togliendo lo stadio A (individualismo, indipendenza, ego, co-

scienza singola), torneremmo ai periodi delle ideologie integraliste, del comunismo dittatoriale, del nazismo dei campi di concentramento, dell'islamismo delle bombe umane, in cui la vita del singolo non conta ed è al servizio dell'ideologia o della religione di turno, dove il mezzo giustifica il fine, in cui non siamo tutti ugualmente liberi ma siamo tutti uguali e basta, omologati, in cui dobbiamo avere tutti la macchina rossa 950cc e la casa di 55mq, in cui l'eugenetica seleziona due figli di sessi diversi, in cui o sei nel gruppo o sei emarginato senza la minima possibilità di scelta, di pensiero e coscienza indipendente. Mi viene in mente la società delle api o delle formiche, dove ogni essere è solo un automa, o poco più, svolge specifiche e limitate funzioni, per le api sono quattro o cinque, per gli uomini e donne “risorse umane” della società globalizzata. Potrebbero essere quaranta o cinquanta, ma ugualmente specifiche, limitate, incasellate, degradanti.

Eliminando lo stadio C (società, collettività, socialità, cooperazione, relazione, comunicazione, interscambio, diversità), andremmo nella direzione che stiamo rischiando di prendere oggi (in antitesi e alternanza alla precedente), la direzione dell'individualismo sfrenato. Mi viene in mente un verso di una canzone di Vasco Rossi che rende l'idea: “darei fuoco a casa tua se mi passasse il mal di denti”. È la strada del consumismo senza limiti, dello stare chiusi in casa davanti alla tv o al computer quando fuori c'è un mondo da conoscere, è la strada dello scetticismo, della mancanza di fiducia nel prossimo, della psicosi di massa, della solitudine degli anziani, dell'insicurezza dei giovani, dell'esercito dei single adulti che ripetono all'infinito “io sto bene così” per non sentire la solitudine che li attanaglia. Ma questa è la strada che porta all'estinzione, perché percorrendola l'uomo perde la principale capacità che lo ha fatto emergere come specie tra le specie nel mondo animale: la capacità di collaborazione. Di certo non siamo robusti come gli orsi o i leoni o agili come le scimmie e gli scoiattoli, dunque se abbiamo prevalso molto è dovuto a questa forma di intelligenza.

Ecco che quindi entra in gioco lo stadio B.

Nel rischio degli eccessi tra l'individualismo dell'isolamento e il totalitarismo della spersonalizzazione c'è un luogo di mezzo, che ha una funzione riequilibrante, mediatrice, armonizzatrice tra un mondo e l'altro, tra l'individuo e la collettività.

La famiglia è un luogo che rende sostenibile la compresenza di una società complessa da una parte e di una spiccata individualità dall'altra.

La famiglia è quel luogo di complessità intermedia psicologicamente fondamentale perché gli altri due luoghi riescano a coesistere. La famiglia è ed è sempre stata il collante perché questi luoghi dell'umanità possano continuare a evolversi e prosperare pacificamente.

La famiglia ha dei detrattori: sono coloro che la vedono in modo miope, che ritengono che essa sia stata nella storia soltanto l'elemento di riproduzione e protezione legato alla sopravvivenza della specie. Pertanto oggi costoro ritengono che con qualche tecnologia (come l'inseminazione artificiale), e con le città relativamente più sicure, gli asili nido e le scuole, in qualche modo la famiglia non sia più necessaria. Ma è la falsa risposta di chi vede il mondo in modo riduttivo e irrealista, e non si rende conto dell'importanza umana, istintiva, protettiva e psicologica che riveste la famiglia. Io chiamo questo atteggiamento miope e irrealista "sopravvivenzialismo".

Se il lavoro permette la sopravvivenza fisica dell'essere umano, la famiglia ne consente quella mentale. La famiglia infatti è anche il luogo in cui uomo e donna realizzano le proprie attitudini, mettono le loro radici e sviluppano le proprie energie vitali e specifiche. Ci sono istinti sani e vitali nell'essere umano, come la ricerca dell'altro sesso, della compagnia intima e duratura, dello scambio e della

conoscenza profonda, della protezione e della sicurezza, che non possono essere realizzati da soli e che non possono essere realizzati nella frenesia e instabilità del gruppo, della collettività.

La famiglia ha consentito da sempre di assecondare questi istinti che sono primordiali, e fondamentali, sono istinti di sopravvivenza.

La famiglia è sopravvivenza, psicologica, sistemica, riproduttiva, umana e sociale. Il sopravvivenzialismo è solo una delle tante deviazioni della società odierna, è semplicemente la sopravvivenza per come la vede o percepisce una coscienza immatura, una mente che capisce la realtà solo molto parzialmente.

Il nostro cervello sa ancora guardare lontano, e ci suggerisce che non basta riprodursi e dar da mangiare ai figli per assicurarsi un futuro, ma che si deve anche accompagnarli ed educarli, mostrare loro la gioia e l'amore dello stare insieme in sincerità e passione col proprio partner in modo che un giorno anche loro lo possano fare e portare avanti la storia umana nel modo migliore possibile. Approfondire, osservare, leggere, capire e poi ascoltarsi, ascoltare i messaggi che il nostro corpo ci manda, sentire la forza dell'istinto, l'esigenza della vita, la felicità, l'ardore e la forza.

Energie importanti, da riscoprire per comprendere e godere del senso della famiglia, il senso delle sue colonne portanti, la paternità e maternità, il senso della gioia, della conoscenza, dell'esperienza e della serenità che vivere una famiglia comporta.

Chi vive bene la famiglia non sente più il bisogno dell'omologazione e del consumismo, del divertimento pallido, non sente più la necessità di correre e di riempire freneticamente la vita per paura di restare soli.

### La quarta regola: alternanza degli opposti

Dopo aver esposto queste tre regole fondamentali e generali, passiamo adesso a un concetto più innovativo. La mia ricerca personale mi ha portato a formulare l'ipotesi di una quarta regola:

*"Il movimento vitale tra i due opposti (ordine e caos) è di tipo oscillatorio".*

In un suo scritto, Charles Petrie, noto storico inglese, così definì la questione dell'alternanza in ambito morale:

Le riforme morali e la loro decadenza sono mosse da ampie forze, e sono per lo più generate da reazioni opposte alle abitudini del periodo precedente. All'indietro e in avanti oscilla il grande pendolo, e le sue alternanze non sono determinate da un gruppo di dotti eminenti aggrappati alla base di questo (Sir Charles Petrie, *The Victorians*, 1960).

Ma come si realizza questo movimento?

Nel modo più semplice e ovvio che si possa pensare. Alternato e per approssimazione.

Per trovare una soluzione precisa e "giusta" a un problema noi oscilliamo spesso tra due soluzioni opposte l'una dall'altra: la soluzione sta appunto nel mezzo, come la virtù nel detto *in medio stat virtus*.

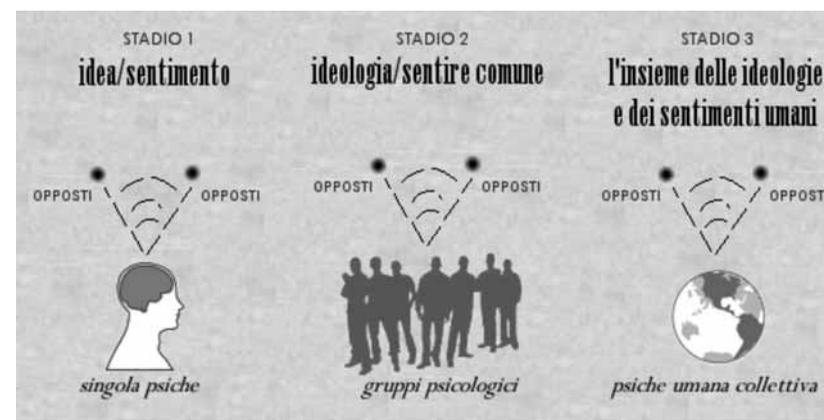
È il sistema più semplice di ricerca che la Vita conosce per trovare l'equilibrio giusto. Facciamo un esempio di come si comporta una singola mente in una semplice e tipica situazione.

Ci troviamo nel bosco e vogliamo riscaldarci. Accendiamo un fuoco e ci avviciniamo perché siamo troppo lontani e fa freddo, facciamo due passi avanti. Però poi siamo troppo vicini e ci brucia la faccia, facciamo un passo indietro. Ora siamo alla distanza giusta,

c'è il tepore giusto per il nostro corpo e stiamo bene. Le prossime volte sarà meno macchinoso trovare questo equilibrio perché sapremo già la distanza giusta; ma ogni volta che dobbiamo trovare un nuovo equilibrio dobbiamo sondarne i due estremi, oscillando tra i due opposti.

Dunque bisogna toccare gli opposti per trovare il giusto mezzo, la giusta misura. Questo avviene molto spesso nei bambini, che proprio per maturare e imparare devono sbagliare, così pian piano, sperimentando e facendo molti errori (più degli adulti, e noi dobbiamo capirlo ed essere tolleranti), troveranno il loro punto di equilibrio.

La quarta regola è ovviamente applicabile non solo alla mente e alla psiche del singolo, ma anche a gruppi di persone (ideologie, sentire comune) o alla società intera (umanità, inconscio collettivo).



Questa illustrazione è una sorta di sintesi, uno schema semplificato di quelli che possono essere i principali "stadi aggregativi" della psiche umana.

- Stadio 1: la singola psiche, il movimento complesso delle proprie

idee e dei propri sentimenti che non controlliamo mai completamente e che oscillano tipicamente da una parte all'altra.

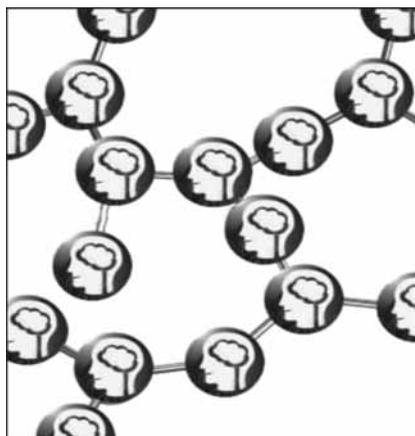
- **Stadio 2:** i gruppi psicologici, che possono essere aggregazioni costruite nella condivisione più o meno consapevole di un'ideologia, di un credo religioso o altro. Anch'essi possono oscillare da un estremo all'altro.

- **Stadio 3:** la psiche umana collettiva, l'insieme di tutte le ideologie e religioni, dunque il sentimento umano collettivo.

Andiamo adesso a vedere nel dettaglio ognuno di questi tre importanti stadi.

### Stadio 3, la psiche collettiva (inconscio collettivo)

Astraendo, il terzo stadio può essere inteso come "sistema umanità", come una mente unica il cui inconscio collettivo è l'insieme delle ideologie e dei sentimenti umani.



Minuscola sezione  
della Psiche Umana Collettiva

una rete (umana\*)  
di reti (cerebrali\*\*)

(\*) 7.000.000.000 di umani

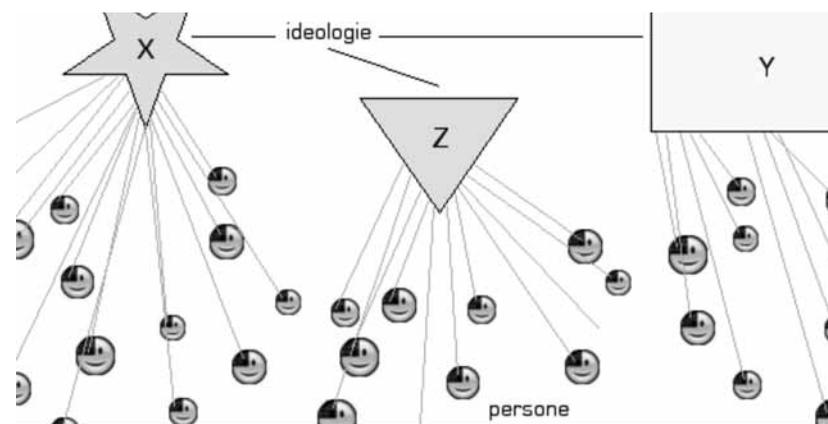
(\*\*) 100.000.000.000 di neuroni

Internet, per esempio, con i suoi due miliardi abbondanti di navigatori in tutto il mondo, rappresenta insieme una parte e una panoramica eccellente della mente collettiva.

### Stadio 2, l'ideologia e i gruppi psicologici

L'ideologia è l'idea di una singola psiche che diventa condivisa da molte.

L'ideologia è qualcosa con cui dobbiamo necessariamente fare i conti, perché rappresenta e disegna l'inconscio collettivo, ovvero la parte comune di pensiero, istintivo e intellettuale, dell'umanità.



Se non lo facciamo noi lo farà qualcun altro, che magari non avrà buoni propositi, oppure ci penserà il caso, con risultati incerti, imprevedibili, potenzialmente positivi ma anche potenzialmente pericolosi.

In questa immagine abbiamo tante persone, rappresentate da una faccina sorridente, che attraverso la loro parte pubblica (ne abbiamo parlato nel capitolo precedente) aderiscono, condividono e

appartengono, più o meno consciamente, a una delle ideologie in circolazione.

Noi crediamo in qualcosa sempre e in ogni caso: pensare che non sia così è un inganno della mente, significa che semplicemente non siamo in grado di vedere quale sia la nostra appartenenza e credenza, ma una c'è sicuramente. Prenderne coscienza è senz'altro il modo migliore per aderire meglio a se stessi, vivere in pace e, in ultima istanza, poter modificare realmente e concretamente ciò che di modificabile c'è nel nostro credo.

Non tutto ciò che noi siamo è infatti modificabile, e in ogni caso si devono assolutamente evitare stravolgimenti o snaturamenti della propria personalità, magari perché convinti da qualche santone, o per far felici il proprio partner o genitore, o perché ci si crede invincibili o perché, al contrario, abbiamo poca stima di noi. Ricordatevi sempre che la fretta è cattiva consigliera e il tempo galantuomo.

Ma torniamo ai gruppi ideologici, alle ideologie e al loro movimento oscillatorio, facendo un semplice esempio.

L'ideologia è ed è stata lo sviluppo crescente del pensiero dell'uomo all'inseguimento di una perfezione della società naturale che lo circonda.

Tale ricerca lo porta a un costante perfezionamento dei contenuti ideologici in continua alternanza e opposizione, cosicché ogni nuova ideologia è spesso opposta a quella che la precede e perfezionata rispetto a quel filone di pensiero che ha contraddistinto tutte le sue simili fino a quel tempo.

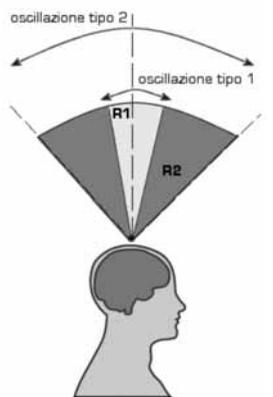
Possiamo dedurre come il sistema ricerchi l'equilibrio tramite approssimazioni di carattere opposto l'una dall'altra. Questa ricerca propagandosi nel tempo provoca un continuo ed energico conflitto fra le contrapposte ideologie.



Esiste inoltre un'innata tendenza accentratrice che provoca uno spostamento delle suddette verso il centro, una spinta nascosta e difficilmente esplicabile in termini oggettivi e razionali. Ne è una dimostrazione l'attuale società moderna dove i Paesi più evoluti (Stati Uniti, Francia, Inghilterra, ecc..) presentano un sistema di partiti piuttosto semplice, formato da due grandi poli politico/ideologici non poi così diversi e opposti fra loro. Di fatti le differenze che li contraddistinguono sono spesso relative ad aspetti marginali, sfumature più o meno accentuate nei programmi che si presentano agli occhi dell'opinione pubblica, spesso indecisa (è diffuso infatti il calo di affluenza nelle urne di tutti i Paesi industrializzati) ed incerta proprio per la mancanza di chiarezza, di elementi primari che distinguano nettamente un partito dall'altro.

### Stadio 1, la singola psiche

La vita, anche quella psichica, è movimento. Vediamo dunque con uno schema semplificato (che non vuole essere esaustivo, ma fornire un semplice spunto metodologico) quali possono essere gli estremi toccati durante i naturali movimenti oscillatori della psiche.

Opposto 1 (estremo)	Centro (equilibrio, qualità)	Opposto 2 (estremo)
<b>A) ECCESSO DI ISTINTO</b>  TROPPO ANIMALE  SOLO RADICI (PIANTA ACERBA)  SCONTRO CON LA REALTÀ TROPPIA REATTIVITÀ  ESTERNAZIONE CARICA AGGRESSIVA (ESPLOSIVA >>) SESSUALITÀ ECCESSIVA  <b>B) ECCESSO DI ORDINE</b>  CHIUSURA MENTALE STATICITÀ BANALITÀ APATIA, STATO INERTE  TROPPIA SUPERFICIALITÀ  PAURA DEI CAMBIAMENTI (NON SI AFFRONTA LA VITA)  VALORI TROPPI RIGIDI INTEGRALISMO  VICINO ALL'AUTISMO  <b>C) COMPORTAMENTI</b>  TROPPI RAZIONALISTA/LOGICO  TROPPI FREDDO/ASETTICO (LATI OMBRA IPER SENSIBILI)  TROPPIA SEVERITÀ  TROPPI ORDINARIO/PREVEDIBILE	 <p>sopra:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sezione di colore chiaro vicina al CENTRO (RANGE "R1")</li> <li>- sezione di colore scuro vicina agli OPPOSTI (RANGE "R2")</li> </ul>	<b>A) ECCESSO DI ASTRAZIONE</b>  TROPPI CIVILIZZATO  POCA RADICE (PIANTA INSTABILE)  ALIENAZIONE DALLA REALTÀ REATTIVITÀ ZERO  INTERIORIZZAZIONE CARICA AGGRESSIVA (IMPLOSIVA <<) SESSUALITÀ SCARSA  <b>B) ECCESSO DI CAOS</b>  CONFUSIONE MENTALE INSTABILITÀ INCONCLUDENZA EUFORIA, IPER ATTIVITÀ  TROPPI DETTAGLIO  PAURA DELLE ABITUDINI (NON SI PROGETTA LA VITA)  VALORI TROPPI VOLUBILI RELATIVISMO  VICINO ALLA SCHIZOFRENIA  <b>C) COMPORTAMENTI</b>  TROPPI EMOTIVO E SENSIBILE  TROPPI SENSIBILE (LATI D'OMBRA DURI/CINICI)  TROPPI BUONISMO  TROPPI CREATIVO/IMPREVEDIBILE

Questi sono tutti comportamenti eccessivi (di un segno o del segno opposto) ed è normale che possa capitare di provarne qualcuno nel corso della vita, ma non va bene quando li proviamo quotidianamente, intensamente, vivendo sotto stress o con rabbia o con apatia. Anche l'oscillazione frenetica o eccessiva tra uno e l'altro (i famosi sbalzi d'umore) non è cosa buona per la nostra qualità di vita, per la nostra mente e per le nostre relazioni.

D'altronde tante volte è impossibile trovare subito il ragionamento o il sentimento giusto, pertanto oscillare intorno alla soluzione o alla sensazione adeguata è cosa normale. La vita, si diceva, è movimento. È quindi normale anche cambiare parere ed essere indecisi prima di trovare la giusta misura.

Si potrebbe allora dire che la cosa più importante non è il movimento di per sé, ma la sua intensità e la sua qualità: è importante capire se è armonico, gestibile o totalmente incontrollato, positivo o distruttivo.

A titolo esemplificativo vediamo i due tipi di oscillazione mostrati in figura:

- L'oscillazione di tipo 1, quella nel range R1, è la più normale e abituale. In una mente sana e matura questo è il movimento oscillatorio più ricorrente, costante e continuato durante la giornata sia per eventi consueti e quotidiani che per quelli meno tipici e più imprevisi, ma sempre all'interno di una certa soglia di sopportabilità e sostenibilità psicologica.

- L'oscillazione di tipo 2, quella nel range R2, è invece legata a fasi della vita particolari e tipicamente temporanee, come l'adolescenza e lo sviluppo fisico e sessuale, a stati di emergenza o stress legati a eventi straordinari come un lutto, a eventi drammatici, fisicamente o emotivamente traumatici o invasivi come una malattia grave, ma anche positivi ma che comportano cambiamenti troppo

repentini e drastici dello stato delle cose, della conoscenza e dello stile di vita.

Sono in oscillazione di tipo 2, per esempio, le persone che hanno subito o stanno subendo forme di mobbing, plagio o manipolazione (controllo/possesso mentale), e magari ne sono inconsapevoli.

Una persona che vive con buona continuità in oscillazione di tipo 1 costruirà nel tempo un'identità e personalità più armonica, matura, completa, ampia, equilibrata e stabile. Anche in caso di scosse oscillatorie, eventi e imprevisti sbalzi psichici questi saranno più contenuti e contenibili, più brevi, più comprensibili, più forieri di crescita e di costruzione di nuove consapevolezze.

Al contrario, permanendo sempre o quasi in oscillazione di tipo 2 si avrà una personalità più squilibrata, eccessiva, incomprensibile (a se stessi e agli altri), con movimenti più eccessivi e imprevedibili, spesso pericolosi, con un sicuro aggravio di stress sulla psiche e sulla salute psicofisica in genere; movimenti troppo schizofrenici per essere assimilati integralmente e catalizzati verso qualcosa di costruttivo, finiranno per riempire inutilmente l'inconscio di ombre e pesi.

## Il “come”

### (coltivare una mente sana e robusta: lo spazio personale)

Come avete visto il funzionamento della psiche, individuale e collettiva, non è poi così complicato. Ma allora perché spesso vediamo, negli altri e in noi stessi, tante cose che non vanno? Omicidi, barbarie e violenza, ma anche semplice mancanza di rispetto, di amore e di civiltà, comportamenti più animali che umani... e poi tanta disarmonia, odio, rabbia o tristezza, nonsenso, solitudine, depressione, sconforto.

Il motivo, avrete capito, risiede nel non essere stati educati alla conoscenza della psiche e della mente.

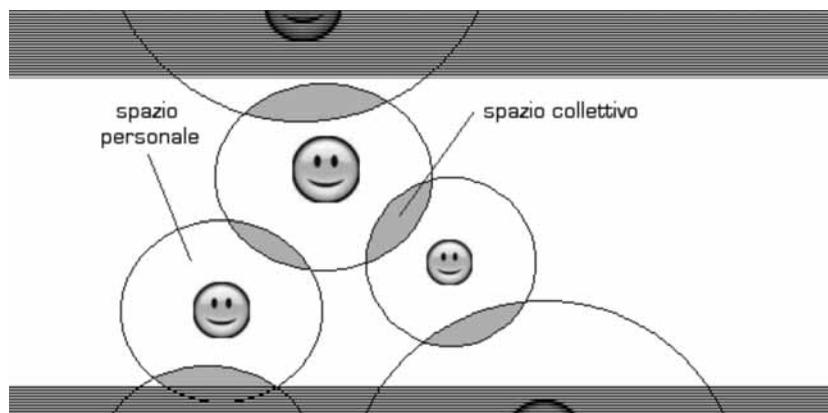
Se un oggetto non lo conosciamo lo usiamo male. Se non ne conosciamo i naturali limiti lo bruciamo o distruggiamo, se non ne conosciamo le grandi doti lo sottostimiamo e inutilizziamo, se non ne conosciamo la forma lo prendiamo in mano dal verso sbagliato e magari ci casca e si rompe... un po' come dover apparecchiare la tavola nella cucina di uno sconosciuto a luci completamente spente! Un disastro: piatti rotti, vetri sfondati, ginocchiate, testate e vasi in mille pezzi.

Ma questo da solo non basta. C'è una cosa che bisogna conoscere, e coltivare. Si chiama “spazio personale”. Nel Capitolo 1 abbiamo parlato soprattutto dello spazio personale fisico. Cos'è invece lo spazio personale mentale?

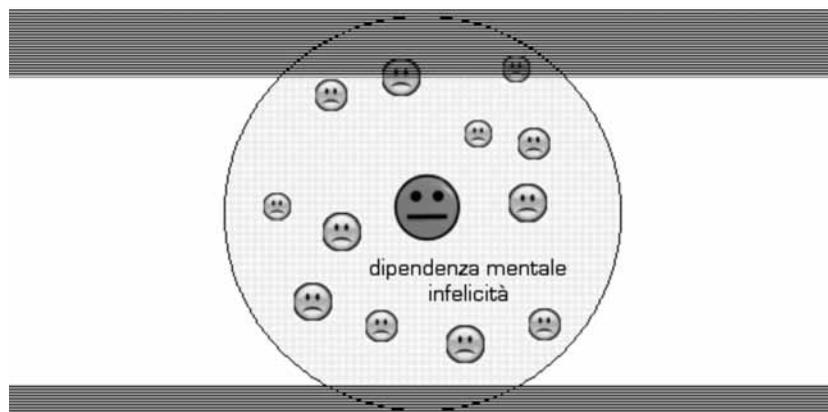
È lo spazio in cui esercitiamo il nostro intelletto, la nostra consapevolezza, il nostro potere. Se io ho il mio potere (vedi Capitolo 1, il potere su se stessi) e la mia consapevolezza, e il mio credo deriva da me o da altre persone di cui sono consapevole, allora mi risulterà molto più facile rispettare lo spazio personale degli altri, perché ne avrò cognizione, saprò cos'è. Al contrario, se non ho il mio spazio o non ne conosco l'esistenza e il funzionamento, sarà molto probabile che tenti di esercitare il potere sugli altri (e non più su me stesso), che cerchi la mia strada a discapito degli altri, violando appunto lo spazio personale altrui.

Ma quante volte, oggi, questo viene insegnato? Non insegnare ai bambini e alle persone lo “spazio personale” genera modalità e reazioni psicologiche che spesso vediamo nella società odierna, che spesso è “predatoria” anche quando in gioco ci sono cose molto futili.

Ma andiamo a vedere con un disegno ancora più semplice cos'è lo spazio personale, e cosa succede in presenza e assenza di questo:



(con spazio personale)



(senza spazio personale)

Nella prima immagine abbiamo un caso positivo, in cui le persone riescono ad avere e vivere coscientemente la parte “pubblica” e quella “privata”.

Nella seconda abbiamo un caso negativo, in cui si sviluppa il far west, la guerra per il potere, la scalata dell'uno sull'altro. Il risultato in questi casi è unico e indiscutibile: l'infelicità collettiva.

Nella prima immagine le persone sono felici e consapevoli, hanno

il proprio spazio personale e ne condividono serenamente una parte con gli altri, sapendo che condividere con gli altri e avere relazioni positive è una necessità importante e vitale.

Una mente adulta e sana ha dentro di sé una parte collettiva (istinti umani, istinti di genere, radici familiari, identità e cultura nazionale, regole e valori comuni) e una parte personale (attitudini e inclinazioni, carattere ed esperienze, arbitrio e indipendenza mentale). Per semplificare si potrebbe parlare di una parte pubblica (comune tra tutti gli esseri umani) e di una privata (la nostra unicità che ci diversifica) in equilibrio tra loro.

Quando un bambino nasce è fondamentalmente ancora racchiuso nella parte collettiva, governato dai propri istinti primari, gradualmente i genitori lo dovrebbero guidare a costruirsi la propria parte personale. Ma questo non sempre avviene, o avviene addirittura il contrario: si finisce per viziarli e far loro sviluppare solo la parte personale ed egocentrica, creando potenziali egoisti, cinici, depressi e disadattati in un mondo in cui la capacità relazionale è centrale e fondamentale.

Ricordiamoci che la qualità più rilevante per fare i genitori-educatori è la capacità di rimettersi in discussione.

Andiamo a vedere cosa accade quando nei bambini non viene avviato e costruito lo spazio personale.

Giusto		Sbagliato
<b>Sincerità</b> Autorità <b>Educazione</b> Fiducia <b>Chiarezza</b> Affetto <b>Serenità</b>		<b>Bugie</b> Possesso <b>Manipolazione</b> Ansia <b>Mistificazione</b> Morbosità <b>Euforia</b>

Nell'immagine troviamo a sinistra atteggiamenti che consentono la creazione di uno spazio personale, a destra atteggiamenti opposti.

Scegliere o distinguere tra uno e l'altro non è sempre facile.

I bambini a destra, senza spazio personale, avranno sempre rapporti psichici di dominio/dipendenza perché non conoscono altre modalità: "servi o padroni" dei propri amici, poi della fidanzata o del fidanzato e infine dei propri figli. Quelli a sinistra invece saranno liberi e in relazione autentica con gli altri, genitori compresi.

Anche qui la differenza principale è una: la felicità. Le persone sulla destra sono prigioniere di gabbie mentali, automatismi e reazioni più o meno inconsapevoli che li conducono a comportarsi in modo sbagliato.

A volte il confine tra la parte sinistra e quella destra sembra sottile, a volte i sentimenti sono mascherati, la tentazione e l'automatismo prevalgono, si scivola o si ricade nel circolo vizioso, ma in realtà se la si sa guardare e capire, la differenza di significato tra le parole di sinistra e le loro corrispettive di destra è veramente molto grande. Si può dunque imparare a distinguere.

Come genitori non dobbiamo avere paura di aver sbagliato, anche molto. È nostro compito andare avanti, anche se il cumulo di errori può sembrare enorme. Siamo noi che decidiamo di restare prigionieri dei nostri errori, siamo vittime e carcerieri assieme.

Con coraggio e lungimiranza possiamo invece rompere le catene della nostra e dell'altrui prigionia ammettendo i nostri sbagli e ricominciando con grande dignità a percorrere la strada.

La società oggi è piena di tentazioni, cose e persone che non ci saranno di buon esempio, ma non è entrando a far parte del loro club che staremo meglio. Non servirà a niente tappezzare le pareti am-

muffite di casa nostra con scintillanti poster e manifesti colorati, lo sporco e il cattivo odore torneranno sempre fuori.

Armarci di pazienza e amare davvero il prossimo, onorare lo spirito vero e autentico della vita, apprezzare la gioia e la serenità in ogni cosa. Il segreto non è avere dieci stanze invece di una, se quella che hai te la sei costruita da solo, e ogni volta che la guardi vedi qualcosa che non può cambiare e deluderti, perché hai la certezza della verità.

Una nota riguardo ai figli: tra l'amico e il genitore scegliete sempre il genitore, soprattutto nell'infanzia e nell'adolescenza. Se li saprete crescere bene, di amici ne troveranno tanti, di genitori hanno solo voi e se non ci pensate voi a guidarli nel mondo e nella vita non potrà farlo nessun altro al vostro posto.

### **Il "quando"** **(dare gli insegnamenti: le fasi dello sviluppo mentale)**

Abbiamo studiato e visto cos'è la complessità, cos'è la psiche collettiva e l'ideologia, come funziona la psiche individuale, e abbiamo parlato dello spazio personale.

Ma per proteggere una mente bisogna sapere anche come e quando si sviluppa, cosa molto importante per poter dosare gli insegnamenti e gli interventi educativi al momento giusto. Ogni insegnamento in ogni ambito va introdotto al momento giusto. Se lo fate troppo presto non viene compreso perché vostro figlio non ha ancora gli strumenti per farlo, se lo fate troppo tardi ci avrà già pensato l'ambiente esterno a riempire la sua testa con chissà quali risultati.

Ma è meglio arrivare un po' in anticipo (non succede niente, e semmai si riprova più avanti) che in ritardo, perché correggere un vizio educativo è difficile. Qualsiasi maestro artigiano racconterà che

è molto meglio insegnare un mestiere a chi non ne sa niente piuttosto che a qualcuno che ha imparato un metodo sbagliato. Più tardi arrivate, più problematico sarà correggere i vizi.

Dunque per avere questo tempismo bisogna essere dei buoni osservatori e conoscere quantomeno dei rudimenti su come si sviluppa la mente umana e come si configura gradualmente un cervello, a partire dalla nascita.

In proposito si veda il manuale *Idee educative* disponibile anche nel video *Le fasi dello sviluppo mentale* su <http://www.paternita.info/cervello.html>

## Conclusioni

Concludiamo con un'immagine fantasiosa e simpatica. Da musicista mi sono sentito di usare come metafora un pianoforte:

Si può dire che il cervello è come un pianoforte,

ci si può suonare dal lento classico  
al jazz frizzante,  
eseguire rigorosamente leggendo  
dallo spartito,  
oppure improvvisare  
andando a orecchio...  
è importante saperlo

nella vita puoi incontrare chi  
ti insegna a usare il tuo piano,  
ma anche trovare chi  
lo usa senza dirtelo  
e di nascosto suona la melodia  
della tua vita, senza farla suonare a te...



Dunque la domanda è: chi sta suonando il tuo piano?

Un augurio a tutti i padri e genitori che stanno educando i propri figli.

Ricordatevi che siamo tutti collegati (in africano si dice *ubuntu*) e insieme possiamo coltivare un'identità e un mondo migliori.

Vivete e donate in abbondanza, senza risparmio. Pensate e comunicate. Non tenetevi mai le cose dentro, è sempre una perdita, anche quando non sembra.

Ciò che tenete dentro morirà con voi. Ciò che comunicate vivrà per sempre. Quando non ci saremo più, ciò che resterà di noi sarà solo quello che abbiamo fatto, detto e dato.

## FAMIGLIA E ATTUALITÀ

Per la paternità, per la maternità e per i figli.  
Per una famiglia sana ed equilibrata in cui nessun genitore sia escluso, ma sia accettato in quanto uomo e in quanto donna.  
Una famiglia in cui figli possano ricevere i diversi e altrettanto validi insegnamenti che il padre e la madre sapranno dare.

Una famiglia che ci auspichiamo come punto di partenza per riequilibrare la società e riportare in circolazione i valori di amore, rispetto e semplicità.

## SENZA FAMIGLIA... È POSSIBILE?

La Famiglia è un'istituzione tra le più importanti, da decine di migliaia di anni ci guida e dà senso alle nostre vite, di singoli e di collettività, è l'istituzione primaria della nostra socialità e ci ha portato sino a qui oggi.

Nel '48, dopo le guerre, la Costituzione italiana e la Dichiarazione Universale dei Diritti dell'Uomo definirono la Famiglia "nucleo naturale e fondamentale della società", "protetto dallo Stato", formato da "un uomo e una donna", che hanno il compito di "istruire ed educare" i propri figli.

Negli ultimi decenni, però, qualcosa è cambiato: eccesso di agio e carenza di educazione ci hanno portato spesso a ripudiare e maltrattare la nostra stessa natura e la storia della nostra evoluzione; abbandonati alle nostre libertà illusorie e colmi di presunzione, abbiamo creato teorie stravaganti che ci spingono verso un futuro individualista e astratto.

Così abbiamo gradualmente impoverito questa istituzione educativa, luogo di accoglienza, stabilità e sostenibilità psichica, fonte di senso ed equilibrio, ponte tra individuo e società.

Il divorzio non ha reso le persone più libere, la disgregazione familiare genera nei figli molti e gravi problemi, nascono nuovi fenomeni di discriminazione ed emarginazione mentre un business

da oltre 10 miliardi di euro tra tribunali, avvocati, psicologi e interessi vari pesa sulla collettività e rappresenta un marketing sociale di dubbia etica e utilità.

Il fatto è che non si può mai davvero dividere una famiglia, si può scriverlo su un pezzo di carta e si può battere il martello del giudice sul tavolo ma alla fine la realtà è che noi restiamo sempre genitori dei nostri figli e la famiglia non cessa di esistere.

Non c'è legge che possa sollevarci dalle nostre responsabilità naturali e civili (amare e crescere i nostri figli, innanzitutto) e che se fuggiamo loro ci inseguiranno, diventando ancora più grandi e pesanti.

### **I dati della disfatta**

Alcuni dati esemplificativi: l'anno scorso in Italia ci sono stati 200mila matrimoni e 150mila fra divorzi e separazioni; un terzo della popolazione ne è coinvolta direttamente o indirettamente; ogni due matrimoni quasi uno si interrompe (e il trend è in crescita), insomma nelle difficoltà ci si molla. In una società in continua evoluzione e turbolenza la famiglia ha sempre rappresentato un punto fermo, l'embrione della solidarietà che come un virus benevolo si spande nel mondo. Oggi non lo è più, e le conseguenze si manifestano sotto forma di disgregazione sociale, corporativismo, sopravvivenzialismo, bullismo, solitudine e malattie depressive ai massimi storici.

Dice l'OMS che la depressione sarà presto la seconda causa di disabilità umana nel mondo, puntando a divenire la prima. A breve il sorpasso delle patologie psichiche su quelle fisiche. In Italia, secondo l'INAIL/EURISPES, sono oltre 4 milioni i trattamenti psichiatrici, 10 miliardi annui il costo degli psicologi, e un malato su due ritiene che curare la depressione sia più difficile che curare un tumore.

Ci siamo persi, è evidente. E la grande complessità che si è generata negli ultimi decenni nei nuovi sistemi globali economici sociologici e psicologici ci sta scappando di mano. Non siamo in grado di gestire tutta questa frammentarietà, creata dal rifiuto integrale del passato basato su cose semplici come famiglia, padre e madre e su regole chiare e solide.

Nella storia collettiva e nella singola psiche la famiglia rappresenta una delle sicurezze più importanti: il diritto a un padre e una madre, il diritto ai figli, il diritto alla tranquillità delle mura domestiche, necessità e stabilità di cui ogni persona ha bisogno per un'esistenza sostenibile, per non incorrere nella solitudine, nella depressione, nella povertà e nel caos che diventano inevitabili quando si esce dal naturale asse della vita, dal senso e dalla linea dell'umanità senza i quali la nostra bellezza svanisce e torniamo a essere bipedi in guerra per un pugno di terra e una misera sopravvivenza.

### **Il rimedio all'insicurezza**

Togliendo le basi su cui è formata la società e che tuttora la reggono, e si comincia a traballare. Per questo il mondo appare sempre più incerto e confuso. Ricordiamoci che noi siamo e ovviamente saremo sempre animali. Anche per loro, i cui istinti sono molto legati e vicini ai nostri, è la stessa cosa. Prendete un animale qualsiasi, per esempio un cane, e provate a spostare ogni giorno la sua cuccia. Le prime volte la cercherà e la ritroverà, ma se continuerete la cercherà con sempre meno insistenza, si dimostrerà sempre più disorientato e stanco, fino a quando lentamente smetterà di cercarla, e anche la sua voglia di vivere gradualmente diminuirà, fino a farlo arrivare a non nutrirsi più e lasciarsi morire. Questi sono gli effetti della costante e cronica mancanza di sicurezze.

Un continuo e caotico variare dell'ambiente circostante porta la mente a scollegarsi dalla realtà percepita e perdere tutti i riferimenti

che aveva creato in relazione alle proprie pulsioni e necessità vitali. Una volta scollegati tutti i fili, una volta che nessun segnale risponde più dall'esterno alle necessità e agli istinti primordiali di sopravvivenza, desiderio e sicurezza, anche la più robusta e semplice coscienza interna si spegne e smette di chiedere e cercare. Il cane stravolto e stanco si accascia o si accuccia al suolo per non rialzarsi più.

Il liberismo morale ed economico, l'incessante crescere del famigerato relativismo e l'assoluta mancanza di luoghi e situazioni di stabilità, coerenza, riferimento e senso sono senz'altro un problema. Se smettiamo di impegnarci a dare senso alle cose, le cose non avranno più senso. È molto semplice. Ma se le cose non hanno più un senso, anche noi lo perdiamo, la nostra esistenza, la nostra vita e le nostre azioni non hanno più significato, uccidere può diventare come vivere, perché nella mancanza di senso tutto è uguale, tutto è niente e niente è tutto.

Potremmo invece vivere, anzi potremmo vivere addirittura splendidamente. E questo lo sappiamo bene, perché in passato è successo.

Ci sono due elementi fondamentali che hanno portato all'insicurezza dei nostri tempi: la dissoluzione della famiglia e la dissoluzione del lavoro.

Da quindici anni la liberalizzazione dei contratti e il lavoro precario sono diventati una mannaia sulla testa per un lavoratore su tre: un giorno ti alzi e hai lo stipendio, il mese dopo no, quello dopo forse; il mese dopo ancora ti spostano il lavoro a 500 km da casa: impossibile vivere, avere una relazione stabile con moglie o marito, impossibile poter crescere ed educare i figli senza stabilità, impossibile avere amici e mettere sane e vitali radici in qualche posto.

L'altro elemento è la liquidazione della famiglia, insieme alla quale abbiamo perso il riferimento più importante della nostra vita, il nu-

cleo della società è stato disgregato, annullato, disciolto nella fluidità dove tutti annegano nell'oblio del non senso, dove la ricerca della lunga vita – per la prima volta – non interessa più come prima perché le persone non sono più preoccupate di vivere duecento anni ma non sanno più neppure come viverne cinquanta, e secondo le stime dell'OMS i suicidi (1 milione all'anno solo quelli conteggiati, 9mila in Italia) sono ormai causa di morte più delle guerre.

Dobbiamo dunque rimettere al centro la famiglia naturale come nucleo condiviso di ogni società: uomo e donna non più strumentalizzati, politicizzati, che rimettono al centro della loro vita i loro istinti più naturali assieme alle migliori conoscenze umane e civili.

Abbiamo bisogno di senso. Abbiamo bisogno di capi e leader saggi e forti nello Stato, nelle città, nelle famiglie... Non a caso nel 1948 il Diritto Civile insieme ai fondamenti di uguaglianza e libertà, definiva anche il ruolo di Capofamiglia (il "buon padre di famiglia").

Ogni società umana ha origine e nucleo nella famiglia, le civiltà sono nate da agglomerati e unioni di famiglie. Dimenticando questo, tolta questa base, tutto perde di senso e si sgretola.

### **Le donne e il vuoto di padre**

La donna moderna: un tema di cui poco si parla perché difficile, scomodo, oscuro, per la singola coscienza come per quella collettiva. Mi riferisco all'evidente gap tra come si mostra e s'immagina la donna e come realmente è, in carne e ossa, cervello e anima.

La donna reale non è così in buona salute come la si dipinge e la si vede ritratta in modo quasi ossessivo sui media, tutti presi dall'idea monolitica di una donna sempre perfetta e impeccabile, indistruttibile eroina della moderna società dell'immagine, instan-

cabile strumento a uso commerciale nel mercato del capitalismo e del consumo. La realtà è diversa: e non parlo delle tante donne che dopo aver chiesto la separazione (il 74% delle separazioni, secondo l'ISTAT, sono richieste dalle mogli) fanno di tutto per impedire ai figli di vivere liberamente col padre. Parlo soprattutto delle donne che conoscono i valori e la ragione, che ogni giorno si impegnano per cercare di mettere la sincerità e l'onestà al centro della propria vita, ma non ci riescono, oppure ci riescono ma non ne percepiscono bene il senso, e sentono invece sempre più spesso la necessità di cambiare per sentirsi più partecipi, vive, amate e amanti, complete, felici.

E la mancanza di senso e direzione, di amore e partecipazione alla vita può portare a imboccare qualsiasi strada, anche la più terribile, devastante e autodistruttiva. Dunque, vogliamo occuparci delle donne, della loro felicità, e spiegare come questa sia direttamente correlata all'esperienza paterna, della ragazza e prima ancora della bambina, e dell'amore e direzione che riceve dal primo uomo della sua vita: suo padre.

Abbiamo sinora parlato del padre e della sua importanza per il figlio che deve crescere, basandosi innanzitutto su ciò che ha ricevuto lui stesso da bambino, in un cammino dell'umanità che prosegue in modo naturale.

Ma per una bambina è sufficiente? No. Il padre per una figlia ha anche un'altra peculiarità, è anche un ulteriore riferimento: quello dell'amore. Amore per l'altro, ciò che è diverso da lei, un uomo. E, come vedremo, se non ha ricevuto amore dal padre, per una donna sarà più difficile amare. Scambierà l'amore per il prossimo con l'interesse, l'amore per se stessa con l'egoismo, l'amore per un uomo con il possesso e il controllo.

### Una piccola tribù interiore

Ogni donna dentro di sé conserva un piccolo bisogno e desiderio di padre, quel sentimento profondo e radicato che nasce dal sentire che c'è un posto dentro e fuori dove può sempre essere accolta, amata, protetta, abbracciata. Lo stesso vale per gli uomini: anche il più adulto e maturo conserva dentro di sé un "angolino" in cui c'è una madre amorosa e felice sempre in attesa di lui, pronta ad accoglierlo e ad accarezzarlo.

È un sentimento inconscio, ma fortissimo e viscerale, come quello che troviamo in tutta la letteratura di guerra, dalla Grecia classica al Novecento, in cui un uomo può affrontare qualsiasi trincea e dolore avendo nel cuore la presenza profonda della propria donna, e una donna può sopportare qualsiasi tempo e distanza, conscia di avere nel cuore l'immagine vivida del proprio uomo; ed è lo stesso che anima l'amore a distanza ma pieno di forza fra un carcerato e la sua donna, che resiste magari per decenni, fedele, autentico, perché dentro di loro c'è un contatto, uno scambio profondo di maschile e femminile, di padre e di madre, di figlio e figlia, una tribù interiore che vive nelle foreste delle nostre origini esistenziali e inconse.

Uno spazio necessario in cui il bambino e la bambina interiori, in cui trovano il proprio riconoscimento e il proprio nutrimento, in cui l'infanzia e l'adolescenza continuano a vivere, per sapere chi siamo stati e chi siamo oggi conoscendo i bambini di ieri.

Per questo, un uomo e una donna adulti che si amano in modo maturo, duraturo e consapevole, sanno che oltre essere compagni, maschio e femmina e amici profondi, hanno bisogno anche di riconoscere reciprocamente questo spazio di padre e madre, e di riempirlo, vivendoci dentro con serenità.

Un uomo che sa questo, sa anche affidarsi alla propria donna con fiducia, sa lasciarsi accogliere, e riconosce alla donna quello spazio

di cura, sensibilità e saggezza; allo stesso modo una donna che sa questo sa affidarsi al proprio uomo con fiducia e lasciarsi condurre, e riconosce all'uomo quello spazio di autorevolezza e virilità.

### **La richiesta muta**

Anche nelle donne più maschiline o arriviste risiede questa richiesta. È il vuoto mai riempito da un padre, un vuoto che porta rabbia o cinismo, solitudine o apatia, modi di vivere insani che poi però da adulti si cerca di schematizzare, sminuire, normalizzare. In realtà in quella bambina, se sapremo cercare, troveremo quella richiesta muta di padre, di affetto, di sicurezza e approvazione, di direzione e senso, quell'esperienza e quella dote che se non vissuta, difficilmente da donna adulta potrà essere trovata e riconosciuta in un altro uomo, anche se questi le sta vicino, è molto innamorato e pronto a starle accanto in tutto e per tutto.

Una bambina che vive l'amore per il proprio padre da grande saprà facilmente traslare questo spazio psicologico e istintivo verso il compagno giusto per lei.

Per questo, quando non ha un padre (o ha un padre assente poco presente, o presente in modo negativo) lo cercherà inizialmente fuori, in qualche altro adulto, magari lontano, impossibile, etereo o astratto, in un leader religioso, uno scrittore, magari perderà la testa per un uomo molto più vecchio di lei e scambierà il sesso per amore, il compagno per un surrogato, pretenderà da lui di essere protettivo come verso una bambina di cinque anni ma poi allo stesso tempo si ribellerà e vivrà questa protezione come un'invasione della sua indipendenza. Contraddizioni stridenti e frustranti che provocano ancora più rabbia, solitudine, confusione, depressione.

### **Ritrovare il sano maschile interiore**

Dunque come fare? Non ci sono molte alternative, e vale la stessa regola per uomini e donne: bisogna ricostruirsi una figura di padre interiore. In modo che nessuno possa più entrare, calpestare questo spazio così importante, intimo, delicato. Dobbiamo tornare alle origini della nostra vita, esaminarne le radici, capire il perché dell'assenza paterna e genitoriale a partire dalla nostra famiglia: scopriremo tante cose interessanti.

Scopriremo che anche nostro padre ha avuto poco padre, che non ha saputo come fare a sua volta, o che nostra madre ha avuto poco padre e di conseguenza non ne riconosceva l'importanza vitale. E, allargando il campo della ricerca, scopriremo che socialmente e culturalmente, la paternità e la maternità sono stati quasi sempre due mondi troppo lontani, compartimenti stagni non comunicanti. Non si cambia una cultura secolare in qualche anno, ci vorrà tempo, ma quel tempo dipende anche da noi. Possiamo cominciare oggi, iniziando a cambiare la nostra vita in meglio.

La natura ci ha creati uomo e donna per esistere e crescere insieme, per sempre. Se sapremo riscoprire le ragioni profonde di questo, di fronte a noi si aprirà un futuro più promettente, ricco, aperto alla speranza, al dono, alla fiducia, alla vita.

### **La cura del maschile**

Quello che manca al maschile oggi è la tenerezza, l'amore, il dialogo, l'empatia, la comprensione, gli sguardi di affetto, il contatto mentale, il calore umano.

Il silenzio dei nostri padri, la loro assenza, la loro lontananza psichica, la loro aridità di amore e tenerezza sono stati come un veleno leggero, che però iniettato ogni giorno nella nostra vita, ci ha portato ad ammalarci. Dietro alla superficialità dei manierismi, all'i-

pocrisia delle parole, agli sguardi fuggenti si celava un dolore, una paura, una verità che i nostri genitori non hanno mai avuto il coraggio di confidarci, di esprimerci, forse perché ciò li avrebbe obbligati ad affrontare questi vuoti, queste paure.

Questo silenzio, questa ipocrisia è stata come una violenza che ha lavorato dentro di noi per tutta la vita, deteriorandola, alienandoci da essa stessa.

Addestrati quasi a ignorare la realtà, le verità, le emozioni, gli istinti, a rifugiarsi come loro con le nostre insicurezze in qualche utopia, credo o ideologia, siamo cresciuti come macchine, come automi, e come tali mancanti della cosa che invece più contraddistingue l'essere umano: il sentimento.

Allora la cura è questa: il sentimento, quello nascosto, quello vietato, quello da gay, quello dei deboli, quello da donne, quello sbagliato, così la società nella quale siamo cresciuti l'ha definito per tenerci lontano da ciò che più temeva: riconoscersi, vedersi allo specchio. Guai a un padre che carezza il figlio o che piange se lo vede mentre se ne va nella vita, guai a un ragazzo che parla di amore anziché di politica, di tenerezza anziché di tette, di poesia anziché di calcio.

Questi siamo noi, gli uomini di oggi, esseri completi ma con un gesso a una delle due braccia, perché i medici ci hanno detto che quel braccio è malato, e il gesso va portato per sempre. E ogni volta che abbiamo sentito una pulsione, un istinto a toglierci quel gesso è seguito imbarazzo, disapprovazione, solitudine.

Ma quando quel gesso ce lo togliamo, scopriamo che il braccio è sano, e che con il braccio libero possiamo vivere come persone normali, sentirci completi e più indipendenti. Possiamo amare, piangere, ridere, essere di Sinistra o Destra, teneri o severi, decidendo di esserlo, senza le paure che aveva mio padre e di tanti grandi e piccoli uomini eterni adolescenti.

Per quel che mi riguarda, è stata la paternità ad aiutarmi togliere quel gesso e a lasciar fluire tutti i liquidi che tratteneva. Certo, è un processo ancora lungo perché c'è tanto dolore, tanto non vissuto, tanta vita non amata da scontare, ma sotto quel gesso, insieme alla tenerezza, alla bontà e all'amore, c'è anche la voglia di vivere e a sperare in un mondo migliore.

Jung la chiama Anima (la parte femminile del maschile), per me invece significa semplicemente essere una persona umana, essere uomini completi, cioè forti e razionali, ma anche teneri e sensibili.

Ovunque nel mondo la malattia più grande del maschile è la solitudine, in Italia si vede dal milione di persone che si lasciano andare al barbonismo o alla depressione, dai 600mila carcerati, quasi tutti uomini, dai 3-5 milioni di clienti di prostitute, da molti padri che ancora abbandonano la propria paternità, la propria ragione di vita.

Perciò la cura è questa: uscire dalla solitudine, dal silenzio, dal distacco, dal vuoto, dalla paura, dalle angosce e dall'ansia, dalle ideologie e costrizioni, dalla violenza e dalla passività, dal mondo dei numeri e del calcolo che ci dà solo finte o parziali sicurezze, che da sole non bastano.

La cura migliore per l'uomo è l'amore. Se per amare dovessi diventare prete, gay, donna, alieno, larva, cinghiale, lo farei. Ma tanto ho capito che l'amore non può portare altro che a una cosa: a diventare se stessi, a riconoscersi per ciò che si è, per le proprie potenzialità, ad aprire gli occhi al mondo, a tutto ciò che di bello c'è e tutto ciò che di bello una persona può fare, che è tanto, perché nel mondo dell'amore esiste una parola che si chiama infinito. Il dono, il dialogo, la conoscenza, l'affetto, lo sguardo, sono tutte cose infinite, perché nel mondo dell'amore non esiste la noia e l'omologazione, esiste la creatività e la realizzazione di ogni individuo.

La separazione da mia figlia mi ha fatto capire quanto più grande sia l'amore, perché sebbene tante persone, giudici e leggi dello Stato abbiano cercato di ucciderlo, lui non s'è neppure scalfito, mi ha sempre indicato la strada e ora risplende al sole di fronte a mia figlia, a me, al mondo, insieme a milioni di altre gemme lucenti che sono tutte le anime delle persone che riescono ad amare. Aprire gli occhi su questo panorama di colline e smeraldi è importante per capire qual è il mondo che vogliamo per domani, perché lo possiamo realizzare e sarà bello andare a letto e sognare finalmente qualcosa di positivo: il mondo che sarà domani.

Non ho più paura di piangere, di dire al mondo chi sono e so che quando morirò una parte del mio diamante continuerà a splendere nei miei figli e nei miei cari. La vita forse è breve ma preferisco questo passaggio di scintille fantastiche che un'eternità di buio. Io sento che molti uomini che hanno sofferto e che non hanno fatto finta di non vedere, ma si sono presi cura di quel dolore e di tutti i significati che aveva, oggi stanno rinascendo per portare al mondo la bellezza del loro diamante.

### **Coppia, come sanare la frattura**

Portare alla luce il conflitto per risolverlo. Dai litigi in Tv alle separazioni nei tribunali, dalle ideologie del '68 sino alle odierne leggi di genere, appare evidente un radicato conflitto sociale tra maschile e femminile.

Eppure nella storia uomo e donna hanno sempre collaborato, e se oggi siamo nel punto più alto della catena alimentare, ciò è dovuto anche grazie a questa collaborazione.

Psicologicamente, la società si è sempre strutturata su "famiglia e diversità": il padre trovava il senso nella sua realizzazione nel mondo fungendo da traino e creatore di senso per la sua donna e

i suoi figli; tutti così avevano e davano un senso coerente e duraturo alla loro esistenza; oggi invece le persone appaiono nevrotiche e stressate dall'assenza di direzione o scopo.

Le organizzazioni delle Pari opportunità a mio parere contribuiscono ad alimentare questo stato di cose, proponendosi, a discapito del nome, come strumento di "omologazione forzata" tra uomo e donna, esaltando razionalità e calcolo in modo esasperato: i due partner devono progredire simultaneamente e identicamente, oppure non progredire affatto.

Avete mai visto una coppia "paritaria" tra le mura di casa? Litigano per ogni minuscola cosa della quotidianità, a partire dallo spazzolino, tutto deve essere perfettamente separato in due... ci si controlla a vista e ossessivamente si passa il tempo a verificare che l'altro non avanzi troppo, e intanto non ci si evolve.

Più che pace e parità pare un inferno, ma d'altronde uomini e donne ora sono sullo stesso "campo", entrambi capofamiglia, entrambi gregari; il fatto però è che alla fine è fisiologico che ci sia sempre uno dei due che tira le fila, solo che non si ammette, e la lotta intestina di cui parlavo prosegue sempre più subdola, inconscia e meschina.

Come uscirne? Non fermandosi alla superficie, ma ragionando, senza farsi ingannare da ideologie egoistiche, astratte o strumentali che promettono grandi cose in futuro, ma intanto nel presente portano a fare la guerra al prossimo. Essere Uomini e Donne autentici, che assecondano la biologia e valorizzano le proprie individualità, è un bisogno della società e porta a vivere meglio, in modo meno nevrotico e represso, più sensato e libero.

Biologia, Umanità, Individualità: rispettate nell'ordine queste basi e le loro regole e probabilmente qualunque cosa farete sarà più solida e bella, senza nuocere a nessuno.

## Adolescenza, la mia strada

La ricerca di sé. Verso l'uomo, o la donna, che si diventerà. Ecco una piccola guida per un ragazzo che i genitori non ce li ha, oppure ce li ha, ma si sente senza psicologicamente, emotivamente, moralmente.

Nel mondo complesso e ramificato di oggi, il vero dono di amore e di rispetto che può fare un genitore verso i figli è quello di educarli e guidarli alla vita con impegno e sincerità.

Non c'è altro modo di trasmettere queste due importanti doti se non dando per primi l'esempio, come adulti seri e maturi.

Quando questo non avviene, crescere è più faticoso, ma ugualmente possibile. Bisogna prima di tutto rendersi conto dell'effettiva incapacità dei propri genitori di dare ciò che sarebbe necessario.

Ma come si fa a sapere ciò di cui si ha bisogno se ancora non si è sufficientemente maturi per poter giudicare esattamente cosa è bene e cosa è male, cosa è giusto e cosa è sbagliato, per noi e per gli altri?

Si può iniziare rispondendo proprio a questa domanda: cosa è bene e cosa è male. Per noi e per gli altri. Cosa è giusto e cosa non lo è. In fondo questa non è una domanda, ma è "la" domanda.

Essere arrivati a porsi è già un passo enorme e importantissimo. I filosofi infatti insegnano che la cosa più intelligente non è correre spasmodicamente alla ricerca di risposte, ma piuttosto saper trovare (e sapersi fare) le giuste domande.

Dunque un genitore non deve dare solo e sempre dogmi e soluzioni (spesso personali e opinabili) ma soprattutto fare al figlio le giuste domande, quelle che stimolano e indicano una direzione all'interno della quale il ragazzo trova la sua dimensione, il suo approccio alla soluzione, che non può che essere personale e unica come unico è ogni essere umano su questa terra.

Se il genitore si sottrae a formulare queste domande (perché magari anche lui da piccolo non le ha ricevute) è bene attivarsi in fretta, guardandosi intorno, per cercare adulti pronti, uomini capaci di darci idee e spunti, stando ben attenti ai ciarlatani o a chi furbamente usa la voglia di vita dei ragazzi, per sedurli e controllarli, rubando loro una giovinezza che non riesce ad accettare di non avere più.

## Adolescenza: una fase infinita?

L'adolescenza non è necessariamente un periodo temporaneo della vita, ma talvolta, e oggi molto spesso, si prolunga e perdura per tutta la vita. La maturità non sopraggiunge automaticamente col passare degli anni, ma arriva solo come dono dell'impegno sincero che abbiamo profuso nel tempo e della conoscenza autentica che abbiamo saputo acquisire e trattenere.

Insomma, dobbiamo darci da fare. Piangersi addosso non serve e non servirà mai. Anche se abbiamo avuto i genitori più terribili di questo mondo, questa non può essere una giustificazione. Ogni nuova generazione deve ereditare i benefici, ma anche sapersi prendere carico degli errori di quella precedente. È tutto qui.

## Non fare finta

Purtroppo, quando si cresce troppo vicino all'ipocrisia e senza guida, si impara a prendersi in giro. Vediamo gli altri intorno a noi che non affrontano la tristezza che hanno dentro, la mettono da parte, e pensiamo che si possa vivere anche non prendendosi carico di se stessi e dei propri problemi.

Ma non è così. Non bisogna fidarsi di quelle persone. Anche se sono bravi a mascherare, segretamente vivono male, e col tempo

imparerete a distinguerli, a distinguere la finzione e la recita quotidiana di chi vive nell'inganno di se stesso.

Perciò se ci si sente diversi dagli altri non bisogna aver paura: è sano. Non bisogna aver paura di sentirsi tristi: è normale. Tutto si affronta, e tutto prima o poi si capisce. Scrivete se vi serve, trovate un buon amico sincero che vi capisca, parlate con voi stessi. Voi siete il vostro miglior amico. Eh sì... perché chi non ha un buon rapporto di ascolto e rispetto di se stesso difficilmente potrà averlo con gli altri.

Perciò, quando vi sentite stanchi o apatici, quando provate rabbia o odio, se il mondo vi sembra pieno di iniquità, ingiustizie o prepotenze, se vi sentite persi, folli o inascoltati, o se avete fatto brutti o bruttissimi pensieri, sappiate che tutto fa parte del vostro percorso.

Questi sentimenti li state provando perché siete vivi, ed evidentemente è necessario che li proviate per arrivare a nuove consapevolezze e a nuove comprensioni.

A volte nell'adolescenza può essere necessario attraversare qualche valle buia o infuocata, trovarsi come nella terra di mezzo, senza guida e direzione, ma l'approdo c'è, la terra verde della gioia esiste, bisogna solo avere fiducia e serenità e rimanere calmi, in ascolto, e col cervello pronto a trovare gli spunti giusti.

Il nostro cervello è la cosa più importante che abbiamo.

È lì che risiede la nostra coscienza che ora si sta formando sul serio, sta diventando grande e bella, e anche se in questo momento il disegno complessivo non ci appare, il puzzle non lo vediamo bene perché i pezzi sono ancora pochi e troppo sparsi, il disegno c'è ed è sempre splendido e straordinario come ogni singola vita, perciò non educiamo il nostro cervello alla menzogna, ma facciamo sì che si relazioni col mondo nel modo più semplice e sincero possibile.

Noi siamo i protagonisti della nostra vita, e se aiutiamo noi stessi in questo potremo poi aiutare anche gli altri ad esserlo. E se vogliamo che il mondo sia diverso in qualcosa, possiamo iniziare quel cambiamento a partire da noi.

Perché, come scrisse Proust: "Il vero viaggio di scoperta non consiste nel cercare nuove terre, ma nell'aver nuovi occhi".

### **Le ragioni del silenzio dei padri**

Spesso, anche se non sono separati da un divorzio, padre e figlio lo sono già negli sguardi, nelle relazioni. La loro distanza mentale è l'anticamera che porterà poi alla separazione fisica. Molti padri non riescono a seguire il figlio come vorrebbero o dovrebbero perché a loro volta non sono stati educati e seguiti moralmente, affettivamente e razionalmente, dal proprio padre.

L'assenza paterna ha origini storiche ben radicate nel secolo scorso, un secolo fatto di guerre atroci e condizioni di lavoro degradanti, luoghi lontanissimi dalla casa e dalla famiglia, luoghi in cui uomini e padri sono morti a milioni (600mila italiani soltanto nella Grande Guerra) o sono stati resi incapaci di continuare a vivere e svolgere dignitosamente le loro funzioni sociali.

Una lunga catena fatta di anelli mancanti, che deve essere ricostruita oggi da chi è vivo e sano, perché nel collegamento con le radici ci sono semi importanti per la propria vita futura e la felicità.

La vita di chi riesce a fare pace col padre e col maschile in genere cambia, i rancori si spengono, ci si costruisce un sano padre interiore che sarà la nostra guida per il futuro, per essere padri migliori, come nostro padre avrebbe voluto essere, anche se non ce lo ha mai detto.

Questi padri assenti semplicemente sono stati uomini con la ferita di un padre mai tenero e presente, uomini che hanno trasferito poi il meccanismo della solitudine e dell'indifferenza ai loro figli.

Nel secolo scorso la donna ha iniziato un percorso di uscita dalle miserie e dalle gabbie delle epoche oscure. L'uomo ancora no, non ha avuto il suo '68 e porta ancora i pesi di quel mondo in cui era poco più che numero, mezzo per procacciare, in cui figlio e padre venivano divisi, pressati, incasellati fino ad essere spesso tragici competitori l'uno con l'altro.

Qual è il futuro di una società in cui viene negata a un bambino la tenerezza del papà?

### **Assenza paterna e prospettive future**

L'assenza dei padri nella famiglia e nella società è un fenomeno molto rilevante e diffuso nel mondo e ancora poco discusso.

In Italia un figlio su cinque cresce senza un padre, negli Stati Uniti uno su tre.

In Gran Bretagna, secondo il «Daily Telegraph» tra le prime dieci richieste che i bambini fanno a Babbo Natale c'è proprio quella di avere un padre.

Negli ultimi quarant'anni, migliaia di studi hanno tracciato le coordinate di questo fenomeno, evidentemente molto negativo per il genere umano. Di recente, Giuseppe Palma, presidente dell'Ordine degli Psicologi, ha depositato in Senato alcune di queste ricerche provenienti da 4 diversi continenti.

Quello che emerge dai numeri (credo sarebbe bastato il buon senso) è che senza padre i figli sono più soli e meno capaci di af-

frontare le sfide della vita; in particolare si evidenzia che la gran parte dei suicidi e omicidi, degli atti criminali e violenti, dell'uso di droghe e alcool e dei fallimenti scolastici e matrimoniali sono da imputare alla mancanza di un padre presente. In media, un figlio con un solo genitore è dalle cinque alle dieci volte più a rischio di incorrere nelle problematiche appena citate.

Ma negli studi sono trattati anche aspetti psicologici emergenti come l'incertezza dell'identità sessuale, l'insicurezza e la predisposizione ai disturbi di ansia e panico, l'instabilità e la tendenza alla depressione, condizioni e patologie attribuite alla mancanza di un riferimento paterno stabile.

Va detto che in questi ultimi anni qualcosa sta accadendo: il Brasile ha approvato la legge sull'impossessamento della prole per garantire ai figli entrambi i genitori; Inghilterra e America hanno disposto l'obbligo medico di fornire ai cosiddetti "figli dalla provetta" i dati del padre biologico; l'Italia sta discutendo il nuovo affido condiviso (bis) che garantisca al figlio la doppia residenza (come in Francia) e il pari accesso ai figli per entrambi i genitori.

Cenni nella direzione giusta, che ci fanno capire la strada da percorrere per il bene della società e dei nostri figli.

### **Figli di genitori single, ricerche e statistiche**

Riassumiamo qui sotto alcuni dei principali risultati della ricerca internazionale sul tema dell'importanza di entrambi i genitori nella crescita dei figli:

**Maggiore sicurezza di sé:** Lo studio su tremila bambini di scuola secondaria di primo grado attesta che sono i bambini che vivono con entrambi i genitori a percepirsi i più sicuri di se stessi se comparati ai bambini residenti con un solo genitore.

Fonte: G. Poussin – E. Martin Leubern, *Consequences de la separation parentale chez l'engant*, ERES, 1999.

**Una miriade di malattie:** I bambini senza padre sono a maggior rischio di abuso di droga e alcol, malattie mentali, suicidio, scarse performance scolastiche, gravidanze in età adolescenziale e criminalità.

Fonte: U.S. Department of Health and Human Services, National Center for Health Statistics, Survey on Child Health, Washington, DC, 1993.

**Migliori a scuola e più felici:** Lo studio di Robert Bauserman, realizzato per il Dipartimento della Salute Statunitense, ha esaminato 33 studi condotti su 1.846 bambini residenti con un solo genitore e 814 bambini residenti con entrambi. L'indagine conclude attribuendo ai bambini residenti con entrambi i genitori un comportamento più adeguato alle norme scolastiche, un livello migliore di autostima, e viene riscontrata una percezione di maggiore soddisfazione rispetto alle loro relazioni familiari.

Fonte: R. Bauserman, *Child Adjustment in Joint Custody Versus Sole-Custody*, in «Journal of Family Psychology», 16 marzo 2002.

**Abusi sessuali:** Uno studio su 156 bambini vittime di abusi sessuali ha riscontrato che la maggior parte dei bambini viene da una famiglia sfasciata o da case di un genitore single, solo il 31% dei bambini ha vissuto con entrambi i genitori biologici. Sebbene le famiglie adottive siano solo circa il 10% di tutte le famiglie, il 27% dei bambini abusati hanno vissuto o con un patrigno o con il compagno della mamma.

Fonte: B. Gomes-Schwartz – J. Horowitz – A.P. Cardarelli, *Child Sexual Abuse Victims and Their Treatment*, U.S. Department of Justice, Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention.

**Matrimoni problematici, bambini problematici:** Confrontati i figli che vivono con entrambi i genitori biologici con quelli che vivono

con genitori separati, questi ultimi mostrano significativamente più problemi di comportamento. Figlie di madri divorziate o separate hanno evidenziato un alto tasso di interiorizzazione dei problemi di ansia o depressione.

Fonte: D.B. Kandel – E. Rosenbaum – K. Chen, *Impact of Maternal Drug Use and Life Experiences on Preadolescent Children Born to Teenage Mothers*, in «Journal of Marriage and the Family», n. 56, 1994.

**Problemi scolastici:** Almeno un terzo dei bambini che hanno sperimentato una separazione genitoriale hanno dimostrato un calo nel rendimento scolastico persistente almeno per tre anni.

Fonte: L.M.C. Bisnairs (et al.), in «American Journal of Orthopsychiatry», n. 60, 1990.

**Suicidio, maggior rischio:** I bambini senza padre hanno un maggior rischio di suicidio.

Fonte: U.S. Department of Health and Human Services, National Center for Health Statistics, Survey on Child Health, Washington, DC, 1993.

**Malati di mente:** L'80% di adolescenti ricoverati in ospedali psichiatrici vengono da famiglie disgregate.

Source: J.B. Elshtain, *Family Matters...*, Christian Century, luglio 1993.

**Riformatorio:** Il 70% dei giovani che si trovano in riformatorio sono cresciuti in situazioni di mancanza genitoriale o di presenza di uno solo dei due genitori.

Fonte: A. Beck, *Survey of Youth in Custody*, 1987, US Bureau of Justice Statistics, 1988.

**Detenuti:** Il 43% dei detenuti è cresciuto in casa con un unico genitore – il 39% con le madri, il 4% con i padri – e un ulteriore 14% ha vissuto senza entrambi i genitori. Un altro 14% ha trascorso l'ul-

tima parte dell'infanzia presso un collegio, un'agenzia o altro istituto giovanile.

Fonte: US Bureau of Justice Statistics, Survey of State Prison Inmates, 1991.

**Migliore sviluppo:** Lo studio di Anna Sarkadi, Robert Kristiansson, Frank Oberklaid e Sven Bremberg mette in evidenza come il coinvolgimento paterno – inteso come tempo di coabitazione, impegno e responsabilità – abbia influenze positive sullo sviluppo della prole. Gli studiosi hanno analizzato retrospettivamente 24 studi longitudinali, svolti in 4 continenti diversi. La conclusione è che il coinvolgimento del padre migliora lo sviluppo cognitivo, riduce problemi psicologici nella giovane età, riduce la frequenza di problemi comportamentali, diminuisce la delinquenza giovanile.

Fonte: A. Sarkadi et al., *Fathers involvement and children's developmental outcomes*, ACTA PEDIATRICA, 2008, 97/2.

**Andare avanti a casa e nel lavoro:** I padri che si sono preoccupati dello sviluppo intellettuale e sociale dei propri figli hanno avuto più successo nella loro carriera dei padri che non si sono occupati di tale attività.

Fonte: J. Snarey, *How Fathers Care for the Next Generation*, Harvard University Press.

RACCONTI EDUCATIVI  
PER BAMBINI E RAGAZZI

2047, RACCONTO PER ISABELLA

*Questa favola è una metafora che spiega quanto sia importante la relazione di un figlio con il padre (inteso anche come padre interiore) per realizzare una vita felice.*

Vasco è un uomo di 47 anni, padre di una bellissima bambina di sette, Isabella.

Tutte le sere, mettendola a letto, le racconta una storia diversa.

«Che mi racconti stasera papà?».

«Mettiti sotto le coperte... bene, stasera ti racconterò la storia di Luigi».

«E chi è Luigi?».

Vasco iniziò a raccontare.

Luigi era un bambino nato nel duemila in un paesino sperduto delle campagne toscane. Appena nato la madre lo portò molto lontano, in una grande città. Luigi, biondo corridore precoce, crebbe nella grande città da solo con la mamma.

Cresceva ogni giorno di più e mentre cresceva aveva una domanda sempre più presente in testa, ma non sapeva se farla.

Un giorno a otto anni chiese alla madre:

«Mamma, ma anch'io ho avuto un papà come gli altri bambini?».

«Sì, certo. Ma era una persona cattiva, e lo sai dove vanno le persone cattive?».

«No».

«Le persone cattive vanno in posti lontani, fatti apposta per loro. La tua mamma invece è buona e non hai bisogno di altro per stare bene».

Luigi continuava a crescere alto, sano, perspicace, ottimi voti a scuola, quasi perfetto, ma in realtà sorrideva poco, era molto riflessivo e poco socievole, lo sguardo spesso cupo e raramente spensierato.

A diciott'anni, con uno dei suoi rari gesti di istinto, disse alla madre:

«Mamma, e se un giorno lo incontrassi lo stesso mio papà?».

«Ma che dici! Dopo tutto quello che ho fatto per te, te ne esci con una domanda del genere? Cercalo pure se vuoi, ma poi non tornare qui! Mi hai dato un grande dolore dicendo queste brutte cose!».

La madre si mise a piangere e uscì di casa sbattendo la porta.

Luigi si sentì sprofondare. Stava malissimo, era terribilmente dispiaciuto di aver dato questo grande dolore alla madre, si sentiva spezzato in due. Non tornò mai più sull'argomento, ma da quel giorno iniziò a soffrire davvero tanto. Ora non era più pensieroso ma triste, non era più riflessivo ma sconsolato.

Tutte le volte che vedeva un ragazzo giocare col padre pensava che il suo non avrebbe mai voluto giocare con lui. Ogni volta che vedeva un padre baciare un figlio pensava che il suo non l'avrebbe mai baciato.

Tra i venti e trent'anni in amore fu un disastro. Le sue storie non duravano. Bello, atletico e intelligente, veniva usato e poi gettato, si metteva sempre con le più sciagurate. Non pensava di meritarsi una donna bella sia fuori che dentro.

Una sera qualsiasi era alla fermata dell'autobus, come sempre deserta a quell'ora. Un uomo gli si fece molto vicino e gli disse con voce roca:

«Tu sei Luigi, vero?».

«Sì, ma tu chi sei?».

«Non avevo dubbi che fossi tu, io sono tuo padre».

Luigi non prese sul serio la cosa, poi pensò che però nessuno si sarebbe mai messo a dire una cosa del genere per strada, insomma chi era quest'uomo davanti a lui? In fondo poteva essere davvero suo padre... Ma era passato molto tempo e Luigi non aveva più pensato a lui. Però ora non sapeva davvero cosa fare.

E allora fu il padre a parlare:

«Come stai Luigi, hai una famiglia?».

Luigi stava sulla difensiva:

«Ma sei sicuro di essere mio padre? Non mi prendi in giro?».

Il padre gli raccontò che in realtà lui non aveva mai saputo di avere un figlio. La mamma lo aveva lasciato un giorno di punto in bianco senza un particolare motivo e lui non aveva mai capito perché. La amava tanto, ma non poteva costringerla a restare con lui perché la rispettava.

«Tua madre non mi disse che era incinta, non ci siamo più visti, solo qualche lettera. Tempo fa le scrissi della mia malattia, del poco tempo che mi è rimasto. Non so cosa la spinse ma mi disse di te. Io non ho molto tempo, figliolo, e quello che mi resta mi piacerebbe passarlo con te».

Ci fu un momento di silenzio, qualche altra parola del padre. Luigi invece non ne aveva.

«Vedo che sei un uomo. Sono fiero di te», disse il padre avvicinandosi e dandogli una pacca sulla spalla. Vide una lacrima gonfia sul volto immobile e pietrificato del figlio, gli occhi lucidi e la schiena legnosa quasi come avesse paura del contatto con quel vecchio corpo. Il padre non esitò e lo strinse tra le braccia:

«Deve essere stata dura diventare uomo da solo».

Quella frase piena di amorevole compassione fu come una chiave che riaprì la porta dei sentimenti di Luigi, che senza controllo si lasciò andare in un pianto lacerante e carico di dolore.

E insieme a quello, uscì fuori tutto il resto:

«Perché? Perché non c'eri? Dov'eri? Papà!».

Rimase lì a sputare grida e dolore nel pianto liberatorio più lungo della sua vita.

Poi smise di piangere. Ora stava un po' meglio, si sentiva un bambino di cinque anni tra le braccia di quel vecchio signore. Lo guardò di nuovo in faccia e vide che anche lui aveva gli occhi lucidi, ma resisteva con contengno e moderazione. Poco dopo apparve anche un sorriso.

Il giorno dopo lo passarono insieme, il tempo volò via tra racconti

di due vite così potenzialmente vicine ma che fino ad allora non si erano mai incontrate. Nonostante tutto scoprirono tante cose in comune: passioni, testardaggini e anche vizi.

Un signore che faceva foto lungo il fiume e poi chiedeva soldi scattò loro un'istantanea e Luigi volle comprarla. Arrivò la sera, il treno del padre partiva, lo aspettava un lungo viaggio per tornare alla sue terapie, si era allontanato sin troppo. Luigi promise di andare a trovarlo nel fine settimana all'ospedale. Gli sguardi non erano più quelli della mattina, sembravano due persone diverse, Luigi ora camminava a mezz'aria. I due si abbracciarono.

Il padre gli dette una carezza e lo guardò con affetto.

Montò sul treno sapendo che lo avrebbe portato direttamente in cielo e infatti così fu. Luigi ne fu triste, ma in fondo pensò che suo padre ora l'aveva conosciuto. Pensò che suo padre era un uomo in gamba, una brava persona, si sentiva fiero, e da quel giorno smise di sminuirsi, di sentirsi misero e di poco valore. Il resto della sua vita fu così bello che tutto ciò che era successo prima non aveva più importanza, se ne sarebbe andato fiero e felice, proprio come quell'uomo vecchio fuori ma giovane dentro che prima di partire per il cielo era venuto a salutarlo e abbracciarlo.

Il silenzio regnava nella stanzetta... Vasco si alzò lentamente per non fare rumore, ma...

«Che storia incredibile, papà! Così triste prima e così bella dopo. Mi piacciono le storie che mi racconti. Ti voglio bene».

«Ora dormi».

Abbracciò sua figlia. Le dette una carezza e la guardò con affetto.

Spense la luce, andò nella camera accanto. Nel letto matrimoniale

una bella chioma di capelli biondi e il volto di un angelo che dormiva. Pensò a quella foto sul fiume di lui col vecchio, aprì il cassetto e se la guardò, un sorriso rilassato gli curvò le estremità della faccia, ripose la foto e spense la luce.

Si sentì solo un grande respirò profondo, e poi il silenzio. Era il 2047 e la pace regnava nella casa di Vasco.



*Tutti i padri del mondo, a tutti i figli del mondo.*

## LA VALLE DELLA VITA

Siamo stati tutti abitanti della Valle, di quella valle illuminata dai raggi di quel sole.

Ma da dove viene questa luce che il sole ha? Chi è stato a donargliela?

E cosa ci fa un monte nel mezzo di questa valle?

Esiste, semplicemente esiste. Si contrappone alla pianura, o alla collina. Se il male non esistesse allora anche il bene non esisterebbe.

Io abitavo vicino a quel monte e da lì si vedeva bene la cima. Roccosa, arida, priva di qualsiasi forma di vita... eppure la gente (la gente che non aveva sofferto in questa vita) gridava di vedere quella vetta... e la vedeva ricoperta d'oro e quest'oro risplendeva al sole accecando gli occhi a chi non era cieco, e rendendo ancor più cieco chi già lo era.

Fu così che i discorsi della gente, sempre più distorti, trasformarono quella montagna in un simbolo di monumentale imponenza il cui reale significato però rimaneva sconosciuto a tutti. L'unica cosa certa, perché vista con i miei occhi, fu che la gente cominciò a salire e salire, salire...

Alcuni dicevano fosse il monte del Purgatorio e una volta scalato sarebbero giunti alla vetta dalla quale si poteva raggiungere il Paradiso e dalla quale si potevano vedere le braccia aperte di Dio. Questi erano gli accecati dalla fede. Poi c'erano alcune persone che

correvano più di tutti, avevano la bava alla bocca e la smania di ricchezza gli aveva fatto perdere l'anima e diventare il cuore di pietra. C'erano poi quelli più disgraziati, quelli con il complesso di inferiorità, che salivano sul monte semplicemente per vedere gli altri più piccoli e al di sotto dei loro... piedi.

Un vecchio con la barba lunga e bianca mi passò accanto silenzioso, e poi mi disse: "Sono accecati perché non hanno mai aperto veramente i loro occhi. Essi non ritorneranno in alcun modo qui, nessuno mai è disceso da quel monte e nessuno mai potrà raccontarci cosa c'è al di sopra di quelle rocce".

E queste parole mi fecero capire molte cose, il segreto della morte, del quale non potremo sapere mai niente perché nessuno potrà mai tornare in dietro e dirci quale sarà il nostro futuro.

Mi voltai dopo aver pensato per un po' e vidi che il vecchio non c'era più. Forse era appena accaduto quello che avevo negato? No, non credo e non credevo ai fantasmi, perciò pensai che probabilmente aveva avuto fretta e se n'era andato... o forse era stato il mio cuore a rivelarmi tutte quelle cose che aveva trattenuto per tanto tempo, c'era il rischio che essendo ancora giovane non avrei potuto capire... ma almeno ero certo di averne uno, un cuore, com'ero certo che quelli non l'avevano.

Giunse la notizia che anche l'altro versante del monte era colmo di persone che salivano per il solo desiderio di possedere. Perché facevano questo? Dalla vita avevano avuto tutto, la loro terra, la loro casa, ma anche la casa e la terra del vicino era loro, sì... ma a loro non bastava "avere", loro volevano "possedere" ed è qui che si sbagliavano, l'uomo non ha mai posseduto niente e così sarà per sempre e per sempre vuol dire tutte le stagioni, gli anni, i secoli, le ere, l'intero universo temporale, anche... il niente.

Ma torniamo al monte: c'era chi camminava a testa alta, anche se ciò che vedeva era soltanto un'illusione, chi camminava a testa

bassa, chi era attrezzato e chi era sprovveduto, l'unica cosa certa è che tutti brancolavano nel buio, buio che cresceva sempre di più, che prevaleva sempre più sulla luce del sole, anche se di alberi ce n'erano sempre meno. Tutto cominciava ad assomigliare a un paesaggio lunare, che non aveva niente di umano e di terrestre, ma loro erano ciechi e non vedevano tutto questo continuando a mirare il luccichio dell'oro, poi anche il tintinnio del denaro che si accumulava rendendo sempre più alta e infinita la montagna.

Io passavo interi pomeriggi a osservare quel monte e quella gente che saliva diventando sempre più piccola, sparendo infine nella nebbia che da quel giorno aveva circondato il monte. Non si vedeva più la cima, ma si poteva osservare come del gas che saliva ed andava in alto fino a sparire nell'infinità del cielo.

La gente continuava a blaterare e a sparlare, si diceva infatti che quelle fossero le anime di quelli che erano partiti. Queste anime, una volta purificate sulla cima, attraversavano il cielo per raggiungere il paradiso e la beatitudine eterna.

Fu così che altri stormi di persone si decisero a partire...

Anche io, tutti noi siamo stati tentati di andare con gli altri, ma fortunatamente almeno per ora molti di noi hanno tenuto i piedi per terra. Molti però furono convinti e trascinati dalla forza di quella grande massa, dalla moltitudine di quei volti tutti diversi ma dall'espressione una uguale all'altra. Chissà cosa credevano di diventare: c'era chi voleva cambiare se stesso e il fato, anche se questa era una chiara battaglia persa in partenza, c'era chi credeva che una volta arrivato in cima avrebbe potuto cambiare il suo volto e il proprio corpo a suo piacimento, certo perché una volta ricco avrebbe potuto ricomprare ogni parte della sua esteriorità, anche un'altra anima di un'altra persona o persino nuova, già... ma tutte queste cose erano destinate a rimanere nella nuvoletta dei desideri e dei sogni, perché era chiaramente un fatto irrealizzabile, era forse più facile scalare montagne immense e discendere valli senza fondo o

attraversare l'infinito e vedere i confini dell'universo oltre ai quali esiste solo il niente?

Be' l'unica cosa certa è che la ricchezza, quella vera, esisteva già in noi, dentro il corpo del più grande e del più piccolo uomo, non andava certo comprata a peso d'oro.

Intanto il tempo, quello reale, e anche quello della storia è passato, l'acqua è scorsa nel torrente vicino casa, molte nuvole sono passate davanti ai miei occhi, accecati poi dai lampi che rendono il giorno più giorno e la notte meno notte.

Si è infatti messo a piovere e molta gente è rientrata in casa, salva, almeno per il momento, dalla tentazione di quel monte sempre più blasonato. Ma la pioggia non porta con sé solo la pace e la tranquillità, ma anche tanti piccoli gioielli che una volta toccato il suolo, si schiudono e si fondono con l'aria caricandola di sincerità e di freschezza. Ed è per questo che non chiudevo mai la finestra durante la pioggia, la lasciavo aperta e respiravo profondamente. Quelli erano attimi molto intensi, senza dover pensare o riflettere, ma semplicemente "respirando", respirando il cielo intero che entrava in me, in noi e sembrava di volare, di galleggiare su di una nuvola bianca, la più leggera di tutte, come un sospiro, come il vento che carezza una prateria di fiori e che trasporta il polline e la "linfa vitale", che trasporta anche le voci perse... e le grida... quelle che nessuno ha mai sentito e che pertanto non può riconoscere come tali. Ed è la cruda realtà che si pone davanti ai miei occhi, perché d'improvviso il vento diventa forte, freddo, una bufera, un vortice che inghiotte con voracità tutte le nuvole bianche, una voragine che travolge tutti i fiori e ne disperde il seme.

Questo fu l'apocalisse che cancellò le nuvole che celavano la cima del monte.

Ma il peggio doveva ancora arrivare.

La terra cominciò a tremare, il cielo diventò giallo come fosse arso

dal sole, come se la Stella volesse farsi strada in mezzo alle nubi per vedere quello che sarebbe successo.

Si perché quello che accadde sarebbe rimasto nella mente di ogni essere umano. Il monte tremò, la cima si aprì e si formò un enorme buco nero, enorme e profondo.

La notte arrivò, nera come quel cratere, essa si portò via il sole ed anche, fortunatamente, il terremoto ma non quelle scure e minacciose nubi che celarono sia la luna che le stelle.

Nessuno dormì quella notte: perché? Il silenzio! Sì, proprio il silenzio che forse era stato inghiottito dalla tempesta e non si era fatto più vivo. Si sentivano infatti grida e voci, parole indecifrabili e lontane che sembravano raccontare disperazione e dolore... e queste uscivano e rimbombavano nel cratere.

La notte passò lenta, ma fortunatamente il mattino arrivò prima del solito ed il monte sentì questo arrivo cominciando il suo rituale. Fu così che dal cratere cominciò a uscire del fumo, del fumo nero questa volta. Man mano che usciva, si dissolveva nell'aria e diminuiva ogni volta l'intensità di quelle grida e voci. Quando il fumo cessò di uscire non si udì più alcun rumore... era tornato il silenzio... anche se per poco.

La terra cominciò a muoversi nuovamente e il vento a soffiare forte, le nubi sembravano impazzite e si dirigevano tutte quante verso il grande monte. In pochissimo tempo si trovarono tutte sulla cima, poi furono risucchiate dal cratere con una velocità impressionante.

La terra adesso tremava più forte, notai però che nessun albero lasciò cadere una propria foglia, nessun tetto perse un mattone e nessun pulcino cadde dal suo nido, ma solo il monte mutava, cambiava rapidamente la sua forma inverosimile, adesso stava crescendo e si alzava al cielo.

Ci fu un sibilo, sordo,  
prima di quella enorme esplosione,  
che ridusse il monte in tante pietre



che volarono tutte al di là delle colline  
che delimitavano i confini.

Il tempo passò.  
Molte generazioni si succedettero.

Inutile dire che nessuna di quelle persone tornò mai.  
Inutile dire che quel monte non esisteva più.  
Certo, in ognuno di noi c'era ancora quell'immagine, quel ricordo,  
un ricordo che però era spento, morto, ucciso dal suo principale  
nemico, il tempo.  
Adesso lì c'era un piccolo museo, di modeste dimensioni appunto,  
ma anche di modesta importanza, non vi erano oggetti di partico-  
lare valore se non per una cosa che portava un po' di prestigio. Era  
un sasso giallo, di discrete dimensioni, che aveva il nome di "pe-  
pita". Era stato trovato insieme ai pochi resti del monte e attorno  
ad esso giravano le più assurde dicerie.  
Si diceva infatti che molti altri sassi gialli fossero stati scaraventati  
oltre quelle colline che delimitavano la valle.

Fu così che molta gente s'incamminò verso le colline,  
traversandole e sparendo all'orizzonte.

Il tempo passò.  
Si udì un altro enorme boato...

...e da quel giorno nessuno è ancora mai tornato.

(fine)

## ANNA E LUISA: LE DUE AMICHE

*Questo racconto vuole semplicemente mostrare l'errore della vita oziosa e consumistica a cui oggi molti bambini sono obbligati, e quanto invece importanti siano le relazioni e la costanza affettiva della famiglia.  
Le persone che hanno avuto costanza di affetti nella vita possono essere un faro per quelle che non ne hanno avuta.*

C'era una volta una casa con due appartamenti.  
In uno abitava una bambina di nome Anna, nell'altro una bambina di nome Luisa.  
Avevano due case molto diverse, ma anche due famiglie molto diverse. Anna e Luisa erano entrambe figlie uniche e andavano alle scuole medie, erano nella stessa classe ed erano grandi amiche. Si raccontavano proprio tutto.

Un giorno Anna disse a Luisa: «Sai, quando sono tornata a casa ieri alle 14 c'erano i Gattoronzi in Tv, proprio i miei preferiti!».

Luisa le rispose: «Ah, non lo sapevo! Io quando torna a casa aiuto mia madre a preparare la tavola».

Anna pensò: «Che fortuna avere una mamma come la mia che mi apparecchia e prepara da mangiare, così riesco a vedere i Gattoronzi...».

Parlando poi del sabato Anna le disse: «Sai questo sabato pomeriggio andiamo in centro con i miei nel negozio di giochi, ogni settimana ci vado, la volta scorsa ho comprato un videogame, questa credo prenderò il cavallo Princy che è uscito di recente al cinema!».

Luisa rispose: «Mi piacerebbe anche a me avere il cavallo Princy ma purtroppo io sabato pomeriggio sono a casa a fare i compiti... e poi devo aiutare mia mamma a preparare il pranzo della domenica che ci tiene sempre a fare la pasta fatta in casa, e noi la prepariamo il giorno prima. Mio padre poi mi ha anche detto che ho già sin troppi giochi, e che altri non ne servono».

Anna allora pensò: «Poverina che non le permettono di comprare i giochi che vuole, io sono davvero molto fortunata che posso comprarmi tante cose».

Il martedì, capitava spesso che Anna e Luisa si incontrassero dopo scuola, e quel giorno era Anna ad essere andata da Luisa. Da Luisa però la Tv e i videogame non si potevano usare per più di mezz'ora ciascuno, allora dovevano inventarsi dei giochi nuovi, come scrivere sui fogli, disegnare, andare in giardino. Luisa spiegava ad Anna che al massimo poteva scegliere un programma preferito da seguire il pomeriggio, mentre Anna sapeva tutto di tutti i canali, conosceva tutte le serie Tv, tutti i personaggi, anche le pubblicità, e poi aveva il videogioco della serie Tv e i gadget della serie Tv, eccetera eccetera.

«Ma come», diceva Anna, «non conosci i Primples? Sono buffissimi, e poi se non riesci a vederli il pomeriggio danno la replica la mattina alle 7:30!».

E Luisa: «Ah! non lo sapevo... noi la mattina non accendiamo la Tv, facciamo colazione in cucina e la Tv non c'è, tu invece?».

Anna rispose: «Noi ci alziamo ognuno quando vuole, io di solito sono la prima, prendo un merendino e vado sul divano a guardarmi la replica dei Primples, troppo bello!! E comunque se non ce la faccio a fare colazione non importa, a volte invece se non ci riesco passo dal bar e mi mangio un cornetto per strada».

«E non bevi il latte?», disse Luisa.

«No!», rispose Anna, «non mi piace tanto. Mi piace più il tè fresco di frigo, quello con i disegni dei supereroi sopra!».

«Ah si ho capito...», rispose Luisa, «i SuperFantastici... carini... io però mi dicono i miei genitori che devo bere il latte e mangiare biscotti o fette biscottate, e comunque le cose che mangiamo tutti senza fare tante storie...».

Anna pensò: «Che fortuna che posso scegliere di mangiare le mie cose preferite, povera Luisa».

Intanto avevano finito di disegnare, e mentre Anna si alzava per andare in giardino, Luisa le disse: «Bisogna rimettere a posto i giochi Anna, mi aiuti?».

«Certo», disse Anna (ma dentro di sé pensava che lei era fortunata perché a casa aveva la donna di servizio e così non doveva perdere tempo per questa cosa pallosa e aveva più tempo per fare un altro gioco).

Verso le 19 Luisa chiese ad Anna di rientrare dal giardino perché doveva andare ad aiutare il papà col garage, lo faceva tutti i martedì. Anna allora la salutò e tornando a casa pensò che era fortunata perché suo papà non le chiedeva da aiutarla col garage e lei aveva una gran voglia di andare giocare un po' con l'ultimo gioco della PlayBox che le avevano comprato proprio di recente, per incoraggiarla ad andare meglio a scuola.

Si sentiva davvero molto fortunata, regali, sorprese, libertà, quante cose e persone sempre pronte al suo servizio, telefoni, giochi, Tv on demand, negozi, genitori, amici, badanti, baristi, omini che ti portano il cibo a casa se non hai voglia di cucinare, e tantissime altre cose bellissime e divertenti. La vita era bella, quasi come un parco giochi.

Poi però pensava a Luisa... a tutti i suoi doveri, ai limiti imposti, al dover fare colazione, al mangiare tutto quello che ti mettono

sotto il naso, al doversi cucinare sempre, al non poter avere i giochi che vuoi, al non poter giocare per tutto il pomeriggio, al non poter guardare i tuoi programmi preferiti in Tv, e al dover fare tutte quelle cose barbose, come spazzare, aiutare in cucina, preparare la colazione, bere il latte, aiutare il papà in garage, etc.

Il suo mondo era morbido e colorato, quello di Luisa le pareva duro e grigio. Eppure Luisa non era infelice, anzi la sua amica era una bambina sempre calma e semplice, buona e gioiosa. Probabilmente, pensava Anna, non si rendeva tanto conto di quello che le stavano facendo, di quello che si stava perdendo! E a questo pensiero le venne un pochino di rabbia, perché non era giusto.

Già e poi questa cosa che non le davano la paghetta e che non le permettevano neppure di avere uno smartphone con i giochi e le video-photo-smart-bippol sopra che in classe quasi tutti ce l'avevano. Povera Luisa! Eppure i genitori di Luisa sì... forse non erano particolarmente ricchi, ma non erano poi così poveri. La obbligavano a stare un sacco di tempo con loro a fare dei lavori, probabilmente non erano molto generosi come i suoi che invece le compravano tante cose e la facevano stare un sacco a giocare, d'altronde anche loro stavano tanto a telefono e alla Tv, e glielo facevano fare anche a lei, perché erano bravi e giusti.

Un giorno della settimana dopo venne Luisa a casa di Anna. Si misero alla PlayBox. Il gioco di pallavolo era molto difficile ed entrambe persero molte partite, Luisa dopo mezzora si alzò e disse molto tranquillamente: «Facciamo i compiti adesso?».

Anna le rispose: «Aspetta no, giochiamo ancora finché non vinciamo».

«Mi spiace ma io non posso», rispose Luisa.

Anna allora continuò a giocare, mentre Luisa disegnava, ma perdendo un'altra partita Anna prese la PlayBox e la lanciò per terra dalla collera.

«Perché ti sei arrabbiata?», domandò Luisa.

«Perché è un gioco schifoso! Domani vado al negozio e ne compro uno migliore!».

Luisa le disse: «I miei genitori mi hanno detto che bisogna saper perdere».

Anna non rispose, ma quelle parole non le piacquero molto.

Passò altro tempo, le due bambine crebbero e si iscrissero alla stessa scuola superiore. Luisa si era fatta una bella ragazzina, tonica, sportiva, sempre molto semplice e serena. Anna, nonostante la giovanissima età aveva un po' di pancetta, era molto pigra, aveva avuto problemi ai denti e alle ossa per mancanza di calcio. «Ci vogliono latticini e formaggi!», le diceva la dottoressa. Era anche molto lunatica e spesso la vedevi un giorno euforica e un altro abbattuta.

Nel contempo i loro rapporti si erano un po' indeboliti e si erano allontanate.

Anna aveva conosciuto nella nuova scuola delle compagne che avevano le sue stesse passioni e gusti, non si perdevano mai e poi mai l'ultimo gioco uscito, l'ultimo film al cinema, l'ultima serie Tv, l'ultimo negozio aperto, l'ultimo trucco o vestito trendy.

Luisa la conosceva da tantissimo, erano cresciute insieme, sapevano tutto l'una dell'altra, però erano così diverse... le nuove amiche così divertenti... andare a casa loro era bellissimo, i genitori o non c'erano, o erano all'altra Tv, o al cellulare, o a chiacchierare con altri, si poteva fare ciò che si voleva. Per un po' Luisa continuò a suonare alla casa di Anna, ma Anna non c'era mai. Alla fine smisero di frequentarsi.

Finite le scuole, la famiglia di Anna si trasferì. Non si incontrarono più.

Finché un giorno, circa 20 anni dopo, Luisa non riuscì a ritrovarla e la invitò a casa sua per fare due chiacchiere e rivedere la sua amica dopo così tanto tempo.

Anna la trovò facilmente perché Luisa, le spiegò, aveva comprato la casa accanto a quella dei genitori, per continuare a stare vicino e insieme.

Anna pensò: «Che incubo! Non l'hanno ancora mollata, poverina, chissà con quanti compiti e obblighi ancora la opprimono».

Quando salì in casa infatti trovò la solita Luisa, affettuosa, serena, sorridente, semplice. Come sempre molto tollerante e comprensiva. Luisa presentò ad Anna il marito, Andrea, e poi i due bambini di 9 e 12 anni. «Ciao Anna!», dissero i due piccoli, «possiamo andare a giocare mamma?», aggiunsero e Luisa rispose: «Prima però rimettete la vostra camera a posto, poi preparate la cucina e poi una mezz'oretta vi avanza». «OK mamma!», dissero i due pimpanti bambini.

Anna rimase colpita e disse: «Non sarai mica diventata come i tuoi genitori?».

«Io faccio quello che mi hanno insegnato, sono stata bene con loro e ci sto bene ancora oggi. E i tuoi da che parte sono?».

«Fanno la loro vita come io faccio la mia», rispose Anna un po' rigida e orgogliosa, «dopo i 18 anni la famiglia non serve più!», e aggiunse: «A 19 anni mi hanno comprato un appartamento per viverci e fare l'università».

«Ah bella! Cos'hai fatto?», interruppe Luisa.

«No no, non l'ho finita c'erano professori troppo stronzi», rispose Anna.

«Ah capisco», disse Luisa, «io mi sono diplomata e poi ho iniziato a lavorare con l'impiego del diploma, certo all'inizio era dura, paga bassa, il capo spesso nervoso ma alla fine le cose si sono assestate, anche con Andrea... ma te lo ricordi? È Andrea delle superiori...».

«Ma dai», disse Anna, «non l'avevo riconosciuto, ciao Andrea!».  
«...con Andrea non è stato sempre facile. Lui ha avuto delle difficoltà lavorative, e poi eravamo un po' immaturi, ma grazie ai no-

stri genitori (ancora loro, pensò Anna...) siamo riusciti a superare i momenti difficili e restare insieme, e oggi ci amiamo, abbiamo questi due splendidi gioielli che corrono per casa. Io quando vedo Andrea mi sento ancora ragazzina e lo guardo sempre con gli stessi occhi, il mio Andrea», si strinse a lui... «farei di tutto per il mio amore. Per la casa invece ancora non è finita, manca un po' al completamento del mutuo. È modesta, però ci stiamo bene».

Anna al sentire tutta questa storia all'improvviso si incupì, sentì dentro come un colpo allo stomaco, a un certo punto provò della rabbia, non capiva. Poi capì che era verso la sua amica, verso il suo modo di essere, insomma.. le andava sempre bene tutto, non pretendeva mai niente di più di ciò che aveva, le stava veramente antipatico quel suo modo di essere, non lo capiva, non lo trovava giusto, era sbagliato, sbagliato! Poi la guardò e non riuscì a dirle queste cose, anche se le dava a vedere, ma a dirle proprio non ci riusciva... era passato tanto tempo... non aveva più la confidenza di quando erano bambine, di quando criticava sempre i suoi genitori, le sue abitudini, le sue restrizioni, il suo senso del dovere, e quel quasi disinteresse per il divertimento e per la libertà di fare ciò che ti piace e pare come e quando vuoi!

Ma non le disse niente di tutto questo, e per un attimo vide nel volto sereno e affettuoso di Luisa, ciò che lei non era, allora si guardò... e si vide rabbiosa, e triste.

A quel punto le venne anche da piangere. Si vergognò, poi riguardò il volto buono di Luisa, e si lasciò andare a un pianto. Un pianto molto forte, lungo e profondo.

A 40 anni d'improvviso il suo mondo sempre perfetto e bellissimo, sembrava crollare. In realtà già da dopo le superiori aveva iniziato a perdere pezzi, lentamente, anno dopo anno.

Anna iniziò a parlare: «Non ce la faccio più. Non riesco più ad andare avanti Luisa! Aiutami! Ho avuto tanti ragazzi ma nessuno mi ha mai saputo capire. E col lavoro non va bene, ogni volta litigo col capo e le sue regole, e poi vado via. Non vedo nessuna strada per me! Ho un figlio di 8 anni, Michael, il padre se ne andò quando rimasi

incinta, era un mascalzone come tutti gli altri! Michael soffre di alcuni problemi di iperattività e rabbia, gli stessi sintomi di cui anche io iniziai a soffrire già in adolescenza. Lo segue una dottoressa dello sviluppo da 2 anni, ora è con la babysitter».

«E come fai a farcela, dico economicamente, se non lavori?».

«No... quello non è un problema, i soldi lo sai... per i miei non sono mai stati un problema, vivo nell'appartamento che mi comprarono, anzi ora mi hanno comprato anche una casa al mare, ho la macchina e non rinuncio a tutte le mie passioni tecnologiche, telefoni, Tv, hitech, gioielli e vestiti vari, ho la donna di servizio come i miei e mangio quasi sempre fuori con le amiche oppure ordino al pc. Ma anche con loro non va più tanto bene... o hanno il ragazzo e sono cambiate, oppure usciamo ma non è più come prima, i film sono sempre gli stessi, i locali pure, non ci troviamo più tanto d'accordo sulle cose, poi, spesso litighiamo, penso che tra poco non ci vedremo neppure più. Sono disperata Luisa, sono disperata...», e si rimise a piangere e singhiozzare, questa volta più vicina a Luisa che l'aveva accolta tra le sue braccia.

Luisa che non si era fatta mai troppe domande su certe cose della vita, e sul perché Anna era Anna e Lei era Lei, a un certo punto, ora da grande, si pose per la prima volta la domanda... e capì tutto, capì perché Anna stava così.

Allora le parlò. «Be' in effetti Anna anche tu sei diventata un po' come i tuoi genitori... Sai credo di aver capito come mai stai così». E Anna: «Sì? Dimmelo per favore!».

Luisa continuò: «Io credo che tu sia così per tutto ciò che è successo sin dall'inizio della tua vita... I tuoi non sono mai stati molto costanti con te, e tu non sei riuscita a costruire relazioni costanti nella tua vita. I tuoi non ti hanno mai imposto niente quando eri piccola, e tu non sai accettare alcuna imposizione a scuola come a lavoro. I tuoi ti hanno insegnato ad aspettare di essere servita, ma nella vita bisogna saper servire gli altri... poi si scopre che è anche bello. I tuoi ti hanno riempito di cose grandi e costose senza fatica, e poi quando

ti sei trovata di fronte alla prospettiva di una grande fatica per cose ben più piccole ti sei demoralizzata... sai la felicità sta più nelle cose che riusciamo a costruire noi che in quelle che compriamo già fatte da altri; e quando le compriamo non sta nella loro dimensione ma nella misura in cui ce le siamo guadagnate e meritate. I tuoi non ti hanno insegnato ad accettare le cose, le regole, le sconfitte, e tu sei diventata sempre più piena di rabbia; hanno sostituito la loro presenza con tanti oggetti da comprarti, e tu ti sei sempre riempita di cose, diventando iperattiva nel tentativo di riempire quel vuoto d'affetto e direzione; e probabilmente senza accorgertene stai facendo anche tu la stessa cosa con tuo figlio».

Poi dette queste parole, quasi come scolpite nella roccia, Luisa si zittì. Si guardò un attimo intorno, poi di nuovo si voltò guardando Anna in modo serio e un po' severo.

Anna, vide e capì lo sguardo di Luisa, uno sguardo che non aveva mai visto prima. Quella bambina così serena e gentile, mentre lei sempre così decisa e irruenta. Ora le parti sembravano invertite, lei era insicura e persa, Luisa era decisa e severa.

Anna continuò a restare in silenzio e lasciò scivolare dentro quelle parole che Luisa le aveva detto, come un fluido lungo l'esofago e poi nello stomaco. Come una bibita sentiva queste parole andare in tutto il corpo, estendersi in tutte le sue parti, alla fine come a irradiarlo tutto.

Era come se si fosse guardata allo specchio per la prima volta.

La sua amica, semplice e chiara, come sempre d'altronde, non le aveva lasciato scampo. Le aveva detto chiaro e tondo chi era. Ma, stranamente, non si sentiva giudicata. Di solito invece era molto permalosa sulle critiche che riceveva, ma adesso non le sentiva, semplicemente... si vedeva allo specchio.

E i suoi anni di psicoterapia con fior di dottori e decine di migliaia di euro spesi? Come avevano fatto a non vedere queste cose? E le amiche delle scorribande di tutti i giorni che la conoscevano perfettamente? Forse anche loro erano esattamente come lei? E come lei non avrebbero mai voluto vedersi allo specchio e ammettere gli errori? In che mondo aveva vissuto allora fino a oggi? Falsato? Incompleto?

Vedere tutto ciò in quel momento però non le dava tutta la sofferenza che pensava avrebbe patito scoprendo le proprie miserie... e che dietro le bellissime e costose carte da parati delle sue stanze immaginarie c'erano pareti piene di muffa, sporco. Mah... forse il dolore sarebbe venuto dopo.. forse tutti quegli anni di rabbia e nascosta solitudine, e a tratti apatia, erano già stati un bell'acconto sul prezzo da pagare... chissà.

Poi uscì una frase magica e interessante dalla bocca di Anna: «Forse mi hai detto più cose intelligenti tu in questi pochi minuti... che i miei genitori e le mie amiche di shopping in tutta la loro vita. Grazie».

Prese le mani di Luisa, guardandola. Dai suoi occhi oramai continuavano a scendere ininterrotte le lacrime, ora però, per la prima volta da quando era entrata in quella casa, le sentiva mentre bagnavano un sorriso che le si era stagiato sulla bocca... e questo fatto la fece emozionare molto, le fece sentire una specie di commozione, di gioia, felicità, di riconoscenza... non sapeva neppure lei bene cos'era, ma si sentiva molto contenta di essere lì, di fronte a questa sua amica, oggi una donna cresciuta, con quel viso però ancora così bello e disteso ancora uguale a quando era bambina. E le dava felicità stringere quelle mani, e pensava che quella sua amica era sempre stata lì ad aspettarla, che non l'aveva mai tradita, neppure un giorno, che era stata lasciata, snobbata e che nonostante tutto ora era lì, a dirle le cose di cui aveva bisogno, a sostenerla e aiutarla.

Luisa vide quello sguardo disteso e quella luce d'amore d'improvviso accesa negli occhi di Anna e ne fu contenta. Le chiese se voleva restare a cena, e così fu.

Continuarono a parlare di tante cose, ma senza più tensioni. Anna si guardò spesso intorno e per la prima volta nella sua vita non si soffermò a notare la lussuria degli arredi e della tecnologia ma la ricchezza delle parole e della voce di quelle persone, non si soffermò a notare la marca e il costo dei loro abiti ma la luce brillante dei loro occhi, si sentì come in una famiglia e pensò che più avanti avrebbe voluto averne una proprio così. Si nutrì per la prima volta non col cibo ma di quella sensazione di calore e dono che circolava in quella cucina. A un certo punto capì che quelle persone intorno a lei avevano già tutto chiaro in testa, e che sarebbero per sempre state insieme, forse perché lo scopo della loro vita era proprio quello di stare insieme.

Tutto ciò le dette grande fiducia.

Dopo cena Anna ringraziò tutti, si guardò con Luisa e, manco a dirlo, si promisero di rivedersi presto.

Anna uscì di casa, scese le scale, si guardò le scarpe e vide per la prima volta i piedi, si guardò allo specchio del portone e vide una donna oltre il cappotto e le calze, prese l'auto, arrivò a casa, fece un bel sacco di buona parte dei suoi ciondoli d'oro, idem per tutti i suoi aggeggi tecnologici e per il suo guardaroba infinito. Poi tirò fuori le sue vecchie foto, quelle di famiglia, quelle delle scuole, dei suoi ex, quelle dei viaggi e delle vacanze, prese i suoi diari personali, i vecchi disegni, le poesie, i suoi progetti bizzarri che spesso da ragazza scriveva, i numeri delle amiche che non sentiva da tempo, il numero dei suoi genitori e quello degli zii e dei nonni, quelle riviste di annunci di lavoro, il suo ultimo curriculum di un anno fa, i vecchi libri dell'università, e tante altre cose che erano state messe in un angolo, e più cercava cose e più ne uscivano...

E disse a voce alta: «Bene ora ho tutta la mia vita davanti!», e pensando a quella frase di Proust disse a se stessa: «Ora che la guarderò con occhi nuovi, ci vedrò anche nuove strade. Qualcosa succederà».

Spense la luce, nel buio percepì la presenza di tutte quelle cose tirate fuori e sparse per la stanza. Sentì dei brividi lungo il corpo, il tempo sparì, e tutto il passato sembrò presente. Sentì che tutto in quel momento era humus dal quale avrebbe reiniziato la sua vita. Poi arrivarono delle immagini e vide i suoi genitori sorridere in lontananza, vide lei con Luisa per mano che correvano in un prato, vide se stessa nel letto stretta in un abbraccio di un uomo e insieme a loro due bambini, le fu tutto chiaro, poi si addormentò.

Il resto sta all'immaginazione del lettore, in fondo è bello lasciare a ognuno di voi la possibilità di immaginarsi il futuro di Anna e Luisa nel modo migliore che vorrete pensarlo.

Una cosa però la svelo:  
Anna non lascerà mai più Luisa,  
Luisa resterà sempre Luisa.  
Anna e Luisa rimarranno amiche per tutta la vita.

(fine)

## RINGRAZIAMENTI E DEDICHE

Vorrei ringraziare tutte le persone che hanno reso possibile la scrittura e la realizzazione di questo libro, per i saperi ricevuti, le esperienze e le conoscenze che mi auguro vi avrete ritrovato.

Poco infatti nasce dalla vita di un uomo se non può poggiare sulla storia e sui saperi degli uomini che lo hanno preceduto.

Voglio in particolare ringraziare Sonia e tutte quelle donne che ancora oggi riescono ad accogliere, amare e vivere nel mondo moderno senza rinunciare alla loro femminilità.

Voglio ringraziare Walter Ferrara e Giancarlo Ragone, due uomini speciali.

Ringrazio anche tutti gli amici delle associazioni Crescere Insieme, Maschi Selvatici, Per il Padre, Comunicazione condiviso, il Centro Documentazione Violenza Donne (<http://violenza-donne.blogspot.it/>) e il forum Questione Maschile.

Ringrazio tutte le associazioni di padri separati o per la famiglia e la paternità, a partire dai loro presidenti: Papà Separati Liguria, Papà Separati Lombardia, Genitori Sottratti, GESEF, GESEFI, ISP, la Federazione Nazionale della Bigenitorialità, l'ANFI, Fondazione Insieme, Papà Separati Torino, la Luna dei Papà, Figli Liberi, Papageno dalla Svizzera, Direitos Dos Homens del Brasile,

RFFJ in Inghilterra, A Voice for Men, Sos-Sygapa in Grecia, Pappamanualen e Dad-R-Us in Svezia, ARPCC in Romania, Dads Divorce e American Coalition for Fathers and Children, e tante altre associazioni con le quali abbiamo collaborato e con le quali siamo amici.

Un ringraziamento particolare a Sergio Nardelli, un uomo coraggioso che non è mai stanco di lottare per i nostri diritti di padri.

Un ringraziamento particolare anche a quei nonni e nonne, genitori di padri separati, che non si voltano dall'altra parte e aiutano i loro figli (e nipoti) in difficoltà. Uomini e donne di 60, 70, 80 anni che si rimboccano le maniche e riaccolgono i figli in casa dopo che questi sono stati ingiustamente cacciati fuori dalla loro, uomini e donne anziani che, come se fossero ritornati a scuola, si guardano dentro e cercano con impegno e onestà le ragioni di quanto è accaduto, confrontandosi in modo aperto e schietto con le generazioni più giovani. Alcuni di questi nonni sono anche attivisti dei movimenti per la pari genitorialità e contro la discriminazione verso i padri. Vorrei ringraziarli per questo.

Grazie a Claudio Risé, Paolo Ferliga e Antonello Vanni per i loro libri, conferenze e lavoro sui padri e sull'evoluzione e arricchimento della cultura paterna e della famiglia.

Grazie inoltre a Elvio Gallo, Marco Matteucci, Antonino Principato, Jonny Delphin, Ruggero Marcato, Pino Falvelli, Jonny Delphin, Maria Bisegna, Luigi Lombardo, Maria Carla Rota, Mauro del Mauro, Riccardo Catola, Laura Marinaro, Emanuela De Pinto, Sabina Gatti, Gianni Furlanetto, Alessandro Fino, Adriana Tisselli, Emerenzio Barbieri, Gabriele Bartolucci, Federico Poli, Andrea Lazzeri, Federico Santini, Tiberio Timperi, Antonio Salaris, Mario Danisi, Simone Boscarato, Giovanni Valentino, Nonna Giancarla, Riccardo Alfonso, Vito Pastore, Vittorio Vezzetti, Claudio Alberghini, Giuseppe Pasqui, Angelo Grasso, Fabio Giovan-

noni, Franco Cracolici, Mauro Colzi, Vito Feninno, Emiliano Battignani, Lapo Luchini, Peter Koch, Jan Zottmann, Giovanni Crisonà, Francesco Oliverio, Lorenzo del Soldato, Carlo Mascilli e tutti gli amici e colleghi, e mi scuso se mi sono dimenticato altre lodevoli persone.

Un ringraziamento speciale a Elisabetta Bavasso e a Bernardo Innocenti, due persone speciali della mia vita.

E grazie alla mia famiglia, a mio padre e mia madre, per ciò che mi hanno saputo dare.

## INDICE

La collana Padri & Figli	5
Premessa <i>di Paolo Ferliga</i>	7
DIVENTARE PADRE, PERCORSO 1	9
Premessa	11
La linea dell'umanità	11
Nani sulle spalle di giganti	13
Il bene archeologico più prezioso	14
Le bugie	15
Il grande club dell'ipocrisia	17
Vivere senza amore	19
Padre biologico, padre reale	20
Il cibo della mente	21
La costruzione dei principi	22
Diventare uomini	23
Possedere se stessi	24
Lo spazio personale	27
La famiglia	28
La gentilezza	31
La voglia di sapere	33
Padre interiore, bambino interiore	34
L'ottica del padre	37
Psicologia del pregiudizio	38
Rovi, scarpe e spaghetti	39
Anche gli angeli vanno a scuola	40

L'inquinamento psicologico	42	RACCONTI EDUCATIVI	
Se stessi	44	PER BAMBINI E RAGAZZI	105
Il senso della vita	45	2047, un racconto per Isabella	107
		La valle della vita	113
DIVENTARE PADRE, PERCORSO 2	49	Anna e Luisa: le due amiche	121
Premessa: la scienza della complessità	51		
Psiche e umanità	52	Ringraziamenti e dediche	133
Le tre regole della complessità	54		
La famiglia... perché?	58		
La quarta regola: alternanza degli opposti	64		
Stadio 3, la psiche collettiva (inconscio collettivo)	66		
Stadio 2, l'ideologia e i gruppi psicologici	67		
Stadio 1, la singola psiche	69		
Il "come"	72		
Il "quando"	77		
Conclusioni	78		
FAMIGLIA E ATTUALITÀ	81		
Senza Famiglia... è possibile?	83		
I dati della disfatta	84		
Il rimedio all'insicurezza	85		
Le donne e il vuoto di padre	87		
Una piccola tribù interiore	89		
La richiesta muta	90		
Ritrovare il sano maschile interiore	91		
La cura del maschile	91		
Coppia, come sanare la frattura	94		
Adolescenza, la mia strada	96		
Adolescenza: una fase infinita?	97		
Non fare finta	97		
Le ragioni del silenzio dei padri	99		
Assenza paterna e prospettive future	100		
Figli di genitori single, ricerche e statistiche	101		



