
Perdonare i genitori

Autore: Pasquale Ionata

Fonte: Città Nuova

Ho letto con interesse il suo articolo Ai miei genitori (Città nuova n° 7/2006). Però le confesso che non mi è molto facile perdonare i miei genitori, potrebbe dirmi qualcosa di più?. Luca - Roma | Una volta lessi, non ricordo dove: Errare è umano, perdonare è divino. Condivido pienamente. Deve esistere un ponte tra la visione del mondo della psicoterapia e quella spirituale. La prima sostiene che occorre attraversare il dolore dell'infanzia, mentre le tradizioni spirituali affermano che bisogna trascendere le emozioni negative e coltivare quelle positive, come l'amore e il perdono. Se prendiamo le più recenti novità in campo psicoterapico, notiamo che un ponte tra queste due realtà è in atto. Lo studioso Jeremy Holmes ha scritto a questo riguardo qualcosa che potrebbe rispondere alla sua domanda: Venire a patti, in psidi coterapia, con la trasmissione intergenerazionale, implica tre stadi distinti. Il primo consiste nel diventare consapevoli dei modi in cui i sentimenti e il comportamento attuali sono dettati dalla passata esperienza. Ciò può essere doloroso, specialmente se le influenze del passato sono radicate profondamente. La seconda fase consiste nel differenziare se stessi da quelle che sembrano influenze estranee. Si prova rabbia verso i genitori e protesta esistenziale. Il paziente spera che, con l'influsso benigno della psicoterapia, emergerà un nuovo sé, sano e salvo, dal passato. Ma questo progetto può avere successo solo in parte. Noi siamo formati dal nostro passato. Non esiste un uomo, o una donna, che sia fatto da sé. La terza fase, pertanto, consiste nel rendersi conto di quanto i genitori che abbiamo biasimato così aspramente fossero a loro volta i prodotti della loro storia personale. Il paziente riesce a comprendere che, se le cose fossero state diverse, come aveva sperato ardentemente, egli non sarebbe esistito. Ora il paziente può cominciare a perdonare i suoi genitori, ad essere partecipe della loro sofferenza e, infine, a essere loro grato di averlo messo al mondo con il suo misto di gioia e sofferenza. È l'augurio che rivolgo anche a lei. In fondo, si tratta di scegliere che tipo di vita desideriamo, scelta che nasce nel profondo e interpella tutti gli uomini. È quella dell'accoglienza di se stesso e degli altri, che porta alla libertà e alla serenità interiore. pasquale.ionata@tiscali.it