

## **“PASSATO E PRESENTE: RISORSE PER UN FUTURO MIGLIORE”**

Un'affermazione che mi ha molto colpito recentemente è stata questa del Dalai Lama: *"Una freccia può essere scagliata solo tirandola prima indietro. Quando la vita ti trascina indietro con le difficoltà, significa che ti sta per lanciare in qualcosa di grande. Concentrati e prendi la mira"*.

Quanto esercizio e abilità servono per prendere la mira!!!!

Non si ha mai finito di prenderla questa mira, anche perché una volta centrato un obiettivo se ne palesa, per forza di cose uno nuovo da centrare e mica tutti sono uguali e abbisognano della stessa concentrazione e delle stesse risorse emotive, corporee e mentali! È la palestra della vita.

Il migliorarsi non tende mai una fine, è esso stesso un fine, il fine ultimo dell'educare, del tirare fuori il meglio di sé in ogni momento per raggiungere uno stato di miglioramento successivo più perfettibile del precedente, ma mai assoluto. In questo senso l'educazione non pecca mai in superbia, non ci fa mai sentire migliori degli altri perché agisce nella consapevolezza che chiunque ci circonda è nel miglioramento e a suo modo è migliore di me, come io, in qualche modo, sono migliore di lui, ed entrambi siamo volti ad un miglioramento ulteriore e successivo in una logica che non ha mai fine.

Interessante in questo periodo così complesso anche sotto il profilo emotivo, risulta riflettere sul significato del termine "Resilienza". Essere resilienti è praticamente l'opposto di essere resistenti. Resistere significa non piegarsi, non essere capaci di flessibilità, essere resilienti significa, invece, essere malleabili. Non per niente il termine Resilienza nasce per definire le caratteristiche dei metalli. Più un metallo è resistente più è fragile e si può facilmente rompere, più è resiliente e più facilmente si può piegare, modellare. La Prof.ssa Daniela Lucangeli fa spesso riferimento alla flessibilità e capacità di adattamento della ginestra anche in terreni aridi, ripresa anche nella poemetto del Leopardi *"La ginestra o fior del deserto"*, per spiegare il significato della resilienza.

*"Qui su l'arida schiena*

*del formidabil monte*

*sterminator Vesevo,*

*la qual null'altro allegra arbor né fiore,*

*i tuoi cespi solitari intorno spargi,*

*odorata ginestra,*

*contenta dei deserti..."*

Ecco che mai come oggi la vita ci mette a dura prova ma noi dobbiamo essere resilienti, flessibili come la ginestra e capaci di prendere la mira per centrare nuovi bersagli che ci facciano divenire migliori, più forti.

Ognuno di noi potrà sperimentare nuovi mezzi per centrare i propri nuovi bersagli.

Personalmente credo che narrare i propri vissuti possa liberare molta energia positiva

Il passato a volte rischia di imprigionarci perché l'essere umano tende per natura a cercare di

riprodurre azioni propositive ed esperienze migliorative già vissute che, in quanto bagaglio esperienziale, considera utili per continuare a vivere bene ed in modo sempre migliore. Credo però che sia doveroso stare molto attenti rispetto a ciò che si cerca di riproporre. Non sempre le cose rifatte in un contesto passato ben si adattano a un contesto futuro. Riprendere il passato va bene ma è necessario calare le nostre azioni nell'hic con tutte le sue specificità. Ciò che non dobbiamo mai perdere è la forza propositiva verso il miglioramento di sé e degli altri. Domandarci se una determinata azione o esperienza già vissuta in passato può essere ripetuta con risultati propositivi è essenziale. A volte la risposta credo che non possa esimersi da essere un bel "NO". No perché ciò che mi ha reso migliore ieri non sempre può essermi ancora utile oggi e rischia di essere uno spreco di tempo riproporre azioni già sperimentate. Il tempo è prezioso e va centellinato. Devo imparare a selezionare ciò che posso fare. Ciò non significa che il passato vada buttato, anzi! Esso deve diventare un bagaglio essenziale nel nostro viaggio futuro e deve essere messo al servizio degli altri. Per questo motivo narrare di sé, dei propri vissuti, dei propri desideri e sogni anche in forma romanzata non può che essere una risorsa per chi narra e anche per chi diviene fruitore della narrazione. Raccontare e narrare di sé può divenire un mezzo per rielaborare le esperienze passate e questo aiuterà a comprendere cosa ci ha reso differenti, in cosa stiamo migliorando e cosa ci può permettere di migliorare ulteriormente, trovando così nuovi input di azione, nuove direzioni ed esperienze da affrontare e sperimentare. Chi si approccia alla fruizione di narrazioni di esperienze altrui non può che trarne vantaggio per comprendere cosa potrebbe essergli utile di ciò che altri hanno vissuto. La narrazione può essere fatta oralmente, per iscritto, con disegni, drammatizzazioni o altre modalità. L'importante è che sia volta all'elaborazione del soggetto narrante e soddisfi il suo obiettivo di essere un mezzo di pubblica utilità che sostiene e predispone il fruitore ad acquisire nuovi spunti per agire in meglio. Anche per questo motivo vi aspettiamo numerosi al ciclo di incontri promosso dalla FISM di Ferrara, condotto da Luigi Dal Cin ed intitolato "La forza vitale della narrazione "che prenderà il via il prossimo 18 novembre.

Dr.ssa Elisa Gottardo

Coordinatrice Pedagogica FISM Ferrara