

Il gioco delle aspettative

Alba Marcoli, Milano

(1) Milano, Oscar Mondadori, 1996.

L'episodio che vorrei raccontare è l'esperienza da cui è scaturita una favola che ho inserito nel mio libro // *Bambino Arrabbiato* (1) e che ho intitolato «Il Principino che distruggeva i castelli».

E' successo nel corso di una terapia con un giovane uomo che durava già da alcuni anni e in cui si era lavorato molto sulle modalità distruttive che lui metteva automaticamente in atto verso qualsiasi cosa fosse riuscito a costruire nella vita, come se la sua identità non potesse essere che quella del fallimento.

Alle radici di questa modalità complessa stava anche una relazione primaria molto sofferta, con una madre tendenzialmente simbiotica, tutta proiettata sul figlio con delle aspettative così alte che l'unica possibilità di differenziazione di quest'ultimo era diventata col tempo quella di individuarsi solo nel fallimento. La tendenza ad agire dei comportamenti distruttivi emergeva soprattutto nei momenti di cambiamento e di passaggio della vita, verso se stesso, nel lavoro, nelle relazioni sentimentali e in quelle sociali in genere.

Dopo alcuni anni di terapia queste modalità si erano col tempo leggermente e faticosamente ridotte; continuavano ad affacciarsi, regolarmente, ma con meno pesantezza e con una minor durata nel tempo che in passato, finché non c'è stato all'improvviso un cambiamento imprevisto e drammatico: una improvvisa malattia mortale della

madre, che ha gettato il giovane uomo nel panico. Davanti ad un cambiamento così doloroso e inaspettato, la coazione a distruggere, che si era andata leggermente attenuando nel tempo, è riesplora massicciamente, indirizzandosi alla cosa più importante che il giovane uomo fosse riuscito a costruire negli ultimi tempi: un recente matrimonio da cui erano nati due bambini a cui lui teneva moltissimo. Davanti al dolore della morte di sua madre, la persona che era stata al centro della sua vita, che aveva sempre mediato fra lui e le difficoltà del vivere. nel tentativo disperato di proteggerlo, l'unico castello che lui avesse davvero costruito con le sue mani nella vita stava per essere spazzato via dalle vecchie difese distruttive che riemergevano in modo massiccio. Per la prima volta da quando lavoravo con lui mi era resa conto un giorno in seduta che tutto quello che io potevo dire era in quel momento inutile. Gli stessi interventi che erano serviti in passato ad aiutarlo a contenere la distruttività ora apparivano del tutto svuotati, distrutti anche loro. Quello che stava per essere agito, sull'onda di vecchi fantasmi, era l'abbandono di questi bambini che erano in assoluto le persone che lui amava di più nella vita e a cui più teneva. E' stato allora che, presa dalla stessa sensazione di frustrazione che mi aveva portato in passato a raccontare delle favole ai genitori per aiutare a capire la storia dei loro figli, ho pensato di scrivere per lui una favola che gli ho raccontato un giorno in seduta. La favola parlava di un principino che si era talmente abituato soltanto a distruggere e non a costruire i castelli che appena si accorge di averne costruito uno è preso da un terrore così grande per le responsabilità che si hanno quando si costruiscono i castelli che decide di distruggere lui stesso il suo castello. E' a quel punto ho smesso di raccontargliela, lasciandola senza finale, perchè la completasse lui. Ricordo ancora il silenzio carico di tensione, di dolore, di rabbia e di aggressività che è seguito a questa lettura e alla sua brusca interruzione. E' stato solo dopo questo silenzio, durato per una lunga parte della seduta, che alla fine gli è scattato un passaggio nel mondo interno, senza che io stessa capissi bene come, anche se a quel punto ero ormai consapevole della potenza dell'insight dato

dalla favola: «Ma io il mio castello NON LO VOGLIO DISTRUGGERE».

E difatti il castello quella volta non è stato distrutto.

A distanza di tempo sono poi arrivate le sue impressioni sulla lettura della favola: «Adesso è come se arrivassi ogni volta davanti al baratro, ma mi fermassi un metro prima!».

Quella volta è stata una favola, qualche altra volta potrà essere qualcosa d'altro, ma credo sia importante poter sperimentare che, anche se non sempre, ci si può fermare un metro prima del baratro e che quando proprio non si riesce ad evitarlo, si può sempre risorgere dalla sconfitta.

Ecco la favola, completata (mentre nella seduta era stata raccontata solo fino al momento in cui il principino decide di distruggere lui il suo castello) con la vignetta clinica che segue, come l'ho raccontata nel libro.

// Principino che distruggeva i castelli

Sono un uomo ferito. E
me ne vorrei andare e
finalmente giungere,
Pieta, dove si ascolta
l'uomo che è solo con se.
(G. Ungaretti, *La pieta*)

Cera una volta, tanto e tanto tempo fa, un piccolo regno dove un giorno nacque una principessina così bella che le fu dato il nome di un fiore, anzi, della regina dei fiori, la Rosa.

E man mano che il tempo passava, la principessa crebbe facendo i giochi di tutti gli altri bambini di quel regno, compreso quello di costruire i castelli di sabbia sulla riva del mare. Ma la prima volta che ci provò il suo castello cadde rovinosamente a terra, perchè, come si sa, da che mondo e mondo tutti i castelli devono cadere tante volte prima di imparare a stare in piedi.

Ma la principessa Rosa, che invece non lo sapeva, cominciò a pensare di non essere capace di farli e diede ragione al suo papa che le diceva sempre: «I castelli lasciali costruire ai maschi, non sono cose per bambine!». E così a poco a poco si convinse di non essere né brava, né intelligente, né capace di costruire le cose come tutti gli altri bambini, visto che il suo castello non era neanche riuscito a stare in piedi. E' giorno dopo giorno questo pensiero cominciò ad accompagnarla e ogni volta che la paura di non essere capace si impadroniva di lei, ecco che davvero la principessa Rosa non riusciva a fare i giochi che facevano gli altri, né ad imparare le stesse cose che imparavano loro e anche le sue mani cominciavano a tremare mentre provava a costruire i castelli, cosicché questi alla fine cadevano rovinosamente al suolo. E allora la principessa Rosa rinunciò a poco a poco a costruire i castelli

e si disse: «Quando sarò grande, però, io trovero qualcuno che mi aiuterà a costruire dei bellissimi castelli, proprio col progetto che ho in mente io! E allora sì che mi sentirò come gli altri, anzi, persino più brava di loro!».

E così il tempo passò, i fiori sbocciarono e appassirono tante volte sui prati, la neve cadde e si sciolse tante volte sui campi di grano degli uomini, l'acqua dei fiumi passò tante altre volte sotto ai ponti, il vento continuò a modellare le sue statue di roccia e la principessa Rosa diventò grande e si sposò con un principe azzurro con la segreta speranza di poter finalmente avere qualcuno che l'aiutasse a costruire il castello che lei aveva in mente, esattamente quello e non un altro. Ma quello che lei non sapeva era che il principe, invece, i castelli li sapeva, sì, costruire, ma secondo il progetto che aveva imparato lui quando era piccolo, che era un po' diverso dal suo.

E' invece la principessa Rosa aveva in mente un progetto ben preciso di castello, esattamente quello che lei avrebbe voluto costruire quando era bambina, cosicché non le piacevano per niente i castelli che venivano costruiti secondo altri progetti, neanche quelli del principe azzurro. E' fu così che quando più tardi le nacque un principino a cui fu dato il nome di Castellano, la principessa Rosa si disse: «Lui sì che saprà costruire dei bellissimi castelli, proprio con lo stesso progetto che gli insegnerò io! A lui non dovrà capitare di sentirsi incapace e poco intelligente e poco bravo come mi sentivo io quando giocavo con gli altri bambini!». E fu così che fece di tutto perché il suo bambino potesse crescere contento e felice e perché imparasse il suo progetto per costruire i castelli, senza sapere che invece si possono usare anche dei progetti diversi e che i castelli restano lo stesso in piedi. E così, man mano che i giorni passavano, anche il nostro principino, come tutti, cominciò a imparare a poco a poco a fare le cose e fu così che un bel giorno, vedendo che tutti costruivano dei castelli, decise di provare a costruirne uno anche lui, con la sabbia del giardino. Ma siccome era proprio la prima volta che ci provava, come sempre succede, il piccolo castello non resse e cadde precipitosamente giù. Allora il principino, che aveva proprio voglia di imparare, si mise pazientemente a costruirne un altro in un altro modo, ma anche questa volta il suo piccolo castello cadde rovinosamente al suolo. Alla terza volta che gli successe, il nostro principino scoppiò a piangere e pianse tutte le sue lacrime perché lui non sapeva che prima di saper costruire un castello bisogna provarci tante volte e vederlo cadere rovinosamente a terra altrettante volte.

Ma la sua mamma, la principessa Rosa che ora era diventata regina e lo guardava affacciata alla finestra, sentì un gran dolore al cuore e si disse: «No, non è possibile che anche il castello che ha fatto il mio bambino debba cadere, mentre quelli che fanno gli altri stanno in piedi, esattamente come succedeva a me da piccola! Adesso vado giù io a farglielo!».

E fu così che scese precipitosamente in giardino e gli costruì un bellissimo castello, proprio seguendo il modello che piaceva a lei e questa volta, per amore del suo bambino, ci riuscì davvero. Il principino lo guardò ammirato, batté le mani e disse: «La mia mamma sì che è brava! Lei sì che sa costruire i castelli!» e la Regina si sentì felice perché aveva finalmente dimostrato che anche lei sapeva costruire i castelli, al contrario di quello che le succedeva da piccola, quando si

sentiva incapace e frustrata, un vero fallimento. E fu cosicché ogni volta che il principino si metteva a costruire un castello, ecco che arrivava la sua mamma che gli diceva: «Tu sei ancora troppo piccolo, devi aspettare, non sai ancora costruire i castelli, aspetta che te ne costruisco uno io!» e gli costruiva un bellissimo castello.

Andò a finire che, senza che nessuno se ne accorgesse, man mano che il tempo passava il principino rinunciò a costruire i castelli, innanzitutto perchè c'era la sua mamma che li costruiva per lui, e poi perchè, in ogni caso, belli come quelli che faceva lei, lui proprio non li avrebbe mai saputi fare. Ma siccome l'unica cosa che il principino aveva scoperto di saper fare da solo era quella di far cadere i castelli e siccome quando si è piccoli si ha proprio molto bisogno di essere sicuri di saper fare almeno una cosa da soli, proprio da soli, per capire chi si è, ecco che a poco a poco il principino cominciò a fare l'unica cosa che gli veniva spontanea di fare da solo, cioè quella di andare in giro per il suo mondo facendo cadere tutti i castelli che incontrava lungo la sua strada. E così il tempo passò, i fiori sbocciarono e appassirono tante volte sui prati, la neve cadde e si sciolse tante volte sui campi di grano degli uomini, l'acqua dei fiumi passò innumerevoli volte sotto ai ponti e il principino crebbe e diventò grande, ma con un angolo segreto dentro di sé in cui era convinto che lui era uno che i castelli non li avrebbe mai saputi costruire, al massimo li poteva solo far crollare rovinosamente al suolo.

Finché arrivò un giorno in cui il principe Castellano era così amareggiato e triste e arrabbiato per le colpe che tutti gli davano e che lui stesso si dava dentro di sé per non saper costruire i castelli, che alla fine decise di andarsene e di partire per un lungo viaggio, per imparare anche lui a costruire qualcosa nella vita.

E fu così che il principe partì una mattina al levarsi del sole e lungo il suo viaggio, giorno dopo giorno, mese dopo mese, anno dopo anno, incontro tante persone e cose nuove che lui non conosceva e che non aveva mai sperimentato.

E in questo cammino attraverso con molta paura una foresta popolata di animali feroci, guado con altrettanta fatica un fiume vorticoso che cercava di travolgerlo e portarlo con sé, attraverso un mare in tempesta dove rischio più volte di naufragare ed ecco che alla fine si trovò spostato e stremato sulla cima di una collina dolce, illuminata dal sole. E lì, a poco a poco, il principe cominciò a costruire un muro, e poi un altro, e poi un altro ancora ed ecco che alla fine tutti i muri messi insieme formarono una costruzione che non solo era un castello vero e proprio, anche se non del tutto eccezionale, ma che restava anche in piedi. E allora il principe Castellano si disse tutto contento: «Ecco, in questo castello, quando sarà finito, io ci verro a vivere con mia moglie e i miei figli!». Ma mentre si diceva questo, si rese improvvisamente conto che per la prima volta in vita sua lui aveva davvero costruito un castello e fu così sorpreso e anche così spaventato dall'idea di non sapere più chi era se non era neanche più uno che distruggeva i castelli e si sentì così schiacciato dal sentirsi improvvisamente diverso da come lui aveva pensato di essere e anche da tutte le responsabilità che si hanno quando si costruiscono i castelli, che si disse precipitosamente: «No, io no, non è possibile! Non può essere vero! Io sono uno che non sa costruire i castelli, li sa solo distruggere!».

E così, per paura che crollasse come tutti gli altri, decise di distruggere lui il suo castello, che pure stava in piedi ed era pure solido, anche se non proprio meraviglioso come quello degli altri e neanche costruito sul progetto che lui aveva sempre avuto in mente. Ma mentre si accingeva a distruggerlo ecco che un pensiero nuovo gli attraversò la mente: «Ma questo castello l'ho fatto proprio io, con le mie mani, dopo tanti tentativi. Non c'è nessun altro al mondo che l'abbia fatto al posto mio! E anche se non è così meraviglioso come quelli della mia mamma e di tutti gli altri, è pur sempre un buon castello che sta in piedi e forse un giorno ci potrò davvero venire a vivere con mia moglie e i miei figli». E fu così che, a poco a poco, come qualche volta succede, anche il principe Castellano ebbe un castello in cui vivere, costruito proprio da lui, con le sue mani, intorno a un fuoco che riscaldava la sala centrale. E intorno a questo fuoco arrivarono col tempo i suoi figli e poi i figli dei suoi figli e il regalo più grande che ci trovarono fu quello di scoprire che ognuno nella vita, prima o poi, può imparare a costruire il proprio castello e a viverci avendone cura, come un buon padrone e non come ospite, anche se a volte questa può sembrare un'impresa impossibile. E da allora anche questo fu scritto nel Libro della Vita che si tramando in quel castello da una generazione all'altra come eredità preziosa, conservata in uno scrigno antico nella sala del camino centrale.

Ecco ora la vignetta clinica che segue: Roberto è il terzogenito di una coppia con tre figli, ed è l'unico maschio, il prediletto della madre, quello su cui lei investe gran parte della sua affettività sin dalla nascita. In quel periodo la madre, Leila, giovane donna lontana dalla sua famiglia, vive con la famiglia del marito da cui si sente poco capita e accettata, in una condizione di grande solitudine. Anche col marito il dialogo non è molto facile, per cui alla nascita del figlio maschio Leila gli si lega moltissimo, lo vede come la sua futura arma di riscatto e tende a formare con lui una coppia chiusa madre-bambino ancora più che con le figlie.

In effetti il rapporto di Leila con gli uomini della sua vita non è mai stato facile; da suo padre si è sempre sentita svalutata rispetto ai fratelli e questa svalutazione è proseguita anche dopo il matrimonio perché lei ha voluto sposare proprio un marito che suo padre non stimava. E così Leila, per affermare una scelta sua in un ambiente familiare che valorizzava solo un certo modello maschile, ha scelto un marito in opposizione alla sua famiglia. Ma il gioco psicologico in cui era cresciuta in famiglia ormai è diventato inconsapevolmente il suo; a poco a poco, più lei si sente poco accettata e capita dalla famiglia del marito e più tende a mitizzare quella d'origine, cominciando

contemporaneamente a svalutare suo marito che a suo parere non è all'altezza di quel modello. Giacomo, il marito, si sente a sua volta messo un po' ai margini di questi nuclei familiari, quello nuovo e quello d'origine e riversa tutte le sue energie sul lavoro, anche perchè c'è il problema dell'acquisto di una casa autonoma. E così Roberto cresce in una famiglia con una mamma tutta proiettata su di lui perchè è da lui che si aspetta una rivincita nei confronti della sua famiglia d'origine e di quella del marito. E' lui che deve diventare una persona di successo e deve studiare più di tutti. E così Leila, senza rendersene conto e facendo grandi sacrifici personali per dare a suo figlio il meglio di tutto, comincia a chiedergli inconsapevolmente di essere lui chi finalmente guarirà le sue ferite svalutative. Il rovescio della medaglia è che in questo modo purtroppo la svalutazione continua. Roberto cresce con una mamma che non solo provvede a lui in tutto e per tutto, ma che gli previene persino i desideri per evitargli qualsiasi frustrazione e questo sul piano mentale a poco a poco gli produce l'assoluta incapacità di reagire e di trovare le sue risorse nelle situazioni di difficoltà. Leila, che è stata una bambina sola, triste e svalutata, senza rendersene conto e in un modo sicuramente ben lontano dalla sua volontà, finisce purtroppo per perpetuare con Roberto, il suo figlio prediletto, lo stesso meccanismo svalutativo in cui è cresciuta lei.

E così Roberto cresce con la sensazione di essere un oggetto nelle mani della mamma. E' lei che lo guida, che gli dice che cosa deve fare, che media sempre fra lui e la realtà.

«Era come se io non esistessi» dirà lui, anni più tardi con grande sofferenza. «Io, da solo, non sapevo chi ero. Io ero quello che mia madre mi diceva che ero; senza di lei non avevo neanche la sensazione di esistere». In questo modo Roberto è così caricato di ansia da aspettative troppo alte che l'ansia lo fa diventare a poco a poco il contrario di quello che sua madre si aspetterebbe da lui. Invece di essere un bambino e un ragazzo di successo comincia ad accumulare difficoltà su difficoltà, sia sul piano scolastico che su quello relazionale, il tutto in

silenzio e senza che la madre intuisca la sua sofferenza. Neanche l'aiuto del padre gli può servire perchè non può identificarsi con un modello maschile che sente svalutato da sua madre. Ma Leila insiste, instancabile, non si lascia scoraggiare. Più Roberto entra in comportamenti che gli si ritorcono contro, più lei moltiplica le sue strategie e i suoi tentativi di fare una persona di successo, senza rendersi conto che è invece anche questo uno dei meccanismi che ne favoriscono l'insuccesso. Finite le scuole medie, il ragazzo entra in una scuola superiore, ma la sua energia mentale è impiegata tutta sul piano della sopravvivenza psicologica, non gliene resta neanche un briciolo a disposizione per lo studio, per cui l'insuccesso continua, finché qualche anno più tardi anche Leila, al colmo della disperazione, si arrende, rinuncia all'idea di avere un figlio con un titolo di studio e lo porta all'Ufficio di Collocamento a fare il libretto di lavoro. «Ecco, da ora in avanti sarai tu ad assumerti le tue responsabilità. Ecco qui il libretto, lo non c'è entro più, non mi voglio più occupare di te!» gli urla in preda a una sofferenza non più tollerabile.

Ma dentro a quella rabbia angosciata c'è il riassunto di tutte le ferite della sua vita; la solitudine, la disperazione, l'essersi sentita una persona di nessun valore, l'aver finalmente visto una speranza di riscatto nel momento in cui è nato il figlio maschio e l'aver visto questa speranza spegnersi giorno dopo giorno, nonostante tutti i suoi tentativi di alimentarla. Leila ha sacrificato tutto a questa speranza pur di tenerla accesa, se stessa, i suoi desideri, le sue emozioni, i suoi bisogni ed ecco che adesso deve riconoscere davanti a se stessa e davanti a questa famiglia d'origine che lei continua a portarsi dentro che questa speranza si è spenta, non c'è più modo di tenerla accesa.

Suo figlio non riscatterà mai con lo studio le sue vecchie ferite e questo per lei vuol dire riconoscere definitivamente il suo fallimento. E finita la battaglia che ha combattuto per una vita su questo punto e lei ha perso. Nel dolore di questa perdita Leila è come un animale ferito e sfoga la sua rabbia sul figlio. «Me lo ricorderò per tutta la vita quel giorno - dira

Roberto, anni più tardi - Cera la nebbia e noi camminavamo lungo un viale. Mia madre camminava davanti a me e agitava il libretto di lavoro e mi diceva che d'ora in avanti lei per me non avrebbe fatto più niente. Io ero dietro e all'improvviso mi sono sentito abbandonato, come se non esistessi più. Non sapevo più chi ero né dove ero. Avevo davanti a me mia madre, quella che aveva provveduto a me per tutta la vita, in tutto, nelle cose che facevo e persino in quelle che pensavo perché lei sapeva sempre pensare meglio di me e aveva sempre fatto tutto per me, anche al posto mio, ed ecco che all'improvviso questa persona senza la quale io non so vivere mi dice che lei per me non farà più niente, che sarò io a dover fare tutto e mi mette in mano questo libretto di lavoro. Era come se per tutta la vita qualcuno mi avesse dettato una parte da recitare e ora all'improvviso ero io che dovevo inventare la mia parte. Ma io non potevo farlo, per inventare qualcosa bisogna almeno essere sicuri di esistere, ma io ormai non ero sicuro di niente, tanto meno di esistere. Avevo una sensazione terribile, che non era neanche quella di essere morto, era proprio quella di non esistere. Non sapevo più chi ero, né che cosa facevo, né dove ero. Ricordo solo il viale e la nebbia. Forse è stata quella che mi ha salvato. Da allora la nebbia mi ha accompagnato, è entrata dentro di me. Ogni volta che avevo la sensazione di non esistere, ecco che mi ritornava in mente il viale, la nebbia, il suono dei nostri passi sulle foglie e quel libretto di lavoro agitato nell'aria. Ecco, io ormai non sapevo più chi ero, ma c'era il ricordo persistente di questa nebbia. Da quel momento la nebbia è entrata dentro di me. Io ero la nebbia. E' sempre meglio essere nebbia piuttosto che non esistere per niente! Almeno la nebbia esiste, la vedi, la senti, la sfiori con le mani, la respiri con i polmoni. Sì, essere nebbia era una possibilità di esistere, contro questa terribile sensazione di non esistere. E io allora sono diventato nebbia». Questa nebbia è costata a Roberto anni e anni di dolore, di pena, di fatica quotidiana di vivere, ma l'ha pur salvato alla fine. Quando Leila ha accettato la sua impotenza e ha smesso di lottare al posto di suo figlio, a poco a poco è stato lui che ha cominciato a farlo, a lottare per se, a

conquistarsi il diritto di esistere, giorno dopo giorno. Così, nonostante tutto questo grande dolore e tutta questa pena, Leila ha lasciato a suo figlio una grande eredità, gli ha insegnato a lottare per vivere. Ora Roberto ha costruito un suo castello. Non è meraviglioso, non è per niente eccezionale, ma è pur sempre un buon castello che sta in piedi per conto suo, senza puntelli esterni. Molto spesso le finestre si spalancano ai venti gelidi della tempesta e qualche volta la pioggia penetra dal tetto, ma in fin dei conti si tratta pur sempre di un buon castello, con delle persone care intorno al fuoco e Roberto sa che ogni tanto nella sua vita deve e dovrà fermarsi a dedicare del tempo ad aggiustare le finestre che si spalancano o a sistemare le tegole del tetto smosse dal vento delle tempeste, mentre qualcuno l'aspetta accanto a un fuoco che ha costruito lui, proprio lui, con le sue mani.