

ALLE SORGENTI DELL'EDUCAZIONE

Gravidanza, parto, nascita, primi giorni di vita: momenti con una forte connotazione educativa, spesso non considerata o sottovalutata. I genitori identificano come prevalenti in queste situazioni le relazioni emotive ad essi connesse, come la tenerezza, esaurendo in un periodo magico, nel migliore dei casi, l'esperienza complessiva.

Il mio presente di neo-mamma mi invita ad una costante riflessione sull'"avventura educativa" che sono stati per me la gravidanza e questo primo mese di vita della mia bambina. Intendo l'educazione come insegnamento reciproco e reciproca opportunità di crescita e a questo significato accomuno tutti gli atteggiamenti di rispetto, dedizione e attenzione che a un neonato vanno rivolti.

Il bisogno di parlarne con i lettori è dettato innanzitutto dal fatto che malgrado io avessi alle spalle alcuni anni di ricerca e di attività attinenti alla nascita e alla preparazione al parto e malgrado avessi avuto punti di riferimento che nel passato avevano irradiato luce e mi avevano condotta a una certa consapevolezza (come gli incontri con Leboyer e il mio lavoro sul canto carnatico), mi sono imbattuta tuttavia in una serie di errori e di sviste in questa basilare e specialissima "età" del rapporto educativo.

Dato che lo spirito del Crogiolo è quello di incitare a una attitudine di educazione permanente e di collaborazione tra genitori (e chiun-

Gravidanza, parto, primi giorni di vita:
un'esperienza vissuta

di **Letizia Galiero**

que si consideri educatore), mi permetto allora di mostrare un esempio di percorso "alle sorgenti" del rapporto tra madre e figlio.

Dalla teoria all'esperienza

Il mio percorso forse non è stato ideale nel suo sviluppo, probabilmente cercare l'ideale in queste cose è una meta molto ambiziosa e difficile da realizzare, credo comunque che valga la pena di proporre la mia storia, anche con i suoi incidenti di percorso, poiché ha in buona parte corrisposto a principi e presupposti di naturalità, globalità e rispetto.

La mia avventura verso un approccio nuovo e più in armonia con la natura di intendere gravidanza e parto ebbe origine cinque anni fa, in occasione della tesi di laurea e fu allora che, alla ricerca di un argomento che attenesse all'educazione e al corpo, mi si impose la necessità di risalire alle sorgenti dell'educazione e cioè al tema della nascita.

Quando mi imbattei nei primi libri di Frédéric Leboyer, la sorpresa di leggermi un atteggiamento così denso di amore, sensibilità, semplicità e intelligenza e il trovarvi quello che ogni mamma sogna di poter offrire al proprio neonato, mi indirizzò a svolgere la mia ricerca proprio sul tema della nascita.

Da allora sono seguiti anni di riflessione, lavoro ed esperienza re-

lativi al parto e all'accoglienza del neonato e mi sono andata sempre più convincendo che se ci si vuole occupare dell'educazione in senso lato (vista l'importanza di rivolgerci alle nuove generazioni), non si può assolutamente prescindere da un'educazione alla nascita.

La vita intrauterina e la nascita sono momenti dell'evoluzione dell'essere che imprimono segni indelebili e tracce profonde sulle quali si costruisce l'intera vita futura: in particolare gli aspetti psichici, ma non di meno quelli fisici e complessivamente la salute e la felicità dell'individuo.

La crescita nell'utero ha la straordinaria qualità di far ripercorrere al feto, in nove mesi, quanto è accaduto sulla terra in quasi tre miliardi di anni. Una vera e propria ricapitolazione filogenetica, ma non solo; è un periodo incredibilmente significativo e privilegiato per l'impronta comunicativa che si stabilisce tra madre e feto.

La madre, coltivando la propria mente e favorendo pensieri belli, nobili, positivi, plasma in modo concreto quella del bambino e prepara un terreno fertile perché crescano in lui sentimenti di pace, sicurezza e serenità. Inoltre si prepara lei stessa, gioiosamente, all'evento della nascita. Il circondarsi di cose belle, di persone calme, attente e di un ambiente sano e ricco di stimoli positivi, sono le condizioni essenziali per iniziare ad interessare un buon percorso educativo.

Purtroppo, ritornando alla mia esperienza durante i nove mesi di gravidanza, pur comprendendo l'importanza di questo clima e di questi atteggiamenti, come spesso

Nella pag. 6

Raffaello, *Madonna della scogliola*,
FIRENZE - Galleria PALATINA

accade talvolta mi è mancata la consapevolezza necessaria. In realtà ogni attimo del giorno e tutti i giorni sono un momento unico e prezioso da vivere e da agire e una volta trascorsi sono persi per sempre e con loro se ne va questo irripetibile stato di grazia che è la gravidanza.

Gravidanza

Da questo punto di vista, pratiche come lo yoga, il Tai Chi e il canto carnatico, sono occasioni di preparazione al parto dal punto di vista fisico (innanzitutto come educazione del respiro) ma soprattutto di crescita interiore e di sviluppo della consapevolezza.

Non ha senso, infatti, concepire la preparazione al parto come una pratica da eseguire col corpo. Ci si limiterebbe, in questo caso, a intendere il parto come qualcosa da espletare solo sul piano fisico, ignorando ciò che dal corpo e dalla materia sconfinava verso un territorio ben più vasto che è quello del mistero, dell'insondabile, del sacro, in fondo, del mentale e dello spirituale. Il parto, la nascita, i primi giorni del bambino sono soprattutto questo. La gravidanza diventa allora il tempo giusto che la natura dà per prepararsi in questo senso.

Anche questo è forse teoricamente facile da afferrare, ma poi ci si trova di nuovo a lottare con le banalità della vita quotidiana, la pigrizia mentale... E dal capire superficialmente al capire veramente...!

Ecco che per un progetto così ambizioso di gravidanza le capacità di attuarlo si riducono man mano che il tempo passa e ci si rende conto che nove mesi sono in realtà un tempo brevissimo se non lo si sfrutta in ogni sua parte.

Parto

Si giunge poi alla scelta del come e dove partorire. Questa è un'altra tappa fondamentale, anche se spesso si riduce al crearsi dei falsi



problemi.

In realtà non è l'ospedale, il medico, l'ostetrica, il metodo o gli strumenti usati che rappresentano le questioni da risolvere o gli ostacoli che si frappongono fra noi e l'obiettivo di una nascita naturale o di un parto gratificante, ma sono ancora una volta la nostra mente e i suoi preconcetti, la mancanza di fiducia in se stessi e nel proprio corpo. Immediatamente ripenso alle domande che molte volte ho sentito fare a Leboyer: "eh sì, molto bello il tipo di nascita che ci propone, ma nei nostri ospedali è impensabile poterla realizzare".

Ogni volta la risposta di Leboyer è stata: "Smettiamo di attribuire sempre agli altri e ai loro errori l'insoddisfazione delle nostre esperienze. Se una donna è davvero forte e armoniosa interiormente, se è davvero maturata in questi nove mesi di gravidanza, se è sufficientemente a contatto con i misteri che stanno accadendo nel suo corpo, allora partorerà bene in qualsiasi luogo e in qualsiasi situazione."

Del mio parto, peraltro avvenuto a casa, mi rammarico solo del fatto di non aver ottenuto dai presenti il sufficiente rispetto dell'intimità tra madre e neonato e alcune regole fondamentali dell'accoglienza al neonato, come il silenzio, l'oscurità, i modi di toccarlo da par-

te dell'ostetrica.

Anche in questo caso la nostra leggerezza o superficialità lascia segni indelebili nel corpo e nell'esperienza psichica del neonato. Come dice Leboyer, si tratta sempre del nostro modo adulto di essere grossolani e distratti. Ma il neonato se ne accorge.

Primi giorni di vita

In quanto all'essere grossolani e distratti, l'allattamento e le cure al neonato sono un altro banco di prova che anche nel mio caso ha fatto comprendere quanta sensibilità e attenzione abbiamo da sviluppare noi adulti.

Il maestro è davvero il bambino, che ci mostra i nostri limiti e la nostra ottusità. Così la mamma viene immediatamente "richiamata" dai suoi segnali se mentre cambia il bimbo o lo allatta, chiacchiera con altri o è tesa e nervosa o ancora annoiata e disattenta. Dopo un mese e mezzo che mia figlia è nata, non passa giorno in cui lei non mi ricordi che i movimenti delle mie mani sono sgraziati e maldestri, che la mia voce tradisce stati d'animo poco sereni o calmi, che i miei occhi non sono in grado di guardare con sufficiente attenzione.

Se ci si abitua a guardare al bambino come ad un maestro a partire dai primi mesi di vita e questo diventa il modello del nostro rapporto educativo, allora credo che anche gli errori e le "occasioni perdute" possano in qualche modo venire recuperati e rese stimoli attivi per un progetto di vera educazione globale.

Letizia Galiero

Laureata a Bologna in discipline delle arti, musica e spettacolo, con una tesi sui simboli della nascita, ha seguito da vicino il lavoro di Frédéric Leboyer. Ha poi studiato in India presso il Kala Kshetra, uno dei massimi istituti dell'arte musicale, il canto carnatico, utilizzato nella preparazione al parto.