

# *Quando nasce un bambino?*

*Testimonianza del corso sulla generatività di Donata Da Mar e Nicola Cervo*

*Da dove siamo nati?  
Dall'amore.  
Come saremmo perduti?  
Senza amore.  
Cosa ci aiuta a superarci?  
L'amore.  
Goethe*

## *Abstract*

*Benedetta, la mia bambina di 5 anni, che mi conosce molto bene, sa che se vuole ricevere qualche coccola in più, la sera prima di addormentarsi, c'è una domanda a cui proprio non posso rispondere con fretta: Mamma, parliamo di quando sono nata?!!*

*Allora mi sdraio di nuovo nel suo lettino e cominciamo a raccontarci...Una volta in uno dei nostri dialoghi mi ha detto: "Mamma, ma sai dov'ero prima di essere nella tua pancia?"*

*Io: "Sì, eri nel mio cuore!" E lei: "Sì! Ma prima ancora ero nel cuore del papà!"*

*E se ripenso alla sua storia, credo proprio sia così e che lo stesso valga per ogni bambino: ogni bambino nasce da un desiderio del cuore.*

*Quella che segue, è la storia di tre desideri che si sono incontrati...*

*Nell'autunno del 2009, è stato proposto a me e mio marito di prendere parte ad un corso sulla generatività. Eravamo sposati da pochi mesi e non avevamo ancora mai preso in considerazione seriamente l'idea di concepire un figlio, molti altri pensieri venivano prima di questo: la nuova vita a due, la casa, la mia laurea, il lavoro... Tuttavia il desiderio di avere un bambino era sempre stato nei nostri sogni e nella nostra idea di famiglia, per cui avevamo scelto di partecipare pensando che, comunque, in un futuro più o meno prossimo, ci sarebbe tornato utile. Nel nostro cammino da fidanzati avevamo già vissuto diverse esperienze per formarci nell'ambito dell'affettività e della coppia, inoltre condividevamo insieme anche un percorso di fede. Ancora non sapevamo però, che ci si potesse preparare anche al concepimento ed il corso sulla generatività è stato per noi una grande rivelazione sotto molteplici aspetti.*

*I primi mesi di matrimonio sono certamente un periodo magico, in cui ci si trova finalmente a vivere il sogno d'amore che tanto si è atteso e progettato, tuttavia è anche una fase di assestamento, in cui bisogna imparare a conoscersi nuovamente e a far conciliare ritmi e abitudini diverse; il fatto d'aver vissuto quest'esperienza a pochi mesi dal matrimonio è stato per noi un aiuto prezioso ed uno stimolo a continuare ad investire su di noi come coppia.*

*All'inizio del percorso sulla generatività ci è stato proposto di lavorare sulla nostra individualità: questo ci ha portato prima di tutto a riflettere sull'eredità biologica, culturale e spirituale che i nostri padri e madri ci hanno lasciato e, in un secondo momento, ad approfondire il nostro essere uomo e donna e la nostra capacità di integrare il maschile e femminile, entrambi presenti dentro di noi. L'aver preso coscienza delle nostre radici e di quanto i nostri genitori hanno fatto per noi (nel bene e nel male), ha fatto nascere in noi un senso di gratitudine, il desiderio di migliorarci e di donare e trasmettere a nostra volta la vita e quanto avevamo ricevuto.*

*Soffermarci a cogliere le nostre attitudini maschili e femminili ci ha aiutato invece a prendere consapevolezza della bellezza del nostro essere uomo e donna, della nostra sessualità, insegnandoci a percepire in modo nuovo il nostro corpo e la nostra interiorità, facendoci scoprire risorse che non credevamo di possedere. Inoltre, questo ci è stato utile per imparare ad armonizzare anche il maschile e femminile che andava a comporre la nostra coppia. Ricordo, ad esempio, che in quel momento ho percepito che tra noi stava prevaricando l'elemento maschile e l'ho visualizzato come un'onda che quasi mi travolgeva, da lì quindi abbiamo cominciato a cercare insieme un nuovo equilibrio nella nostra relazione. Personalmente, ciò, mi ha aiutato a riscoprire il mio lato maschile, che nascondeva una forza e una tenacia di cui non ero consapevole e su cui potevo lavorare per la mia crescita personale. Abbiamo avuto l'opportunità di gustare la bellezza del nostro essere diversi, sia nel corpo che nell'interiorità, del nostro essere complementari l'uno all'altra per poi ritrovarci e completarci in una sola unità. Inoltre ci siamo sentiti arricchiti dal confronto e dalle esperienze condivise dalle coppie che hanno percorso questo cammino assieme a noi.*

*Le modalità con cui sono stati trattati gli argomenti ha fatto nascere in noi la consapevolezza di essere una ricchezza e una risorsa non solo reciproca ma per l'intera società. Abbiamo sentito che il nostro 'stare insieme' aveva un valore sociale, e che proprio noi due, eravamo portatori di qualcosa di unico e originale che nessun altro poteva portare nel mondo; non solo nel senso di un figlio, ma anche con il nostro semplice progetto di coppia e famiglia, potevamo dare un contributo importante per lo sviluppo e per la costruzione di un mondo migliore. Ci siamo sentiti valorizzati e allo stesso tempo investiti dalla possibilità di poter attuare davvero un cambiamento sociale.*

*Un altro aspetto del corso che per noi è stato molto interessante riguarda tutte le informazioni utili che ci sono state fornite sulla promozione della fertilità e sulla salute e il benessere in gravidanza. Onestamente eravamo molto impreparati a riguardo e non ci eravamo mai soffermati a riflettere sull'importanza del preparare non solo il corpo ma anche lo spirito all'attesa di un bambino: ci si è aperto un mondo completamente nuovo e tutto da scoprire. Ci siamo resi conto che generare un figlio era un'avventura tanto meravigliosa e straordinaria quanto seria e impegnativa. Sapere che gli stessi sentimenti che si vivono durante il concepimento hanno delle ripercussioni sul nascituro, per noi faceva la differenza. Abbiamo capito profondamente la sacralità dell'atto sessuale che non poteva limitarsi alla voglia di un momento. Non si può sciupare così un dono tanto grande: creare, insieme, una vita, unica, originale ed irripetibile!!! No di certo...quella vita meritava di essere desiderata, cercata, attesa... poteva e doveva esser frutto di un amore*

vero, incondizionato che non voleva nulla se non donarsi all'altro...che Bellezza! Ma anche che responsabilità...sono emersi in noi timori e dubbi: saremmo stati capaci di tanta accortezza e di tanta cura? Quell'idea che avevamo nel cuore, di avere un bambino, si faceva sempre più nitida e con essa la consapevolezza di cosa questo potesse implicare. Entrambi avevamo sentito nel cuore che il desiderio di generare un figlio era autentico e faceva parte del nostro essere famiglia, ma abbiamo cominciato a chiederci se eravamo pronti a qualcosa, o meglio a qualcuno, che avrebbe stravolto per sempre le nostre vite; se eravamo pronti a rinunciare alle nostre libertà e comodità per donarci totalmente alla nostra creatura. Queste domande spaventavano un po'. Così, proprio mentre pensavamo che fossero scelte che ancora non ci riguardavano, che ci sarebbe stato tempo per pensarci... qualcun altro ci ha pensato per noi e ci ha fatto sapere che era già tra noi!

In uno degli ultimi incontri, ci è stato chiesto di fare un esercizio di visualizzazione per entrare in contatto con il "nostro bambino". Ricordo molto bene che io e mio marito ci siamo messi l'uno di fronte all'altra e prima che l'esercizio guidato cominciasse, dentro di me pensavo: "Davvero abbiamo già un bambino?" Ero perplessa riguardo a quello che sarei riuscita ad immaginare...E invece quello che ho visualizzato mi ha lasciato ancora più incredula e stupita!! Non solo ero riuscita a visualizzare una bambina, ma l'avevo anche sentita così vicina a noi ed era un'immagine così concreta che mi pareva di poterla toccare. Anche mio marito aveva sentito la sua presenza tra noi e quella sera, tornando verso casa, gli ho detto: "Penso che lei sia già pronta ad arrivare, aspetta solo che lo siamo anche noi!"

Ci è stato detto che, affinché un bambino nasca, sono necessari tre desideri: del padre, della madre e del bambino, è una cosa incredibilmente affascinante! Che meraviglia e che tenerezza sapere che questo bambino è presente e accompagna i genitori ancor prima del suo arrivo e che il suo desiderio di nascere è determinante quanto quello della madre e del padre. Per la coppia che desidera generare questo è un sostegno ed una certezza grande, che dà fiducia e che spinge a superare i propri limiti e le proprie incertezze. E quanto importante è imparare a fare spazio alla voce e ai messaggi di questo bambino interiore, con quanti doni e con quanta creatività è capace di rinnovare e colmare la nostra vita se solo ci lasciamo guidare e ci fidiamo di lui.

Ecco, se mi chiedessero: "quando nasce un bambino?" io direi che: "un bambino nasce nell'esatto momento in cui questi tre desideri si incontrano e, così, viene concepito nel cuore e nella mente dei futuri genitori." Questo è quello che abbiamo provato noi quella sera. Da quel giorno eravamo in tre! Aver sentito quella bambina così vicina a noi, ha spazzato via ogni dubbio e ogni paura: la sentivo con me, la desideravo di cuore e non vedevo l'ora di sentirmi pronta ad accoglierla; ero, infatti, consapevole che ci sarebbe voluta ancora un po' di pazienza.

A circa un mese da questo episodio, ho discusso la mia tesi di laurea ed il giorno stesso le abbiamo fatto sapere che eravamo pronti e che l'aspettavamo!

Dopo una decina di giorni, il 27 dicembre, abbiamo concepito Benedetta. Ricordo che quella sera, prima di addormentarci, mio marito ha posato la sua mano sul mio ventre, ho sentito un forte calore e ho visualizzato come un lampo di luce arancione (ci era stato

*detto che nel momento del concepimento si sprigiona nel grembo materno una luce) e dentro di me ho detto: "Chissà..."*

*Sono stati tanti e diversi i segnali e messaggi che ci hanno annunciato l'arrivo della nostra bimba: uno tra tutti il sogno in cui mio marito vedeva noi due che cenavamo con nostra figlia. Pochi giorni dopo mi sono decisa a fare il test di gravidanza ed abbiamo avuto la conferma di quel che già sapevamo...che gioia indescrivibile! Tutti quei dialoghi interiori, quelle sensazioni...erano realtà! Lei era lì, nella mia pancia! Che stupore e che meraviglia...!*

*Sono passati ormai sei anni da allora e a posteriori possiamo dire che quel corso è stato per noi un grandissimo arricchimento che ci ha permesso poi di gustare e di essere pronti a vivere in pienezza, in modo particolare, anche il periodo della gravidanza. Infatti, l'aver ricevuto in anticipo molte informazioni pratiche e aver avuto l'opportunità di essere guidati e di affrontare prima del periodo dell'attesa, tanti timori e dubbi inerenti alla gestazione e alla genitorialità, ci ha permesso di giungere al concepimento con sentimenti positivi, con serenità ed equilibrio. Tuttavia il dono più grande che ci ha dato la generatività è stato quello di metterci in relazione con la nostra realtà più intima. Io e mio marito eravamo abituati a vivere momenti di spiritualità e di ascolto interiore, ma eravamo abituati a riflettere, non tanto ad ascoltare le emozioni e a dare valore alle sensazioni e percezioni che il nostro corpo ci inviava: questo tipo di ascolto ci ha portato ad una conoscenza più profonda di noi stessi e di conseguenza anche ad una maggiore apertura verso l'altro, consentendoci di farci conoscere e di lasciarci accogliere e amare l'un l'altra in modo profondo. Ci ha fatto spogliare e mettere a nudo interiormente, facendoci scoprire il nostro "essere", la nostra parte più bella, vera ed autentica. E con questa intimità il "fare l'amore" aveva un sapore diverso.*

*Per concludere: immaginate che un ospite inatteso bussì alla porta di casa, la sua visita potrebbe anche essere gradita, ma magari vi coglierebbe impreparati., poco presentabili, occupati in altre faccende, senza tempo da dedicargli e con nulla di pronto da poter offrire, che peccato! Ma immaginate, invece, di aspettare un ospite che da tempo avete invitato, di certo lo avrete richiamato per ricordargli che lo aspettate, avrete messo un vestito adeguato, preparato con cura la tavola, cucinato qualcosa che sapete gradirebbe e scelto il vino migliore. Avrete riordinato e fatto spazio in casa e dentro di voi, affinché egli possa sentirsi accolto e a suo agio. Andare ad aprire la porta e dargli il benvenuto sarà un vero piacere!*

*Ecco, questa è la generatività per noi: è prepararsi nel miglior modo possibile a fare spazio dentro di noi, nel nostro cuore e nel nostro corpo; per prepararci ad accogliere, ad ospitare la vita! E si sa, un bambino, proprio come un ospite, non arriva mai a mani vuote, porta sempre dei doni con sé, a cominciare dalla gioia della sua presenza...*