

DOMANDA:

Oggi rispondo alla domanda di Celine:

“Che differenza c'è tra la rassegnazione e l'accettazione?”

RISPOSTA di ANNE:

Se per caso siete genitori di bambini autistici dovete spesso alzare la voce per poter farvi sentire dalle istituzioni. Capisco bene il problema. La rassegnazione è un atteggiamento che, davanti ad un avvenimento, dà l'idea di essere costretti. Dunque non vi è accettazione. È come essere una vittima costretta ad accettare quello che le si propone oppure gli avvenimenti che sta vivendo. In quel caso si ha davvero l'impressione di peso sulla schiena o di dover piegare la schiena davanti agli avvenimenti proposti dalla vita.

Nell'accettazione è invece il contrario: davanti allo stesso avvenimento, possiamo decidere di accettare quello che la vita ci propone. Poi da quel momento saremo capaci di poter vedere quello che si può cambiare e quello che non si può cambiare e appunto di poter agire in funzione di quello che si può cambiare. Questo dunque non significa dire che si è passivo. Nella rassegnazione si è passivo. Nell'accettazione, al contrario si è attivo, entro un certo limite. Vuol dire che ci saranno cose che naturalmente non potremo cambiare, ma saremo attivi in tutto quello che può essere cambiato.

Accettare le cose così come sono dall'inizio, ci permette di vedere, in conseguenza, di non lottare contro qualche cosa. Ci permette invece di vedere tutte le possibilità che ci vengono offerte in modo da cambiare quello che si deve cambiare e in quell'occasione, effettivamente si agisce.