

## L'arte di aiutare

Come si aiuta in modo efficace e come ci si trattiene al momento giusto dall'aiutare? Il riconoscere quando è possibile e appropriato aiutare e quando ci si deve invece trattenere, è un'arte.

Aiutare semplicemente per compassione, lo possono fare molti, in realtà tutti. Ma aiutare in un modo che sia in sintonia con l'altro, con il suo destino e con la sua anima, e che con questo aiuto egli possa e debba crescere, questa è un'arte.

Sull'aiutare una volta ho scritto un piccolo aforisma: chi vuole aiutare, non può più aiutare. Poiché in quell'istante egli interferisce nell'anima dell'altro. L'aiutare *viene permesso* dall'altro. Solo allora chi aiuta può agire in un modo che per lui è appropriato e sicuro.

Se l'aiuto viene preteso, di regola non si può più aiutare, a meno che non si tratti di un grave incidente o cose simili. Poiché chi pretende aiuto si comporta come un bambino, e chi presta aiuto deve comportarsi in quell'istante come se fosse padre o madre. Entrambi allora iniziano una cosiddetta relazione terapeutica di transfert e controtransfert. Questa è sempre destinata a fallire.

Anche quando si fa una distinzione tra bene e male non si può più aiutare. Non appena facciamo questa distinzione, escludiamo qualcuno. Ci mettiamo contro chi consideriamo cattivo. Ma il vero aiutare che giova a tutti è solo possibile se tutti hanno ugualmente un posto nel proprio cuore, se riconosciamo che tutti hanno un ugual diritto di esserci e che a modo suo ciascuno, anche se forse lo vogliamo considerare cattivo, è irretito, proprio come noi che forse siamo irretiti nel bene e riteniamo che questo sia buono. Dai risultati però vediamo che ciò che consideriamo buono di solito non è poi così buono. Per esempio anche quelli che hanno fatto qualcosa con buone intenzioni hanno sempre sbagliato qualcosa. Altrimenti non dovrebbero far riferimento al fatto che avevano delle buone intenzioni.

Il grande aiutare e l'arte di aiutare hanno bisogno di forza. Ed hanno bisogno di comprensione. Ed hanno bisogno di questo amore che tutto include.

Bert Hellinger