



Chicercatrova

Centro culturale cattolico

Corso Peschiera 192/A - Torino

www.chicercatrovaonline.it

info@chicercatrovaonline.it

La verità mi fa male

(testo non rivisto dall'autore)

Relazione del Prof. Don Ezio Risatti

(9 febbraio 2011)

(presentazione immagini con effetti ottici scaricabile dal download)

Il tema di questa sera è la verità e lo svolgo in tre punti: dal punto di vista filosofico, dal punto di vista psicologico e poi dal punto di vista religioso, così vediamo di dire un po' di cose sull'argomento perché, come vedremo, ci sono dei problemi notevoli. Possiamo partire con una definizione di verità tanto per avere un punto di partenza che ci permetta poi di muoverci.

La verità è la verbalizzazione, è il dire la realtà: quando uno dice che verbalizza quella che è la realtà, dice la verità. Ad esempio: «Quello è uno specchio», ok, ho verbalizzato una realtà, quindi è la verità. Sembra molto facile quindi definire “la verità”, ma i problemi sono notevoli perché ad esempio: *(prende un pennarello verde scuro)* «Questo è verde» ed è verde! Ho detto la verità sì o no? Dipende! Dipende perché abbiamo detto “verbalizzare la realtà”, io non ho detto che questo è un pennarello, ho detto che è verde ma non ho detto che è verde scuro! E poi dov'è che finisce la verbalizzazione della realtà? Non ho detto quanto è lungo, non ho detto che è rotondo, non l'ho detto! Cosa vuol dire allora la verità, verbalizzare la verità? Quand'è che dico la verità?

Con questo andiamo a finire in una serie di parametri relativi, ad esempio se mi chiedono di che colore è il pennarello, se ho detto verde ho già detto una cosa significativa che andava bene anche se si potrebbe ancora discutere che la verità era “verde scuro”, ci son tante tonalità di verde! Ma che cosa intendeva quello che mi ha fatto la domanda? Allora la verità è “rispondere a quello che intendeva chi mi ha fatto la domanda”; ma come faccio a saperlo? Alcune volte posso immaginarlo, altre volte non lo immagino. Quindi io do una risposta che potrebbe essere vera ma l'altro poteva anche intendere una cosa diversa, e allora diventa il problema sapere se ho risposto alla domanda oppure no e qui si va a finire in una serie di problemi.

Cominciamo quando io mento volutamente, ma “mento volutamente” anche lì dipende da tante cose: «*Dove sei stato oggi?*» - «Oggi sono stato in Piazza Rebaudengo 22». Ho detto la verità sì o no? Dipende! Primo se sono stato “solo” lì, o se sono stato anche in altri posti; anche qui, ma sono stato anche altrove. Che cosa voleva sapere la persona che mi ha chiesto? Ecco, io posso immaginare che la persona voleva sapere se ero andato in quel negozio a fare quella commissione: «*Dove sei stato oggi?*», voleva sapere se ho fatto quella commissione là. Allora è chiaro che la

risposta è se ho fatto quella commissione, se sono stato là! Se la persona invece voleva sapere chissà che cosa, io non posso nemmeno sapere se ho risposto giusto o no! In tutti i casi c'è il problema: «Come faccio a dire tutto?», se io dico tutto dove sono stato oggi, vi ho detto in Piazza Rebaudengo 22, ma Piazza Rebaudengo 22 è un Istituto Salesiano abbastanza grosso, ci sono tanti uffici, aule, stanze, corridoi. Cosa vuol dire: «*Dove sei stato oggi?*» - «Sono stato in quest'ufficio, in quell'ufficio, veramente sono stato in tanti uffici oggi!», allora diventa un po' tutto relativo: se io immagino giusta la domanda e do la risposta che ritengo opportuna alla domanda che mi viene fatta.

Andiamo sempre più nel difficile: e se l'altro si sbaglia nella mia risposta, cosa vuol dire? E' sempre problematico! Non so: «*Hai il cellulare?*» - «No, io qui non ho mai il cellulare». Avete notato? Ho detto: «*Io qui non ho mai il cellulare!*», non so se avete visto il gesto (*lui ha indicato il polso*), difatti il cellulare ce l'ho qua (e *indica la tasca*). Ho detto la verità o ho mentito? Dipende! Io interpreto la domanda “che” ... , quindi ho interpretato la domanda in un modo, e volutamente ho dato una risposta che induceva l'altro in errore, ma è l'altro che è andato in errore! Mi dispiace per lui, poteva fare più attenzione, poteva notare che io ho detto che qui (*indica il polso*), non porto mai il cellulare ed è vero!

E allora cos'è, quand'è, come si vede la verità? Guardiamo ancora un altro aspetto: ho portato un po' di fogli da far vedere per dire com'è relativo, perché io guardo una realtà e vedo delle cose, un altro ne vede altre.

Quante facce vedo qui? (*foglio con un disegno*) Io ne ho contate dieci e poi non sono stato a sprecare altro tempo. «Quante facce vedi qui?», io ne ho viste nove, può darsi che qualcuno ne veda qualcuna di più. Perché qui si vede una faccia di un vecchio, ma ci sono all'interno due persone. Difatti io potrei vedere l'atrio di una porta con due persone davanti: un vecchio e una donna con un bambino in braccio, con una gonna grande, e qui c'è un cane sdraiato che dorme. Ma qui c'è una faccia! Questo pilastrino nasconde due facce, perché è reciproco di due facce; questo uccello sopra ne nasconde un'altra; di qui c'è un'altra faccia che guarda sull'altro pilastrino, e avanti di questo passo, se ne possono vedere! Quante facce vedo lì dentro! Eppure io sono onesto nel momento in cui dico: «Lì vedo una faccia, o lì c'è una faccia» (*indica il disegno*). Lì c'è disegnata una faccia, eppure si potrebbe addirittura discutere se questo vecchio qua (che è la prima cosa che uno nota) ci sia o non ci sia perché potrei anche dire che non c'è! Ci sono due persone davanti a un arco e se quelle due persone davanti all'arco ti danno l'impressione di una faccia è un'impressione tua, ma quella faccia non c'è.

Questo è molto conosciuto (*altra immagine*): quando ve li faccio vedere vi prego di non dire niente, sia chi li conosce, sia chi non li conosce, perché basta un niente a influenzare gli altri. Questo è classico: «Quanti anni ha questa donna?», allora, più o meno questa donna secondo come uno la guarda e la vede, può dire che ha 20 anni o può dire che ha 80 anni. È da notare che se uno si punta sugli 80 o sui 20, non riesce a vedere l'altra, dal momento però che la vede, allora poi riesce a fare il passaggio avanti e indietro e a dire: «Ecco, vedo questa, vedo quella!». Ma due persone guardano la stessa cosa e sostengono “onestamente” realtà diverse: chi mente? Chi dice il vero? Dicono il vero tutte e due, ma dicono due cose diverse!

Ora voi capite che questo è un gioco. Quando invece si parla di realtà della vita, del mondo, si parla di filosofia, si parla di politica, si parla di tante cose importanti, io vedo una cosa e l'altra ne vede un'altra e siamo tutti e due sinceri e onesti.

(*altro disegno*) Questo è molto, molto facile: non dite niente di che cosa vedete. E adesso poi sentiamo che cosa vedete: uno che suona il saxofono o un volto di donna. Ed è possibile che chi vede una cosa non riesca a vedere l'altra. Allora avete visto sia il volto di donna, sia l'uomo che suona il saxofono? O.K. bene!

(*altro disegno*) E questo che animale è? Non dite niente! Questo che animale è?

Risposta: «*E' un rospo*», altra risposta: «*E' la testa di un cavallo*».

Allora che animale è? E notate che lo ruoto di 90 gradi! Allora qual è la verità? È relativa, relativa alla posizione perché cambia secondo la posizione, ma a volte cambia solo “negli occhi di chi guarda”.

(*altro disegno*) Allora non dite niente: alcuni di voi vedono questo cavallo che si allontana, e alcuni vedono questo cavallo che si avvicina. E chi lo vede che va in una direzione fa fatica a cambiare la direzione del cavallo e dire: «Ah, no, si sta avvicinando!». E chi l'ha visto che si stava avvicinando fa fatica a dire: «Ma come, si sta allontanando? Si sta avvicinando!». E' tutta questione di interpretazione del nostro cervello che o vede una cosa, o ne vede un'altra. E questo dipende semplicemente dalla percezione.

(*altro disegno*) Questo poi è molto carino, vi prego di non dire niente. Vi faccio la domanda, non date la risposta: «Cosa c'è scritto in mezzo?». Ognuno di voi dica dentro di sé cosa c'è scritto in mezzo, e questo leggere cosa c'è scritto in mezzo dipende dalla vostra abitudine mentale. Chi è abituato a leggere da sinistra a destra, legge A B C; chi è abituato a leggere dall'alto in basso, legge 12 – 13 – 14. Allora cosa c'è scritto in mezzo? Dipende! Dipende dall'abitudine mentale che uno ha di leggere la realtà. Secondo come uno è abituato inconsciamente a leggere la realtà, legge cose diverse, per cui uno è pronto a dire: «No, lì è chiaro che c'è A – B – C». E l'altro dice: «E' chiaro che c'è 12 – 13 – 14».

(*altro foglio*) Questo foglio è l'ultimo è un po' macabro ma è carino, non è macabro, è molto bello! Mi sembrano un uomo e una donna seduti al bar, a un tavolino con tante bottigliette sopra, mica nessuno di voi per caso ha visto un teschio? Nessuno ha visto un teschio?! Nessuno! Tutti hanno visto subito un uomo e una donna, due amanti così vicini, insomma, dipende!

Avete visto? Questi sono dei giochi, è chiaro! Son dei giochi, degli scherzi che ci fanno capire come ci sono dei problemi, problemi di pre-lettura. Cioè, io dentro di me ho già una struttura per cui quando guardo quella realtà la leggo in un certo modo. Vi dicevo: «La verità è la verbalizzazione della realtà», sì ma io la guardo e la leggo in un modo, l'altro la guarda e la legge in un modo diverso. Per cui non restiamo nel problema della menzogna, dell'inganno, se no abbiamo visto “posso dire qualunque cosa” e vai!

Ma restiamo nel problema della soggettività. Allora esiste una verità o è tutto soggettivo? Di fatto c'è un problema notevole in questo campo. Se io dico che è tutto soggettivo allora anche l'affermazione che “è tutto soggettivo” è soggettiva, quindi può essere vera e può essere non vera. Se io non tengo un punto fermo e vado su “tutto è soggettivo” non riesco più a costruire niente. Non riesco più a fare niente, non ci si può più muovere perché “tutto è soggettivo”, cosa faccio? Io attraverso la strada ma il semaforo è soggettivo, va beh! Sì per molti il semaforo è soggettivo, il verde e il rosso, ma non posso! La materialità, la materia sarebbe soggettiva.

Ad esempio una sedia per sedersi: vi siete seduti senza fare quali controlli sulla realtà, l'avete interpretata come “una sedia fatta per sedervi” dal contesto, dall'abitudine, dall'idea della serata. Voi siete venuti qui, avete letto la realtà verbalizzandola idealmente dentro di voi, dicendo: «Lì è un posto per sedersi»; pensate se fosse stato un ologramma, cioè una proiezione, ma la sedia non c'era! O se fosse stata di carta e così via. Cosa capitava? Ma poteva essere anche tutta così: essere tutta di metallo, essere rovente, ce ne saremmo già accorti se ci fosse una sedia rovente in mezzo alle altre, ci sarebbe stata una reazione proporzionata!

Allora è chiaro che da qualche parte la verità deve essere “oggettiva” se no io non posso più muovermi, non posso più far nessuna affermazione! Perché, come vi dicevo, la stessa affermazione che tutto è soggettivo, che tutto è relativo, pure lei è soggettiva quindi non posso più affermare niente. Però io devo rendermi conto che non c'è questa facilità nel determinare la realtà. Come si sono mossi i filosofi? Allora, vediamo Cartesio che ha parlato di “*dubbio metodico*”, cioè “*non è detto che sia così*”, non è detto che sia così! Io faccio un riassunto proprio veloce perché se partiamo da Aristotele sono guai. “Non è detto che sia così”, bisogna verificare, controllare, rendersi conto se è proprio così.

Un passo interessante più avanti l'ha fatto Husserl con il termine che viene proprio dal greco “epoché” dove si parla di azzeramento. Io prima di guardare una cosa, di esprimere una realtà, prima di dare il mio parere eccetera, devo azzerare tutte le mie conoscenze pregresse: devo partire da zero, se parto da zero, posso dare una visione corretta. Ad esempio questo è il caso più chiaro del partire da zero, perché secondo la mia abitudine leggo una cosa diversa. Partendo da zero, in teoria

io dovrei essere in grado di leggere sia A B C che 12 – 13 – 14 da solo, senza che nessuno mi dica niente. Ah! Ecco se mi muovo così, se mi muovo così, eccetera. Oppure questa figura: io dovrei arrivare da solo che cambiando la posizione cambia il disegno e voi capite che non è così facile! Difatti questa posizione dell'azzeramento di tutto, di "epoché", del partire a valutare una realtà senza nessuna prelettura è molto difficile se non impossibile.

Edith Stein attraverso lo studio della filosofia, proprio di questi principi (lei era allieva di Husserl) è arrivata al Cristianesimo, azzerando tutta una serie di pregiudizi, di preletture che aveva nei suoi confronti. Ma noi possiamo dire che solo chi arriva al Cristianesimo ha veramente azzerato tutto, è veramente partito da zero eccetera? È piuttosto difficile affermare questo, anche se io lo credo. Ma come faccio a sostenerlo per teoria? Lo sostengo per fede, non per filosofia. Perché come faccio con la filosofia a sostenere che solo chi arriva alle mie conclusioni ha fatto tutto bene, ha fatto tutti i passaggi giusti? Io non me la sento!

Abbiamo visto troppe volte in questi esempi, che sono banali eh, perché è proprio questione di ingannare l'occhio; ma nemmeno, perché non erano delle illusioni ottiche, erano dei disegni ambigui, dei disegni doppi! Cioè lo stesso disegno realmente rappresentava due cose, si trattava solo di guardarlo in un modo o in un altro. Dunque, c'è questa difficoltà dell'arrivare a determinare questa verità. Lì io non ho risposte, non aspettatevi che io vi dica: «Allora facendo così...», «Allora facendo così...»...C'è una problematica enorme dal punto di vista filosofico e io mi fermerei lì. Se poi c'è qualche domanda si può vedere di approfondire qualcosa.

Invece, passerei a vedere la verità dal punto di vista psicologico, un campo in cui mi muovo anche meglio perché ho approfondito di più gli studi in questo campo che non in campo filosofico. Resta sempre che è la realtà, che la verità corrisponde alla realtà, e resta sempre il fatto che io devo riuscire a leggerla, essere capace di leggerla. Ma la psicologia mi dice una cosa che la filosofia non rileva subito cioè che io manipolo la realtà, che io cambio la lettura della realtà "inconsciamente": io guardo la realtà e cambio la mia lettura senza rendermene conto. Perché? Perché dentro di me scatta la paura della sofferenza; quando nasce la paura della sofferenza io per evitare la sofferenza cambio la lettura della realtà.

Facciamo degli esempi, esempi che purtroppo sono abbastanza comuni: una ragazzina di 15 – 16 – 17 anni resta incinta; la famiglia non se ne accorge, ma guardate che negli anni anche recenti è arrivata a partorire senza che la famiglia si fosse resa conto che era incinta. Cosa dice la psicologia? Dice che non è possibile che i genitori non se ne siano accorti, ma hanno manipolato la lettura della realtà perché la realtà era carica di sofferenza, di problemi. Una ragazzina incinta dà tutta una serie di problemi, i genitori senza esserne coscienti rimuovono: non è neanche la rimozione, è proprio la chiusura, il non vedere, il non prendere coscienza della realtà. E questo meccanismo che ho descritto in questo caso, caso molto forte anche se capita regolarmente, a livello più soft è molto comune, è molto diffuso!

Un altro caso che viene sempre dalla vita familiare: si dice che la moglie e il marito sono gli ultimi a rendersi conto del tradimento. Non è vero! Non è vero! La moglie e il marito sono i primi che si rendono conto del tradimento del coniuge, solo che è una realtà carica di sofferenza quindi viene chiusa, censurata, uno non si rende conto che quella è la realtà. Potrei anche fare l'esempio opposto, della persona paranoica che vede cose che non ci sono, di persecuzioni, di tradimenti, e li vede! E li vede! E vai a convincere che non è vero! Allora io posso manipolare la realtà nella lettura che faccio.

Altri esempi più banali, sono quello del non vedere la busta che devo spedire, l'ho messa proprio lì vicino all'uscita "così uscendo la vedo", esco e non l'ho vista. Non è vero! Non è vero! L'inconscio vede tutto! L'inconscio vede tutto il campo visivo e tiene conto di tutto il campo visivo, ma secondo com'è stato allenato, trasmette o non trasmette al conscio le cose spiacevoli e faticose, alcuno sì, altre no! Alcuni hanno una censura bassa per cui l'inconscio trasmette molto, anche se spiacevole. Altri hanno una censura alta, prendete ad esempio i bambini hanno una censura molto alta per cui non vedono la cosa che crea problema, che crea fatica. Perché? Perché se la vedo deve ricordarmi di spedire quella lettera, ma quella lettera io non voglio spedirla e allora me la

dimentico! Quando uno arriva dallo psicologo e dice: «*Mi sono dimenticato*», lo psicologo la prima cosa che pensa è: «Perché? Che sofferenza c'è dietro il ricordartelo, il fare quel gesto che ti sei dimenticato, che sofferenza c'è dietro?».

Il chiudersi davanti alla realtà può arrivare (è una cosa anche questa diffusa) a delle somatizzazioni, una delle cause della somatizzazione è quella del non voler percepire la realtà. Ad esempio un abbassamento della vista può venire da qualcosa che la persona non vuole vedere: un abbassamento o un problema agli occhi. Un abbassamento all'udito, un problema all'udito può venire (guardate che non è matematico, eh!): «Ah, hai problemi all'orecchio, eh, cos'è che non vuoi sentire? Allora sentiamo cos'è che non vuoi sentire!», non è matematico ma può essere. La persona ha paura di sentirsi dire qualcosa e allora stacca l'udito, diminuisce la percezione del suo udito, ma pensate a come uno va contro di sé attraverso questo! Eppure questi meccanismi sono abbastanza comuni, diffusi, di “problemi” per evitare qualcosa che mi crea sofferenza e di cui ho paura.

Le difese sono molto numerose, vediamo solo le principali per rendercene conto: una molto forte soprattutto nell'infanzia (che poi porta conseguenze per tutta la vita) è la rimozione: io dimentico cos'è capitato. Questo è tipico del bambino perché quando il bambino riceve una sofferenza troppo grande per le sue forze la sposta nell'inconscio, quindi lui è come se non avesse vissuto quella sofferenza.

Immaginate l'inconscio come questa stanza. Mi arriva dentro una sofferenza che la riempie tutta, allora io apro la porta la metto fuori sulla strada, chiudo la porta e il mio ambiente è di nuovo libero senza quella sofferenza. Se tutto si fermasse lì andrebbe anche bene; il problema è che quella sofferenza spostata nell'inconscio, rimossa dal conscio, porta conseguenze tutta la vita perché io lì resto debole su quel punto: mi resta una ferita! Supponiamo una sofferenza che il bambino può rimuovere: il trauma da abbandono oppure da carenze affettive. Sono traumi molto diffusi! Tenete conto che tutti abbiamo dei traumi però cambia il numero e la grandezza, quindi non è per tutti la stessa cosa però tutti abbiamo i nostri traumi.

Cosa vuol dire “carenze affettive”? Vuol dire che il bambino a un certo punto ha sentito una sofferenza troppo grande per lui di “non essere amato”, si è sentito non amato, quella sofferenza per lui era troppo grande. Notate che qui torniamo nell'interpretazione “non amato”: non amato perché la mamma lo ha mollato lì ed è corsa via. Ma magari la mamma è corsa via perché era successo qualcosa di grave e non poteva in quel momento stare lì a coccolare il bimbo, e ha fatto bene ad andare dove doveva andare! Ma il bambino ha interpretato, ha guardato la realtà, e lui l'ha vista così: «La mamma non mi vuol bene!».

Ma i traumi possono avere due origini, una di un fatto enorme, l'altra è una ripetizione tante volte di un fatto che così singolarmente non è così grave, ma ripetuto diventa grave. Ad esempio, il bambino che tutte le mattine saluta papà che va a lavorare. Sì, ma il bambino tutte le mattine pensa: «Se papà mi volesse bene, starebbe a casa a giocare con me!», non ci vuole molto a fare il ragionamento. Come fate a spiegare a un bambino che anche papà starebbe volentieri con lui a giocare invece di andare a lavorare? Come fate a spiegarglielo? Eppure lui tutte le mattine vive questa ripetizione di abbandono: «Non mi vuole bene!», già che dopo si trova con delle carenze affettive!

Lo stesso l'abbandono, non è detto che sia stato un abbandono enorme, traumatizzante, possono essere stati tanti abbandoni che si sono sommati tra di loro. Allora cosa capita? Io avevo questo bisogno di essere amato che è stato frustrato duramente, ho sofferto terribilmente perché ho sofferto ogni giorno dieci, più dieci, più dieci, più dieci, più dieci Anche una mamma anaffettiva può generare un trauma, una carenza affettiva nel figlio. E per la mamma era normale, andava tutto bene, quella cura che dava al bambino e basta; per il bambino non andava bene e magari la mamma onestamente non lo sapeva.

Io questa sera preferirei restare sull'onesto, perché se vado sul volutamente ingannare, volutamente imbrogliare, voi capite che può capitare di tutto. La mamma “onestamente” riteneva che al bambino bastasse quello e invece al bambino non bastava, quindi gli è rimasta una sofferenza: «Non sono amato!». Cosa viene fuori? Che ogni volta che c'è un rapporto affettivo

questa persona (io suppongo un maschietto ma va bene lo stesso per le femminucce), la persona sente un pericolo terribile: «Ma mi ami? Ma mi ami sul serio? Ma quanto mi ami? Dimmi che mi ami!» - «*Scusa, te l'ho già detto ieri!*» - «Va beh, ma dimmelo di nuovo oggi!» - «*Te l'ho già detto mezz'ora fa, te l'ho già detto per un quarto d'ora di seguito*» - «Dimmelo ancora perché c'è questa ferita che crea come un assorbimento dentro di me. Ho bisogno di colmare un vuoto!», ecco in un senso è “ferita”, in un senso è “vuoto”: è ferita perché mi crea sofferenza, è vuoto perché crea un bisogno da riempire. Allora: «Dimmi che mi ami e mentre me lo dici io sto bene!». Bene fino a un certo punto, mai completamente assolutamente perché, come vi dicevo prima della verità, dov'è che si ferma per aver detto la verità? Quante cose devo dire di questo pennarello per aver detto la verità? Allora fino a un certo punto sto bene, ma appena finisce questo flusso che arriva e che colma questo mio vuoto, il vuoto si ripresenta e allora io sono di nuovo lì a cercare qualcuno che mi voglia bene.

Un'altra conseguenza è quella di abbandono, se la mia fidanzata mi abbandona io impazzisco! «Sì, ma guarda che ...» magari gli amici che la conoscono dicono: «*Guarda che ti è solo andata bene che ti abbia abbandonato! Guarda che manco male che ti abbia abbandonato!*». Ed io invece impazzisco di dolore! Uno può dire: «*Guarda quanto la amava!*» - «Calma! Calma! Perché quello che io provo adesso è dato da che cosa mi capita adesso, che cosa prevedo per il futuro, ma da che cosa mi ricorda del passato! E mi ricorda quegli abbandoni infantili che erano così terribili da essere rimossi!». Perché se il bambino non rimuoveva quella sofferenza, moriva! Allora per salvarsi l'ha rimossa, ma quella sofferenza rimossa mi torna fuori in quel momento e mi tornerà fuori a ogni abbandono, per cui a un certo punto conviene andare a fare il lavoro di cicatrizzazione di quell'antica sofferenza, se no io impazzisco, non reggo, non riesco ad andare avanti.

Dunque il meccanismo di rimozione è un meccanismo che mi salva sul momento però poi mi provoca problemi per tutta la vita. Ma tutti i meccanismi di difesa, che mi fanno alterare la verità per risparmiarmi una sofferenza, in realtà cosa fanno? Mi spostano la sofferenza facendomene poi incontrare di più. Perché se non fosse così sarebbero meccanismi validi, invece per definizione i meccanismi di difesa sono meccanismi antieconomici.

L'esempio che mi piace di più di meccanismo antieconomico è quello che “*abbiamo freddo questa sera, allora fuori tutti i soldi che avete in tasca, facciamo un bel mucchietto, gli diamo fuoco e così ci scaldiamo*”. Immagino che voi abbiate in tasca decine e decine di biglietti da 50 o da 100 Euro, e quindi viene fuori un bel mucchio e dando fuoco a questo bel mucchio ci scaldiamo per una mezz'oretta: abbiamo bruciato 12 mila Euro per scaldarci mezz'ora! Allora, primo: “E' vero che ci siamo scaldati!”. Secondo: “Siamo stati scemi!” Perché se noi tolleravamo (notate che il passaggio difficile è quello), se noi avevamo il coraggio di sopportare il freddo un pochino, con quei dodicimila Euro scaldavamo quest'ambiente tutto l'inverno. Non so quanto costi il riscaldamento ma magari anche più di un anno scaldavamo, se utilizzavamo non con un meccanismo di difesa che mi salva subito ma mi porta problemi dopo, perché è antieconomico questo sistema di riscaldamento, del vero riscaldamento.

Lo stesso, le difese psicologiche sono delle vere salvezze dalla sofferenza, il guaio è che me ne accumulano, me ne fanno vivere di più dopo e allora non conveniva, sarebbe stato meglio affrontare la sofferenza in quel momento!

La rimozione è quello più forte, quello che ha delle conseguenze più tragiche nella vita, è quello che avviene nell'infanzia, è gestito dall'inconscio. Tenete conto che se c'è una rimozione forte, passati 15 – 20 anni, diventano dei problemi. Può già esserci una malattia mentale latente, è vero che possono capitare dei fatti terrificanti per cui delle piccole rimozioni si accettano a tutte le età della vita. Facciamo un esempio, quando ero giovane una volta che siamo andati a sciare, sciando un amico ha avuto una brutta caduta, un brutto incidente, si è fatto male. La sera sul pullman, tornando assieme, dice: «*Ma perché torniamo indietro che dobbiamo ancora andare a sciare? Ma, non andiamo a sciare?*»: rimossa tutta la giornata! Proprio lui giurava di essere sul pullman per andare a sciare, non la sera per tornare! Ma non aveva picchiato la testa da dire: «C'è stato proprio un problema neurologico, c'è stato un trauma di questo genere», no, no, c'era stato un enorme spavento, della sofferenza, e c'era stato questo “togliere” questo pezzo di giornata.

Non è grave, lo stesso può capitare a una persona che ha un incidente in macchina e dopo non si ricorda più cosa è avvenuto: «*Stavo guidando e mi sono trovato nel fosso*». Figurati! Quando l’hai vissuto eri ben cosciente di tutto! Ma poi c’è stata la rimozione di quel pezzo, e quindi questo meccanismo ha tolto proprio quel pezzetto di vita e lo ha spostato nell’inconscio.

Ad esempio, con l’ipnosi si può recuperare. L’ipnosi è un dialogo tra l’ipnotista e l’inconscio, cioè fa due dialoghi diversi: uno col conscio e uno con l’inconscio, e allora è possibile far emergere dall’inconscio delle realtà senza che il conscio ne prenda atto. È un meccanismo molto interessante quello dell’ipnosi, è uno dei misteri per cui diciamo che dentro l’uomo c’è ancora tanto da scoprire. Quindi si può tirar fuori, vuol dire che c’è quel pezzo! Oppure ci sono delle persone che in certe circostanze, poi, si sono ricordate: è emerso quello che era rimosso.

Ricordate quando era successo quell’incidente dove è morta la Lady Diana, che volevano ipnotizzare il superstite (chi era? L’autista o quello vicino all’autista?) perché ricordasse che cosa era capitato. Allora, io so solo quello che era uscito sui giornali in quell’epoca, e non l’ho neanche letto più di tanto, ma dal punto di vista dello psicologo dico: «Primo, può darsi che se lo ricordi benissimo e non voglia dirlo!» - «Secondo, è possibile realmente che sia stato rimosso e che con l’ipnosi riemerge» - «Terzo, è possibile che non riemerge nemmeno con l’ipnosi. Perché l’ipnosi non è mai garantita», per cui posso dire quello e basta. Allora delle rimozioni sono possibili anche nell’età adulta, però sono molto limitate a degli episodi particolarmente dolorosi o di spavento.

Ci sono altre cose, ci sono le negazioni. La persona è pronta a negare che quella sia stata una sofferenza, di esserci stato male. «*Sì, sì, ma non ci son mica stato male!*» - «Come, non ci sei stato male? L’hanno visto tutti che ci sei stato male!». In questo caso c’è una scissione tra il ricordo del fatto e il ricordo dell’emozione, del vissuto del fatto. I manuali riportano di bambini, ragazzini, preadolescenti (quella è l’età più probabile) cui è morto un genitore, che da adulto ricorda che lui non ha sofferto: «*Sì, è capitato ma io non ho mica sofferto!*». Lo psicologo dice: «O eri già tutto fuori da quell’età», oppure lo psicologo dice: «C’è stata una scissione del ricordo storico, per cui l’adulto è in grado di dire: “*Ecco il funerale si è svolto così, c’erano queste persone, vedo le immagini*” – “*Non ricordo le immagini di che cosa è capitato*” e così via, ma non che cosa viveva in quel momento, quello è stato rimosso cioè, è stato scisso e spostato».

Oppure c’è ancora un fenomeno, quando l’emotività vibra troppo forte è possibile che resti paralizzata; è come shockata e paralizzata per cui non sente più niente. Questa emozione troppo forte può essere sia di gioia che di sofferenza. Questo mi è servito molto come prete, di vedere a certi funerali qualche parente stretto che non gliene frega niente ma magari è la madre, magari è una moglie, il marito, magari è il figlio, e tu lo guardi e dici: «A quello non gliene frega niente». E se la persona fosse interrogata chiedergli: «Che cosa provi?», quello onestamente dovrebbe dire: «*Niente, non me ne frega niente!*». Ma non è vero! Anzi il fatto che non gliene importi così niente, come lui onestamente dice, mi garantisce che è avvenuto questo fenomeno. Perché se provasse una certa sofferenza ma non più di tanto, allora direi: «Sì, va beh, non è che volesse così bene!».

La sapete la storiella di quel parroco che vede a un funerale di un uomo molto ricco tanta gente che sorrideva sotto i baffi, e in fondo alla Chiesa uno che piangeva, piangeva... uno solo, tutti gli altri si capiva che in fondo in fondo erano contenti che quest’uomo molto ricco fosse morto, e quello là che piangeva, piangeva ... Allora si avvicina e gli fa: «Scusi, lei è un parente stretto?» - «No» - «E’ un parente alla lontana?» - «No, no, niente parente» - «Allora perché piange?» - «*Perché non sono proprio niente parente!*»

Non guardiamo questi casi, ho sempre parlato di situazioni di onestà soggettiva della persona che dovrebbe dire: «Non me ne importa niente», ma in realtà la botta che ha ricevuto è stata così forte che si è anestetizzata la sensibilità. Capita un fenomeno simile anche sul corpo. Quando uno cade, striscia per terra in maniera molto brutta un braccio, poi si tira su, non gli fa nessun male sul momento perché la botta ha anestetizzato i sensori, i nervi, eccetera. Per cui onestamente dice: «Non sento niente», aspetta, poi quando si riattivano sentirai qualcosa!

Questo capita anche nella gioia. La gioia può essere così grande che la sensibilità si blocca, va in auto-blocco, e la persona onestamente dovrebbe dire: «*Non me ne importa niente*». Sposando

diversi giovani, soprattutto allo sposo capita a volte questo! Per cui voi vedete lo sposo molto razionale, molto vigile, che sorride a tutti, saluta tutti, controlla tutto, vede tutto, tranquillo, sereno. Se uno gli dovesse dire: «Ma tu, sei emozionato?», lui direbbe: «Niente!» - «Sei contento?», dovesse dire: «*In questo momento sono contento*», dovrebbe dire: «No, non me ne frega niente». Ma non perché non gliene frega niente, anzi, io al massimo direi: «Sei preoccupato se non sei contento, sei dispiaciuto se non sei contento». No, è questo fenomeno della sensibilità che si è paralizzata perché l'emozione era così forte, la persona non era abituata a gestire un'emozione così forte, che è rimasta bloccata e la persona dice: «*Non provo niente, non sento niente*».

Queste sono tutte difese che fanno sì che venga presentata una realtà vissuta percepita, se volete verbalizzata, una realtà in un modo che non corrisponde. Eppure il punto di partenza migliore, l'unico punto di partenza adatto proprio dal punto di vista psicologico è la realtà, la verità. Verità come verbalizzazione della realtà: se io non vedo, non stabilisco, non determino, non percepisco qual è la realtà, come faccio a lavorare su di me? Facciamo un esempio, immagino abbiate tutti più o meno un'esperienza di navigatore satellitare in macchina. Io dico al navigatore: «Voglio andare al tale indirizzo, alla tale città, al tale indirizzo», lui fino a quando non riesce a capire dove si trova in quel momento non mi traccia la strada, in attesa di segnale valido. E fino a quando non riceve un segnale che gli permetta di dire: «Io sono qui» non mi traccia la strada per andare dove io gli ho chiesto di andare. Ma mi dite come farebbe a tracciare la strada senza sapere dov'è? Impossibile! Se non so dove sono come faccio a dire: «Fai questa strada»?

Ecco questo è un esempio molto corretto di come in psicologia uno non possa crescere se non parte dalla sua realtà! Se parte da un altro punto cosa vuol dire? Si chiama “accettazione della realtà”, dove accettazione vuol dire aderire alla realtà. (Non ha niente a che vedere con una barzelletta politica, vediamo se riesco a toglierla dalla politica, va beh, pigliatela alla buona: in una sede della Lega, c'è un cartello fuori “qui si accettano gli stranieri”, sotto più piccolo “per le accette rivolgersi in segreteria”).

Allora, la realtà è il mio punto di partenza. Accettare vuol dire partire proprio di lì, fino a quando io non accetto la realtà non ha senso tracciare un cammino di crescita psicologica. Torniamo all'esempio di prima, la persona che ha vissuto un trauma affettivo soffre di carenze affettive; fino a quando non accetta che il suo problema è l'affettività, la persona non andrà da nessuna parte, non risolverà nessun problema; nessun problema di questo genere, perché certo che se ha un altro problema diverso e quell'altro lo accetta, quell'altro lo può risolvere! Ma questo problema non lo risolve! Perché? Perché se non so qual è il punto di partenza come faccio ad andare ...: «Io voglio arrivare a essere una persona che ama» (no, no di solito capita il contrario): «*Io sento quanto è importante nella vita per me l'amore, ma non riesco ad avere nessun rapporto d'amore così profondo come io desidero da essere soddisfatto*», e normalmente viene scaricata la responsabilità sugli altri: «*Perché gli altri non mi amano!*».

Allora, l'affettività è una cosa che parte da me, sono io che amo gli altri perché se gli altri amano me è la loro affettività che funziona, non la mia. Quindi io ho un problema nel campo dell'affettività, non sono capace io ad amare gli altri, ma fino a quando non accetto che il problema è mio e continuo a dire che il problema sono gli altri che non mi amano, non risolverò niente. È la storia del navigatore che dice: «Come faccio a tracciarti una strada per arrivare dove vuoi arrivare, se non mi dici dove sei? Se non riesco a stabilire dove siamo?». La verità allora, la realtà, l'aderire alla realtà è una condizione necessaria per un cammino di crescita psicologico, quindi la realtà interiore, la verità interiore.

Vediamo ancora il punto di vista religioso. Il punto di vista religioso credo sia più curioso di quanto non si pensa, perché cominciamo con Dio: come faccio a dire la verità di Dio? Io non posso comprendere Dio perché se lo comprendessi sarebbe più piccolo di me: comprendere vuol dire proprio “prendere dentro”, capire, dal latino “capere”, “contenere”. Come faccio a capire, a comprendere Dio? Chiaramente non posso! Allora, prima dico una cosa, poi aggiungo tante altre cose, eh!: «Tutto quello che diciamo su Dio non è vero», adesso calma, eh! Adesso correggo! Quando noi diciamo che Dio è buono, il nostro concetto di bontà non può corrispondere alla realtà

di Dio perché la realtà di Dio è infinitamente superiore: non può corrispondere alla realtà di Dio, altrimenti Dio sarebbe una creatura più piccola di me, inferiore a me. Io mi trovo a descrivere qualcosa che non può essere descritto con i mezzi che ho per descriverlo. Come faccio? È proprio l'esempio materiale "dentro un contenitore a mettere qualcosa di più grosso di questo contenitore non è possibile!", non ci può stare dentro qui qualcosa di più grosso, questa realtà!

Allora, tutto quello che diciamo di Dio è solo una parte della realtà e qui (questo è il problema che vedevamo prima) "una parte della realtà è verità?". Arriva la finanziaria e mi chiede: «Lei quanto ha guadagnato quest'anno?» - «*Mille Euro ho guadagnato quest'anno*». È la verità ma non è tutta! Non è tutta, ma è la verità! E allora com'è questa storia? Quello che noi diciamo di Dio è vero fino a un certo punto, proprio tutto falso no, tutto sbagliato no: per analogia è vero. Facciamo un esempio di analogia: "Dio ama, ma l'amore di Dio è qualcosa che sfugge totalmente a noi, noi conosciamo il nostro modo di amare".

Allora facciamo un esempio sul bambino: "il bambino ama papà e mamma", ma il suo amore è una realtà diversa da quella dell'uomo adulto, delle persone adulte, tant'è che si chiama "amore captativo" il suo, "amore oblativo" quello dell'adulto, perché è proprio un vissuto psichico diverso quello del bambino. Eppure lo chiamiamo amore e diciamo che è vero che quel bambino ama papà e mamma, ma la sua è una realtà diversa che è analoga a quella dell'adulto. Analoga vuol dire che desidera per sé papà e mamma, anzi quest'aspetto di tenerli per sé, quello captativo è quello più forte, mentre nell'amore adulto l'aspetto captativo è chiamato a diminuire molto. Il bambino vuole il bene di papà e mamma solo in funzione di se stesso, eccetera, quindi ha tutta una serie di limiti, di differenze psichiche per cui non è l'amore dell'adulto, ma ha molte analogie: è analogo a quello dell'adulto.

Aggiungo una parola sull'analogia per vedere come l'analogia vuol dire vero, ma fino a un certo punto: una verità fino a un certo punto. L'analogia è una corrispondenza parziale. Non so se avete presente in matematica ci sono le proporzioni: "due sta a quattro come cinque sta a dieci". È la stessa cosa? Sono due grandezze diverse, ma la proporzione tra di loro è la stessa dunque c'è un elemento che si ripete, ma c'è anche un elemento che cambia, un elemento di differenza. Quindi c'è un elemento che si ripete e un elemento di differenza nell'analogia. Se io dico ad un bambino: «Guarda, ti ho preso un regalo, una bella cosa che ti piace e l'ho nascosta ai piedi di quell'albero là», se il bambino mi dice: «*Ma quell'albero là non ha mica i piedi*», io comincio a preoccuparmi. La cosa più naturale è che il bambino parta di corsa verso quell'albero e lo cerchi: dove? I miei piedi sono il punto di contatto con il terreno, quell'albero ha un punto di contatto con il terreno, ecco l'elemento uguale quindi stabilisce qual è l'elemento uguale e mi determina quali sono i piedi dell'albero.

Nei test d'intelligenza che si fanno c'è proprio il principio dell'analogia. Allora si dice: «Un'automobile sta alla strada come un treno sta ...», e se lui non mi dice: «*I binari, la ferrovia*», qualche cosa insomma che me lo richiami, ci son problemi. Perché? Perché è naturale, istintivo, per l'intelligenza percepire l'elemento corrispondente all'interno di un elemento diverso: questa è l'analogia. Allora nei confronti di Dio noi possiamo parlare solo per analogia, noi diciamo che Dio è buono, che Dio ama; noi diciamo che Dio è grande; noi diciamo che Dio è infinito e lì comincia un discorso interessante.

Dio è infinito: mi dite quanto grande è "infinito"? È grande come tutta la Terra, infinito? È grande come tutto il sistema solare, infinito? È grande come tutta la galassia, infinito? È grande come quante galassie, infinito? Voi dite sempre: «No, è di più, è di più, è di più». Ma come fate a dire che tutto quello che vi dico non è uguale a infinito se dentro di voi non ci fosse un concetto di infinito? E un concetto valido di infinito! Per cui qualunque cosa io vi faccia vedere, qualunque dimensione io vi dica voi mi dite: «No, non corrisponde a infinito, non è uguale a infinito. Infinito è di più!», ma di più quanto? È infinito! C'è il concetto dentro di noi che ci permette di dire: «No, no, no diverso, diverso, diverso!». Io prendo una sfera e dico: «*Io qui posso camminare all'infinito*», uno dice: «In un certo senso sì, in un altro no. Perché è vero che puoi camminare, camminare, camminare, però è anche vero che è solo lì lo spazio, è tutto lì e basta». Allora noi

vediamo che dentro l'uomo c'è una percezione di qualcosa che è più grande dell'uomo, un'intuizione. L'intuizione è una parte piccola ma corretta, l'intuizione viaggia più per negativo che per positivo, più nel dire: «Non corrisponde», che dire: «Te la definisco e corrisponde», perché qualunque definizione diamo d'infinito andiamo a sbattere contro il limite della definizione, quello che dicevamo prima.

Dunque l'uomo ha la possibilità per analogia di captare qualcosa di Dio, qualcosa che gli fa prendere coscienza delle differenze, della grandezza di Dio, anche se poi non riesce a catturarla, non riesce a mettersela lì davanti e dire: «Ecco è questo!». Questo spiega ad esempio la frase che è venuta fuori all'inizio, di Gesù che dice: «Io sono la Via, la Verità. Io sono la Verità!». Vuol dire che Lui era cosciente di poter capire Dio, di poter comprendere Dio, la coscienza di essere Dio, per cui afferma di essere la Verità. Noi non possiamo affermare questo, abbiamo visto tutta una serie di limiti che ci blocca.

D'altra parte Gesù nel Vangelo ha un'affermazione dove dice: «Cercate la Verità, la Verità vi renderà liberi» cosa vuol dire? Qui si riaggancia alla psicologia (l'ho sempre detto io tante volte che Gesù aveva studiato psicologia!) la verità mi permette di cominciare un cammino per andare dove voglio andare. Ma è solo la verità, cioè la coscienza della realtà di dove mi trovo che mi permette di iniziare quel cammino per arrivare là. Altrimenti io non posso fare questo cammino, non posso raggiungere quello che voglio raggiungere se non ho questo punto di partenza: «Cercate la Verità!», cioè qual è la vostra realtà? Chi sei veramente tu? Cosa c'è dentro di te, la tua realtà? Presa coscienza della realtà ecco che puoi cominciare un cammino di libertà. Ma credo che sulla libertà poi parleremo, faremo un incontro, ci sono anche tante cose anche da dire sulla libertà.

Dunque, nella religione la verità prima di tutto è Cristo perché è l'unico in grado di “comprendere”, “con-tenere” la realtà nella sua pienezza. E poi abbiamo questo rapporto di intuizione. Questo rapporto di renderci conto che c'è, anche se non riusciamo a capirla, di questa infinita realtà di Dio.

Ecco, abbiamo tempo per un po' di domande, di interventi, di qualcosa da dire.

Domanda: *il bambino che rimuove la ferita dell'abbandono lo fa inconsciamente, come può evitare di fare quello? Il lavoro lo dovrà fare poi da grande, per forza...!*

Risposta: i genitori non possono evitare di traumatizzare il bambino perché c'è tutto un meccanismo dentro al bambino. Il bambino ha la percezione dentro di sé di provenire da qualcuno che è onnipotente, onnisciente e che lo ama da morire. Il bambino si trova dentro questa nozione proprio “genetica” di questa realtà. Allora cosa fa il bambino? Si guarda attorno e dice: «Ma da chi è che io provengo con queste caratteristiche? La mamma! La mamma è onnipotente, onnisciente e mi ama di amore infinito». Ma è il bambino che decide che questa percezione che lui ha è da attribuirsi alla mamma, perché di fatto poi che cosa capita? Capita che la mamma non corrisponde a questa sua sensazione, per cui a un certo punto scopre che la mamma non è onnipotente, non è onnisciente, e non lo ama di amore infinito.

A questo punto il bambino si sente tradito, imbrogliato. Io adesso non sto a dimostrare tutte queste cose ma prendete qualsiasi manuale di psicologia dell'età evolutiva e vi dice come il bambino vede questa onnipotenza eccetera nei genitori. Prima nella mamma, poi ci prova di nuovo con papà, ma le cose vanno a finire allo stesso modo, si sente imbrogliato, tradito: «Lo hanno fatto apposta a farmi credere che... e invece non era vero!». Nel bambino nasce una rabbia contro i genitori, enorme! Ma da dove viene questa rabbia? E' lui che ha attribuito quelle caratteristiche ai genitori e poveri genitori, cosa potevano fare?

Tant'è che la psicologia non parla mai di genitore perfetto, di genitore buono, parla di genitore “sufficientemente buono” perché più in là non si può andare! Allora per quanto i genitori possano essere preparati, disponibili, maturi, capaci, e tutto quello che volete, non potranno evitare questo trauma al bambino. La spiegazione che ne dà Freud, è questa: “quando poi il bambino cresce, e capisce che papà e mamma non sono così, si inventa un genitore che ha proprio quelle

caratteristiche, si inventa Dio. E dice: «Ah, ma io provengo non da questi genitori, ma da un Altro genitore che è onnipotente, onnisciente e mi ama d'amore infinito», quindi la religione è una nevrosi, due più due fa quattro: è una nevrosi, la religione!».

La spiegazione che ne dà la religione cristiana è lo stesso fenomeno visto dall'altra parte: *“Il bambino proviene realmente da Dio, per cui ha il ricordo, la percezione dentro di sé di questa provenienza; è chiamato a riconoscere che quel genitore da cui proviene, non è quel papà e quella mamma, ma è Dio Padre, Dio Genitore (come abbiamo detto tempo fa che Dio è genitore: padre e madre), è la realtà da cui proviene ogni cosa”.*

Ma il bambino resta traumatizzato in questo modo, poi i genitori lo possono traumatizzare in tanti altri modi, allora lì si che interviene anche la preparazione. Ad esempio i genitori che dicono al bambino: «Tu mi farai morire», eh, è molto brutto quello! Oppure: «Io adesso ti faccio portar via, viene l'uomo nero, viene chissà chi e ti porta via», eccetera, crea dei problemi al bambino, possono anche essere tollerati, o possono diventare gravi.

Di fatto, le ferite psichiche nel bambino si paragonano alle cadute fisiche. Quante volte il bambino cade, magari rognava un po' e poi via parte di nuovo e non ci bada. Però se cade da più in alto, può rompersi una gamba, un braccio, si fa male molto di più! La ferita, il tempo di guarigione è molto più lungo. Può cadere così dall'alto da restare ammazzato, da restare sciancato, da restare menomato tutta la vita. Allora, lo stesso il suo organismo psichico: può subire tante botte e si rimette, e vai, non è grave; può ricevere delle botte che lasciano il segno; può ricevere delle botte che lasciano un handicap per tutta la vita, e questo diventa problematico!

A volte poi andiamo a sbattere contro delle situazioni che non sappiamo neppure se l'origine è fisiologica quindi anatomica, proprio una base neurologica, oppure se è una ferita psichica. A volte non sappiamo nemmeno quello! Adesso ognuno sta pensando ai suoi genitori....

Domanda: *... sul fatto che per il bambino tutto dovrebbe essere perfetto e l'ottica del bambino coglie solo alcuni aspetti della realtàsulla difficoltà della mamma e del papà di cogliere la sofferenza del bambino in quel momento e andare a spiegare la situazione...*

Risposta: anzi, la situazione più comune oggi è proprio l'opposto. Il bambino per crescere deve essere frustrato progressivamente altrimenti non tira fuori le sue risorse. Ad esempio il bambino non ha percezione di sé, non distingue sé dalla mamma; attraverso tanti piccoli abbandoni della mamma il bambino reagisce tirando fuori la coscienza di sé, se questi non ci fossero (in teoria uno stato “fusionale” permanente) il bambino sarebbe privo di coscienza di sé. Ma lo stesso le risorse: «Sono capace!», la stima di sé che viene dal bambino che ha dovuto “darsi da fare per ...”.

Più spesso si trova una carenza di richiesta di fatica da parte dei genitori che non l'opposto. Si trova anche l'opposto, è vero! Ma tante volte noi ci troviamo davanti a degli adolescenti che sono troppo infantili, che non sono cresciuti. Perché? Perché non sono stati educati, non è stato richiesto loro di tirar fuori la loro energia, la loro forza. Gli è stato fatto tutto facile, troppo facile, e il bambino, il ragazzo non ha tirato fuori se stesso per cui si trovano degli eterni adolescenti, si trovano dei giovani che hanno ancora una psicologia adolescenziale; degli adulti che hanno una psicologia adolescenziale, con magari genitori che dicono: «Non voglio che mio figlio faccia le fatiche che ho fatto io!».

Ok, ci sono delle fatiche ingiuste, ci sono delle fatiche sproporzionate e non è giusto che il bambino le faccia. Ma il bambino deve far fatica! E non c'è bisogno che il bambino chieda il quattordicesimo gelato perché la mamma gli dica: «No, non te lo do più», anche al tredicesimo, al dodicesimo, magari al secondo gelato gli dici: «No!». E magari c'è anche la volta che al primo gelato gli dici: «No!» e glielo spieghi. E il bambino non capisce la spiegazione soprattutto perché non la vuole capire, però anche se non arriva a capirla sa che esiste una spiegazione anche se non l'ha capita! Perché il bambino fa esperienza di cose che: «Adesso non capisco, poi le capirò», perché ci sono tante cose che non capiva e adesso le capisce. Quindi ha ben in mente questo principio: «Adesso non ce la faccio, ma ci arriverò. Perché anche ieri e l'altro ieri non ce la facevo,

e poi ci sono arrivato». Anzi addirittura questo principio fin troppo forte ce l'ha dentro di sé: «Quando sarò adulto io riuscirò a fare tutto, a capire tutto, sarò straordinario perché ho visto che c'è questa crescita in me».

Per cui più spesso ci troviamo con genitori che fanno fare troppo poca fatica ai figli, rispetto a genitori ne fanno far troppa fatica ai figli, cosa che capita anche!

Domanda: *può esserci un collegamento tra questa troppa poca fatica ai figli col fatto che poi si drogano o cose di questo genere? Il fatto di poi cercare certe emozioni ...*

Risposta: la droga può avere tanti punti di partenza. Uno può essere quello del “*qualunque sofferenza tu abbia, tu devi subito rimediare a questa sofferenza, devi subito finire questa sofferenza, quindi la sofferenza non deve essere assolutamente essere sopportata*”, questo è grave! Perché è vero che devo curare il bambino se si è fatto male, ha battuto, devo mettergli la pomata, non devo dirgli: «*Tieniti il dolore!*», e vai. Però è anche vero che se io non gli insegno il principio della sofferenza, del sopportare la sofferenza, quando poi lui si troverà con delle sofferenze interiori, frustrazioni, delusioni, fallimenti, vergogne, eccetera, come fa a curare quelle? Ci vogliono gli psicofarmaci, oppure la droga; la droga ti fa stare bene dentro allora se io ho vissuto il principio che “*la sofferenza non va mai sopportata, ma va subito eliminata*”, ecco che nel momento in cui sento una sofferenza interiore, mi giro attorno e come faccio a eliminarla? Quello è il sistema per eliminarla, questa è una delle strade possibili!

Naturalmente quando si dice “la realtà”, si dice solo una parte della realtà, quindi una “verità limitata”.

Domanda: *... in alcuni casi la donna ha una capacità maggiore di tollerare una situazione frustrante? Dipende dall'ambiente? L'uomo reagisce in un modo la donna reagisce in un altro*

Risposta: i manuali di psicologia dicono che nessuno è mai riuscito a paragonare la sofferenza dell'uomo a quella della donna perché o uno vive una o uno vive l'altra. Anche all'interno della stessa situazione: “è morto papà a lui”, “è morto papà a lei”, sono due situazioni diverse, per cui non siamo in grado di dire che uno tollera meglio la sofferenza e l'altro no.

Sicuramente ci sono tipi di sofferenze diverse che sono gestite in un modo diverso. Per cui di solito l'uomo tende di più a non vivere l'emozione della sofferenza, ma questo non vuol dire che la sopporta meglio, può darsi che sia una negazione, una scissione, una rimozione e così via. Certe frustrazioni la donna le sopporta meglio, ma non possiamo dire che vive meglio la sofferenza. I manuali si fermano, non danno una possibilità, non indicano, non ho mai trovato un indice per valutare la sopportazione della sofferenza se è più nel maschio o nella femmina. Ma nemmeno il piacere, la gioia: si può discutere quanto si vuole! Non abbiamo la possibilità di avere qualcuno che ha vissuto veramente quell'esperienza come uomo, e poi l'ha vissuta veramente come donna. Perché anche chi fa il transessuale non è che vive come uomo e come donna.

Domanda: *su quanta difficoltà hanno, al giorno d'oggi, certi uomini a sopportare una separazione, a queste situazioni esasperanti di conflitti che arrivano addirittura all'uccisione dell'altra persona: “non riesco più a avere il tuo amore, non lo tollero, allora ti uccido”. Non si sa sopportare la solitudine....*

Risposta: lì andiamo proprio a finire nella struttura del sistema nervoso centrale. Perché il sistema nervoso centrale, cioè il cervello del maschio e della femmina sono diversi tra di loro. Sono molto diversi tra di loro. La differenza che viene chiamata in campo in questo momento è il collegamento fra l'emisfero sinistro e l'emisfero destro, questo collegamento nella donna è fino a 27 volte più ampio: la sezione (il corpo calloso si chiama questo) nella donna è fino a 27 volte più esteso che non nell'uomo, il che ha una serie di conseguenze che a volte sappiamo e a volte non immaginiamo.

Vuol dire che la metà sinistra che è quella logica, razionale, verbale, e la metà destra che è quella emotiva, creativa, sono più interconnesse tra di loro nella donna e meno nell'uomo. L'uomo è più laterizzato, si dice: metà sinistra, metà a destra.

Conseguenza banale: chi è che si sbaglia di più a dire destra o sinistra? La donna! Perché avendo queste due metà più collegate non è così evidente come nell'uomo. Però questo permette ad esempio alla donna di affrontare la vita da sola molto di più di quanto lo possa fare l'uomo perché le integra gli aspetti di intelligenza con gli aspetti di emozione. Mentre ad esempio questa laterizzazione facilita nell'uomo l'aspetto tecnico: quando una macchina non funziona l'uomo comincia a ragionare, non ha reazioni emotive! La donna può avere anche reazioni emotive che non la aiutano alla comprensione del problema, rendono la donna più adatta all'educazione perché è più costante nel rapporto logica – affettività. Mentre l'uomo nel campo educativo se gira sulla logica è di una durezza spietata, se gira sull'affettività va tutto bene, non c'è limite, non governa più.

Allora ci sono vantaggi e svantaggi ad essere uomo e ad essere donna. Poi c'è sempre il caso di una donna che ha alcuni aspetti maschili più forti di certi maschi. E qualche maschio che ha degli aspetti femminili più forti di qualche donna, ma lì siamo sulle eccezioni, non siamo sulla regola generale. Anche perché i mammiferi, di partenza, sono tutti femmine, poi alcuni sono trasformati in maschi e questo ha delle conseguenze notevoli.

Mentre viceversa gli uccelli sono tutti maschi e alcuni poi sono trasformati in femmine. E se andiamo in animali più primitivi, lo stesso animale passa dei periodi della vita da maschio e altri periodi da femmina. Oppure all'interno del branco, del gruppo, eccetera, un certo numero cambia sesso secondo i bisogni. Lì siamo agli animali inferiori dove capita questo, ma nell'uomo questo di solito non capita.

Quindi c'è questa realtà di differenziazione che comincia molto presto; comincia con un ormone che entra in atto proprio nelle prime settimane di vita, che distinguono l'uno dall'altro. Ma il discorso diventa molto lungo. È affascinante, eh! Perché veramente le differenze tra uomo e donna sono così grandi, che si chiede come Dio ha fatto a far entrare in così poche differenze così tante differenze. In così poco diverso, a far entrare così tanto diverso.

Va bene, allora, la verità è che è una certa ora, la verità è che siamo abbastanza stanchi, la verità è che possiamo anche fermarci qui.

Ho messo al fondo alcuni volantini per chi fosse interessato a un corso di visualizzazione che parte tra un mesetto al Rebaudengo al Centro di Psicologia, all'Università di Psicologia. La visualizzazione è una tecnica di dialogo conscio-inconscio, un dialogo che permette di far emergere del materiale dall'inconscio attraverso le immagini e di depositare dei condizionamenti nell'inconscio attraverso la rielaborazione di queste immagini.

Parte come tecnica di rilassamento, ma il training autogeno è solo lo spunto di partenza, poi va avanti su altri meccanismi; non è ipnosi, perché l'ipnosi è gestita dall'ipnotista, mentre la visualizzazione è gestita sempre dalla persona.

Là ci sono i volantini, la prima presentazione è gratuita, chi vuol venire può venire la sera dalle 20,30 alle 23,30, ma capita questo, che alle undici e mezza chi partecipa al corso (non chi conduce, ma chi partecipa al corso) è più riposato che non alle otto e mezza. A volte dite: «Ah ma la sera io sono stanco!» - «Bene vieni così poi sei meno stanco: alle undici e mezza vedi la gente che ha voglia di chiacchierare, di stare assieme ...»

Arrivederci!

Grazie.