

Strada facendo 2011

INSIEME A TE NON CI STO PIÙ

Conflitto nella coppia: dalla crisi alla separazione

APPUNTI: a cura di Elena Barbolini e Giovanna Vanzini

1° incontro 15/01/2011

Relatore : Dott. Gino Zucchini - Psichiatra- Psicoterapeuta della Società Psicoanalitica italiana

Il Dott. Zucchini ha condotto la conferenza illustrando tre tematiche: la leggerezza, la passione e la tragedia che si devono tenere in considerazione nella vita di coppia e non solo. L'incontro è iniziato partendo da un'opera di Chagall e intitolata dal relatore "La leggerezza" che ci rimanda al fatto che ciò che ci fa incontrare dovrebbe essere un sogno di felicità.



"Tanto tempo fa qualcuno non più tra noi ci sollevò per aria in trionfo, garantendoci possibilità di leggerezza amorosa a compensare più o meno efficacemente gli inevitabili pesi dell'esistenza.

La coppia, organismo terzo tra i due contraenti deve saper volare , ma anche toccare la terra della realtà, dove, come ogni organismo vivente può incontrarvi la fine.

Solo una profonda capacità di dolore sano può favorire la possibilità di un nuovo inizio."

LA LEGGEREZZA

IL MISTERO-L'AMORE-LA FELICITA'

Cos'è la leggerezza? Ci sono immagini o scene che possono descriverla come il toccare il cielo con un dito, il gioco che si fa con i bambini del prendersi in braccio e che si conclude con il genitore che solleva il proprio bambino... Queste scene rappresentano la felicità che non ha leggi per essere garantita, ma neppure vietata. La felicità non richiede di essere conosciuta " scientificamente" mentre, all'opposto occorre intervenire e curare l'assenza di salute, l'assenza di felicità, la patologia e il dolore.

L'amore, come la felicità, è creativo, misterioso e non si deve spiegare.

Il mistero è qualcosa che in sé è inconoscibile; è come un orizzonte verso il quale ognuno di noi cammina... ma che, rimbalzando sempre in avanti, rimane

irraggiungibile. Questo mistero è a garanzia della felicità nel senso che le persone rimangono curiose perché c'è sempre qualcosa da scoprire. Anche un figlio è sempre più in là di quello che ne pensano i genitori: non è compito del genitore conoscere perfettamente il figlio, basta volergli bene!

Il mistero è importante: non si può pretendere una conoscenza totalitaria. Ciò che disturba l'amore è quando si vuole svelare il segreto ed il mistero.

E' **l'ORIZZONTE del MISTERO** che mantiene l'Amore!

Il mistero è a garanzia della felicità. Pensiamo ai bambini che sono in crescita, alla loro curiosità. Non bisogna mai fare domande sul perché ci incantiamo di fronte ai nostri bambini, non lo sappiamo, ma non lo vogliamo neanche sapere. "Il bisturi" applicato agli affetti non si usa e non funziona.

La felicità e la leggerezza sono intese nel loro significato di bellezza che accoglie ed è accolta, piuttosto che nel senso penetrante/di ricerca delle ragioni della loro esistenza.

La bellezza comune a tutti gli esseri umani è nell'incontro amoroso: quell' uomo e quella donna si videro, furono attratti e fecero un sogno.

La bellezza degli innamorati è gratuità dei sentimenti: " Ti voglio bene gratuitamente... basta che tu ci sia a suggerirmi questo incanto".

Ripensiamo al momento in cui abbiamo incontrato la persona di cui ci siamo innamorati, con cui abbiamo fuso le nostre esistenze... alle emozioni che abbiamo provato nei suoi confronti...

Ci può aiutare la letteratura, i poeti che da secoli scrivono dell'amore...

Pensiamo all'immagine che ha dato della donna amata Dante Alighieri:

*“Tanto gentile e tanto onesta pare
la donna mia quand'ella altrui saluta,
ch'ogne lingua davén tremando muta,
e li occhi no l'ardiscon di guardare.*

*Ella si va, sentendosi laudari,
benignamente d'umiltà vestita;
e par che sia una cosa venuta
da cielo in terra a miracol mostrare.*

*Mostrasi sí piacente a chi la mira,
che dà per li occhi una dolcezza al core,
che 'ntender no la può chi no la prova:*

*e par che de la sua labbia si mova
uno spirito soave pien d'amore,
che va dicendo a l'anima: Sospira.”*

Allo stesso modo Catullo nella traduzione di Saffo quando descrive l'uomo amato come simile ad un dio:

*“Simile a un dio mi sembra quell'uomo
che siede davanti a te, e da vicino
ti ascolta mentre tu parli
con dolcezza
e con incanto sorridi. E questo
fa sobbalzare il mio cuore nel petto.
Se appena ti vedo, subito non posso
più parlare:
la lingua si spezza: un fuoco
leggero sotto la pelle mi corre:
nulla vedo con gli occhi e le orecchie
mi rombano:
un sudore freddo mi pervade: un tremore
tutta mi scuote: sono più verde
dell'erba; e poco lontana mi sento
dall'essere morta.
Ma tutto si può sopportare...”*

È importante che si rimanga incantati da una persona e che il nostro sia uno sguardo accogliente, più che penetrante. Lo sguardo innamorato non pretende di trafiggere l'interlocutore per capire tutto di lui; ma accetta di fermarsi sulla superficie del viso incantandosi e potendo dire ad esempio “ti voglio bene per i tuoi begli occhi”.

La LEGGEREZZA è bella e la bellezza è leggera . La bellezza è gratuita, non bisogna essere bravi per essere amati o amare: “Basta che tu ci sia!”. La gratuità istituisce e costituisce la bellezza e la bellezza suggerisce la gratuità. “E' il tuo essere che mi appaga!”

Il Dr. Zucchini, parla di ideali, ma ritiene che una quota di ideali debba esserci anche nella realtà o per lo meno “ci deve essere un frammento di luce che rimane”.

“Insieme a te non ci sto più” presuppone che due persone siano state insieme e che ci sia stato il positivo di questa esperienza .

Consummatum est ? L' Amore propriamente detto è inconsumabile- perché?

Nell'innamoramento non c'è mai niente di razionale, di controllabile: l'innamoramento è un viaggio nei nostri sogni...

Quando ci si innamora, ognuno di noi incontra il proprio sogno.

E senza questo sogno non ci si incontra.

I sogni vivono nell'area del “narcisismo”: si incontra nell'altro il PROPRIO sogno, di uomo o di donna.

Per tenere i sogni con noi, decidiamo di legarci con chi ne è portatore, di stare insieme a lui o lei.

Pensando al tema della mattinata, **“lo con te non ci sto più”**: cosa significa?

Io non sto più con “TE”? oppure sto con il mio “SOGNO” che tu non sei più capace di rappresentare?

Il sogno ha a che fare con la bellezza... con i nostri ideali e con le nostre speranze.

Ma deve essere chiaro che è un sogno e deve essere riconosciuto come tale da entrambe le parti coinvolte nel rapporto.

Il sogno non può mai diventare realtà. Perderebbe la sua natura. Non sarebbe più sogno. Invece spesso vogliamo che sogno e realtà coincidano. Non accettiamo di non poter raggiungere le stelle.

I sogni d'amore hanno a che fare con i nostri desideri, che servono ad orientarci e a dare senso alla realtà.

DESIDERIO: dal latino “de-sideris”: cioè “che viene dalle stelle”

Quando una coppia è in crisi potrebbe chiedersi: cosa c'è che non va? Come mai non siamo più capaci di scambiare felicità e dono?

Quando non prosegue più il sogno d'amore, è necessario aiutare le persone a distinguere senza scindere, affinché la separazione, per quanto dolorosa possa essere, non sia lacerante.

Il dividersi è fonte di dolore: una quota di dolore aderisce a qualsiasi separazione e noi conserviamo tracce inconsce delle prime partenze (il cambiare scuola, lavoro, città).

*Proviamo a riprendere in considerazione il concetto di **Narcisismo**:*

Narciso, il bellissimo figlio di una ninfa, è morto per non voler distogliere lo sguardo dalla propria immagine di cui era innamorato in quanto temeva che se lo avesse fatto l'avrebbe perduta per sempre. Non sapeva che l'immagine era la sua e che nessuno avrebbe potuto portargliela via. Il Narcisismo è patologico quando una persona sente in modo irrimediabile di aver perduto la faccia, che questa non è adeguata a ciò che ritiene accettabile all'esterno: così cerca di procurarsi un'altra immagine.

Il Narcisismo richiama stati d'animo contrapposti, solitamente viene utilizzato in senso negativo, come l'essere troppo pieni di sé; pensiamo invece al narcisismo sano e cioè a quel sentimento piacevole di abitare bene nei propri panni e continuare a riconoscere la propria immagine riflessa allo specchio.

Quando ci si lascia, se il nostro viso, i nostri sentimenti sono stati penetrati, trafitti con la pretesa di sapere e possedere tutto dell'altro/a ci si può sentire vuoti.

Da questa pretesa di possesso dall'esterno esterno hanno origine le “morfopatie” che si manifestano quando le persone hanno bisogno di passare ore davanti allo specchio, continuamente alla ricerca di una immagine ideale perduta o irraggiungibile.

Queste patologie hanno a che fare con la vergogna e nascondono una grande sofferenza inconscia: perché la faccia è lo strumento che esprime e mostra, oppure nasconde e protegge ciò che il soggetto vuole. Un genitore è SOLO un

genitore e non può sapere tutto del figlio: deve fare un passo indietro e guardarlo incantato senza trafiggerlo perché la bellezza deve avere rispetto e il viso di una persona serve per dare affetti agli altri, ma anche per tenere per sé ciò che si vuole, senza obbligo di comunicarlo agli altri ma solo con la libertà senza costrizione.

La morfopatia ha a che fare con la percezione di un "buco in faccia": il soggetto sente di non aver più diritto al segreto, di non poter proteggere o mostrare ciò che desidera.

E' importante riuscire a stare sulla soglia dell'inconoscibilità.

La BELLEZZA impone rispetto per questo " non andiamo in giro nudi": abbiamo il diritto di proteggere il nostro essere più segreto , il nostro mondo interno.

Il pudore è al servizio della bellezza: la vergogna, all'opposto segnala che il pudore fu violato o non fu consentito.

PASSIONE

La parola passione ha due significati:

- Forza, tenuta, capacità di affrontare le difficoltà energicamente
- Crocifissione, passione di Cristo, angoscia logorante fino alla tragedia

Ripensando alla coppia, sappiamo che essa non si crea dalla somma $A+B$, bensì da $A \times B$, un prodotto, un organismo terzo rispetto ai due componenti e ha diritto all'area di misteriosità che è a garanzia della bellezza di ciascun individuo.

Ci sono persone che, perdendo il partner, si sentono morire perché gli si è costituito l'organismo terzo in modo fusionale come nei gemelli siamesi lacerati nella separazione .

Anche l'organismo – coppia si può ammalare. L'amore di cosa si ammala? Qual è la malattia che entra nella coppia?

>> Intanto occorre un tempo per mettere i due partner in condizioni di capire qualche ragione ai malanni dell'amore.

>> "Se tu amore mio non sei più felice accanto a me, come posso continuare ad essere felice io?" Gli schiavi si sostituiscono, ma per noi non è così.

>> Se ti ammali tu mi ammalo anch'io, la tua sofferenza è anche in qualche misura la mia.

>> Io ho bisogno di te...questa dichiarazione può avere due significati:

1. senza di te non posso vivere la mia vita perché non ha più senso: questa non è una dichiarazione d'amore, ma di un bisogno!

2. **ho bisogno di te per la mia felicità**: questa è una dichiarazione di amore!

Alle volte una coppia non si accorge di essere legata in modo fusionale e, quando le persone si lasciano, possono provare sentimenti di abbandono. Gli adulti, però, si lasciano (con tutto il dolore del mondo) ma non si abbandonano. Solo i bambini si abbandonano!

La PASSIONE ha come modello il parto che è la prima esperienza di separazione:

PARTO > è parente di parte, spartire = SEPARARE. E partire è un poco morire

Questa divisione del figlio dal corpo della madre comporta DOLORE e sofferenza. Fa parte del grande miracolo di cui solo le donne possono essere protagoniste: il testo biblico sulla cacciata di Adamo ed Eva dal Paradiso Terrestre cita una frase che va ripensata: "donna partorirai con dolore". Questa pare una minaccia, ma non lo è: è, invece, una promessa: "... con dolore, ma partorirai".

Il parto è una esperienza potenzialmente meravigliosa, anche se, appunto, fonte di dolore.

Il dolore del parto è sano perché è direttamente proporzionale al valore dell'evento.

Il dolore quando si ammala diventa angoscia, che precisamente "è un dolore andato a male", è la mancanza di luce; mentre il dolore è un sentimento democratico che mette in moto una riparazione e cicatrizza una ferita di cui rimane memoria.

Del DOLORE abbiamo spesso paura: ma è solo l'ombra del desiderio che perde il proprio oggetto.

Il dolore non è nemico dell'amore: avversari dell'amore sono l'angoscia, la vergogna e la violenza.

TRAGEDIA

Se io non vivo senza di te e non riesco a sopportare che tu te ne vada, sono angosciato violentemente.

Tra angoscia e violenza c'è un legame. La violenza ci fa la promessa di superare l'angoscia nel senso che con la violenza proietta l'angoscia su un'altra persona. Inoltre, sia l'angoscia che la violenza sono totalitarie.

Il termine collera differisce da violenza perché esso significa essere arrabbiati contro il male/la cosa che tu mi hai fatto e non contro di te: si condanna il peccato e non il peccatore.

Una delle cose che si deve imparare nella coppia è arrabbiarsi e fare liti sane perché questa è la dimostrazione della democrazia degli affetti e non della tirannia. *L'angoscia è un'onda nera, è l'abolizione della luce ed è un sentimento non democratico. **Il dolore di fronte alle cose che non sono più le stesse, invece, è un sentimento democratico perché lascia posto anche ad altri sentimenti .***

VIS dal latino vuol dire FORZA ma anche VIOLENZA

Il genitivo di VIS è ROBORIS = ROVERE, QUERCIA che rappresenta la forza, ma non la violenza !

DOMANDE E RIFLESSIONI

1. Che rapporto esiste tra lo sguardo indagatore dei genitori e la difesa del ragazzo? Come fare a non essere indagatori, ad esempio, nei confronti di un figlio ?
2. Qual è la medicina per l'abbandono?
3. La bugia nella coppia
4. "Ho bisogno di te per esistere, senza di te crolla tutto..." può approfondire?
5. Cosa c'entra la fusione di coppia con angoscia e violenza?
6. La psicopatologia in queste vicende

1. Lo sguardo indagatore è lo spionaggio occulto per cui il genitore di nascosto apre i cassetti del figlio, legge i suoi diari senza chiedere il permesso. Lo sguardo indagatore va corretto con uno sguardo curioso anche se preoccupato, in cui si esplicitano direttamente le proprie preoccupazioni guardandosi in faccia e si chiede quando si vedono cose che preoccupano. Diversamente c'è il rischio che si crei da un lato l'onnisciente (colui che spia e che controlla) e dall'altro il nullasciente che è spiato e che diventa un oggetto e non più soggetto

2. La medicina dell'abbandono è innanzitutto la presa di coscienza. Inoltre, come ho già detto, gli adulti si lasciano; non si abbandonano. Nel caso mi rendessi conto che la mia angoscia assomiglia a quella che avevo provato da bambino quando temevo di perdere la mamma o il papà, allora provo a pensare che sono sopravvissuto e che non sono solo perché ho un lavoro, una famiglia, degli amici... La cura è la riflessione, l'incontrare persone, raccontarsi ed ascoltare.

E qui ricordiamoci del Narcisismo sano: "il narcisismo è il quartier generale della libido" che significa che "l'amore di sé è il punto di partenza di ogni possibile amore verso l'altro". Se sono stato amato, ho fatto rifornimento. Davanti allo specchio avviene la riflessione, rifletto, mi guardo e penso "ho pur sempre me stesso e la mia storia".

La cura è maturazione di riflessione e di pensiero.

L'ascoltatore deve essere sufficientemente sano e non deve avere fretta, neanche ad asciugare le lacrime che hanno bisogno di tempo per sgorgare. L'angoscia invece congela il dolore ed il pianto e ne fa un peso in mezzo al petto.

Il DOLORE è a garanzia dell'affetto verso "l'oggetto " perduto: Mi rimarrà la Memoria.

L'angoscia è cattiva consigliera non permette di pensare, di ricordare ciò che è stato un amore ed ora non lo è più. La MIA Memoria è che io sono io con questo passato e se sto zoppicando, sono pur sempre in grado di camminare. Perché si impara dai propri errori e dai propri dolori, cosa che pone le basi della **riparazione**. Le ferite ci sono nella vita, sanguinano, ma poi con qualche sutura si cicatrizzano e la cicatrice che rimane è la memoria.

3. Per parlare di bugia è necessaria una precisazione semantica in quanto la bugia è diversa dalla menzogna perché la prima si riferisce ad un racconto non veritiero dei fatti; mentre la seconda è un'espressione inautentica degli affetti significa fingere un sentimento che in realtà non ho e che dà vita a una disonesta manipolazione affettiva.

Fin dall'infanzia è evidente il ruolo della bugia, che fa fare al bambino un'esperienza molto importante.

Per ogni figlio, infatti, i genitori sono onniscienti: sanno tutto di lui, niente è possibile nascondere ai loro occhi.

Invece, alla prima bugia, il bambino avrà la prova che non è così! Scoprirà la possibilità di un mondo interiore dove rifugiarsi e dove nessuno può scoprire la "verità"... Inoltre la bugia, costringendo l'autore ad una "doppia contabilità", consente lo sviluppo di importanti funzioni mentali! La bugia è un capolavoro della mente infantile.

Da piccoli, la bugia è al servizio della sanità mentale. Da adulti è al servizio del riserbo.

Ci sono bugie che servono a non mentire, oppure a coprire un'area della propria vita che non possiamo svelare senza far soffrire...

E' questo che distingue la bugia dalla menzogna: le menzogne hanno lo scopo, più o meno evidente, di ferire, di fare male, di violare la dignità dell'altro. Naturalmente esistono bugie che sono anche menzogne.

La mente umana e il cuore cercano la verità perché ne abbiamo bisogno.

Ma dobbiamo salvaguardare la complessità del genere umano che è composta da positività e negatività.

La bugia è un omaggio alla seduzione "positiva": copre con discrezione in attesa di decidere cosa mostrare della faccia e del proprio corpo.

La bugia sta allo "spogliarello" come la menzogna sta alla "prostituzione".

Nella bugia non viene mascherata la verità degli affetti, mentre nella menzogna si.

Nella vita esistono bugie che servono a non mentire, avendo riguardo per la sofferenza possibile. Pensiamo ad esempio al valore che ha il rapporto tra scienza e coscienza nella deontologia del medico; la verità non è nuda, va vestita con gli abiti adatti. La bugia del medico è per consegnare una diagnosi con la necessaria gradualità.

La verità è ancora verità se la usiamo in modo crudele? La verità, come il verdetto, quale "verità solennemente proclamata" è contro il reato non contro la persona.

Anche l'assassino più nefando non coincide con la sua area assassina.

La pena secondo Costituzione è ripartiva

4. Una delle frasi più comuni che si sentono quando si perde l'oggetto d'amore (intendendo, con questo termine sia il partner, ma anche il posto di lavoro, un amico, la madre patria...) è "la mia vita non ha più senso". Con "senso" s'intende

“significato”: non posso più significare perché non c'è più un interlocutore che mi ascolti con amore e rispetto.

“Sento che la mia vita perde di senso”: ciò significa che non riesco neppure più a parlare, neanche a me stesso... e qui si ritorna daccapo alla bellezza e alla leggerezza.

L'immagine della rosa e del pane a forma di rosetta che ci ha donato in chiusura il Dott. Zucchini è la gratuità della bellezza.

Accade che una pagnottella abbia la forma vaga della rosa e si chiama infatti “rosetta”, sintesi di pagnotta e di rosa : la pagnotta per lo stomaco bisognoso, la rosa per gli occhi. Non si vive di solo pane occorre anche la rosa , omaggio prezioso alla grazia e alla bellezza

(i francesi che fanno solo la baguette .. forse non lo sanno !?)