

LA GELOSIA

Gelosia e quando senti all'improvviso che l'oggetto del tuo desiderio, la cosa che possiedi e di cui ti compiaci (e ti rassicura e ti fa star bene) ... questa compagnia con un "oggetto desiderato" e amato (può essere la tua moto, può essere un tuo angolo-rifugio riservato e privato, può essere la collezione di farfalle alla quale sei super-affezionato e che ti assorbe con cura e passione, può essere la donna amata ... può essere un figlio – e guai a chi lo tocca ! – ...

... All'improvviso questo oggetto che possiedi, questa persona o questa cosa alla quale sei legato e che "senti" indissolubilmente TUA ... è minacciata ! ... E questa minaccia che tu registri e che "attenta" da fuori coincide con qualcosa che s'allarma dentro di te: ... è la paura di perderlo questo "qualcosa" ... avverti il rischio di una perdita, di una separazione ... ed è tutto molto IRRAZIONALE, INCOMPRESIBILE ... AMPLIFICATO.

CHE COSA STA SUCCEDENDO ??

Allora ti ritrovi, quasi senza rendertene conto – Anzi "decisamente" non te ne rendi conto – nella stessa situazione del bambino piccolo neonato che riconosce nel seno della madre (che possiede con piacere, che lo gratifica, che lo soddisfa nei suoi bisogni di sopravvivenza : il cibo) la rassicurazione e la sopravvivenza ... a fronte di tanti incubi dovuti a vuoto e carenze affettive (e di mancanza anche di amore) EBBENE : ... quel seno all'improvviso ti accorgi che è di UN ALTRO ! : il fratellino che arriva a toglierti il posto che ritenevi TUTTO tuo; il papà che sul seno della madre attinge per gratificazione diversa ed incomprensibile per te "bambino" ... Ed allora tu bambino ti accorgi che qualcosa la perdi, che qualcosa ti separa da quel piacere e possesso esclusivo e fin là tuo, ... e questa cosa la Vivi con sofferenza, dolore, anche con paura, paura di non sopravvivere ...

Ma poi tu sei sopravvissuto !

Ti torna all'improvviso "da più Grande" quella sofferenza: ti ci ritrovi in contatto all'improvviso e ne senti intollerabile la minaccia che scopri ti si ripropone a livello emotivo. Ma Dov'è la minaccia ?

La minaccia è là dove ti accorgi che l'Oggetto del tuo desiderio di possesso è esposto all'attenzione di qualcuno ed il tuo immaginario ti dice che quel QUALCUNO può toglierti, rubarti quell'Oggetto, può offenderlo, sporcarlo, separarti da lui.

L'Oggetto che ha preso il posto dentro di te (per emozioni e sentimenti collegati, dedicati ed esclusivi) di quell'antico seno materno e che ora ti garantisce ogni rassicurazione – dopo separazioni ripetute e sofferenze annesse – e che ti ha consentito, in qualche modo, di sopravvivere ... ORA minaccia di nuova separazione e solitudine.

Questo possesso e questo diritto esclusivo di godere del piacere rappresentato dalla cosa amata, dalla persona amata, dal figlio amato qualcuno o qualcosa te lo può togliere.

E' la madre gelosa della Futura nuora che va ad impossessarsi del pene del figlio, cioè di quanto è stato simbolicamente il "suo" pene. Figlio che nascendo in mezzo alle gambe aveva alla nascita compensato la sofferenza in Lei dovuta alla mancanza del pene ... pisellino che aveva invidiato nel cuginetto, da bambina ... e che in lei semplicemente aveva dedotto scomparso e non avere più.

Per questo vale il proverbio: AUGURI e FIGLI MASCHI ?

Ma "come" è possibile, diremo, che tutto questo abbia a presentarsi in cose così assurde, così lontane da una realtà visibile ?

Ma proprio per questo: perché la realtà che ci riguarda, l'emozione ed il sentimento che ci riguardano non sono visibili, non sono riconoscibili, non sono "conosciuti".

Sono subiti !

E allora COSI' come da bambini piccoli abbiamo subito e non abbiamo tollerato, se non "rimuovendo" (archiviando nell'Inconscio) dolore, rabbia, frustrazione, invidia, aggressività ... la GELOSIA, appunto, (... verso il rivale e visibile che poteva essere il padre per il bambino e la bambina, ma anche qualunque altra persona che si poneva tra il piccolo ed il seno materno, tra sé e la madre, tra sé e la persona alla quale si era affezionato e che aveva deciso fosse il sostituto simbolico e reale – un giocattolo per esempio) ...

... COSI' da grande si è pronti a dire: " E' MIO/A ! ! "

" È mio " dice il bambino togliendo dalle mani del compagno di giochi il giocattolo che l'altro improvvisamente aveva toccato.: " è mio " !

in quella affermazione c'è tutto la volontà di riappropriarsi ed affermare il possesso su Qualcosa che rappresenta "altro", che rappresenta un oggetto compensativo di "altro che abbiamo perso", dal quale ci siamo ritrovati separati ... e torno ancora una volta a dire il seno della madre, la persona della madre, le presenze che ritenevamo onnipotentemente fossero tutte al nostro servizio.

Ma la realtà, il " Principio di realtà " ci ha fatto scoprire che così non era.

Ed allora nella vita ci ritroviamo a soffrire di gelosia ogni volta che avendo scelto di possedere qualcosa che ci riempisse quel vuoto che altri ci avevano provocato – comportando dolore rabbia risentimento invidia e gelosia ... – scopriamo all'improvviso che c'è un rischio, una minaccia che gravita nell'aria: la persona che amiamo sembra spostare la sua attenzione da me verso altri o semplicemente altri, o altro, richiamano la sua attenzione. E in me scatta la paura che questo provochi una diminuita attenzione, e poi una separazione con le quali non voglio rientrare in contatto, per quanto dolore il tutto mi ha comportato in un momento antico della mia vita di relazione e della mia esistenza.

Ed allora al Sentimento della gelosia ecco che si accompagna l'emozione della rabbia, a precederla; ci ritroviamo a provare ansia e rabbia e frustrazione e impotenza, di fronte ad una realtà che all'improvviso si fa minacciosa: l'oggetto amato, l'oggetto desiderato, l'oggetto rassicurante per noi all'improvviso può non essere più nostro. C'è questo rischio e questo rischio mi fa attivare un insieme di emozioni che poi si confluiscono nel sentimento della gelosia: quasi una premura – o meglio preoccupazione – giocata in anticipo affinché nessuno possa comportarmi rischio o minaccia di separazione dall'oggetto desiderato e posseduto ed – a questo punto diremo – "egoisticamente" amato.

E quando questo accade la cronaca ci dice che sono pronto anche a fare del male, ad uccidere.

Perché non voglio più soffrire nei modi scritti nell'inconscio profondo e che mi porto dentro come sofferenza antica e tremenda che a fatica mi ha visto sopravvivere, pagando prezzi alti che non ricordo più, ma che sono sepolti dentro di me e pronti ad uscire ed a mettere in campo un insieme di comportamenti di rabbia di aggressività di contestazione di sospetto e di giudizio che colpiscono l'oggetto amato o quant'altro siano in questo vissuto di relazione e di sofferenza slatentizzato dall'inconscio più profondo della mia vita, della mia storia.

Ecco: raccontare della propria gelosia significa andare a vedere la propria storia: dove come e quando un qualcosa ci ha fatto soffrire per esempio verso la persona amata: a causa di una sua diversa attenzione portata verso un'altra persona, verso un altro ambiente che comportava distanza o separazione da me e che implicava una mia sofferenza, non desiderata e non voluta, ma risvegliata all'improvviso per scoprirla non tollerabile. A quel punto li preferisco " lo " togliermi, " lo " separarmi. Preferisco io avere il potere di decidere – non più quello di subire – troppo subito e per questo rimosso nel mio profondo.

Quasi a restituirmi "fuori" e rivisitarmi a pieno l'esperienza e il dolore di quel vuoto, di quella mancanza e deprivazione sofferta ciascuno in varie ricorrenze di storia personale.

Che vuol dire per te la parola GELOSIA. Nella tua esperienza, nei tuoi stati emozionali che ad essa colleghi.

Nella della mia esperienza la parola gelosia corrisponde ad un insieme di stati emotivi e ad una sintesi di sentimento che sa di desiderio di proteggere una cosa di valore per me: che desidero possedere o che è

semplicemente già posseduta come mia ... e da quel punto di vista “guai a chi me la tocca”. Guai a chi minaccia di portarmela via come oggetto di desiderio e di possesso.

E per avere elaborato in “Analisi” tutto questo, la prima associazione è quando mi sono reso conto che, innamorato di mia madre, la madre ad un tratto non era più mia: e quindi eccomi geloso di mio padre, ma prima ancora geloso di mio fratello, nato 11 mesi dopo di me, a togliermi tutto il regno di esclusiva Simbiosi con mia madre ... a togliermi la “tetta” di mia madre la cui dedizione ed attenzione erano semplicemente esclusive.

Quindi la sofferenza venuta ad innestarsi nella nuova situazione.

Qui si innesta allora un percorso, un processo, dove le componenti emotive della rabbia, della frustrazione, della paura di perdere quell'insieme che ti rappresenta il Tutto, che ti riempie l'esistenza, ti gratifica, ti comporta rassicurazione ... nel momento in cui sei a rischio di perderlo e vedi quella rassicurazione “attentata”, quel desiderio di star bene minacciato, recitano il sentimento della Gelosia come necessità prioritaria riequilibrante.

E le relazioni sentimentali, poi, con l'altro sesso non possono non averne risentito.

Quando ti affezionavi ad una persona non potevi da un lato non desiderarla tutta tua e dall'altro non soffrire quando la stessa o qualunque altra persona te ne toglieva l'attenzione... perché questo è un po' la realtà delle relazioni umane. Vale per la mamma, vale per la maestra, vale in seguito per la persona con la quale vivi una qualunque relazione sentimentale, vale per la persona con la quale ti sposi che hai scelto come massimamente rassicurante in generale. E questo è vero per tutt'e due i partners in relazione, vigendo per entrambi il principio egoistico dell'Innamoramento.

E ci si ritrova allora – nella stragrande maggioranza dei casi – a soffrire di gelosia.

Ma non soltanto la tua: anche quello della partner che nel frattempo ha avuto analoghe esperienze emozionali e sentimentali ... mutatis mutandis (come direbbe il Latino).

Ricordo di avere rappresentato per le varie persone in relazione sentimentale con me nell'arco della mia vita Un “oggetto di desiderio” che ha fatto “soffrire di gelosia” semplicemente perché molto desiderato molto “amato” per essere fatto oggetto di possesso ... per paura di essere perso.

E questa paura di perdere può accadere in qualunque momento: nella fantasia della persona, nello stato mentale, nell'atteggiamento di fondo estroverso di una persona: “Claudio parla con quella persona” – “ quella persona è più bella di me” – “ quella persona me lo può portare via ” – “ Claudio si può innamorare di un'altra persona “.

Ma prima di questo o contestualmente: Claudio non deve “girarsi” distrattamente a guardare una bella persona incrociata a passeggio, dentro un ascensore: non deve sorridere più di tanto per “conquistare”, non deve ritardare perché, sennò “ con chi si è fermato a tradirmi ” ... ?

La facciamo, dunque, l'esperienza del Sentimento della Gelosia, in modo attivo ed in modo passivo. La gelosia che soffriamo noi, la gelosia che facciamo soffrire in Altri, pur nella inconsapevolezza o innocenza o buonissima Fede con cui ci muoviamo in reciprocità e ci esprimiamo in maniera naturale autentica.

Espressione e manifestazione comunicativa esposta comunque a giudizio e Pregiudizio, in ragione di quanto le sofferenze, ciascuna dentro la propria persona, si confrontano ed in un certo senso, ad un certo punto, vanno a fare danno, vanno a fare incomprensione e conflitto e litigio.

Quante volte ci siamo trovati indisposti verso il partner perché semplicemente irritati da una situazione di distrazione, di disattenzione, di seduzione presunta oggettivamente portata in buona fede ma tuttavia dolorosamente avvertita come una privazione e una diminuzione di un qualcosa che ci toglieva potere, che ci minacciava di perdita.

Ecco è questo un po' l'insieme della esperienza sul piano umano che sento di potermi rappresentare e anche poi proporre come premessa teorica. Mentre dal punto di vista pratico soltanto un episodio riporto a sufficienza.

Ricordo di essere rientrato a casa e la persona con la quale convivevo averla trovata in una situazione di insofferenza e di fastidio. Chiedo che succede. Mi dice ti devo parlare. Dico lo possiamo fare ma appena tornato dal barbiere, da lì ad un'oretta. Mi dice o parliamo subito o vado via. Dico "non accetto" ricatti: ne parliamo appena torno. Non la trovo al ritorno. Non l'ho vista più.

Era successo che era andata in gelosia perché aveva trovato un appunto nel quale io Riflettevo alcune considerazioni su una persona mia allieva in un corso di formazione presso una scuola di Perugia. Le riflessioni riportate avevano scatenato appunto un sentimento di gelosia che doveva potersi in qualche modo confrontare e sfogare.

Magari in quell'aspetto variamente impositivo e persecutorio che mi ero vissuto nel momento in cui aveva detto: "No, parliamo subito" e io non ho voluto subire il suo potere.

Allora è chiaro che una persona dice: ma ci potevano essere sicuramente stati dei precedenti. Certo che sì. Magari non comunicati e non confessati per orgoglio. Per buona pace. Per consapevolezza di soffrire di gelosia che chiaramente è una mancanza di fiducia nell'altro. Tutte queste cose qui sono nella mente delle persone, sono nella possibilità anche di autocritica e di diverso esame rispetto alle provocazioni che subiamo dal mondo emozionale. Figuriamoci per carità poi dal "mondo immaginario" quante fastidiose fantasie, o sogni, di giorno e di notte ... a rappresentare tormento ... e quant'altro.

Siamo qui per raccontarci "sulla GELOSIA" quello che significa per noi la parola ... e l'esperienza che di più ce la incarna quella parola, nella propria storia di vita.

Può essere stato dunque una persona, un oggetto a farci soffrire di gelosia e di sofferenza annessa e connessa. Ciascuno può avere la sua memoria, il suo ricordo.

Metterli qui a confronto significa un pochino esorcizzare un Tema che dall'infanzia in poi ci ha toccato in sofferenza e ci ha visto "soli", poco aiutati e poco educati, per non dire "per niente educati". Anzi : educati FAI da TE ma NON solo sul tema di questo sentimento, ma sul tema di ogni sentimento, sul tema di ogni emozione.

" Fai da Te " ... Così come Siamo venuti fin qua dissertando nell'arco di questi incontri e di questo tipo di palestra che il Salotto è.

Con questo spirito proseguiamo. Perché riteniamo che in questo modo si possono meglio conoscere e riconoscere le proprie esperienze, conoscere e riconoscere le proprie EMOZIONI, i propri SENTIMENTI.

Ed abbiamo imparato a dirci tra noi – ma anche a riscontrarci in Verità – che per gestire una cosa non possiamo non CONOSCERE bene la cosa, in modo che l'uso della stessa possa essere la migliore ... nel caso di questo Sentimento: " il " Migliore !

Del sentimento della GELOSIA che trattiamo stasera: se in qualche modo diventa oggetto di un percorso fatto di racconti, di esperienze a confronto, ce ne possiamo fare – di questo stesso sentimento – una ragione.

Voi capite quanto possa essere importante condividere un panorama delle rivisitazioni delle nostre esperienze rimosse – nel profondo "passato" dell'archivio degli inconsci – e quanto Esse esperienze " emotive e sentimentali " possano essere di minore attentato nell'attualità del presente, quando le provocazioni del mondo ci comportano una rivisitazione dolorosa di ciò che abbiamo sofferto, che dobbiamo comunque in qualche modo elaborare e gestire.

Saperlo fare "sempre più e sempre meglio" significa garantirsi la pace nella relazione con se stessi e con l'altro.

Vale nel "privato" delle Famiglie.

Vale per le Genti del Mondo nelle loro relazioni tra Stati.