

Monica Morganti

FIGLIE DI PADRI SCOMODI

Comprendere
il proprio legame
col padre
per vivere amori felici

Nuova edizione

Le Comete FrancoAngeli



Le Comete

Per capirsi di più. Per aiutare chi ci sta accanto. Per affrontare le psicopatologie quotidiane. Una collana di testi agili e scientificamente all'avanguardia per aiutare a comprendere (e forse risolvere) i piccoli e grandi problemi della vita di ogni giorno

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: www.francoangeli.it e iscriversi nella homepage al servizio “Informatemi” per ricevere via e-mail le segnalazioni delle novità.

Monica Morganti

FIGLIE DI PADRI SCOMODI

Comprendere
il proprio legame
col padre
per vivere amori felici

Nuova edizione

Le Comete FrancoAngeli

In copertina: © *Immagini d'archivio / Licenza commerciale*

Isbn e-book: 9788835195412

Copyright © 2009, seconda edizione 2026 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore.

Sono riservati i diritti per Text and Data Mining (TDM), AI training e tutte le tecnologie simili.

L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it.

Gli eventuali link attivi e QR code inseriti nel volume sono forniti dall'autore.

L'editore non si assume alcuna responsabilità sui link attivi e QR code ivi contenuti che rimandano a siti non appartenenti a FrancoAngeli.

L'autore dichiara che, nella fase di stesura del presente volume,
non ha utilizzato strumenti di IA generativa.

Indice

Introduzione alla nuova edizione	pag. 7
1. Esistere come donna	» 11
1. Padri ingombranti... ma necessari	» 11
2. L'Animus, il nostro maschile interno	» 18
3. Le dee guida	» 22
4. Il rapporto tra l'Animus e la dea guida	» 25
AUTORIFLESSIONE	» 29
2. Come amano le dee	» 30
1. Le radici dell'amore	» 30
2. Il triangolo: madre-figlia-padre	» 34
3. Dal Padre all'Altro	» 40
4. Amare da imperatrice o da mendicante?	» 46
AUTORIFLESSIONE	» 54
4.1. Le dee vergini	» 54
4.2. Le dee dipendenti	» 58
3. Figlia di padre	» 63
1. A che cosa serve un padre?	» 63
2. Padri buoni e padri cattivi	» 66
2.1. Padri presenti e assenti	» 67
2.2. Padri normativi	» 73
2.3. Padri idealizzati	» 79
3. La relazione padre-figlia	» 82
4. Riscattare il padre	» 85
AUTORIFLESSIONE	» 88

4. Figlie danneggiate	» 89
1. Il nostro danno	» 89
2. Guerriera con la corazza	» 95
3. Eternamente figlia	» 110
 5. Le dee e i padri	» 121
1. Era e il padre	» 122
2. Artemide e il padre	» 124
3. Atena e il padre	» 125
4. Demetra e il padre	» 127
5. Persefone e il padre	» 129
6. Conclusione	» 130
AUTORIFLESSIONE	» 131
 Conclusione. Mio padre... i miei uomini	» 133
AUTORIFLESSIONE	» 143
 Appendice. Lista ragionata di film e serie TV sul rapporto padre-figlia (2008-2026)	» 145

Introduzione alla nuova edizione

Sono passati diciotto anni dalla prima pubblicazione di *Figlie di padri scomodi* e, da allora, il libro è stato ristampato più volte, accompagnato nel tempo dall'affetto delle lettrici.

In questi anni, il mondo è cambiato in modo profondo. Non solo nei suoi aspetti più visibili, ma anche nelle modalità con cui le persone costruiscono la propria identità e vivono le relazioni.

Quando ho scritto questo libro, la dimensione digitale era presente, ma non aveva ancora la pervasività che ha oggi. I social media non rappresentavano uno spazio continuo di esposizione e confronto e l'identità non si costruiva sotto uno sguardo pubblico così costante e diffuso. Nel tempo, questo scenario si è trasformato radicalmente, introducendo una nuova forma di pressione, in particolare per le donne: essere sempre visibili, riconosciute, adeguate a modelli spesso irraggiungibili.

A questo si sono aggiunti eventi collettivi che hanno inciso in modo significativo sull'esperienza emotiva. La pandemia da COVID-19 ha rappresentato, per molte persone, una frattura: ha modificato i ritmi, le relazioni, il senso di sicurezza. A volte ha lasciato una traccia silenziosa ma persistente, fatta di maggiore fragilità, isolamento o difficoltà nel tornare a una piena apertura verso l'altro.

Più recentemente, lo sviluppo dell'intelligenza artificiale sta introducendo nuovi interrogativi sul valore personale e sul senso di identità. Non sempre questi cambiamenti sono pienamente consapevoli, ma contribuiscono a creare un clima in cui il confronto, la performance e il senso di sostituibilità diventano sempre più presenti.

Dentro questo contesto, anche le donne che ho incontrato in questi anni nel mio lavoro clinico sono cambiate. Quello che osservo non è solo un aumento del disagio emotivo, ma anche una sua trasformazione.

Sempre più spesso arrivano al mio studio ragazze, anche molto giovani,

che mostrano un disagio precoce, diffuso, a volte difficile da nominare. Il senso di sé appare fragile, sempre esposto allo sguardo esterno e facilmente influenzabile. Il corpo diventa frequentemente un luogo critico: da controllare, da modificare, o da rifiutare.

Anche il modo di vivere le relazioni è cambiato. Il desiderio di legame resta centrale, ma convive con una paura profonda di non essere abbastanza, di non essere scelte o di essere sostituibili. Le relazioni affettive diventano così uno spazio fondamentale, ma anche instabile, attraversato da aspettative eccessive e da timori difficili da gestire emotivamente.

In questi anni è cambiato anche il modo in cui il disagio si manifesta. Nella pratica clinica incontro sempre più spesso donne che non portano soltanto una sofferenza definita, ma una sensazione più diffusa di fragilità e disorientamento. Sono più esposte, più instabili, attraversate da dubbi e oscillazioni che rendono difficile mantenere una continuità interna. I rapporti sentimentali diventano il luogo in cui questo vissuto prende forma: si intensificano, si caricano di aspettative profonde, ma allo stesso tempo faticano a trovare stabilità nel tempo.

Accanto a questo, il corpo sembra parlare con maggiore frequenza: tensioni, somatizzazioni, stati d'ansia che non sempre trovano parole immediate. È come se qualcosa, che non riesce a essere pienamente pensato, cercasse comunque una via per esprimersi, chiedendo ascolto.

Anche il mio sguardo analitico, in questi anni, è cambiato: l'esperienza clinica si è ampliata e si è intrecciata con il mio percorso personale. Nel frattempo, sono diventata nonna di Alice, che ora ha già 10 anni, e questa esperienza ha arricchito il mio modo di osservare le relazioni tra le generazioni e i processi attraverso cui le storie familiari si trasmettono, si trasformano e, a volte, si ripetono.

Parallelamente, il mio lavoro teorico ha approfondito diversi temi su cui, negli anni, ho continuato a scrivere: gli archetipi maschili¹ e femminili², la gestione della rabbia³ e l'uso clinico del mandala⁴, ampliando ulteriormente il mio sguardo terapeutico sulle dinamiche interne e relazionali.

Dentro questo scenario, il tema del padre non ha perso importanza. Al contrario, continua a rappresentare uno snodo centrale nella costruzione dell'identità e nel modo in cui si vivono i legami. Tuttavia, negli anni, il mio sguardo su questo tema si è ampliato. Se nella prima edizione l'atten-

¹ Morganti M. (2012), *E tu che uomo sei?*, FrancoAngeli, Milano.

² Morganti M. (2026), *Gli otto archetipi femminili*, Venexia, Roma.

³ Morganti M. (2014), *Gestire la rabbia*, FrancoAngeli, Milano.

⁴ Morganti M. (2017), *Conosci te stesso colorando i mandala*, FrancoAngeli, Milano.

zione era rivolta soprattutto alla descrizione delle ferite e delle difficoltà, oggi emerge con più chiarezza la necessità di integrare una prospettiva più ampia, capace di tenere insieme la dimensione clinica e quella simbolica.

Inizialmente, ho esplorato come la relazione con il padre contribuisca a strutturare il mondo interno femminile, oggi sento la necessità di ampliare quella visione, mettendola in dialogo con le configurazioni archetipiche femminili, anche attraverso il linguaggio simbolico delle dee: Artemide, Atena, Era, Demetra, Persefone.

Le figure delle dee, già presentate nella prima edizione, offrono una possibilità ulteriore di comprensione: permettono di cogliere come alcune configurazioni psichiche si organizzino, prendano forma e si esprimano, nella vita delle donne, in relazione al tipo di padre incontrato. Non si tratta di sovrapporre un modello interpretativo, ma di affiancare uno sguardo che renda più visibili dinamiche spesso difficili da nominare e da pensare.

L'esperienza clinica mi ha mostrato, sempre più chiaramente, che il modo in cui una donna vive la relazione con il padre si intreccia con specifiche modalità psichiche interiori: ogni archetipo reagisce in modo differente a una figura paterna assente, distante, emotivamente non accessibile, così come alla sua idealizzazione.

Queste dimensioni interiori tendono a riattivarsi nelle relazioni adulte, influenzando aspettative, bisogni e modalità di legame sentimentale.

Per queste ragioni nasce questa nuova edizione. In un'epoca così complessa, riflettere sul legame con il padre può diventare un punto di ancoraggio. Vorrei offrire uno strumento di comprensione che aiuti a riconoscere le proprie ferite e risorse, favorendo maggiore consapevolezza e orientamento nel proprio percorso esistenziale.

Il capitolo conclusivo, che amplia e arricchisce questa nuova edizione, *Le dee e i padri*, nasce proprio da questo passaggio: approfondire il rapporto tra ciascun archetipo femminile e il tipo di padre incontrato, mostrando come questi legami influenzino le relazioni sentimentali e quali possibilità di trasformazione possano aprirsi nel tempo.

Alla riflessione teorica ho affiancato alcune brevi storie cliniche, non come modelli, ma come immagini vive attraverso cui riconoscere le nostre dinamiche interne, spesso silenziose ma persistenti.

Comprendere queste dinamiche può rappresentare un primo passo per costruire relazioni più consapevoli e meno condizionate dal passato.

In questa nuova edizione, il mio lavoro si amplia: accanto alla lettura delle dinamiche, ho voluto introdurre un filo rosso che ci guida dalla comprensione della ferita alla possibilità di cambiamento. Oltre al nuovo capitolo, ho inserito domande di autoriflessione per sostenere il lavoro persona-

le e, in alcuni passaggi chiave, indicazioni operative che accompagnano il lavoro di trasformazione, in particolare nelle configurazioni della “guerriera con la corazza” e dell’“eterna figlia”.

Chiude il volume un’Appendice con una selezione ragionata di film e serie sul rapporto padre-figlia, pensata come ulteriore strumento di osservazione e riconoscimento.

1. Esistere come donna

1. Padri ingombranti... ma necessari

L'anno scorso, per circostanze varie della vita, il mio sguardo si è posato in modo diverso sul mondo maschile: ho scritto un libro che parla anche di uomini¹, mio figlio ormai ventenne è andato a vivere da solo e sono aumentati i pazienti uomini nel mio studio.

Nulla accade per caso o, come direbbe Jung, tutto è sincronico, così proprio in quell'anno, è maturata in me l'esigenza di riflettere, in modo approfondito, sulla nostra relazione con il Maschile, anche alla luce della mia ventennale esperienza di lavoro con donne che, spesso, portano in terapia la sofferenza che nasce dall'incontro con l'Altro, l'Uomo².

¹ Morganti M., Di Vaio S.E. (2007), *Se il tuo "lui" è sposato. Istruzioni per l'uso*, FrancoAngeli, Milano.

² La sincronicità è un termine introdotto da C.G. Jung nel 1950 per descrivere una connessione fra eventi, psichici o oggettivi, che avvengono in modo sincrono, cioè nello stesso tempo e tra i quali non vi è una relazione di causa-effetto ma un'evidente comunanza di significato. Ogni giorno ci accade di sperimentare quelle che a prima impressione definiamo coincidenze, ad esempio, pensare a una persona che non vedi da tanto tempo e poi sentirla subito dopo, inaspettatamente e senza ragione. La sincronicità è relativa, quindi, alle "coincidenze significative": Jung distingue la sincronicità vera e propria dal mero "sincronismo" degli eventi che accadono simultaneamente, ma senza alcuna connessione di significato. Già nel 1916 scriveva dell'opportunità di affiancare al principio di causalità quello finalistico: "La causalità è solo un principio, e la psicologia non può venir esaurita soltanto con metodi causali, perché lo spirito (la psiche) vive ugualmente di fini".

Negli anni Trenta il Novecento fu rivoluzionato da nuove idee: il principio d'indeterminazione di Heisenberg postulava l'impossibilità di una conoscenza perfetta delle quantità fisiche inerenti a un oggetto; nell'elaborazione epistemologica successiva si è evidenziato che esiste un ambito, estremamente piccolo, della dimensione di una particella elementare, in cui non sono valide le leggi della fisica classica, così che viene meno il principio di causa-effetto,

E poiché il primo uomo è, per tutte noi, nostro padre e il nostro maschile interno³, l'Animus, nasce proprio dal rapporto che stabiliamo con lui, ho capito che il mio nuovo lavoro avrebbe dovuto parlare di questo: il legame affettivo padre-figlia.

Ho iniziato a lavorare a questo libro, facendo un'approfondita ricerca bibliografica di quello che già era stato scritto sul tema e ho scoperto che esiste solo una ridottissima letteratura sulla specifica relazione padre-figlia⁴.

almeno in quest'ambito piccolissimo. Alla fine del 1934 iniziò uno scambio epistolare di Jung con il fisico quantistico, futuro premio nobel, W. Pauli e con E.P. Jordan, insigne fisico tedesco, che testimonia l'interesse di Jung nell'indagine sul parallelismo tra fisica e psicologia del profondo e, in particolare, sulla relatività delle categorie di spazio e tempo. L'incontro tra Jung e Pauli generò il "quarto escluso" dalla triade della fisica classica (tempo, spazio e causalità) e a questo quarto escluso fu dato il nome di *sincronicità*: in analogia alla causalità mette in connessione due fenomeni che accadono nello stesso spazio in tempi diversi; si ipotizzava l'esistenza di un principio che mette in connessione due fenomeni che accadono nello stesso tempo ma in spazi diversi. Nel 1952 Jung e Pauli pubblicarono due saggi nel volume *Naturerklärung und psyche*: il saggio di Pauli applicava il concetto di Archetipo alla costruzione delle teorie scientifiche di Keplero; il saggio di Jung era intitolato *Sincronicità come principio di nessi acausali* e per la prima volta lo psicologo definisce il significato di questa parola.

³ L'Animus è un Archetipo, termine che nella teoria psicoanalitica di C.G. Jung si riferisce a una rappresentazione mentale primaria, che fa parte dell'inconscio collettivo e si manifesta in simboli presenti in tutte le culture e in ogni epoca storica. L'Archetipo è il prodotto delle esperienze primordiali dell'umanità sugli aspetti fondamentali dell'esistenza; non è possibile entrare in rapporto diretto con l'Archetipo, ma si possono percepire come immagini simboliche, in ogni genere di manifestazione psichica: sogni, sintomi nevrotici, visioni, arte, prodotti della libera immaginazione, oltre che nei miti, nelle fiabe e nella religione. Gli Archetipi rappresentano le strutture psichiche di base e si sono sviluppati come nuclei psichici separati: la Madre, il Senex, il Puer, l'Ombra, la Persona, l'Anima, l'Animus e il Sé. L'Archetipo dell'Animus (in latino "spirito") definisce l'elemento Maschile dell'inconscio femminile, costituisce la funzione razionale e compare nei sogni come figura Maschile. L'identificazione con l'Animus può manifestarsi con caratteristiche di ostinazione, durezza, sfida, mentre nell'aspetto più positivo mette in relazione la donna con le energie creative dell'inconscio. L'Archetipo dell'Anima denota la parte inconscia femminile nella personalità dell'Uomo; nei sogni è rappresentata da immagini di donne diverse: dalla seduttrice alla guida spirituale. L'Anima rappresenta la funzione relazionale/affettiva e l'identificazione con l'Anima può avere come conseguenza tratti psicologici come volubilità, eccitabilità, melanconia. Quando nei nostri sogni compare l'Archetipo del Senex (in latino "vecchio") racchiude, nel lato positivo, caratteristiche come stabilità, maturità, saggezza, senso di responsabilità; in senso negativo si riferisce ad atteggiamenti di eccessivo tradizionalismo, dispotismo, cinismo e mancanza di fantasia. Se, invece, sogniamo elementi maschili giovani, quello che ci parla è l'Archetipo del Puer Aeternus (in latino "fanciullo eterno, divino"): è il dio della giovinezza, della vita, della resurrezione dopo la morte, del rinnovamento. Si manifesta, nel lato negativo, come rifiuto di assumere responsabilità e, in quello positivo, risveglia le risorse creative e le capacità di rinnovamento della psiche.

⁴ Ho preso in considerazione gli ultimi 10 anni e fatto anche un confronto sulla bibliografia, presente in Internet attualmente, sul rapporto padre/figlia (A) e su quello padre/figlio (B).

Ho pensato che non fosse semplice per un autore-maschio-padre riflettere liberamente sul rapporto con la Figlia per le implicazioni edipiche⁵ che sottendono, inevitabilmente, questa relazione. Poi quando io, autrice-femmina-figlia ho cominciato a scrivere, ho sentito, inaspettatamente forte dentro di me, una certa ritrosia a parlare di quello che è il nostro primo oggetto d'amore: il padre, il modello su cui tutte noi, inconsciamente, abbiamo co-

A) Accati L., Cattaruzza M., Verzár Bass M. (1994), *Padre e figlia*, Rosenberg & Sel-lier, Torino; Briganti C. (1995), *Anche tu, figlia mia! Figlie e padri nelle letterature anglofone*, Quattro Venti, Urbino; Gentile A. (1984), *Padre e figlia*, SEI, Torino; Leonard L.S. (1985), *La donna ferita. Modelli e archetipi del rapporto padre-figlia*, Astrolabio Ubal dini, Roma; Schelotto G. (2005), *Ti ricordi papà? Padri e figlie, un rapporto enigmatico*, Mondadori, Milano.

B) Andolfi M. (2001), *Il padre ritrovato. Alla ricerca di nuove dimensioni paterne in una prospettiva sistemico-relazionale*, FrancoAngeli, Milano; Argentieri S. (1999), *Il Padre materno. Da San Giuseppe ai nuovi mammi*, Meltemi, Roma; Bocca R. (1999), *Figlio mio adorato. Diario intimo di un apprendista padre*, Baldini Castoldi Dalai, Milano; Oliviero Ferraris A., Sarti P. (2005), *Sarò padre. Desiderare, accogliere, saper crescere un figlio*, Giunti, Firenze; Pellai A. (2003), *Nella pancia del papà. Padre e figlio: una relazione emotiva*, FrancoAngeli, Milano; Samuels A. (1991), *Il Padre. Prospettive junghiane contemporanee*, Borla, Roma; Seconda V. (1994), *Voglia di padre*, Frassinelli, Milano; Smorti A. (1983), *La paternità. Le funzioni, i miti e l'esperienza di essere padre*, FrancoAngeli, Milano; Venerando G. (2006), *Ora figlio ora padre. La complessa relazione tra padre e figli*, Edizioni del Cerro, Tirrenia.

⁵ Per "complesso edipico" s'intende in psicoanalisi, l'esistenza nel bambino di desideri e sentimenti amorosi – in parte coscienti, in parte inconsci – per il genitore di sesso opposto, cui si accompagnano sensazioni di gelosia e di rivalità per il genitore dello stesso sesso. Si basa sul mito greco di Edipo, che uccide suo padre Laio e sposa sua madre Giocasta. Secondo la teoria di S. Freud, il complesso di Edipo si svilupperebbe dai tre ai cinque anni d'età, durante lo stadio fallico dello sviluppo psicosessuale. La sua mancata risoluzione costituirebbe il conflitto base della nevrosi. Freud si occupò principalmente del complesso di Edipo nei maschi, in quanto riteneva che il conflitto fosse più intenso per i bambini, piuttosto che per le bambine. Secondo Freud, il bambino proverebbe desiderio sessuale per la propria madre e non vorrebbe dividerla con il padre; contemporaneamente il bambino avrebbe paura che il padre, per punizione, lo possa castrare. Questa situazione provoca nel bambino una profonda angoscia, che lo spinge a rimuovere sia il desiderio per la madre sia l'avversione per il padre. Il principale risultato del complesso di Edipo è che il bambino maschio s'identifica con il padre, sviluppando i modi di agire adatti al proprio sesso. Le bambine, secondo Freud, entrano in un conflitto molto simile, ma non simmetrico a quello dei maschi, come invece riteneva C.G. Jung, che formulò il "complesso d'Elettra", in cui l'oggetto del desiderio della figlia è, naturalmente, il padre. Si tratta di un atteggiamento ambivalente di desiderio di morte e sostituzione nei confronti del genitore dello stesso sesso e di desiderio di possesso esclusivo nei confronti del genitore di sesso opposto. Jung, nel 1912, pubblica un testo eretico dal punto di vista dell'interpretazione freudiana dell'Edipo, *La libido: simboli della trasformazione*, dove afferma che il desiderio incestuoso che sta alla base della vicenda edipica non vada inteso letteralmente, e quindi sessualmente, ma che il desiderio di congiungersi alla madre è il desiderio di ritornare alle proprie radici per rinascere a nuova vita ed è, quindi, un desiderio di trasformazione e d'iniziazione alla vita spirituale.

struito le relazioni con i nostri partner. Padre come Principe Azzurro o Orco: tutto in maiuscolo nel nostro cuore! Questa è stata la prima di tante scoperte, emotivamente forti, fatte lungo questo viaggio nella mia e nelle vostre storie familiari, che vi racconterò nelle prossime pagine...

Ieri sera, per strada, ho visto uno che vendeva i palloncini... mi sono ricordata di una volta, da piccola, che sono uscita con mio padre, noi due da soli. Siamo andati a Piazza Navona, se non ricordo male, era forse una domenica mattina, e lui mi ha comprato un palloncino e io ero così contenta, tanto da ricordarmene ancora e mi è venuto da piangere, perché ho pensato che avrei tanto voluto essere riuscita in questi anni, a ricordarmene più spesso, di quel giorno e di quel palloncino...

Io non so cosa darei perché qualcuno mi dicesse ora: "Vai a casa dei tuoi, papà è lì, lo trovi sulla poltrona dove l'hai visto l'ultima volta, sbrigati, può restare solo per poco"... Ma a me basterebbe, io vorrei solo andare lì e abbracciarlo, e dirgli che gli voglio bene, che ricordo quel palloncino e lo ricorderò sempre. Mi ci vorrebbe così poco adesso e invece, prima, mi sembrava impossibile, impensabile.

Non m'importerebbe parlargli del male che ci siamo fatti, per via delle incomprensioni, delle cose non dette, delle nostre rigidità, delle cose che non mi piacevano di lui, tutto questo potrei tenerlo per me.

Credo che vivrò sempre con questi rimpianti che pesano sulla mia anima, che mi assalgono, prepotenti, nei momenti più inaspettati, magari proprio quando sono più serena, come ieri mattina, in una bellissima giornata di giugno... e penso che sia terribile vivere con dei rimpianti, e vorrei gridare a tutti di non farlo, di non permettersi mai di averne... ma forse è inevitabile, e si tratta solo di imparare a convivere, ma davvero non so se ci riuscirò mai⁶.

Nella maggior parte delle ricerche psicologiche, così come nell'immaginario collettivo, la figura paterna è relegata in secondo piano rispetto a quella materna, anche se ha, in realtà, un ruolo fondamentale nella crescita psicologica dei figli e, in particolare, delle femmine: il rapporto con il padre, infatti, dà l'imprinting⁷ alle nostre relazioni future con tutti gli uomini che incontreremo nella vita, professori, fidanzati, mariti o amici. Sul lega-

⁶ Scritto da una partecipante al Laboratorio di crescita personale "Mio padre... i miei uomini", condotto da me nel sett. 2007/giugno 2008.

⁷ La parola "imprinting" deriva dall'inglese "print" (stampa): è una forma d'apprendimento precoce, legato alle informazioni che il cucciolo riceve dal mondo esterno, nei primi momenti di vita. L'imprinting di alcune specie d'uccelli (pollo, cigno e anatra) è particolare: i piccoli appena nati riconoscono come madre il primo essere animato, qualunque esso sia, che si mostra ai loro occhi, appena usciti dall'uovo. Questo fenomeno è stato studiato dall'etologo K. Lorenz.

me con il padre, inoltre, si fonda buona parte dell'autostima che ogni donna nutrirà verso sé stessa per tutta la vita e, per questa ragione, anche le nostre relazioni con il lavoro, con il denaro, con le ideologie e i rapporti sociali sono, consciamente o inconsciamente, segnati dalla figura paterna.

Nonostante i grandi vari mutamenti culturali di questi anni, il ruolo psicologico del padre è, e rimane sempre, quello di aiutarci a sviluppare le funzioni adulte di gestione del conflitto, sano e vitale, delle passioni, della strutturazione della nostra personalità e della crescita psicologica, in relazione al mondo esterno. Ci sono qualità che sono specifiche dei padri: dare protezione, infondere fiducia e sicurezza, esercitare un ruolo normativo e strutturante.

Inoltre, la figura paterna determina, con la propria influenza, un passaggio cruciale nel nostro sviluppo psicologico: quello che riguarda l'accettazione della nostra femminilità e l'orientamento delle future scelte sessuali e affettive; nostro padre è la prima esperienza che abbiamo del maschile e ci fornisce un modello fondamentale su come metterci in rapporto con gli uomini, con l'Altro e con il nostro Animus.

Sai papà... sull'onestà ricordo che, un giorno, mi dicesti che da giovane tu, unico, avevi ammesso di essere stato fascista e che per questo tuo atto di verità fosti licenziato. Ricordo che me lo hai detto per compensare la mia delusione di fronte a una tua mancata verità con me...

Non ho episodi chiari in mente, ma so che tu cercavi di "barcamenarti" e questo, già allora, mi disgustava e adesso negli uomini mi fa orrore.

Tutto questo io l'ho scisso, l'ho messo da parte, l'ho tolto da te e l'ho messo sul mondo maschile: io dentro, nel profondo, gli uomini li disprezzo perché li sento deboli, vigliacchi, senza energia vitale, incapaci d'essere eroi, incapaci di slanci. Li sento proprio non maschili... è spaventoso papà, ma mi rendo conta ora, scrivendoti, che io scelgo uomini da disprezzare e poi li devo lasciare perché mi danno il vomito.

Con te sono stata, sempre, totalmente indulgente e non riesco a esserlo, per niente, con loro.

Da me eri sedotto, io sentivo di averti in pugno, ma non lo usavo questo potere contro di te. È vero che ho sempre scelto uomini che potevo tenere in pugno, ma non perché temo il potere maschile... proprio perché in loro potevo amare te⁸.

L'amore per nostro padre ci permette, anche, di abitare il nostro corpo, riconoscendo il nostro desiderio femminile verso un uomo, senza renderlo

⁸ Scritto da una partecipante al Laboratorio di crescita personale "Mio padre... i miei uomini", condotto da me nel sett. 2007/giugno 2008.

concreto; quella con il padre è la nostra prima storia d'amore ed è spesso anche la più complicata: tutti gli uomini con cui ognuna di noi avrà un rapporto, di qualsiasi tipo, riattiveranno nella nostra anima le tracce profonde di quest'antico legame indissolubile.

Papà, mai ho sentito tra noi un desiderio o un piacere che fosse sessuale o illecito. Mai! Di questo ti sono grata profondamente perché, nel tuo sguardo, io mi sono ammirata come donna, ma nella purezza del tuo sguardo ho potuto amare il mio essere donna senza vergogna. Mamma diceva: "Sei come tuo padre e tuo zio... hai il sesso in testa!", non era vero.

Quello che lei sentiva come passione sessuale era la mia passione per la vita. Io adesso so di ESSERE FUOCO! Mamma odiava tutto questo e mi faceva sentire sbagliata e sporca. Riduceva sempre tutto al sesso.

Io sentivo l'ingiustizia della sua accusa perché non facevo niente di male, anzi ero e sono, fondamentalmente, una "brava ragazza", ma oscuramente capivo anche che diceva qualcosa di vero, quando parlava di quest'energia speciale che avevo... e sentivo che tu, invece, mi amavi proprio per questo... il mio fuoco.

Tornavo a casa dall'Università e ti raccontavo con amore, con gioia, con entusiasmo, le cose che ogni giorno andavo imparando. Mi accovacciavo sulla tua poltrona o sul divano, per starti fisicamente vicino e mamma: "Non stare addosso a tuo padre... mettili composta... chiudi le gambe!".

Se penso a me preadolescente riesco a riconoscere in te una specie di desiderio verso di me, ma non ne ho mai sentito la minaccia erotica e ne percepivo solo la gratificazione quando dicevi che avevo i fianchi giusti per figliare o un collo "alla Modigliani", e ti piaceva che mi facessi la coda e parlavi delle mie "pocce" (i seni) con parole che ho rimosso, ma indicavano apprezzamento.

Io ti seducevo? Non lo so, direi di no... certamente non in senso erotico... ma certo volevo il tuo amore, volevo essere la prescelta, volevo essere io tua moglie. Lo volevo e lo avevo...⁹

Il padre dovrebbe guidare la bambina dal protetto regno materno verso il mondo esterno dove, necessariamente, esistono i conflitti; è lui che c'insegna e testimonia che la vita non è solo appagamento, conferma, rassicurazione ma, anche, perdita, mancanza, fatica.

Sai papà... la tua paura di vivere è uno dei miei danni. Non mi hai insegnato ad amare e vivere "i paradossi della vita". Dividevi come un ragioniere il Bene dal Male, il Torto e la Ragione. Avevi troppa paura per rischiare di andare "oltre" il consueto e quindi stavi nel mezzo, nel compromesso... ti mancava il coraggio per andare verso il Vero.

⁹ Scritto da una partecipante al Laboratorio di crescita personale "Mio padre... i miei uomini", condotto da me nel sett. 2007/giugno 2008.

Papà mi dispiace, ma mi danno rabbia e disistima quelli come te che non ci hanno provato... dominati tutta la vita dalla paura! Perché li accolgo allora? Non voglio più fidanzarmi con uomini che non stimo, cerco di salvarli, ma mi deludono sempre¹⁰.

È per tutte queste ragioni che mi sembra utile fare, insieme con voi, una riflessione sul legame padre-figlia, sul tipo di rapporto che abbiamo avuto con nostro padre e sulle caratteristiche personali del nostro maschile interno, l'Animus. Credo che ci possa aiutare a guardarci dentro con una luce diversa, che rischiare le zone d'ombra della nostra psiche, per capire meglio i rapporti affettivi con i nostri uomini, che noi stesse contribuiamo a creare o a distruggere, a causa dei meccanismi nevrotici che agiamo, automaticamente, in amore.

Papà ancora una volta mi trovo ad amare un uomo che ha bisogno della mia forza! Non ce la faccio più! Sento gli stessi meccanismi di sempre, che ora so essere nevrotici: senso di colpa se mi sottraggo, sopravvalutazione della mia forza. Lo so che lui l'ho proprio scelto perché eri "tu", ma ora mi rendo conto che è una follia: volevo salvare lui, per non aver salvato te. Capisco che proprio questa missione di "salvare un uomo" è il danno che mi hai lasciato e che stringe la mia anima come un cappio al collo.

Papà ho visto la tua pesante eredità. Io ti ho amato perché la tua anima era davvero grande, conteneva la poesia e la musica, i sogni e le passioni. Per questo soffrivo e combattevo per te, per lo spreco di un'anima bella e ricca. Ora m'innamoro di uomini irrisolti/gravemente danneggiati e tendo la mano per curare la loro ferita. Ma ho visto l'abuso. L'abuso che adesso riconosco in te e di cui ti perdono, perché è strettamente legato all'amore immenso che mi hai dato, senza il quale non sarei la donna che sono: forte, calda, sicura di sé, innocente. Ho visto l'abuso chiaramente: il non essere vista dall'Altro, il non essere ascoltata ma solo usata per sé¹¹.

Vorrei, con questo mio nuovo libro, aiutare ognuna di noi a ricomporre emotivamente dentro la nostra anima, il legame con questi padri troppo amati o assenti o violenti, per riuscire a "lasciarli andare" e cominciare a muoverci verso una vita adulta, dove l'Animus possa essere un prezioso aiutante per lo sviluppo della nostra coscienza e non un re tiranno che ci spinge, contro la nostra volontà, in territori esistenziali che non sono quelli giusti per noi.

¹⁰ Scritto da una partecipante al Laboratorio di crescita personale "Mio padre... i miei uomini", condotto da me nel sett. 2007/giugno 2008.

¹¹ Scritto da una partecipante al Laboratorio di crescita personale "Mio padre... i miei uomini", condotto da me nel sett. 2007/giugno 2008.

Ti parlo del tuo funerale papà... ho tenuto la mano sulla tua bara sempre... ti tenevo la mano e so che tu lo sentivi... la gente diceva che io e te ci amavamo e questo mi dava pace: che la gente sapesse che il nostro amore era speciale. Non sono arrivata in tempo. Sei morto il 16 dicembre, dovevo venire per Natale. Mi arrabbiai perché non mi avevi aspettato... Sapevo che saresti morto alla fine, il cancro non perdona, ma non era pronta. A febbraio ero venuta da te per il tuo compleanno, senza dirti niente... una sorpresa... ti ho visto così magro, rimpicciolito e in quel momento HO SENTITO che avevi il cancro e che saresti morto e sono stata felice di essere lì, e che tu eri felice che io ci fossi. Non ricordo altro...

Il giorno dopo il tuo funerale... Piangevo. Dormivo nel tuo studio. Avevo di fronte la tua scrivania con, a destra, lo stereo e i tuoi dischi di musica classica. Ero senza forze. Schiacciata come da un'immensa forza di gravità. Mi disperai in quelle notti pensando alla tua profonda solitudine dell'anima in quella casa, solo, senza di me... con mamma.

Ero schiacciata dal dolore, mi muovevo come un automa. Mamma era totalmente incapace di darmi conforto, sarebbe stato paradossale! Il suo modo fu di comprarmi una pelliccia di visone bianco, con i soldi che tu avevi lasciato per me. Ricordo me, davanti allo specchio del negozio, con mamma e la negoziante che mi sistemava la pelliccia e io, in silenzio, morta dentro, che ti parlavo dentro la mia mente e ti dicevo: "Solo così mamma poteva riuscire a farmi indossare una pelliccia!".

L'anno dopo, a settembre, il dolore improvviso e profondo al supermercato quando ho visto le noci fresche, ho pensato subito a te... a noi... a me che te le sbucciavo e te le preparavo...

Notti fa piangevo per te... ancora! Mi rendo conto di come il rapporto con te non si è sciolto. Non ti ho lasciato andare. Alberghi ancora nel mio cuore. Ma com'è possibile??!!¹²

2. L'Animus, il nostro maschile interno

Di solito, quando inizio a lavorare a un nuovo libro, la prima cosa che faccio è ri-leggere alcuni testi che mi sono rimasti nel cuore, nel corso della mia vita: saggi, romanzi, poesie, alla ricerca d'immagini che mi aiutino a sistematizzare/esprimere il mio nuovo pensiero teorico.

Così è accaduto anche in questo mio ultimo viaggio creativo sul "rapporto padre e figlia": ho riletto *Esistere come donna*¹³, un numero monogra-

¹² Scritto da una partecipante al Laboratorio di crescita personale "Mio padre... i miei uomini", condotto da me nel sett. 2007/giugno 2008.

¹³ AA.VV. (1977), *Esistere come donna*, numero monografico della *Rivista di psicologia analitica*, 16, Marsilio, Roma.

fico della *Rivista di psicologia analitica* del 1977. In quegli anni il movimento femminista cominciava a cambiare il mondo, introducendo una visione femminile della realtà personale-politica-storica-culturale, che si opponeva a quella classicamente patriarcale: le figlie contro il padre.

Nel 1977 venne anche pubblicato il libro di A. Carotenuto¹⁴ che introduceva alla psicologia junghiana grazie al quale io decisi che, da grande, sarei diventata un'analista!

Rileggendo questi testi, ancora oggi molto interessanti, mi sono resa conto di aver fatto, in questi anni, un percorso personale di crescita/individuazione dal pensiero di C.G. Jung (padre del mio pensiero psicoanalitico) verso una visione della psicologia femminile, frutto della mia storia privata e pubblica di donna del suo tempo, che mi ha portato a integrare il concetto junghiano di Animus con quello archetipico delle dee¹⁵, per “capirmi” meglio in quanto donna e per cercare di contribuire, con alcune riflessioni, allo studio della psicologia femminile.

Credo, quindi, che possa essere utile una breve narrazione del pensiero di C.G. Jung, e di alcuni junghiani, sulla psicologia femminile per descrivere, poi, cosa mi sembra di poter aggiungere e integrare, in modo personale, sul tema della relazione figlia/padre.

Per C.G. Jung la mente è la somma di processi psichici, consci e inconsci, e le funzioni inconscie compensano alcuni nostri aspetti coscienti. Per esempio, le donne hanno una personalità cosciente femminile, ma un elemento maschile inconscio, detto Animus, mentre gli uomini hanno una personalità maschile cosciente e un elemento femminile inconscio, detta Anima, che li compensa; quindi, se un uomo è un intellettuale la sua Anima sarà sentimentale, se è un tiranno la sua Anima sarà caratterizzata da debolezza e influenzabilità¹⁶. Ma tutte noi tendiamo a credere di essere solo quello che mostriamo con i comportamenti esteriori e con i nostri atteggiamenti coscienti e non abbiamo, affatto, consapevolezza del nostro Animus interno.

È proprio questo mancato contatto tra i nostri aspetti personali conscio/inconscio, femminile/maschile, che ci conduce alla sofferenza e al disagio psicologico, mentre la guarigione e il benessere si trovano nella ricerca dell'equilibrio tra tutti questi opposti, all'interno della nostra psiche.

¹⁴ Carotenuto A. (1977), *Senso e contenuto della psicologia analitica*, Boringhieri, Torino.

¹⁵ Vedi par. 1.3.

¹⁶ Jung C.G. (1980), “Gli archetipi e l'inconscio collettivo”, in *Opere*, Boringhieri, Torino, vol. 9.

Vedi anche nota 3, *supra*.