

Monica Morganti

E TU CHE UOMO SEI?

Viaggio
attraverso
gli archetipi
della psicologia
maschile

Le Comete FrancoAngeli



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 home page al servizio "Informatemi" per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità.

Monica Morganti

E TU CHE UOMO SEI?

Viaggio attraverso
gli archetipi
della psicologia maschile

Le Comete/FrancoAngeli

Copyright © 2012 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

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

Indice

Prefazione pag. 7

Parte I Ognuno ha un dio personale

- 1. Archetipi: luce e ombra** » 15
- 2. La mappa degli dei** » 27
 - 1. Test autovalutativo. Sei introverso o estroverso? » 33
 - 2. Test autovalutativo. Sei empatico? » 34
- 3. Come riconoscere e attivare il proprio dio** » 35
- 4. Un viaggio attraverso i Regni** » 39
 - 1. Le tappe del viaggio e i Governanti dei Regni » 39
 - 2. Il Regno della Fiducia » 41
 - 3. Il Regno dell'Identità » 43

4. Il Regno dell’Affermazione di sé	pag. 45
5. Il Regno dell’Autenticità	» 46
6. Il Regno della Saggiezza	» 47
5. Test autovalutativo. Chi governa i tuoi Regni?	» 51

Parte II

Antichi dei e uomini nuovi

1. Renzo. La responsabilità del Sovversivo	» 57
1. La potenza di Giove	» 65
2. Giovanni. La saggezza del Vecchio	» 71
1. La profondità di Plutone	» 80
3. Matteo. L’indipendenza del Viandante	» 87
1. La vitalità di Mercurio	» 96
4. Leonardo. Il coraggio del Guerriero	» 103
1. La sensibilità di Vulcano	» 113
5. Andrea. L’innocenza del Fanciullo	» 119
1. La logica di Febo	» 126
Conclusioni	» 133

Prefazione

“Creare è resistere, resistere è creare”¹.

“Se non sono io per me, chi sarà per me? E quand’anche io pensi a me, che cosa sono io? E se non ora, quando?”².

¹ Ci appelliamo infine ai ragazzi, ai giovani, ai genitori, agli anziani e ai nonni, agli educatori, alle autorità pubbliche perché vi sia una vera e propria insurrezione pacifica contro i mass media, che ai nostri giovani come unico orizzonte propongono il consumismo di massa, il disprezzo dei più deboli e della cultura, l’amnesia generalizzata e la competizione a oltranza di tutti contro tutti. Non accettiamo che i principali media siano ormai nella morsa degli interessi privati, contrariamente a quanto stabilito dal programma del Consiglio Nazionale della Resistenza e dalle ordinanze sulla stampa del 1944. A quelli e quelle che vivranno il secolo che inizia, diciamo con affetto: Creare è resistere. Resistere è creare (S. Hessel, “Appello dei Resistenti alle giovani generazioni”, in *Indignatevi!*, Add, Torino, 2011, p. 43).

² Pirké Avoth, *Le massime dei Padri*, sec. II d.C., raccolta compresa nel *Talmud*. Questa citazione è tratta da una raccolta di insegnamenti rabbinici, redatta in forma scritta su una base orale precedente. L’insegnamento citato è a nome di Hillel, un rabbino vissuto a cavallo tra il I secolo a.C. e il I secolo d.C. È un invito a concentrarsi su se stessi: se non ci si cura, se non ci si costruisce come io, nessun altro potrà svolgere fino in fondo questo compito. È necessario, poi, passare alla dimensione relazionale, per non restare cosa invece che persona; in ebraico, “solamente per me stesso”, è espresso da un termine la cui radice contiene anche il significato di osso così, chi è in relazione esclusivamente con il suo sé e non anche con gli altri, è in re-

Ogni volta che incontro nel mio studio un nuovo paziente, una delle prime domande che gli pongo è: “Perché proprio ora?”. Io so, infatti, che ogni nostro disagio emotivo ed esistenziale si sviluppa in un tempo lungo, indeterminato, ma il momento in cui decidiamo di occuparcene è sempre un tempo specifico.

Così mi sono domandata perché proprio ora ho deciso di scrivere questo nuovo libro, sulla psicologia maschile.

Da anni me lo chiedono i miei pazienti maschi, lamentandosi che la mia scrittura sia solo al femminile³, e i miei amici curiosi di capire di più sulle pieghe delle loro anime; io ho sempre saputo che l'avrei scritto, prima o poi, e dedicato a mio figlio, Matteo, un giovane uomo di questi tempi immerso pienamente in una cultura tecnologica, ma che non ha perso il piacere di leggere.

Ma perché proprio ora? Finalmente oggi, mentre ascoltavo in televisione⁴ una conversazione a Rai 3 tra Augias e De Bortoli⁵ su “questi nostri tempi”, ho avuto chiara la risposta in testa!

Ho iniziato, ora, questo libro perché ho bisogno di ricordare a Matteo i valori e i principi che hanno accompagnato la mia vita e che in questi tempi tristissimi, nel nostro Paese, si sono persi: la responsabilità, il coraggio, la saggezza, la lealtà, il senso etico, il senso della vergogna, il dovere...

Li ho imparati, da piccola, a casa e a scuola: sono stata allevata in una cultura umanista e classica dove tutto era permeato dal *kalòskakòs* degli antichi greci, “il buono e il bello”. Etica ed estetica!

Sono passati degli anni da allora, ma non tanti da giustificare un oblio così sconcertante e doloroso di quei valori che rendono un uomo degno di stima, ai miei occhi.

lazione con la parte più “secca” dell’essere. Infine, questi due momenti/movimenti, verso l’interno e verso l’esterno, non possono essere rinviati ad altro tempo, perché altro tempo non c’è!

³ M. Morganti, *Figlie di padri scomodi. Comprendere il proprio legame con il padre per vivere amori felici*, FrancoAngeli, Milano, 2009; M. Morganti, S. E. Di Vaio, *Se il tuo “Lui” è sposato. Istruzioni per l’uso*, FrancoAngeli, Milano, 2007; M. Morganti, *La rabbia delle donne. Come trasformare un fuoco distruttivo in energia vitale*, FrancoAngeli, Milano, 2006.

⁴ Rai Tre *Le Storie – Diario italiano*, condotto da Corrado Augias. Puntata del 3 marzo 2011: “In che Paese viviamo?”.

⁵ Ferruccio de Bortoli, direttore del *Corriere della Sera*.

So che Matteo è cresciuto con questi insegnamenti, ma vive in un mondo in cui tutto questo ha perso senso e, ora, sento il bisogno di ricordare a lui e agli uomini, in genere, che ci sono modelli antichi come Giove, Febo, Mercurio e il Vecchio Saggio o il Coraggioso Guerriero che non hanno meno fascino dei vari Tronisti⁶ o dei “furbetti del quartierino”⁷, a cui troppi oggi guardano come a possibili modelli.

Riflettendo su questi temi, ho trovato interessante questo articolo, uscito in questi giorni su *La Repubblica*:

I giocattoli sono la nostra prima cultura, messaggi subliminali della società degli adulti, per ammaestrare i bambini. Ken Carson venne al mondo nel 1961. Possedeva ogni cosa, il cicisbeo: camicine, foularini, mocassini, uno smoking, la tuta da sci e il costume tirolese. Aveva anche un camper e la fidanzata alta, bella e bionda. Fu il modello virile dominante per i bambini degli anni Settanta, benché di virile non abbia mai avuto alcunché. Ogni bambina aveva la Barbie. Ogni Barbie aveva il suo Ken... Lui per piacerle avrebbe dovuto depilarsi, fare ginnastica e vestirsi elegante, restando sostanzialmente asessuato. Certo, un’alternativa per il mercato maschile esisteva. La lanciò sempre la Mattel dieci anni dopo, nel 1971. Si chiamava Big Jim, uno yankee muscoloso con la faccia da scemo, che se gli schiacciavi la schiena mollava colpi di karate. La crisi del ma-

⁶ Giovane di bell’aspetto invitato in una trasmissione televisiva e che sta seduto su un trono circondato da varie corteggiatrici; è il simbolo del successo facile per chi non ha particolari doti o competenze.

⁷ “Furbetti der quartierino” è un’espressione idiomatica del gergo romanesco, entrata a far parte del lessico giornalistico italiano nel 2006 quando i furbetti del quartierino sono diventati Stefano Ricucci, Gianpiero Fiorani, Giovanni Consorte, Danilo Coppola, Giuseppe Statuto, colpiti da varie inchieste giudiziarie per i metodi presuntamente poco leciti con cui si apprestavano a scalare la Banca Nazionale del Lavoro, RCS e Antonveneta e per le modalità, presuntamente fraudolente, con cui avevano conseguito in modo improvviso un’enorme fortuna economica di dubbia provenienza.

L’espressione sta a significare un gruppo di persone che, in maniera spavalda e arrogante ma ingenua, cerca di ottenere qualcosa, comportandosi in modo incurante nei confronti della normativa legale. Per estensione, con tale espressione il linguaggio giornalistico è venuto qualificando la consuetudine, considerata spesso tipica anche della classe politica, di comportarsi in modo doppio e poco trasparente, dissimulando così le proprie vere finalità, spesso con l’intenzione di conseguire un vantaggio personale o di parte.

schio è iniziata così. Per scoprire che fine hanno fatto quei due, entro dal mio giocattolaio di fiducia, sicuro di sentirmi dire che Ken è caduto in disgrazia e Big Jim ha preso il sopravvento. Invece mi raccontano che Ken si vende ancora, eccome, le bambine ne vanno pazze: “E Big Jim, lo vendete?”. La giocattolaia sghignazza: “Hanno smesso di produrlo nel 1986, 25 anni fa”. Morto, come cow boy e soldatini. “Ah, e che bambolotti per maschi vanno oggi?”, “Solo mostri o supereroi”. Forse è un allenamento disperato per prepararsi alla battaglia futura tra i sessi, per sottrarsi allo scontro e illudersi di non soccombere. Soltanto mostri o supereroi... Le uniche creature di sesso maschile che hanno ancora speranza⁸.

Io voglio credere che ci sia, invece, ancora una speranza per quegli uomini che hanno voglia di capirsi, di mettersi in discussione, di crescere e di provare a cambiare il mondo per renderlo migliore: ecco perché, proprio ora, ho scritto questo libro.

Ho scelto uno stile di scrittura diversa dal mio solito, più narrativa e meno clinica, perché ho il desiderio di parlare agli uomini e degli uomini, in genere, e non necessariamente a chi ha intrapreso un viaggio terapeutico. Mi sono sperimentata inventando brevi racconti, che prendono spunto dalle storie di uomini di cui ho incontrato intimamente l'anima: mio padre, mio figlio, i miei amori, i pazienti, gli amici, per dare, a voi che mi leggete, la possibilità di riconoscermi più facilmente. Per la stessa ragione ho raccontato, come fossero favole, i miti degli dei dell'Antica Roma, che sono modelli inconsci psicologici maschili, affinché ognuno di voi, leggendoli, possa sentire risuonare dentro di sé gli aspetti che gli sono più simili.

Ho provato, poi, a identificare altri personaggi psicologici inconsci, i Governanti dei Regni che governano l'anima maschile durante le diverse fasi della vita, perché credo che dall'intreccio di questi vari modelli psicologici innati nascano le diverse personalità.

Ognuno di questi archetipi ha aspetti sia positivi che negativi e penso che un uomo che conosca quale dio o quali personaggi sono attivi in lui, sarà in grado di fare scelte esistenziali più consapevoli e armoniche con il suo bene profondo, grazie anche a queste informazioni sul suo inconscio.

⁸ G. Papi, in *D donna di Repubblica*, 12 marzo 2011.

Quasi per gioco, ho anche elaborato tre piccoli test⁹, per permettervi di guardare alla vostra anima anche con un po' di leggerezza, ma per compensare!, troverete spesso le etimologie latine di alcune parole che, nel tempo, hanno perso la loro ricchezza originaria e, quindi, anche il loro potere simbolico, che io vorrei restituirvi.

Il libro è diviso in due parti distinte: la prima, più teorica, in cui cerco di spiegare cosa siano gli Archetipi, quali siano gli Dei e i Governanti attivi nella psicologia maschile, illustrandone le caratteristiche positive e negative, gli obiettivi, le paure, i rischi.

Nella seconda parte, più narrativa, racconto le storie di cinque uomini diversi, ognuno caratterizzato da un suo dio e un Governante, per mostrare cosa può nascere in ognuno, dai molti possibili intrecci tra questi modelli inconsci.

Ho voluto scrivere due parti chiaramente distinte, per darvi la possibilità di cominciare a leggere questo libro, partendo da ciò che più vi piace: ci sono uomini che amano prima capire e poi sentire, come Febo¹⁰, e altri che preferiscono prima vivere l'esperienza e poi teorizzarla, come Plutone¹¹; per la stessa ragione gli scritti dei pazienti e amici che ho inserito, come poesie o riflessioni, hanno un aspetto grafico distinto dalla mia scrittura per permettervi di scegliere se leggere tutto in modo integrato, o tornare in un secondo momento ai contributi soggettivi.

Come sempre, quando scrivo, è molto importante per me sapere che cosa pensino i lettori delle mie riflessioni teoriche e, quindi, accoglierò con piacere ogni commento che desideriate inviarmi¹².

Li incontri dove la gente viaggia e va a telefonare
con il dopobarba, che sa di pioggia
e la ventiquattro ore,
perduti nel Corriere della Sera nel vai e vieni
di una cameriera
ma perché ogni giorno viene sera?
A volte un uomo è da solo

⁹ Vedi i parr. 1 e 2 del Capitolo 2 e il Capitolo 5 della Parte I.

¹⁰ Vedi il Capitolo 5 della Parte II.

¹¹ Vedi il Capitolo 2 della Parte II.

¹² www.monicamorganti.com.

perché ha in testa strani tarli
perché ha paura del sesso
o per la smania di successo
per scrivere il romanzo che ha di dentro
perché la vita l'ha già messo al muro
o perché in un mondo falso è un uomo vero.
Dio delle città e dell'immensità
se è vero che ci sei
e hai viaggiato più di noi
vediamo se si può imparare questa vita
e magari un po' cambiarla
prima che ci cambi lei.
Vediamo se si può farci amare come siamo
senza violentarci più
con nevrosi e gelosie
perché questa vita stende
e chi è steso o dorme, o muore
oppure fa l'amore.
Ci sono uomini soli per la sete d'avventura
perché han studiato da prete
o per vent'anni di galera
per madri che non li hanno mai svezzati
per donne che li han rivoltati e persi
o solo perché sono dei diversi.
Ma Dio delle città e dell'immensità
magari tu ci sei e problemi non ne hai
ma qua giù non siamo in cielo
e se un uomo perde il filo
è soltanto un uomo solo¹³.

¹³ I Pooh, *Uomini soli*.

Parte I

Ognuno ha un dio personale

Il Maestro disse: la scrittura non può rendere compiutamente le parole. Le parole non possono rendere compiutamente i pensieri. Non si possono dunque vedere i pensieri dei santi saggi?

Il Maestro disse: i santi saggi istituirono le immagini per esprimere compiutamente i loro pensieri; essi divisero i segni per esprimere compiutamente il vero e il falso. Poi essi vi aggiunsero anche le sentenze e poterono così rendere compiutamente le loro parole (*I Ching. Il Libro dei Mutamenti*, cap. XII).

Archetipi: luce e ombra

Ognuno di noi, appena nato, si trova già in un ambiente ben definito (la famiglia, la città, la regione, la nazione) e assorbe spontaneamente, senza nessuna fatica, non solo il linguaggio ma anche i valori, gli atteggiamenti, le consuetudini, le leggi scritte e le norme tramandate dal gruppo a cui appartiene.

Nasciamo, potremmo dire, già con un ricco guardaroba che altri hanno scelto per noi, i “valori collettivi”, e indossare questi valori è, inizialmente, necessario per essere accettati e sentirci appartenenti alla comunità: ci comportiamo come se fossimo del tutto simili a chi ci sta intorno e che amiamo, cominciando dai nostri genitori.

Indossiamo una maschera, che Jung chiama Persona (dal latino *per-sonare* = risuonare attraverso, in riferimento alla maschera teatrale in legno, nella Roma antica, in cui la bocca era fatta in modo da rafforzare il suono della voce e i tratti del viso erano esagerati per permettere allo spettatore di riconoscere il personaggio), come adattamento consapevole alle esigenze imposte dal mondo sociale: ogni uomo si muove come un attore sulla scena della vita, recitando i ruoli di Genitore, Amante, Amico, Direttore, Figlio, Marito, secondo un copione definito da tempo immemore e che segue le regole della ragione.

La ragione è un sistema di regole condivise, grazie alla quale è possibile disporre di una comunicazione unica e di comportamenti prevedibili... nella ragione siamo tutti uguali: solo nella nostra segreta follia, che lasciamo emergere nei nostri intimi soliloqui, nelle condizioni d'amore e nella creatività letteraria e artistica, siamo davvero noi stessi... è la nostra follia che ci individua e ci fa uno diverso dall'altro e che, quando è contenuta in limiti accettabili, è l'unica condizione che ci fa innamorare e creare¹.

Un iniziale processo di omologazione ai valori collettivi è, certamente, necessario alla nostra sopravvivenza fisica e psicologica: siamo tutti fiori dello stesso giardino! Ma diremmo mai che una viola di campo è simile a un gladiolo, o una rosa selvatica a un'orchidea? Così, guardando attentamente dentro di noi, scopriamo che il nostro fiore è, in realtà, unico e irripetibile e che dobbiamo capire quali siano il terreno e il concime specifici, più adatti alla nostra fioritura, se non vogliamo appassire.

Bisogna, infatti, stare attenti a non rimanere imprigionati nella stretta morsa di questa maschera sociale, utile per affrontare le situazioni quotidiane, ma che mostra solo parte della nostra identità e che può farci perdere la capacità di entrare in contatto con gli aspetti inconsci, profondi e vitali, privandoci di un contatto autentico con gli altri.

Spesso accade che gli uomini, dopo i 40 anni, percepiscano maggiormente la fatica emotiva di indossare sempre la stessa maschera e si trovino ad affrontare un'evolutiva e benefica crisi esistenziale, come racconta bene questa canzone, citata spesso dai miei pazienti:

Finché un bel giorno mi sono accorto che
bisognava decidere
finché un bel giorno la carta d'identità
non mi ha rivelato la verità
non è il momento, non è il momento di scherzare
qui c'è un casino, un casino di cose da fare
ho superato, ho superato la metà
del mio viaggio e mi devo sbrigare

¹ U. Galimberti, in *D donna di Repubblica*, 23 luglio 2011.

che c'è il mio secondo tempo e non voglio perderlo
perché io un po' mi sento come all'inizio dello show
perché è il mio secondo tempo e io voglio godermelo
perché io, spero tanto che sia splendido
finché un bel giorno io non ho capito che
era l'ora di scegliere
cose e persone che mi succhiavano via
anche soltanto un grammo di energia
buttare tutto, buttare quello che fa male
o perlomeno buttare quello che non vale
non vale niente o non vale almeno un'emozione
se non vale mi devo sbrigare
che c'è il mio secondo tempo e non voglio perderlo
quanti armadi da svuotare, quante cose da buttare
che sembravano importanti e invece non mi servono
quante occasioni perse da recuperare
quante carte da giocare
che c'è il mio secondo tempo e non voglio perderlo².

Una rigida identificazione con i ruoli sociali conduce gli uomini di questa società occidentale contemporanea, a una profonda sofferenza interiore che si può manifestare con stati depressivi, rabbia repressa, disturbi psicosomatici, dipendenza dall'alcol o dal gioco o dal lavoro...

Quelle che pensavo essere le scelte più consapevoli sono avvenute in campo professionale, purtroppo però il concetto di felicità è stato da me impropriamente sostituito con il concetto di denaro. Il denaro gioca un ruolo sicuramente importante nella felicità di qualsiasi individuo, ma l'equazione soldi = felicità non è vera per nessuno, neanche per la più cinica delle persone. Ancora più falsa l'equazione soldi = amore, oppure soldi = amici, lo sappiamo bene tutti ma spesso siamo così bravi a mentirci che ci convinciamo del contrario. Il denaro è importante nella misura in cui ci rende liberi di scegliere e di raggiungere i nostri obiettivi di felicità, quindi avere un obiettivo di ricchezza troppo elevato al solo fine di risolvere le equazioni

² Max Spezzali, *Il mio secondo tempo*.

soldi = felicità e soldi = amore avrà, come unica conseguenza, l'infelicità e la frustrazione.

Lavorare dalle nove di mattina fino alle tre del mattino successivo, sei giorni su sette. Relazioni sociali ridotte ai minimi termini. Disinteresse totale per tutta la mia famiglia, assenza di dialogo, complicità, progettualità, gioco, affetto... quasi come se inconsapevolmente attribuisco a loro la responsabilità di ciò che mi stava accadendo. Paradossalmente, e senza rendermene conto, per farmi amare ho rinunciato ad amare!

La frase "per farmi amare" aiuta a chiarire, anche, i motivi delle mie scelte all'interno della relazione di coppia. In realtà le mie, troppo spesso, sono state "non-scelte" o, spesso, scelte delegate. Specialmente negli ultimi anni l'alienazione dalla vita reale, il distacco dagli affetti e il disagio inconscio che provavo, accentuava enormemente la paura delle conseguenze di una scelta. Temevo che la mia scelta potesse non essere conforme alle sue aspettative e per questo potesse non amar-mi, meglio quindi uniformarsi alle sue scelte con destrezza, per non perdere quella dignità maschile oppure demandare direttamente la decisione a lei. In un'ottica puramente matematica possiamo scrivere un'altra equazione: rinunciare a scegliere = rinunciare a vivere.

Oggi sono consapevole di ciò che mi è successo e questo mi fornisce serenità, in qualche modo. Sono altrettanto conscio che soltanto io potrò cambiare la mia vita, anche se non è semplice fermare tutto e ricominciare, ma sento che è soltanto questione di tempo. Il tempo di conoscermi meglio, di capire sinceramente chi sono, cosa voglio e cosa vorrei domani. Soltanto conoscendo a fondo me stesso potrò fare scelte consapevoli e trovare la mia strada felice³.

Per superare questa dolorosa identificazione con la Personamascera bisogna compiere lo sforzo di intraprendere quello che Jung chiama "processo di individuazione": un allontanamento,

³ Ringrazio G. per aver voluto condividere con me queste sue riflessioni scritte.

una differenziazione dai valori collettivi, per ritrovare quelli più autentici, perché personali, i “valori individuali”.

La sintesi di psiche personale e collettiva dà luogo al processo di individuazione, la vita individuale. Adattarsi alle condizioni interne, inconscie personali, è individuarsi e si pone agli antipodi del conformismo, che è un adattamento alle condizioni esterne, sociali. Individuarsi è un bisogno profondo che comporta una qualche rottura con il sistema sociale ed è un'esperienza riservata a pochi perché comporta anche la creazione di nuovi valori al posto di quelli ritenuti non adatti a sé⁴.

Tutti hanno i loro valori individuali e il processo d'individuazione permette all'uomo, che fino a quel momento era diviso tra quello che gli altri volevano per lui e quello che lui voleva per se stesso, di diventare un individuo (dal latino *in-dividuus* = non divisibile, unico), trasformandosi in una persona con una coerenza interna, finalmente consapevole delle sue motivazioni, padrone delle sue azioni e, soprattutto, responsabile della sua vita.

La notte, per molti di noi, sinonimo di sterilità mentale, è per me qualcosa di mistico, anche se non so definire bene come e perché.

È proprio in questi “notturni momenti sospesi”, come li chiamo io, che riesco a capire, piangere e sorridere senza motivi apparenti, ma che il mio Animo conosce benissimo.

So che questo può risultare insolito e magari anche sintomo di una qualche instabilità psicologica, ma vi assicuro che riesco a conoscere me stesso più in questi istanti della giornata che in un secolo vissuto in completo affanno per il lavoro e per tutte le altre mie azioni quotidiane di routine.

Ho scelto questa notte per iniziare a scrivere perché, mentre ero sul terrazzo di casa di una mia cara amica, guardandomi intorno sapete chi incontro? Il mio Animo! Che sorpresa... ormai decide lui quando venire a trovarmi... non chiede più il

⁴ C. G. Jung, *La struttura dell'inconscio*, in *Opere*, vol. 7, Bollati Boringhieri, Torino, 1992.