



# Essere e apparire

di Mario Gullì\*

Come accennato nell'ultimo articolo, spesso vi è un dissidio interiore scaturente dal conflitto tra ciò che si è e come si appare. In termini junghiani vi è un problema con la Persona. "Fare i conti" con la Persona è fondamentale nel processo di crescita noto come individuazione, infatti bisogna superare l'immagine di noi che ci siamo creati a contatto col mondo, immagine che spesso è in contrapposizione col nostro essere più profondo e reale. L'identificazione con la Persona, è quindi con i valori collettivi accettati, può essere anche funzionale, soprattutto per gli adolescenti, poiché facilita il processo di socializzazione e il rafforzamento dell'Io al riparo da conflitti interiori. Ma come ripetutamente affermato da Jung individuazione e collettivo sono ai poli opposti, per diventare ciò che si è si deve primariamente allontanarsi dal collettivo, dalla strada tracciata da altri, per trovare la propria, tema presente in molte fiabe, il protagonista che abbandona la casa paterna o infrange una regola ed inizia una sua peripezia. Dal punto di vista clinico, mi capita di incontrare adolescenti, o giovani uomini o donne, che invece che da un sintomo sono spinti ad iniziare un'analisi da un senso di insoddisfazione non sinto-

nico con la situazione reale, dal rendersi conto che quello che prima era soddisfacente non lo è più o dalla domanda "ma io chi sono realmente?".

Spesso emerge che molte scelte sia lavorative che affettive siano state fatte in un modo sclerotico, automatico, in contrapposizione con i reali e spesso inconsci desideri o tendenze. Si comprende che ci si è identificati col proprio ruolo sociale, ritrovandosi poi imprigionati in esso, molte persone in carriera si ritrovano in questa situazione; la mancanza di reali valori, sia etici che religiosi, o più specificamente l'utilizzo di valori imposti da altri senza farli propri, non permette il contatto col Sé, col risultato che l'energia psichica che dovrebbe fluire dall'Io al Sé (e viceversa) resta bloccata nell'Io che si ingrandisce a dismisura provocando quei fenomeni noti come narcisismo o nevrosi.

Il primo passo da fare in questi casi è permettere che lo sguardo psichico dall'esterno si rivolga all'interno, e contenere l'ansia scaturita dal sentirsi vuoto, inutile e spaesato, dal rendersi conto che molto di quello che si è fatto, o in cui si è creduto, in realtà è meno importante di quanto si credesse. Permettere di conseguenza di trovare la propria strada e la forza interiore per percorrerla.

\*psicologo