

PSICOLOGIA BIBLICA
IL PERCORSO INTERIORE
I desideri delle sub-personalità
e i veri bisogni
Distinguere i bisogni dai desideri

di GIANNI MONTEFAMEGLIO

Riprendiamo i punti seguenti dallo studio n.14 (*La personalità è composta*):

- Noi sappiamo di essere una totalità. Eppure ci sembra anche di essere, per così dire, un insieme di parti differenti tra loro, ciascuna con le sue necessità e i suoi desideri.
- In verità, la nostra personalità non è spezzettata. È multipla, composta. La nostra personalità è una, eppure ci sembra di averne diverse al suo interno. La psicosintesi fa chiarezza e parla di *sub-personalità*, precisando che ciascuna di esse ha un ruolo nella nostra vita.
- Le sub-personalità possono esprimersi armoniosamente oppure possono organizzarsi in assetto difensivo.

Per riconoscere (e conoscere meglio) le nostre sub-personalità, la psicosintesi suggerisce di dar loro dei nomi. Ed è meglio farlo con un tocco di umorismo, perché ciò consente di mantenere un certo distacco, non identificandoci del tutto con una delle nostre sub-personalità, e di conservare una certa leggerezza, non prendendoci troppo sul serio.

Che cosa significa che le nostre sub-personalità possono organizzarsi in assetto difensivo? Significa che ogni sub-personalità sa ciò che vuole ed è determinata ad averlo. Potremmo dire che va in cerca di se stessa.

Una delle sub-personalità dell'apostolo Pietro potrebbe ricevere il nome di Impulsivo. Impulsività e riflessione non vanno d'accordo. Prima di parlare sarebbe bene riflettere, ma



Pietro a contare fino a dieci non ci pensava proprio: partiva subito sparato. L'Impulsivo – applicando il principio che la sub-personalità va in cerca di se stessa – andava in cerca di stesso e coglieva al volo ogni occasione. Ad esempio, quando Yeshù fu trasfigurato sul monte, Pietro se ne uscì con una sparata che a

leggerla oggi ci fa sorridere: “Gesù prese con sé Pietro, Giovanni e Giacomo, e salì sul monte a pregare. Mentre pregava, l'aspetto del suo volto fu mutato e la sua veste divenne di un candore sfolgorante. Ed ecco, due uomini conversavano con lui: erano Mosè ed Elia, i quali, apparsi in gloria, parlavano della sua dipartita che stava per compiersi in Gerusalemme. Pietro e quelli che erano con lui erano oppressi dal sonno; e, quando si furono svegliati, videro la sua gloria e i due uomini che erano con lui. Come questi si separavano da lui, Pietro disse a Gesù: «Maestro, è bene che stiamo qui; facciamo tre tende: una per te, una per Mosè e una per Elia»” (Lc 9:28-33). A ragione Luca commenta: “Egli non sapeva quello che diceva”. L'Impulsivo pietrino cercava continuamente se stesso spingendolo perfino a parlare al posto di Yeshùà, che cercò di aiutarlo a ragionare con domande appropriate. – Cfr. Mt 17:24-27.

Quando i desideri di una sub-personalità si scontrano con desideri di un'altra sub-personalità, sorgono problemi. L'apostolo Tommaso aveva una sub-personalità che potremmo chiamare Dubbioso (cfr. Gv 20:24-29) e ne aveva certamente un'altra a cui potremmo dare il nome di Fedele, perché una volta eliminati i dubbi si mostrava convinto nella sua fede. Ciascuna di queste sue due sub-personalità andava in cerca di se stessa, ma quando i desideri di una si scontravano con quelli dell'altra, la situazione era problematica. Ciò accadde quando Yeshùà, essendo lontano dalla Giudea, seppe che il suo amico Lazzaro era morto. Allora “disse ai discepoli: «Torniamo in Giudea!». I discepoli gli dissero: «Maestro, proprio adesso i Giudei cercavano di lapidarti, e tu vuoi tornare là?»” (Gv 11:7,8). Yeshùà si mostra tuttavia deciso a rientrare in Giudea, al che “Tommaso, detto Didimo, disse ai condiscipoli: «Andiamo anche noi, per morire con lui!»” (Gv 11:16). Il Dubbioso e il Fedele si scontrarono. Vinse il Fedele, ma il Dubbioso ebbe l'ultima parola, che espresse con amara ironia, come dire: ‘Ma sì, andiamo a farci ammazzare con lui!, perché è questa la fine che faremo’.

Conflitti di questo tipo li sperimentiamo spesso. Un marito può aver voglia di starsene a casa e nel contempo desiderare di accontentare la moglie accompagnandola a far spese. La moglie, dal canto suo può dover mediare tra la sua sub-personalità “Vogliosa di Uscire e Far Spese” e quella “Vogliosa di Coccole”. Se ambedue ne diventano coscienti, possono dar la precedenza alle spese ed accrescere nel contempo la voglia di stare insieme, pregustandola.

Quest'ultimo esempio ci fa riflettere sul fatto che i conflitti possono scaturire da sub-personalità legate al pensiero e da altre legate alle emozioni. Nel marito in questione la sua sub-personalità “Voglioso di Far l'Amore” (emozione) era frenata da quella che gli chiedeva

di far la cosa giusta (pensiero). La moglie, da parte sua, era presa dall'emozione "Vogliosa di Uscire e Far Spese" e magari era frenata dal pensiero che il marito voleva altro. Emozione da un lato, pensiero dall'altro.

L'esempio dei due coniugi ci offre anche un altro spunto di riflessione per rispondere a questa domanda: Come armonizzare i desideri delle varie sub-personalità? La risposta è: arrivando al livello più profondo dei bisogni. E ciò perché i **bisogni sono più completi dei desideri.**



La moglie pensa: "Voglio uscire a far spese adesso", ma pensa anche: "Voglio accontentarti". Sono due desideri in conflitto. Come può uscirne? Entrando in contatto con il *bisogno* più profondo. Qual è il bisogno? È l'amore in generale, la tenuta della coppia sul piano affettivo. Uscire a far spese e accontentare il marito sono solo desideri, per di più del momento, il bisogno è altro ed è permanente. Lei deve allora eliminare il desiderio di uscire a far spese? Non necessariamente: se un desiderio non si può eliminare, si può includerlo. Lei può suggerire al marito di trascorrere una favolosa serata intima dopo aver fatto insieme spese e aver cenato.

Il marito può fare lo stesso. Lui pensa: "Voglio far l'amore adesso", ma pensa anche: "Voglio accontentarti". Sono due desideri in conflitto. Come può uscirne? Allo stesso modo: entrando in contatto con il *bisogno* più profondo dell'amore, che non è ridotto semplicemente all'aspetto sessuale.

Quest'opera di mediazione va fatta prima con se stessi, prendendo coscienza delle proprie sub-personalità. Si può allora prestare attenzione alle nostre sub-personalità, permettendo ai loro desideri di esprimersi e capendoli. A quel punto si può fare con loro un patto in nome del bisogno vero. Ciò comporta che amiamo le nostre sub-personalità, nonostante i loro difetti. Si esce così dal puro egoismo per dar loro uno spazio che permetta la crescita.

Molti conflitti possiamo capirli meglio se visti da un'altra prospettiva, che è quella della dialettica tra l'amore e il potere della volontà. In altre parole, la domanda è: una nostra sub-personalità vuole solo dominare e farsi valere (potere della volontà) oppure vuole essere compresa e capita (amore)? Quand'è che essa reclama prepotentemente? Quando non ottiene ciò che vuole oppure quando è trascurata?

Non è necessario cercare le risposte a queste domande. Esse sono superate nel momento in cui si osservano le sub-personalità e si ascolta ciò che vogliono comunicarci. Quelle orientate all'amore vanno accolte e inglobate. Quelle orientate al potere non vanno soffocate: devono potersi esprimere, poi spetta a noi armonizzarle con il resto.

Ogni sub-personalità tende a volere una di queste due cose: che tutto cambi o che nulla cambi. In generale, le donne sperano che i loro mariti cambino e gli uomini sperano che le loro mogli non cambino.

Per essere più vicini al nostro vero Sé e permettere il processo di crescita interiore dobbiamo mantenere la fiducia sia che le cose cambino sia che non mutino, non attaccandoci a nessuna delle due condizioni.

È quando riusciamo a raggiungere la totale unità in noi stessi che ci liberiamo dei conflitti e delle distorsioni della personalità. Ciò che Yeshùà disse dei regni, delle città e delle case vale anche per le persone: "Ogni regno diviso contro se stesso va in rovina; e ogni città o casa divisa contro se stessa non potrà reggere". - *Mt 12:25*.