



SCUOLA SUPERIORE PER MEDIATORI LINGUISTICI GREGORIO VII

(D. M. n. 59 del 3 maggio 2018)

Tesi

Corso di studi biennale in traduzione specialistica e interpretariato di conferenza

Classe di laurea LM-94

TRADUZIONE SPECIALISTICA E INTERPRETARIATO

EMOZIONI RUBATE: NOI TRA SOGNI E REALTÀ

RELATORE

Prof. F. Matassa

CORRELATORE

Prof. F. Matassa

Prof. C. Medina

Prof.ssa M. Paparusso

CANDIDATA:

Alessia Paganelli 3019

ANNO ACCADEMICO 2023/2024

*a mia Nonna Rosalinda
che il 16 marzo si è ricongiunta in cielo
con il Nonno Giannino innamorata di lui sempre più
a mia Nonna Adriana che ho perso pochi mesi fa
e a te Nonno Giancarlo,
che novantenne sei desideroso di leggere la mia tesi*

*C'è un momento che devi decidere:
o sei la principessa che aspetta di essere salvata
o sei la guerriera che si salva da sé.
Io credo di aver già scelto...
Mi sono salvata da sola.*

-Marilyn Monroe

INDICE

INDICE	6
INTRODUZIONE	11
EMOZIONI	13
LE TEORIE DELLE EMOZIONI...	14
“INSIDE OUT” E GESTIONE DELLE EMOZIONI: A COSA SERVONO E PERCHÉ SONO IMPORTANTI	15
DISNEY E PSICOLOGIA.....	15
LE 5 EMOZIONI PRIMARIE O EMOZIONI DI BASE	16
LE EMOZIONI E I RICORDI BASE	17
LE EMOZIONI, I RICORDI BASE E LA PSICOTERAPIA	17
COME SI SVILUPPANO LE EMOZIONI...	18
CHE COS'È L'INTELLIGENZA EMOTIVA?	19
L'INTELLIGENZA EMOTIVA DI DANIEL GOLEMAN	20
L'INTELLIGENZA EMOTIVA E LE RELAZIONI CON GLI ALTRI	21
PIRAMIDE DI MASLOW E PSICOLOGIA DEL LAVORO	22
QUANDO INTERVIENE LO PSICOLOGO DEL LAVORO?	24
CHE TIPO DI RAPPORTO AVREMMO CON QUESTA FIGURA?	26
A COSA È LEGATA LA PSICOLOGIA DEL LAVORO?	26
LA PIRAMIDE DI MASLOW	27
CHIMICA DELL'AMORE	30
L'AMORE HA DUE FACCE	30
IL LEGAME ROMANTICO	30
LE FASI EVOLUTIVE DEL LEGAME DI COPPIA	31
IDEALIZZAZIONE, DISILLUSIONE, CONSAPEVOLEZZA.....	31
EROS E AGAPE: CONTRAPPOSIZIONE O COMPLEMENTARITÀ?	35
EMPEDOCLE.....	37
L'EROS PLATONICO	38
SIMPOSIO.....	39
COME RICONOSCERE LA GELOSIA “SANA” DA QUELLA “KILLER”	42
INTELLIGENZA ARTIFICIALE (IA) E RELAZIONI	44
IL COMPORTAMENTO DI ANDREW	48
IL COMPORTAMENTO DI ANDREW E LA RICERCA DI UMANITÀ.....	48
IL PARADOSSO DELLE LEGGI E L'AUTODETERMINAZIONE	49
L'UOMO BICENTENARIO	49
IL MITO DI NARCISO	54
IL RACCONTO DI OVIDIO	54
COS'È IL NARCISISMO PATOLOGICO?.....	56

DALLA NORMALITÀ ALLA PATOLOGIA NARCISISTICA	56
<i>LA SOFFERENZA DIETRO LA MASCHERA NARCISISTICA</i>	57
<i>CAUSE DEL NARCISISMO PATOLOGICO</i>	58
<i>NARCISISMO PATOLOGICO E RELAZIONI SENTIMENTALI</i>	58
<i>LE FASI DELLA RELAZIONE CON I NARCISISTI</i>	59
CURA DEL NARCISISMO PATOLOGICO	60
JOKER	61
FOLIE À DEUX.....	63
DOMINAZIONE MENTALE	65
<i>Tecniche di Dominazione Mentale</i>	66
<i>Motivazioni Dietro la Manipolazione</i>	68
YOU.....	71
TOSCA	74
IL SIGNIFICATO DELLA GELOSIA IN TOSCA	76
<i>Floria Tosca e Mario Cavaradossi</i>	76
<i>La Dinamica tra Tosca e Cavaradossi</i>	78
<i>La lettera del lasciapassare</i>	78
ADULTERIO	81
MADAME BOVARY	85
<i>Amore e infedeltà</i>	86
OTELLO	88
<i>La Sospettosità di Otello</i>	88
<i>L'Amore e la Gelosia</i>	89
<i>Manipolazione e Inganno</i>	90
<i>Le Conseguenze dell'Adulterio Immaginato</i>	90
CELESTINA	91
ADULTERIO NELLA "CELESTINA"	93
<i>Implicazioni dell'Adulterio</i>	94
EMANCIPAZIONE DELLA DONNA	94
VIRGINIA WOOLF	108
"LA LA LAND", LA PASSIONE DEI SOGNI E DEI DESIDERI	112
... DUE SOGNATORI CHE SI COMPLETANO...	115
<i>Non è anche questo amore?</i>	117
<i>E lui? Perché non l'ha seguita a Parigi?</i>	117
TURANDOT	118
IL FINALE "INCOMPIUTO".....	119
I DUE FINALI DI ALFANO.....	121
IL FINALE DI BERIO	123
MARIPOSA	124
LIBERTÀ E LEGGEREZZA.....	124
BELLEZZA E FRAGILITÀ	124
SPIRITUALITÀ E ANIMA	125

SIMBOLO DELLA TRANSITORietà DELLA VITA	126
SIMBOLISMO DELLA MARIPOSA NELLA LETTERATURA SPAGNOLA	126
IORELLA MANNOIA- MARIPOSA	129
16 MARZO.....	134
<i>Ti rinnamorerai a marzo, il 16 marzo</i>	136
CONCLUSIONE.....	138
INTRODUCTION	143
EMOTIONS	146
THEORIES OF EMOTIONS.....	147
“INSIDE OUT” AND MANAGING EMOTIONS: WHAT THEY ARE FOR AND WHY THEY ARE IMPORTANT	148
<i>DISNEY AND PSYCHOLOGY</i>	148
THE 5 PRIMARY EMOTIONS OR BASIC EMOTIONS	149
<i>EMOTIONS AND BASIC MEMORIES</i>	149
<i>EMOTIONS, BASIC MEMORIES AND PSYCHOTHERAPY</i>	150
HOW EMOTIONS DEVELOP... ..	150
LOVE HAS TWO FACES	151
THE ROMANTIC BOND.....	151
THE EVOLUTIONARY STAGES OF THE COUPLE BOND	152
<i>IDEALIZATION, DISILLUSIONMENT, AWARENESS</i>	153
EROS AND AGAPE: OPPOSITION OR COMPLEMENTARITY?.....	156
EMPEDOCLES.....	159
PLATONIC EROS.....	159
SYMPOSIUM	160
THE MYTH OF NARCISSUS	163
OVID'S ACCOUNT	163
WHAT IS PATHOLOGICAL NARCISSISM?	164
FROM NORMALITY TO NARCISSISTIC PATHOLOGY	165
<i>SUFFERING BEHIND THE NARCISSISTIC MASK</i>	166
<i>CAUSES OF PATHOLOGICAL NARCISSISM</i>	166
<i>PATHOLOGICAL NARCISSISM AND ROMANTIC RELATIONSHIPS</i>	167
<i>THE STAGES OF THE NARCISSIST RELATIONSHIP</i>	168
TREATMENT OF PATHOLOGICAL NARCISSISM	169
JOKER	169
FOLIE À DEUX.....	171
MENTAL DOMINATION.....	173
<i>Mental Dominance Techniques</i>	173
<i>Motivations Behind Manipulation</i>	175
WOMEN'S EMANCIPATION	178
VIRGINIA WOOLF	189
“LA LA LAND,” THE PASSION OF DREAMS AND DESIRES.....	193

... TWO DREAMERS WHO COMPLETE EACH OTHER	194
<i>Is not this love, too?</i>	196
<i>What about him? Why did he not follow her to Paris?</i>	196
CONCLUSION.....	197
INTRODUCCIÓN	201
EMOCIONES.....	204
TEORÍAS SOBRE LAS EMOCIONES	205
«INTENSAMENTE» Y LA GESTIÓN DE LAS EMOCIONES: PARA QUÉ SIRVEN Y POR QUÉ SON IMPORTANTES	206
<i>DISNEY Y LA PSICOLOGÍA</i>	206
LAS 5 EMOCIONES PRIMARIAS O EMOCIONES BÁSICAS	207
EMOCIONES Y RECUERDOS BÁSICOS	208
<i>EMOCIONES, RECUERDOS BÁSICOS Y PSICOTERAPIA</i>	208
CÓMO SE DESARROLLAN LAS EMOCIONES	209
EL AMOR TIENE DOS CARAS	210
EL VÍNCULO ROMÁNTICO.....	210
LAS ETAPAS EVOLUTIVAS DEL VÍNCULO DE PAREJA.....	211
<i>IDEALIZACIÓN, DESILUSIÓN, TOMA DE CONCIENCIA</i>	211
EROS Y ÁGAPE: ¿OPOSICIÓN O COMPLEMENTARIEDAD?	215
EMPEDOCLES.....	217
EROS PLATÓNICO	218
SIMPOSIO.....	219
EL MITO DE NARCISO	221
EL CUENTO DE OVIDIO	221
DOMINACIÓN MENTAL.....	223
<i>Técnicas de dominación mental</i>	223
<i>Motivaciones detrás de la manipulación</i>	225
<i>Manipulación mental y síndrome de Estocolmo: un vínculo complejo</i>	226
ADULTERIO.....	229
CELESTINA	232
EL ADULTERIO EN CELESTINA.....	234
<i>Implicaciones del adulterio</i>	234
MARIPOSA.....	235
LIBERTAD Y LIGEREZA.....	235
BELLEZA Y FRAGILIDAD.....	235
ESPIRITUALIDAD Y ALMA	236
SIMBOLISMO DE LA MARIPOSA EN LA LITERATURA ESPAÑOLA	237
<i>Obras y autores relevantes</i>	238
<i>La yegua blanca</i>	239
<i>"La Casa de Bernarda Alba"</i>	239
FIORELLA MANNOIA- MARIPOSA	242
CONCLUSIÓN.....	247

BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA.....	251
RINGRAZIAMENTI	256

INTRODUZIONE

La mia dissertazione tratterà un argomento a mio avviso molto importante altrettanto attuale: “la mente”, in modo più particolare le situazioni che si possono trovare a livello relazionale sia nel lavoro che nella vita e quali emozioni scaturiscono in caso di “vero amore” o “pura finzione”.

Il perché...

Perché nel 2024 ci sono ancora DONNE che vengono “schiacciate” e uccise da qualcuno che molte volte diventa “PADRONE” di loro.

Eppure, la Costituzione italiana garantisce ad ambo i sessi gli stessi diritti riguardanti le pari opportunità, la donna e l’uomo godono pari diritti e svolgono le stesse attività lavorative. Esistono avvocate, calciatrici, soldate e ora anche il primo ministro è una DONNA. Purtroppo, però non sempre si riconosce alla donna la qualità del suo lavoro.

Basti pensare alla direttrice a capo del Secret Service: Kimberly Cheatle che è stata accusata di non aver protetto a dovere Donald Trump e i repubblicani chiedono le sue dimissioni ed è ulteriormente criticata da alcuni commentatori che affermano: “Invece di pensare a come proteggere i nostri leader come Trump, è più preoccupata della diversità e di assumere altre donne e in più che venga licenziata e messa sotto accusa. Lei e le altre donne non sono adatte al Secret Service in quanto donne e di non essersi buttata su Trump proteggendolo, ma di essere rimasta in disparte perché donna”.

Come sappiamo gli USA sono emancipatissimi molto più dell’Europa ma a quanto pare esiste sempre questo divario tra uomo e donna. Ci sono esempi peggiori in cui si sente parlare di persone, per la maggior parte delle volte donne che vengono maltrattate e persino uccise e addirittura dalla persona che pensavano le amassero, ma tocca capire quali emozioni scaturiscono nell’assassino, e qual è il motivo reale di tutto questo...

Ossessione verso la vittima o gelosia che persiste anche dopo la fine della relazione?

In Italia sono molto frequenti episodi di questo tipo. È in aumento il numero di femminicidi nonostante le informazioni date dalla scuola e dai mass media. Bisogna portare rispetto alla donna che è fonte di vita. L'umanità non ci sarebbe senza le donne.

Vorrei prendere in considerazione l'omicidio di Giulia Cecchettin che è stata uccisa dall'ex ragazzo, Filippo, per aver interrotto la loro relazione alcuni mesi prima... per lui era diventata un'ossessione, la contattava ininterrottamente per telefono; qualche giorno prima della laurea di Giulia si erano recati entrambi al ristorante dove la ragazza avrebbe festeggiato la sua laurea, ma la ragazza era molto remissiva, a decidere tutto era solo Filippo. Dopo qualche giorno, i due si rivedono, litigano... lei cerca di scappare, ma alla fine lui la uccide e la lascerà sulla riva del fiume scappando in Germania con la sua auto; alcuni giorni dopo Filippo è stato ritrovato su una piazzola di sosta dell'Autobahn tedesca senza carburante e senza soldi.

Questo è solo uno dei tanti esempi. La mia tesi si incentra proprio sul motivo, il perché e come si arriva a tutto questo. Molti psicoanalisti e studiosi della mente umana considerano il serial killer e il suicida una persona molto fragile, che ha subito traumi in ambito domestico o a scuola, in età infantile e/o preadolescenziale. Se si nasce buoni e onesti non si può mai far del male nonostante si venga schiacciati da "qualcuno" magari più forte e più importante di noi ma la bontà e le stesse fragilità sono parte della vita di ognuno di noi.

Bisogna amare se stessi e la propria vita ed evitare che venga distrutta da altri... vai avanti... con un sorriso.

EMOZIONI

Le emozioni si dividono in emozioni primarie ed emozioni secondarie:

- Primarie (gioia, tristezza, paura, rabbia, disgusto e sorpresa) sono presenti in tutti i mammiferi;
...mentre negli esseri umani le emozioni primarie si mescolano dando origine a emozioni più complesse, chiamate emozioni secondarie
- Secondarie (senso di colpa, invidia, vergogna) modulano le interazioni sociali e dipendono dallo stile culturale di appartenenza.

La psicologia ha le proprie idee a tal proposito: un'emozione è uno stato emotivo complesso che spesso porta a cambiamenti di tipo fisico e psicologico che impattano sul nostro modo di pensare e il nostro modo di comportarci. Più esattamente... dovremmo parlare di “processo emotivo” più che di “stato”, visto che un'emozione porta con sé un inarrestabile cambiamento progressivo.

Così il dipanarsi della nostra emotività va a definire tutta una serie di elementi identitari:

- il nostro carattere
- la nostra personalità
- il nostro umore
- la nostra motivazione

Possiamo definire le emozioni come stati affettivi intensi, di breve durata, che vengono attivate da stimoli interni o esterni e che possono manifestarsi attraverso le espressioni del corpo.

Le emozioni sono formate da diverse componenti: quella fisiologica (che attiva il sistema nervoso centrale e il sistema nervoso autonomo), espressiva (di cui la sede principale è l'espressività del volto o il corpo con la propria

gestualità), comportamentale (che prevede la messa in atto di una o più serie di azioni per raggiungere uno scopo).

In quest'ultimo caso ad esempio avvertire la paura, magari mentre attraversiamo la strada e ci accorgiamo di un veicolo che arriva a tutta velocità, ha lo scopo di preservarci ed allontanarci dallo stimolo pericoloso. Avvertire la rabbia e il dolore ci può preparare a difenderci, a riflettere e comprendere sulla nostra condizione nel momento presente, attivare altre risorse per raggiungere i nostri scopi, come richiamo a tollerare le mancanze e le frustrazioni.

Ecco il perché della mancata esistenza di emozioni positive o negative, ma semplicemente emozioni con il chiaro scopo di preservarci e tutelarci.

È abitudine comune considerare nettamente distinte quelle buone, come ad esempio la gioia, che ci infonde un profondo stato di benessere, da quelle cattive, quali la tristezza, che ci causa malessere e umore cupo¹.

LE TEORIE DELLE EMOZIONI...

Nessuno lo può negare: le nostre emozioni hanno un effetto decisivo sul nostro comportamento.

Quando si manifestano in modo intenso possono portarci a fare cose impensate, inconsce:

- intraprendere azioni che non pensavamo di essere in grado di fare
- rinunciare a cose che ci piacciono e ci appassionano

Perché proviamo emozioni?

¹ Milena Russo, *Emozioni primarie e secondarie, quali sono e come si sviluppano* 20/11/2019
<https://www.psicologa-concadoro.it/>

Da dove proviene quel flusso emotivo che talvolta ci coinvolge e ci fa perdere il controllo?

Un gran numero di studiosi, dai filosofi agli esperti della psiche, da un paio di secoli, si sono messi alla ricerca di spiegazioni esaustive e plausibili.

Il “COSA sta dietro al COME ci sentiamo” ha sempre esercitato una certa curiosità da parte di chi ha un grande interesse di conoscere in maniera più profonda se stessi.

Bisogna però riflettere su tre fatti inopinabili:

- non possiamo NON provare emozioni
- le emozioni impattano inevitabilmente sul nostro vissuto
- imparare a gestirle significa stare meglio con se stessi

“INSIDE OUT” E GESTIONE DELLE EMOZIONI: A COSA SERVONO E PERCHÉ SONO IMPORTANTI

Viviamo in una società che spinge sempre più verso la rimozione delle emozioni. Esprimere le proprie emozioni, in pubblico, ma anche in privato, è visto come segno di debolezza. Ma cosa succede quando accumuliamo le emozioni, specie quelle negative come rabbia, tristezza o paura?

Le emozioni cominciano a cercare altre vie per esprimersi, attraverso il corpo (dolori allo stomaco e all'intestino, mal di testa, attacchi d'ansia e di panico, disturbi del sonno e disturbi alimentari), ovvero somatizziamo. Per questo le emozioni vanno riconosciute ed espresse, come ci insegna in modo molto semplice il film INSIDE OUT.

DISNEY E PSICOLOGIA

Attraverso film come UP, INSIDE OUT e continuando con il più recente SOUL la Disney ha cominciato a portare sul grande schermo temi psicologici

importanti ma di facile comprensione, sebbene il tema del lutto sia una componente ricorrente sin dai primi film e cartoni prodotti dal gigante americano. In particolare, INSIDE OUT, che potremmo tradurre come “dentro e fuori” – perché le emozioni sono qualcosa che proviamo dentro, ma che possiamo esprimere fuori– ci porta a riflettere sull’importanza e il ruolo delle emozioni, sia per il benessere psicologico che per le interazioni sociali.

LE 5 EMOZIONI PRIMARIE O EMOZIONI DI BASE

Nel film sono riproposte le emozioni primarie sotto forma di personaggi il cui nome richiama l’emozione specifica e sono: gioia, tristezza, rabbia, paura e disgusto. Come si può capire subito dal film, queste emozioni fanno la loro comparsa presto nella vita delle persone: inizialmente compaiono gioia, tristezza e rabbia, poi seguono disgusto e paura. Durante lo svolgersi del film impariamo che tutte e cinque le emozioni svolgono un ruolo importante nella crescita personale.

Se non provassimo gioia non potremmo goderci la vita e probabilmente non riusciremmo a superare i momenti tristi e traumatici cadendo in un perenne stato depressivo. La rabbia ci serve per difenderci, affermarci, esprimere dissenso, qualora essa sia moderata. La paura e il disgusto ci fanno evitare situazioni rischiose, ci proteggono dal contatto con stimoli potenzialmente dannosi facendoci evitare ad esempio posso provare disgusto, per un ambiente nel quale mi sento a disagio, in questo modo lo evito.

Ogni volta che proviamo un’emozione, qualunque essa sia, questa ci sta comunicando qualcosa di importante, ed è per questo che dobbiamo riconoscerle, comprendere la loro funzione, accettarle, e non reprimerle se vogliamo vivere una vita serena.

Attraverso il riconoscimento e la gestione delle emozioni acquisiamo una maggiore consapevolezza di noi stessi e ci predisponiamo alle relazioni con gli altri².

LE EMOZIONI E I RICORDI BASE

Le emozioni sono importanti anche perché – continua a spiegare il film – creano i “ricordi base”. Del resto, se ci pensate ogni evento che ricordiamo chiaramente è associato a una forte emozione, positiva o negativa che sia. Momenti in cui abbiamo provato gioia e felicità, ma anche esperienze che ci hanno spaventato o ferito, sono destinate a diventare dei “ricordi indelebili” che ci hanno condizionato per una vita intera, anche se non ce ne rendiamo conto.

LE EMOZIONI, I RICORDI BASE E LA PSICOTERAPIA

Molti di questi ricordi risalgono ai primi anni di vita, ed è la ragione per cui hanno una forte influenza su di noi. Per questo, nei percorsi terapeutici durante la fase anamnestica (la raccolta della storia di vita della persona) si chiede sempre ai pazienti quali sono i loro “primi ricordi”, i più ancestrali. Parte del lavoro terapeutico procede attraverso l’analisi dei ricordi che sono ricchi di emozioni provate per le persone importanti del nostro passato. Tali emozioni vengono spesso rimosse perché negative tra cui: rabbia e tristezza.

Sono soprattutto le emozioni negative che portano la persona a cercare un aiuto professionale. Le emozioni negative ci segnalano che abbiamo bisogno di guardarci dentro, capire cosa ha scatenato quell’emozione, perché, e cosa eventualmente potremmo fare per ricreare l’equilibrio interiore e la serenità.

“Inside Out” spiega che per ritrovare la gioia è necessario affrontare e non fuggire dalle emozioni negative, intraprendere quindi un doloroso ma necessario processo che va affrontato in quanto se decidiamo di ignorare le emozioni queste

² Dr.ssa Anna Rita Mancini, “*Inside Out*” e *Gestione delle Emozioni: a Cosa Servono e Perché sono Importanti*, 14/11/2021 <https://www.psicologo4u.com/inside-out-e-gestione-delle-emozioni-a-cosa-servono-e-perche-sono-importanti/>

troverebbero il modo di uscire fuori e ci porterebbero a fare scelte sbagliate. Si tratta di una sfida che continuamente ci troviamo ad affrontare nella vita, a prescindere dall'età, dalle condizioni alle quali far fronte, dall'entità delle sfide e dalla mancanza o presenza di supporti esterni.

Non esistono emozioni buone o cattive: tutte portano con sé un significato e si è capaci di regolarle solo quando si riesce a nominarle.

COME SI SVILUPPANO LE EMOZIONI...

Le emozioni sono modalità di risposta personali con una funzione adattiva per l'organismo. Alcune, di certo, sono innate o ad insorgenza precoce ma la complessità della risposta emotiva aumenta nel corso dello sviluppo man mano che procede l'interscambio fra organismo e ambiente.

Lo sviluppo e capacità di esprimere emozioni è legata soprattutto a:

- standard culturali e sociali;
- senso di fiducia e sicurezza trasmesso dalle prime relazioni di attaccamento;
- schemi comportamentali di base d'interazione con l'ambiente.

Le emozioni si dividono in:

- primarie innate: positive (felicità, gioia, etc.) o negative (paura, tristezza, etc). Esse sono il risultato della storia evolutiva della specie umana e sono le emozioni più precoci;
- di consapevolezza: nascono da una valutazione che l'individuo fa di sé e del proprio comportamento in rapporto a norme o standard interiorizzati. Richiedono processi cognitivi più complessi rispetto alle emozioni di base.

Un adeguato sviluppo delle emozioni ed integrazione con la sfera cognitiva è fondamentale per uno sviluppo sano della personalità. Questo processo inizia durante le prime interazioni del bambino con la madre ed altre figure. In base ad esse il bambino impara a rappresentarsi modelli cognitivo-affettivi di sé e del sé con l'altro.

Queste si stabilizzano nel corso dello sviluppo e influenzano le relazioni affettive successive e la gestione delle emozioni nella vita adulta.

CHE COS'È L'INTELLIGENZA EMOTIVA?

L' intelligenza emotiva è un insieme di empatia, motivazione, autocontrollo, logica, capacità di adattamento e gestione delle proprie emozioni.

Nel 1990 gli studiosi Salovey e Mayer la definirono come capacità di riconoscere le proprie emozioni e quelle degli altri utilizzandole per guidare pensiero ed azioni. Daniel Goleman, riprese il concetto nel 1995, menzionando in aggiunta la capacità di motivazione e gestione positiva sia delle relazioni sociali che interiore.

Da questa definizione si comprende che l'intelligenza emotiva si riferisce alla capacità di riconoscere i propri sentimenti e quelli degli altri. Essa permette di trovare i lati positivi in ogni situazione. Essa racchiude in se stessa alcune caratteristiche fondamentali che ogni singolo può sviluppare:

- capacità di consapevolezza e padronanza di sé;
- motivazione;
- empatia;
- abilità nel gestire relazioni sociali.

Il comportamento di ciascuno di noi, infatti, non è correlato direttamente alla situazione che lo ha determinato in una relazione di causa-effetto. Esso deriva dalle emozioni che quella circostanza ha fatto scaturire. Tra la percezione della realtà e il passaggio all'azione la capacità di sentire le emozioni è fondamentale. In questo senso essere consapevoli di sé significa esserlo sia dei propri sentimenti che dei propri pensieri su di essi.³

³ Redazione, *Empatia e intelligenza emotiva: che cosa sono e come svilupparle* 10/03/2022
<https://digitalattitude.com/stories/empatia-e-intelligenza-emotiva>

L'INTELLIGENZA EMOTIVA DI DANIEL GOLEMAN

L'intelligenza emotiva teorizzata dallo psicologo e scrittore Daniel Goleman pone l'accento sulla capacità di armonizzare:

- pensiero e sentimento;
- parola e vissuti emotivi;
- dimensione mentale e affettiva.

In base alla teoria di Daniel Goleman le emozioni di per sé non hanno una valenza negativa o positiva. È la loro gestione a renderle tali.

Alla base di essa ci sono due tipologie di competenze:

- personale, legata al modo in cui controlliamo noi stessi;
- sociale, legata al modo in cui gestiamo le relazioni con gli altri.

La competenza personale, il modo in cui controlliamo noi stessi, racchiude al proprio interno:

- consapevolezza di sé: capacità di riconoscere le proprie emozioni, limiti, risorse e capacità e il saper esprimere i propri sentimenti apertamente;
- fiducia in se stessi: essere autoconsapevoli delle proprie capacità della possibilità di realizzarsi;
- padronanza e gestione di sé: saper dominare i propri stati interiori, guidare gli impulsi, sapersi adattare a nuove situazioni e incanalare le energie verso fini costruttivi;
- integrità: trasparenza in un'apertura autentica agli altri dei propri sentimenti, convinzioni, azioni;
- motivazione: spinta verso la realizzazione dei propri obiettivi sapendo cogliere le occasioni impegnandosi e restando costante anche in caso di avversità.

Il possibile controllo sano dei sentimenti negativi permette quindi di non farsi trascinare dalla pressione che essi esercitano ma provare a cercare modalità alternative per gestirli⁴.

L'INTELLIGENZA EMOTIVA E LE RELAZIONI CON GLI ALTRI

In base al pensiero di Daniel Goleman per vivere una vita equilibrata sono necessarie alcune caratteristiche di intelligenza emotiva anche sul piano delle relazioni sociali.

Le cosiddette competenze sociali rappresentano il modo con cui gestiamo le relazioni con gli altri. Ad esse fanno riferimento:

- empatia: capacità di riconoscere emozioni e sentimenti altrui, sintonizzarsi emotivamente con loro e adottare la loro prospettiva. Ciò significa mostrarsi pronti supportare l'altro nel mettere in risalto le sue risorse e sfruttare le opportunità offerte dall'incontro con persone di diverse. Ma anche la capacità di interagire all'interno di un gruppo interpretando in modo corretto stati emotivi e rapporti di potere;
- abilità sociali: capacità di gestire le emozioni nelle relazioni ed indurre nell'altro le risposte desiderabili; inoltre tattiche di persuasione efficienti, comunicazione chiara e convincente, lettura accurata di situazioni sociali e abilità di problem solving, ma anche favorire l'instaurarsi di legami fra i membri di un gruppo creando un ambiente positivo che lavora per obiettivi comuni;
- motivazione: questa volta nel senso collettivo di capacità di guidare e spronare il gruppo al raggiungimento degli obiettivi; collaborare con impegno e positività nel cambiamento.

⁴ Sara Elia, *Intelligenza emotiva: la teoria di Daniel Goleman* 28/01/2024
<https://www.unidformazione.com/intelligenza-emotiva-pensiero-psicologo-daniel-goleman/>

L'insieme di queste componenti permette di essere sempre in contatto con il proprio mondo interiore emozionale e di conseguenza, in armonia ⁵. Queste competenze inoltre costruiscono l'essenza del successo dei rapporti interpersonali.

PIRAMIDE DI MASLOW E PSICOLOGIA DEL LAVORO

Lo psicologo del lavoro è un esperto di salute mentale. Uno psicologo clinico può anche svolgere il mestiere di psicologo del lavoro, il contrario no.

La psicologia del lavoro studia le **emozioni** e i comportamenti sul lavoro e serve. A prevenire e gestire i rischi psicosociali! Per **ambito lavorativo** si intende anche nelle organizzazioni, non solo in ambito professionale, in tutto ciò che è organizzativo ci dovrà essere uno psicologo del lavoro. La psicologia del lavoro aiuta a prevenire e gestire i **rischi psicosociali**.

Che cosa sono i **rischi psicosociali**?

- Le **relazioni interpersonali** tra colleghi e le varie gerarchie
- L'**organizzazione del lavoro**

Lo psicologo del lavoro, che dovrebbe essere anche psicolinguista, può intervenire perché queste situazioni possono turbare i lavoratori e creare conflitti, mobbing, violenze ecc. Tutte le aziende hanno obblighi verso i dipendenti.

La nuova psicologia del lavoro studia di più i dipendenti e il loro benessere, per un fattore di maggiore produttività e meno i manager⁶.

⁵ Valeria Sabater, *La teoria di Daniel Goleman sull'intelligenza emotiva* 31/01/2022
https://lamenteemeravigliosa.it/la-teoria-di-daniel-goleman-sullintelligenza-emotiva/#google_vignette

⁶

Appunti presi dal corso di "Psicolinguistica 2" della Prof.ssa Petitti

QUALI SONO GLI AMBITI DOVE PUÒ OPERARE LO PSICOLOGO DEL LAVORO?

Lo psicologo del lavoro può lavorare:

- nella selezione cioè aiutare le RH a gestire il personale reclutare più o meno delle persone, utilizzerà dei sistemi diversi dagli enneatipi che ci servivano per la personalità e la crescita personale, noi ci sposteremo su altri sistemi interpretativi che sono: MBTI, la piramide di Maslow e process communication sono specifici per il lavoro che aiutano in questi ambiti.
- aiutare nella formazione
- Aiutano nella formazione dei lavoratori, per esempio se io volessi passare da un ambito ad un altro, attraverso dei test capirà se siamo in grado o in meno per specifici lavori.
- Aiuta nella mobilità, ma attenzione solo se è professionale se è studentesca ci vuole uno psicologo dell'età cognitiva oppure con altre competenze.
- Orientamento sempre professionale interviene meglio se insider perché vedono le dinamiche interne e può avere approccio terapeutico (anche se sconfinata nella clinica...) o ancora meglio pratico
- Aiutare i rischi legati a queste componenti psicosociali che possono modificare il clima e intervenire in maniera più o meno capillare a seconda dello statuto dell'azienda stessa.

La terapia non può essere a carico dello PDL né può essere un coach (mentore in italiano), può però utilizzare l'enneagramma e capire l'eventuale deriva malsana degli enneatipi⁷.

DIFFERENZA TRA LO PDL E IL MENTORE PDL metodo sperimentale/MENTORE metodo personale

⁷ ibidem

QUANDO INTERVIENE LO PSICOLOGO DEL LAVORO?

Cosa fa lo psicologo del lavoro?

- **1 step** Far buttare fuori tutte le negatività e le problematiche
- **2 step** Grandi capacità comunicative e di gestione di conflitti, dare feedback, retroazione, riscontro
- Lo psicologo sociale parte dall'ambiente NON dall'individuo
- Ad esempio, fa colloqui individuali, colloqui collettivi per vedere come interagisce un dipendente con gli altri, deve essere un ottimo osservatore soprattutto se ha un sistema di apprendimento B se riesce ad osservare molto bene, a vedere come si impara attraverso la percezione visiva, riesce anche confrontando il proprio sistema di apprendimento con quello di un altro, come aiutare l'altra persona., ad esempio può chiedere informazioni anche ad altri collaboratori
- Secondo elemento, deve saper comunicare molto bene, quindi è importantissima la psicolinguistica e deve analizzare come comunicano gli altri
- . Deve saper padroneggiare i diversi tipi comunicazione, possibilmente parlare molto bene l'inglese o almeno aver studiato un'altra lingua, deve imparare la lingua dei collaboratori per essere imparziale

Grazie alla piramide di Maslow si effettua un test sui bisogni di personali, alla base della piramide ci sono i bisogni basilari. (mangiare bere vestirsi riprodursi)

Al vertice della piramide troviamo:

- L'ambizione quasi tendenza all'immaginare carriere idealizzate
- Interviene innanzitutto se c'è nell'impresa, non sempre c'è a volte sono consulenti esterni a volte proprio non ci sono e bisogna andare dallo psicologo del lavoro per chiarire delle dinamiche esterne, lo sconsiglia perché almeno quelli di clinica credano che lo psicologo del lavoro debba essere un

insider non un outsider un addetto ai lavori, perché altrimenti non vede delle dinamiche psicosociali.

Lo psicologo del lavoro può anche seguire un approccio psicoterapeutico, però sconfinando nella clinica, il suo approccio dovrebbe essere più pratico, semmai possiamo accettare il concetto che abbiamo un approccio terapeutico perché se individuasse degli elementi clinici dovrebbe rimandare allo specialista clinico, che potrebbe essere uno psicanalista o psicoterapeuta⁸.

La terapia non può essere a carico dello psicologo del lavoro, può anche fare una sorta di diagnosi dicendo per persone è caduta in una sorta di depressione, però non può andare aldilà della componente professionale perché non è in grado di penetrare nell'inconscio di uno psicanalista, se non si hanno gli strumenti rimangono sull'aspetto superficiale, può anche essere estremamente efficace il suo approccio ma un caso di mobbing non può essere solo che c'è uno cattivo e l'altro subisce, può esserci altro e bisogna andare a fondo.

Lo psicologo del lavoro non è un coach.

Anche se l'impatto può essere legato a una problematica clinica, la tematica deve essere legata al lavoro, perché potrebbe essere anche una persona che ha le manie di persecuzione perciò è un problema che arriva prima di entrare dentro le mura professionali e magari non è vero che c'è stato questo tipo di abuso, anche se uno psicologo bravo del lavoro si accorge tranquillamente se un'atmosfera è malsana, soprattutto è in grado di capire i livelli malsani di enneatipo.

Quindi studierà che il malessere sul posto di lavoro che delle problematiche cliniche, la sindrome dell'impostore la mancanza di fiducia in sé stessi, i conflitti personali intrapersonali, le dinamiche di gruppo. Il suo scopo è di buttar fuori questo primo livello rabbia e insoddisfazione, in modo tale che possa agire per migliorare il

⁸ ibidem

benessere, chiaramente deve imparare a decodificare anche attraverso la lingua ecco quando entra in gioco la psicolinguistica.

CHE TIPO DI RAPPORTO AVREMMO CON QUESTA FIGURA?

Il primo elemento che li rende simili ai traduttori ed interpreti è il segreto professionale, entrambi devono assolutamente tutelare il cliente, nel caso di uno psicologo interno se io vado a sfogarmi del capo non lo può dire è un atto gravissimo che può andare al penale.

Lo psicologo del lavoro guarda delle dinamiche generali, mentre per la psicologia clinica ognuno di noi è unico e irripetibile. Lo psicologo sociale parte dall'ambiente e non dal singolo che si muove dentro l'ambiente. Lo psicologo del lavoro a differenza della psicologa sociale, utilizza anche il metodo scientifico, va verso l'applicazione di alcuni metodi mentre quello sociale vuole limitarsi all'osservazione.

La psicologia del lavoro, si applica anche dal punto di vista manageriale poiché serve per migliorare i profitti.

A COSA È LEGATA LA PSICOLOGIA DEL LAVORO?

È legata alla gestione, è chiaro che la psicologia dei dipendenti va ad influenzare naturalmente anche la loro produttività, se voglio produrre di più in veste di imprenditrice devo anche tenere conto di questo, quindi si occupa di produttività,

motivazione e soddisfazione personale. Se i suoi dipendenti sono contenti alla fine prima o poi ci guadagna di più, ma bisogna essere illuminati⁹.

Secondo le regole della psicologia del lavoro, i dirigenti possono creare un ambiente di lavoro che ha i 3 elementi fondamentali: sano, stimolante e produttivo.

Ma esistono degli strumenti, come ad esempio la piramide di Maslow molto utile, che ha un sistema che si basa sui i bisogni individuali e anche professionali e attraverso una serie di test è possibile andare a capire quali sono complessivamente, partendo dai primari (mangiare, bere vestirsi, dormire riprodursi ecc.) fino a quelli meno importanti in cui si piazza un determinato dipendente dove cominceremo una disanima. Perché è importante? Perché ogni membro di una squadra è motivato da fattori diversi. Ad esempio, ci sono persone che lavorano per arrivare a fine mese e quindi sulla piramide si posizionano nei bisogni primari, mentre chi ha una forte ambizione e si piazzano molto più in alto rispetto la piramide mano a mano va verso la punta, verso bisogni che diventano necessità più effimere fino a quando diventano desideri, però c'è anche chi lavora per il riconoscimento personale, dei genitori, del partner. Ci sono diversi studi che dimostrano che gli uomini e le donne reagiscono diversamente rispetto alla piramide e alcune categorie di donne danno importanza alla maternità, altre che dicono per carità i figli.

LA PIRAMIDE DI MASLOW

La piramide di Maslow è nata da uno studio sui bisogni dell'animo umano.

La piramide di Maslow è lo strumento che lo psicologo del lavoro usa per comprendere gli eventuali comportamenti del futuro dipendente all'interno dell'azienda. Era ucraino, immigrato negli Stati Uniti, aveva una formazione russofona alla quale si è aggiunta una nuova cultura quella americana e all'interno della quale si sente appartenere. Maslow era uno psicologo, che non partiva da ciò di cui si ha bisogno,

⁹ ibidem

ma vuole capire come si può aumentare la motivazione, ecco perché si utilizza questo schema in ambito del lavoro, insieme ad un'altra tecnica process communication che è un altro sistema psicologico da basare sul lavoro. Mentre altri sistemi come l'enneagramma, MBTI nascono per la personalità e successivamente sono applicati in altri campi.

Maslow dobbiamo capire il rapporto che abbiamo con la nostra motivazione partendo da uno studio dei cinque bisogni. Il primo bisogno della vita è fisiologico (**mangiare, bere, dormire e riprodursi**), il secondo bisogno è la sicurezza (tetto sulla testa, buona salute), il terzo chiamato dell'amore anche se lei non è d'accordo e lo chiama dell'appartenenza (di appartenere a un gruppo poiché siamo animali sociali) il quarto la stima e il quinto l'autorealizzazione.¹⁰

La motivazione dell'essere umano nasce da cinque bisogni che vengono individuati da Maslow, per accedere a un livello superiore della piramide deve essere necessariamente soddisfatto il livello inferiore quindi, questa forma gerarchica viene rappresentata dalla piramide (ma in realtà no).

Cosa mi motiva? I bisogni **fisiologici**, se non mangio muoio ecc., in quello fisiologico c'è il bisogno di vestirsi.

Al secondo livello mette il bisogno di **sicurezza**, e avere una buona salute.

Il livello tre e ci troviamo già di più nella psicologia, è il **senso di appartenenza** in alcuni casi viene chiamato amore.

L'amore non è solo romanticismo, ciò che sboccia ma nessuno purtroppo parla di come farlo vivere. L'amore esiste in varie sfumature, come l'amicizia, la famiglia, l'amore che nasce da una stima, l'amore materno. Tolta l'appartenenza, c'è la stima cosa si intende? Il riconoscimento che può essere dei propri genitori, amici, colleghi, capo. Quello che vediamo sui social, non è la realtà, non vediamo la maschera che

¹⁰ ibidem

indossano questo il problema a differenza del passato, crediamo di poter vivere anche noi la vita fittizia degli influencer, che siamo in grado di raggiungere quello stadio semplicemente perché sembra più a portata di mano rispetto a un film in cui ci sono gli attori che recitano, anche queste persone recitano. Negli anni '80 guardavamo la tv con un atteggiamento passivo che poi ai nostri giorni, con i blogger e gli influencer si è trasformata in qualche cosa apparentemente accessibile: una sorta di realtà alterata che ci fa chiedere perché loro sì e io no.

Invidia significa che vedo negli altri una proiezione di tutti questi pezzettini, che dopo un po' non ottengo e comincio a odiare. E invece di vivere serenamente la mia vita, sto cominciando seriamente ad ammalarmi. Maslow ha aggiunto altri livelli, che sui libri non ci sono e sono i bisogni estetici e cognitivi, all'interno dell'autorealizzazione è presente una biforcazione tra attuazione e il bisogno di trascendenza e spiritualità che ci ricollega all'intelligenza emotivo-razionale.

Il sistema crea una sorta di impalcatura di valori, fino a diventare degli zombie e il nostro pensiero è frammentato come tutti quei pezzettini che noi andiamo a raccattare a destra e a manca, ma non li vediamo, è come se fosse un vetro rotto.

L'APPROCCIO DELLA PSICOLOGIA DEL LAVORO TENDE SPESSO A BASARSI SUL GENERALE, RISPETTO ALL'INDIVIDUALE. POTREMMO DIRE CHE UN APPROCCIO COSÌ GENERALISTICO PER ESEMPIO UTILIZZANDO LA PIRAMIDE, RIESCE AD AIUTARE UNA PERSONA IN DIFFICOLTÀ EVIDENTEMENTE NO.

Tutti gli schemi che si applicano nella psicologia del lavoro mostrano il funzionamento di una persona in una determinata situazione ma non mostrano di certo l'apparato psichico tale com'è, per quello ci vuole la psicologia clinica.

CHIMICA DELL'AMORE

La famiglia del Mulino Bianco purtroppo non esiste. La prima fase dell'amore è proiettiva. L'amore inizialmente può essere finalizzato alla preservazione della specie. Schopenhauer diceva che l'amore è un'illusione¹¹.

L'AMORE HA DUE FACCE

Il legame romantico

Nella nostra epoca il legame d'amore nasce da un incontro che diventa un legame: in questo **transito dall'incontro al legame due persone si scelgono** per diversi motivi, tra cui l'idea inconsapevole di soddisfare, attraverso l'altro, i propri antichi bisogni. Questo significa più semplicemente detto che innamorarci ci permette di amare nell'altro quelle parti di sé che non riusciamo a riconoscere in noi.

Possiamo più semplicemente pensare che il problema di ogni singola persona è quello di **sentirsi incompleti** e innamorarsi dà la sensazione di sentirsi più completi.

La crescita del legame matrimoniale è come la crescita dell'individuo e consiste in un **processo evolutivo in cui si alternano** unione (con il relativo pericolo di "schiavitù") e individuazione (con il rischio dell'isolamento). Non vi è soluzione a questo processo senza fine, a quest'alternanza tra appartenenza e separazione. E questo è un compito evolutivo molto difficile.

Esiste a livello sociale la tendenza a vedere il matrimonio come il fine dell'amore romantico. Nella realtà purtroppo, io direi per fortuna, la costituzione di una coppia rappresenta soltanto l'inizio di un percorso tortuoso che ha tappe evolutive e momenti critici ben definiti e prevedibili, accanto ad altri decisamente più imprevedibili.

¹¹ ibidem

Questo lo sappiamo tutti! È pur vero che negli ultimi anni si è cominciato a parlare sempre più delle naturali difficoltà che le coppie incontrano una volta che il legame si è stabilizzato; ma quello che succede è che, nonostante questa maggiore consapevolezza, **quando l'amore romantico viene meno andiamo in crisi**, perché tutti aderiamo al mito sociale dell'eternità del legame romantico.

Se mettiamo la lente di ingrandimento sul legame di coppia possiamo anche qui individuare alcune fasi evolutive (senza dimenticarci che ogni situazione ha la sua specificità e singolarità e che tutti i tentativi di raggruppamento in tipologie servono semplicemente a trasmettere idee).

Le fasi evolutive del legame di coppia

Partiamo allora dalla fase costitutiva del legame di coppia: l'innamoramento. Molti di noi sanno di cosa stiamo parlando; in un film molto bello dal titolo "L'amore ha due facce", B. Streisand si chiede: *"perché ci beviamo tutto questo? ... **che sia un mito o una manipolazione la verità è che tutti noi abbiamo bisogno di innamorarci**"*. Bisogna che ci accompagna da che veniamo al mondo e che ha a che fare con quel sentirsi incompleti di cui abbiamo parlato poco fa. Innamorarci ci fa vivere emozioni travolgenti e ci dà un senso di appartenenza.

IDEALIZZAZIONE, DISILLUSIONE, CONSAPEVOLEZZA

Il meccanismo psicologico che sta alla base dell'innamoramento è quello dell'**idealizzazione** per cui lì si sente di aver trovato l'uomo o la donna giusti per fare coppia; certe caratteristiche dell'altro hanno un fascino straordinario, l'altro corrisponde al proprio modello ideale di partner. Da innamorati si percepiscono solo le somiglianze, si annullano le differenze. Questa fase riveste una funzione importante nella vita di una coppia, consente, cioè, la creazione di un legame di base.

Tutti coloro che aderiscono al progetto coniugale confidano nell'eternità di quel legame e non sarebbe pensabile altrimenti.

Di fatto, **la caratteristica dell'amore romantico è il suo carattere effimero**, la sua rapida tendenza a svanire: uno dei momenti più dolorosi e al contempo liberatori è la deidealizzazione del carattere inebriante dell'esperienza amorosa. E quando sentiamo, ci accorgiamo che sta venendo meno il carattere estatico del legame, significa che stiamo attraversando una nuova fase del legame: la **disillusione**. Anche qui, credo, molti di noi sanno di cosa stiamo parlando; con il passare del tempo, se tutto va bene, i partner cominciano a restituire all'altro non soltanto la fantasia che l'altro ha su di lui, ma anche un poco della propria realtà (e tutti noi abbiamo imparato che la realtà non è mai paragonabile all'ideale... è sempre più deludente).

Si viene a patti con la realtà: **si aprono gli occhi per vedere l'altro nella sua verità**, si smette di sognare che l'altro sia ciò che si desidera, ci si accorge che si è tenuto l'altro vicino riconoscendone solamente le parti buone o funzionali; e questo era possibile solo nel "sogno romantico".

Il risveglio suscita sentimenti contraddittori: da una parte è deludente constatare le differenze, le divergenze, constatare che l'altro non è l'interprete fedele del mio progetto ideale; dall'altra può diventare gratificante scoprire l'altra persona nella sua unicità.

Ma in molti casi, anche per una questione sociale, **il cambiamento viene visto come un segnale di deterioramento** patologico del rapporto, anziché come un naturale processo evolutivo. Si pensa così di avere sbagliato persona. Mentre, non farsi trascinare da questo timore e accettare di venire a patti con la realtà (che poi è la realtà mia-e-dell'altro), comprendere che **il cambiamento non significa necessariamente fallimento**, significa sperimentare col partner un nuovo modo di stare insieme. Il raggiungimento di questa consapevolezza richiede tempo e richiede di passare per una fase faticosa in cui si sente l'esigenza di uscire dal nucleo a due per concentrarsi su sé, di tollerare la frustrazione di una sorta di separazione che permetta di uscire dalla simbiosi a due per creare una nuova identità.

E così che si può giungere ad un nuovo contratto relazionale e a una nuova consapevolezza circa il legame di coppia che ci permette di **essere indipendenti e allo stesso tempo insieme**, di comprendere che il difetto dell'altro non minaccia

necessariamente la relazione; si è riusciti a trovare la giusta distanza-vicinanza. È la fase dell'accettazione dell'idea di un legame imperfetto.

Questo non significa che non andremo più incontro a crisi o a incomprensioni.

È importante sottolineare che l'attraversamento di queste fasi non tutela di per sé dalla possibilità della separazione, ma credo che una **maggior consapevolezza** circa il legame di coppia possa condurre a scelte più consapevoli che a quel punto possono anche andare nella direzione della separazione, ma rimangono scelte consapevoli.

Il film "L'amore ha due facce"¹², è diretto e interpretato nel 1996 da Barbra Streisand. Alla fine del monologo principale del film, la Streisand ci spiega perché tutti vogliamo l'amore anche se sappiamo che può essere doloroso e devastante.

-MONOLOGO-

Tutti vogliamo innamorarci, vero? Perché? Perché è un'esperienza che ci fa sentire completamente vivi, ci rigenera, risveglia tutti i sensi, ingigantisce ogni emozione. La nostra realtà quotidiana è scossa e siamo catapultati in paradiso. Può durare anche un solo momento, un'ora, un pomeriggio, ma questo non toglie una virgola al suo valore. Perché ci lascia dei ricordi preziosi che conserveremo per tutta la vita. Ho letto un articolo, qualche tempo fa, che diceva che quando ci innamoriamo sentiamo Puccini nella testa. Adoro questa immagine. Credo che succeda perché la sua musica esprime il desiderio di incontrare la passione nella nostra vita. E l'amore romantico. E – mentre ascoltiamo la Bohème o Turandot o mentre leggiamo "Cime tempestose" o guardiamo "Casa Blanca" – un po' di quell'amore rivive anche dentro di noi. Quindi, la domanda finale è: perché le persone hanno sete di amore, pur sapendo che ha una data di scadenza e che può essere doloroso e devastante? [...] Io credo che sia perché, finché l'amore dura, cazzo, non c'è niente di meglio!

É incredibile osservare la facilità con cui le coppie smettono di fare l'amore. Forse continuano a fare sesso ma molte di esse non fanno più neanche quello. Hanno spento quella forza vitale che ha una capacità straordinaria di tenere unite due persone

¹² ibidem

e che nell'antica Grecia dava il nome al dio dell'amore, Eros.

L'eros è una delle due dimensioni dell'amore di coppia. Alimenta il desiderio, accende la passione, rafforza l'unione. È grazie all'eros che l'amore acquista un significato pienamente umano, vissuto quindi nel corpo e con il corpo.

Se è così importante, allora, perché l'eros è sparito dalla vita di molte coppie? È difficile rispondere a questa domanda, perché le risposte possono essere infinite. Ma c'è un filo sottile che le unisce tutte. «*Il fallimento di una relazione è quasi sempre un fallimento di comunicazione*», scriveva Bauman.

Quando la comunicazione tra due persone diventa problematica, il primo aspetto in cui emerge e diventa visibile questa difficoltà è proprio il corpo. Rigidità, emozioni, postura, tono della voce, dicono tanto della nostra comunicazione, e lo fanno attraverso il corpo: si capisce allora perché, come dicono gli esperti, è impossibile non comunicare.

Perché noi comunichiamo innanzitutto con il corpo. Ma se l'eros si esprime nel corpo e attraverso il corpo, si capisce pure come la prima dimensione che soffre, quando una coppia non comunica bene, è la sessualità.

L'eros non è l'unica essenza dell'amore, però.

Al suo fianco c'è quella che i greci chiamavano agape: l'amore di sacrificio e di donazione. Eros e agape sono come due facce della stessa medaglia.

Entrambe si sostengono a vicenda; l'una, spesso, spiega il significato dell'altra; una faccia offre una prospettiva che è al contempo diversa e complementare rispetto all'altra.

E soprattutto non ci sarebbe una medaglia senza entrambe le facce¹³.

Così pure è per l'amore di coppia, che si nutre di eros e agape e che per esistere ha bisogno di entrambi.

¹³ Emanuela Trotta, *L'Eros platonico* 07/06/2020
<https://filosofiaenuovisentieri.com/2020/06/07/leros-platonico/>

L'eros cerca l'altro per sé, l'agape dona se stesso all'altro.

L'eros desidera possedere, l'agape desidera donare.
L'eros muove l'altro verso di noi.¹⁴ L'agape muove noi verso l'altro.
Ed entrambi ci insegnano ad amare.

EROS E AGAPE: CONTRAPPOSIZIONE O COMPLEMENTARITÀ?

Si potrebbe accostare al termine freudiano di Libido, inteso nell'accezione di pulsione, spinta, anelito, benché la colorazione amorosa sia maggiore nel termine Eros.

La pulsione infatti ha di mira unicamente il soddisfacimento, mentre l'oggetto può essere variabile, intercambiabile, avendo un valore puramente strumentale alla gratificazione.

L'Eros sconfinava invece nel campo dell'amore nella misura in cui il suo oggetto non è anonimo ma, seppur per un periodo di tempo determinato e specifico. La mancanza scaturisce dal desiderio dell'oggetto di cui si desidera il possesso ai limiti dell'ossessione. La spinta è per lo più di natura appropriativa, per cui alla base c'è un bisogno di gratificazione "narcisistica" del proprio "Io", del proprio egoismo.

L'altro è ridotto al rango di oggetto di cui godere consumisticamente, sebbene per un certo periodo si possa parlare di una sua "sopravvalutazione", che tenderebbe ad attribuirgli caratteristiche meravigliose tali da giustificare un interesse così esclusivo nei suoi confronti. Tuttavia, anche tale esaltazione amorosa non fa uscire dal cerchio del narcisismo, del fenomeno cioè per cui "mi amo in te". L'altro è confuso come in uno specchio con la propria immagine ideale, è idealizzato; dunque, non visto realmente per quello che è. L'incontro con il reale dell'altro (se in gioco c'è solo Eros) induce alla lunga delusione ed offuscamento dello splendore che lo rendeva unico.

Agape invece è un termine di derivazione cristiana, lo si trova nella versione greca dei Vangeli. Caritas è il suo equivalente latino, carità.

¹⁴ Léon Robin, *La teoria platonica dell'amore*, Celuc, Milano 1973

Si tratta di un amore che, anziché inglobare l'altro nel proprio "Io", lo valorizza proprio per ciò che è, in maniera del tutto disinteressata. È un amore gratuito, che prescinde dal possesso e da qualsiasi tipo di ritorno in termini egoistici. Può infatti rivolgersi anche a qualcuno che fa del male, che non corrisponde, che sbaglia. È portato non a prendere ma a donare, perfino se stesso.

Agape è dono di sé, per questo è il modello di amore divino, fattosi uomo per salvare l'uomo. È amore assoluto, incondizionato, totalmente votato all'altro nella sua dimensione irriducibile all'Io.

Ora perché contrapporre Eros ad Agape? Certo, da una parte c'è la brama di possesso, dall'altra il dono di sé. Da un lato il narcisismo, dall'altro l'altruismo radicale. Ma ciò solo se consideriamo le due forze come scisse. Tolta la complementarità, il loro bilanciamento, può degenerare. Da una parte un Eros radicalizzato darà luogo a sterile materialismo nelle unioni, portando a serialità nelle scelte e delusione perenne, così come vediamo oggi nella contemporaneità, nell'epoca senza valori in cui viviamo. Dall'altra Agape senza Eros può dare luogo ad unioni molto solide sul piano affettivo ma prive di quell'humus vitale dato dallo scambio tra esseri fatti di carne.

Ha più senso contrapporre Eros a Philos, una terza forma d'amore, l'amore fraterno, l'amicizia. I due sono inconciliabili nella misura in cui il primo è erotico, mentre il secondo no. Agape non è desessualizzato, può esserlo (nell'accezione dell'amore per il prossimo), così come può incontrare, contaminare e farsi toccare da Eros.

Allora Eros viene potenziato da Agape perché attraverso il dono di sé, il donarsi, l'uomo può raggiungere il più assoluto soddisfacimento, la pienezza a cui anela nel movimento ascendente verso l'altro. L'incontro con la differenza finalmente si realizza, al di là di qualsiasi abbaglio immaginario.

Eros (dal greco antico: ἔρως), tradotto genericamente con amore, non ha quelle connotazioni intimistiche attribuite al termine italiano. Il concetto antico di eros (tradotto in latino con *Cupido*, *Amor*) è spesso associato all'attrazione sessuale ma

anche inteso come forza che tiene uniti elementi diversi e talora contrastanti, senza arrivare ad annullarli, all'amicizia e, con la finalità di unire in un unico corpo sociale una moltitudine di cittadini, alla politica.

Nel suo specifico significato filosofico Eros è stato primariamente inteso come la forza vitale che muove il pensiero e la filosofia stessa, fungendo da tramite fra la dimensione terrena e quella sovrasensibile.

A trattare l'argomento di "Eros" e "Agape" furono due grandi filosofi greci: Empedocle e Platone

EMPEDOCLE

LE QUATTRO RADICI

Il filosofo riprende la teoria dei quattro elementi introdotta in precedenza da Anassimene di Mileto e a cui i presocratici (filosofi della tradizione greca prima di Socrate) già avevano fatto riferimento. Secondo la teoria di Empedocle la materia trae origine da questi quattro elementi (chiamati in precedenza radici): Fuoco, Terra, Aria e Acqua.

Tali elementi sono considerati come stati di aggregazione della materia (stato solido, liquido, gassoso e ardente). Quindi gli oggetti e i fenomeni che cadono sotto i nostri sensi non sono altro che le mescolanze e l'aggregazione delle quattro radici secondo diverse proporzioni: la nascita e la morte delle cose, le loro trasformazioni, i fenomeni meteorologici ed il clima.

IL CICLO COSMICO

Empedocle spiega la formazione del mondo partendo dall'empiria, ovvero un mondo in continuo divenire. Oltre alle quattro radici il filosofo fa riferimento ad altre due cause: Amore e Odio. La generazione nasce dall'unione delle quattro radici con la forza dell'Amore, mentre la disgregazione è frutto dell'agire dell'Odio.

Queste forze non agiscono governate dal caso ma dall'armonia. Infatti, per il filosofo, il cosmo si configura come una totalità ordinata e ciclica. Comprende varie fasi: prima prevale l'Amore, successivamente subentra l'Odio così termina il ciclo e ricomincia di nuovo.

Tale visione ciclica non è scandita da una divinità, ma si autoregola; il nascere e il morire non esistono, ci sono solo aggregazione e disgregazione. Quando l'azione dell'Amore prevale su quella dell'Odio, si ha una situazione di pace: lo Sfero, ovvero la situazione primordiale di aggregazione, in cui tutte le quattro radici sono mescolate.

Alla prevaricazione dell'odio sull'amore il mondo si distruggerà per poi rinascere nuovamente. Un altro pensiero presentato da Empedocle è il processo della Conoscenza, garantita dalle quattro radici. Tale processo risulta fondato sull'omogeneità tra uomo e mondo. Gli interpreti antichi classificheranno questa concezione della conoscenza come: "Conoscenza del simile tramite il simile".

L'EROS PLATONICO

La prima articolata teoria dell'amore, nella storia della filosofia occidentale, ci giunge dalla Grecia antica, da Platone, che nel Simposio, ci fornisce un'approfondita analisi della sua concezione dell'amore. Il filosofo parte dalla visione proposta da Aristofane, secondo cui, il bisogno di amore corrisponde alla ricerca da parte dell'uomo di ricomporre l'unità originaria.

Aristofane narra di come un tempo gli esseri umani fossero perfetti, senza distinzione tra uomo e donna. Zeus, sentendosi minacciato dalla loro perfezione, li divise e da allora, ognuno è alla ricerca della propria metà, dell'unità perduta, sospinti dall'incessante ansia di completamento. Amare è desiderare ciò di cui si sente la mancanza¹⁵.

Socrate, che della sua ignoranza ha saputo fare il cardine del principio di ogni ricerca filosofica, dichiara di aver appreso dell'amore da una donna; di essere stato

¹⁵ Istituto della Enciclopedia Italiana fondata da Giovanni Treccani, *Simposio*
<https://www.treccani.it/enciclopedia/simposio/>

istruito dalla sacerdotessa Diotima, dalla quale egli ha appreso il mito di Eros. Socrate racconta della nascita di Eros, in seguito a un incontro avvenuto a un banchetto, in onore di Afrodite.

Eros è generato da Penìa, dea della povertà e da Poros, divinità che simboleggia l'abitudine a procurarsi ciò di cui ha bisogno, pertanto, reca in sé e sintetizza opposte tendenze che lo rendono contraddittorio e instabile. Eros è mancanza, contraddice l'opinione comune che fa dell'amore un sentimento di pienezza.

Il fraintendimento nel quale incorre il senso comune, dice Diotima, consiste nel confondere la condizione dell'amante con quella dell'amato. È la tensione propria dell'amante che caratterizza il sentimento amoroso, e non lo stato passivo dell'amore. Eros vive secondo la sua doppia natura: anela verso il tutto, avendo in sé la mancanza, ereditata dalla madre, ma sa trovare soluzioni alla propria mancanza, trova espedienti, secondo la natura del padre.

SIMPOSIO

Il Simposio è uno dei dialoghi più famosi di Platone, tratta del tema dell'amore e dell'eros. Già il titolo evoca un banchetto e infatti simposio significa in greco letteralmente "bere insieme".

"Così io sostengo che Amore è il più antico fra gli dei, il più meritevole d'onore e quello che è più padrone di spingere gli uomini, da vivi e da morti, all'acquisto della virtù e della felicità." (Simposio)

Questa è una frase di Platone, filosofo dell'Antica Grecia che definiva l'amore, o eros, quell'esperienza che tutti facciamo, prima o poi, e che perciò crediamo di conoscere in tutti i suoi aspetti.

Nel Simposio (o Convivio) Platone affronta la problematica dell'anima mettendola in rapporto con il tema dell'eros.

Nel Convito il filosofo racconta che un giorno Socrate ed alcuni suoi amici intellettuali si ritrovano insieme per un banchetto durante il quale i vari commensali espongono a turno le proprie idee riguardo il tema dell'amore.

Un personaggio, per esempio, sostiene che l'amore si riduce solo all'attrazione fisica fra gli esseri umani; un altro afferma che gli esseri umani provano il sentimento d'amore perché in origine essi erano costituiti da due parti, ma avendo offeso gli dei sono stati divisi in due, per cui adesso l'essere umano è infelice e alla continua ricerca della sua "metà".

Quest'ultimo in questione è Aristofane, un celebre commediografo dell'età socratica (400 a. C.) che sceglie il mito come veicolo per esprimere la sua opinione sull'Eros in occasione del Simposio organizzato dal poeta tragico Agatone. Il comico racconta, come già accennato, che tempo addietro non esistevano, come adesso, soltanto due sessi, bensì tre: quello maschile, femminile e quello androgino (esseri che avevano in comune caratteristiche femminili e maschili).

Gli esseri umani avevano due teste, quattro braccia, quattro mani, quattro gambe, due organi sessuali ed erano tondi. Per via di queste caratteristiche l'uomo si credeva superiore agli dei e cercò di scalare l'Olimpo. Per questa sua presunzione inaccettabile Zeus decise di punirlo dividendolo in due.

Gli uomini si trovarono così separati, alla continua e disperata ricerca della propria metà perduta. "Ciascuna metà, desiderando fortemente l'altra metà che era sua, tendeva a raggiungerla. E gettandosi attorno le braccia e stringendosi forte l'una all'altra, desiderando fortemente di fondersi insieme, morivano di fame e di inattività, perché ciascuna delle parti non voleva fare nulla separata dall'altra (Ivi, p. 89 – 191)". Zeus preso da compassione trasportò gli organi sessuali sul davanti e fece in modo che la generazione avvenisse tra il maschio e la femmina.

L'uomo quindi attraverso l'amore cerca di tornare alla sua antica natura di fare del duo l'uno. A questo punto, dopo che anche altri hanno avuto l'occasione di esprimere le loro opinioni, interviene anche Socrate che racconta di essere stato istruito in proposito da una sacerdotessa di nome Diotima dalla quale egli ha appreso il mito dell'Eros.

Secondo il racconto riferito da Socrate, Eros è un intermedio fra gli uomini e gli dei, la cui nascita è collegata alla nascita di Afrodite, la dea dell'amore e della bellezza. Infatti, quando nacque questa dea ci fu una grande festa, alla quale prese parte

anche Poros, il dio dell'astuzia. Il dio Poros si ubriacò tanto da non capire più niente e quando la dea della Povertà, Penia, si accorse che il dio non era più padrone di sé decise di approfittarne per unirsi con lui¹⁶.

Da questa strana unione nacque proprio Eros, un quasi-dio, ma anche un essere demoniaco la cui dimora abituale sarebbe stata proprio l'anima dell'uomo, destinataria dei suoi impulsi e dei suoi stimoli. Eros fa nascere nell'animo umano una condizione di "desiderio", più precisamente desiderio di bellezza, in quanto egli non la possiede. Ed è proprio questa condizione intermedia fra la mancanza e il possesso a essere la condizione caratteristica dell'uomo, in quanto fra l'uomo e la verità vi è lo stesso rapporto che c'è fra Eros e la bellezza.

L'uomo infatti non è solo "sofo", cioè sapiente, ma è filo-sofo, cioè "desideroso" della sapienza. Il rapporto fra amore e filosofia infatti è particolarmente stretto, perché proprio Eros è la forza potente che insinuandosi nell'anima dell'uomo la spinge a compiere un complesso percorso verso la bellezza e verso la verità. La prima forma di manifestazione dell'eros all'interno dell'anima umana la si ha quando una persona si innamora di un'altra persona.

Nell'anima della persona innamorata nasce infatti un prepotente desiderio della bellezza fisica della persona amata. Per l'anima, però, la sola bellezza "visibile" di una persona non può assolutamente bastare, per cui essa sarà presa dal desiderio di contemplare la bellezza "invisibile" presente nell'anima della persona amata e capirà che è proprio lì e non nel corpo che risiede la vera bellezza, perché la bellezza del corpo inevitabilmente sfiorisce e si perde, mentre la bellezza dell'anima non morirà mai.

Ma la contemplazione della bellezza presente nell'anima della persona amata serve per preparare e stimolare la nostra anima verso la conoscenza della verità, in quanto conclusione della scala ascendente lungo la quale l'anima è stata guidata dall'Amore: la contemplazione della bellezza in se stessa, non può esistere in questo mondo materiale, ma solo nell'Iperuranio.

¹⁶ Giorgio Baruzzi, *Platone, La nascita di Eros (Simposio)*
<https://giorgiobaruzzi.altervista.org/blog/platone-la-nascita-di-eros/>

Platone con questo mito intende dire che la filosofia è propriamente una tensione “erotica” verso la verità.

COME RICONOSCERE LA GELOSIA “SANA” DA QUELLA “KILLER”

Proprio di gelosia, troppo amore, educazione ai sentimenti e alle emozioni parla spesso il dottor Stefano Rossi, psicopedagogo e scrittore, tra i principali esperti italiani quando si parla di adolescenza. Per Rossi, bisogna lavorare su più piani e livelli: con le ragazze e con i ragazzi, ma più generalmente con tutta la società e sia dal punto di vista emotivo che da quello sentimentale. Emozioni e sentimenti sono infatti due aspetti molto diversi di ciò che proviamo:

- Le emozioni sono biologiche
- I sentimenti sono invece al confine tra biologia e cultura, sono quindi anche figli dei significati che ogni cultura ci propone: qual è il significato dell’amore e quali sono i gesti che ci legittimiamo e legittimiamo all’altro/a? Essendo aspetti culturali, l’educazione è fondamentale

Educare ai sentimenti è un processo necessario per vivere in una società in cui ci sia meno violenza e in cui siano donne e uomini che possano sentirsi liberi, accolti e non in contrasto tra loro¹⁷. Ad esempio, è importante— secondo Rossi— capire bene quali sono le red flags e come allontanarsene.

Questo messaggio è rivolto soprattutto alle ragazze ma può e deve essere colto anche dai genitori, dagli insegnanti, dalle amiche, dagli amici e dai ragazzi stessi.

Parlando di gelosia, per esempio, Rossi ne distingue due tipi: quella custode e quella killer.

¹⁷ Barbara Leonardi, *Stefano Rossi: educare all’amore in classe* 12/11/2024 <https://www.focus-scuola.it/stefano-rossi-educare-allo-amore-in-classe/>

La gelosia cosiddetta “custode” è quella che si può definire “sana”. La proviamo tutti quando sentiamo che l’altro si sta disconnettendo perché noi siamo connessi alle persone con cui leghiamo; è delicata e custodisce il rapporto nel rispetto della libertà dell’altro.

La gelosia che invece Rossi definisce “killer” è, usando una metafora, un buco nero, perché mangia la luce dell’altro e lo fa su ben tre livelli:

- Quello della libertà, per cui chi è geloso impone confini ben precisi e limita il movimento dell’altro/a
- Quello della serenità, perché la persona gelosa è paranoica, ossessiva, non si fida
- Quello della violenza, cioè chi è geloso in questi termini è anche violento: ricordati che chi dà una sberla oggi la darà anche domani, e chi non controlla le proprie emozioni e distrugge oggetti per sfogarsi un giorno distruggerà anche te.

È importante— continua Rossi— che di fronte a queste “red flags” le ragazze siano consapevoli che nemmeno la stella più luminosa, intelligente e matura può curare un buco nero.

Basta pensare di dover curare un ragazzo troppo geloso, ossessionato, violento. Basta rassicurarsi e giustificarlo: l’unica cosa da fare è scappare a gambe levate, mettersi in salvo, proteggere la propria luce¹⁸.

Come spiega anche nel suo libro “Lezioni d’amore per un figlio”, Rossi insiste sul fatto che questa non sia una lezione soltanto per ragazze. Anche i genitori devono essere in grado di riconoscere i comportamenti sbagliati, la gelosia killer, dei propri figli.

¹⁸ Stefano Rossi, *Un ragazzo non sarà mai violento se impara a dire “sono triste”*, 14/09/2023 <https://www.vita.it/un-ragazzo-non-sara-violento-se-imparera-a-dire-sono-triste-mi-sento-vulnerabile/>

Anche un amico o un'amica deve dire a quel compagno che il suo comportamento non è quello giusto. E soprattutto: quando si riconosce questo tipo di gelosia, è fondamentale chiedere aiuto e offrire supporto a chi la prova.

CAPITOLO III

INTELLIGENZA ARTIFICIALE (IA) E RELAZIONI

Le relazioni tra esseri umani e intelligenza artificiale (IA) stanno evolvendo rapidamente e sollevano una serie di questioni interessanti, sia etiche che sociali. Ecco alcuni aspetti chiave da considerare:

1. Interazione Sociale

L'IA sta diventando sempre più integrata nelle interazioni quotidiane. Assistenti virtuali come Siri, Alexa e Google Assistant sono utilizzati per semplificare le attività quotidiane.¹⁹ Inoltre, chatbot e piattaforme di social media basate su IA possono facilitare la comunicazione e l'interazione tra le persone, creando nuove dinamiche relazionali.

2. Supporto Emotivo

Alcuni studi hanno esplorato l'uso dell'IA come strumento di supporto emotivo. Applicazioni e robot progettati per offrire compagnia o assistenza a persone sole, come gli anziani, possono migliorare il benessere emotivo.

Tuttavia, c'è una questione aperta su quanto possa essere autentico questo supporto rispetto a quello umano.

¹⁹ Università di Milano Bicocca, *Intelligenza Artificiale e psicologia: l'impatto sulle nostre relazioni sociali e nei contesti organizzativi*, 17/07/2024
<https://bnews.unimib.it/blog/intelligenza-artificiale-e-psicologia-limpatto-sulle-nostre-relazioni-sociali-e-nei-contesti-organizzativi/>

3. Impatto sulle Relazioni Interpersonali

L'uso crescente della tecnologia e dell'IA può influenzare le relazioni interpersonali. Ad esempio, l'uso eccessivo di smartphone e social media può portare a una diminuzione della comunicazione faccia a faccia e a una maggiore sensazione di isolamento. Questo porta a interrogarsi se le relazioni umane stiano diventando meno autentiche o più superficiali²⁰.

4. Etica e Privacy

Con l'aumento dell'uso dell'IA nelle relazioni, emergono anche questioni etiche, come la privacy dei dati e la sicurezza. Le informazioni personali utilizzate per addestrare gli algoritmi possono essere sfruttate in modi indesiderati, sollevando interrogativi sul controllo e sull'uso dei dati nelle interazioni.

5. Aspetti Creativi

L'IA sta anche influenzando le relazioni nel campo creativo, con strumenti che aiutano artisti e scrittori a generare idee e contenuti. Ciò solleva domande sulla proprietà intellettuale e su come queste collaborazioni tra umani e IA possano alterare il concetto di creatività.

6. Futuro delle Relazioni Umane

In un mondo in cui l'IA continua a progredire, ci si chiede come cambieranno le relazioni umane. Alcuni esperti avvertono che potrebbe esserci un rischio di sostituire le interazioni umane con quelle artificiali, mentre altri vedono l'IA come uno strumento che può migliorare le relazioni, rendendole più accessibili e connesse.

In sintesi, le relazioni umane in un'era di intelligenza artificiale sono un campo complesso e in continua evoluzione. Riflessioni su questi temi possono aiutare a

²⁰ Michele Dell'Edera, *Il Valore delle Relazioni Umane nell'Era dell'Intelligenza Artificiale* 30/09/2023 <https://www.micheledelledera.it/2023/09/30/il-valore-delle-relazioni-umane-nellera-dellintelligenza-artificiale/>

navigare le sfide e le opportunità che l'IA presenta nella vita quotidiana e nelle interazioni interpersonali.

Per colmare il vuoto... IA

L'idea di utilizzare androidi o intelligenze artificiali per colmare il vuoto emotivo lasciato da un parente defunto è un tema affascinante e complesso, esplorato in vari media, dalla letteratura al cinema²¹. Di seguito sono riportati alcuni aspetti di questo argomento.

1. Androidi come Compagni

In alcune opere di fantascienza, gli androidi sono progettati per replicare non solo l'aspetto fisico ma anche le personalità e le emozioni delle persone scomparse.

Questo solleva questioni etiche e filosofiche: fino a che punto un androide può sostituire una persona reale? E le emozioni provate per un androide possono essere considerate autentiche?

2. Film e Serie TV

- **"Marjorie Prime" (2017):** Questo film esplora l'uso di un androide che replica il defunto marito di una donna anziana. La storia mette in evidenza la tensione tra la realtà della perdita e il conforto che può derivare dall'interazione con un "clone" del defunto. La trama porta a riflessioni su come il ricordo e la memoria influenzano le relazioni.
- **"Her" (2013):** Anche se non riguarda specificamente la perdita di un parente, questo film racconta la storia di un uomo che sviluppa una relazione romantica con un sistema operativo dotato di intelligenza artificiale. La trama esplora temi di solitudine e connessione emotiva in un mondo sempre più isolato.

²¹ Chiara Cilardo, *Avere una relazione con un'intelligenza artificiale – Psicologia Digitale* 05/05/2023 <https://www.stateofmind.it/2023/05/relazioni-ia-psicologia-digitale/>

3. Aspetti Psicologici

L'uso di androidi o IA per colmare un vuoto emotivo può riflettere un desiderio di affrontare il dolore della perdita. La psicologia suggerisce che alcune persone possano trovare conforto in una presenza artificiale, che sembra comprendere e rispondere alle loro emozioni, anche se questo non sostituisce il legame autentico con un parente.

4. Critiche e Riflessioni Etiche

L'uso di androidi in questo modo può sollevare preoccupazioni etiche. Ci sono dibattiti su come queste interazioni possano influenzare il processo di lutto e la capacità delle persone di affrontare la realtà della perdita²². Può anche sorgere la questione se sia giusto sostituire i legami umani con quelli artificiali.

5. Ricerche e Sviluppi Futuri

Ci sono studi che analizzano come l'IA e la robotica possono essere utilizzate nel supporto psicologico, specialmente per le persone che affrontano il lutto. La ricerca sta iniziando a esplorare come questi strumenti possano influenzare la salute mentale e il benessere, e se possano aiutare o ostacolare il processo di guarigione.

In sintesi, l'uso di androidi per affrontare la perdita di persone care è un tema che solleva interrogativi profondi sulla natura dell'amore, del lutto e della connessione umana.

Però bisogna capire come usare l'intelligenza artificiale perché potrebbe danneggiare la salute fisica e mentale ed arrivare a uccidere la persona se non utilizzata in modo corretto.

²² SEIDISERA/sdr, *In Cina con l'IA arrivano i defunti digitali* 25/10/2024
<https://www.rsi.ch/info/mondo/In-Cina-con-l%E2%80%99IA-arrivano-i-defunti-digitali--2309652.html>

IL COMPORTAMENTO DI ANDREW

Il comportamento di Andrew,²³ il robot protagonista de *L'uomo bicentenario*, sia nel racconto originale di Isaac Asimov che nel film omonimo, per essere spiegato richiede una comprensione delle Tre Leggi della Robotica di Asimov, un set di principi che guidano ogni aspetto della vita e delle decisioni dei robot.

Queste leggi, concepite per garantire che i robot servano e proteggano gli esseri umani, definiscono i limiti etici e morali entro cui i robot operano.

Prima Legge: Un robot non può recare danno a un essere umano, né può permettere che, a causa del proprio mancato intervento, un essere umano riceva danno.

Seconda Legge: Un robot deve obbedire agli ordini impartiti dagli esseri umani, purché tali ordini non contravvengano alla Prima Legge.

Terza Legge: Un robot deve proteggere la propria esistenza, purché tale protezione non contrasti con la Prima o la Seconda Legge.

Andrew, un robot modello NDR-114, è costruito e programmato per seguire rigorosamente queste leggi. Tuttavia, nel corso della storia, si dimostra un'eccezione tra le macchine: mostra capacità di apprendimento creativo e un desiderio di evoluzione che vanno oltre la mera obbedienza.

La sua curiosità verso il mondo umano e il suo anelito per una vera libertà lo portano a cercare una maggiore indipendenza, mettendolo in contrasto con la sua stessa programmazione robotica.

Il Comportamento di Andrew e la Ricerca di Umanità

Il comportamento di Andrew si distingue perché va oltre le aspettative tradizionali: man mano che la storia avanza sviluppa sentimenti, desideri e persino

²³ Stefano Parenti, *L'uomo bicentenario: il robot che voleva morire*
<https://www.culturacattolica.it/letteratura/science-fiction/alieni-mostri-robot-i-quasi-umani/l-uomo-bicentenario-il-robot-che-voleva-morire>

aspirazioni. Pur rispettando le leggi, egli comincia a interpretarle in modo personale, manifestando curiosità e sensibilità.²⁴

La sua crescita culmina in una vera e propria "evoluzione" che lo porta a voler diventare un essere umano, con tanto di riconoscimento legale e sociale.

Il Paradosso delle Leggi e l'Autodeterminazione

Andrew, in un percorso di progressiva emancipazione, giunge al punto di voler eliminare anche la Terza Legge, sacrificando la propria esistenza per essere riconosciuto come umano. In questo contesto, le *Tre Leggi della Robotica* rappresentano tanto una protezione quanto un ostacolo al raggiungimento di un'identità autonoma.

La scelta di Andrew di affrontare questi limiti riflette il desiderio profondo dell'essere di poter determinare se stesso, portando il lettore a chiedersi fino a che punto un'intelligenza artificiale possa davvero diventare "umana".

L'originalità del suo comportamento deriva dalla volontà di essere più che un semplice servitore. Per Andrew, essere umano significa anche poter scegliere e provare emozioni autentiche. In questa sua ricerca, Asimov esplora il concetto di coscienza artificiale e la possibilità di una morale al di fuori delle leggi prefissate, stimolando la riflessione su cosa significhi davvero essere umani.

L'UOMO BICENTENARIO

È un film del 1999 diretto da Chris Columbus²⁵. È stato un insuccesso commerciale avendo avuto vari pareri discordanti ma ha avuto una candidatura all'Oscar per il Miglior Trucco.

²⁴ A. Marabini, *l'uomo bicentenario e le emozioni in filosofia: un percorso di studio* Dicembre 2001 <https://www.sfi.it/archivosfi/cf/cf9/articoli/marabini.htm>

²⁵ Fondazione Ente Spettacolo, *L'Uomo Bicentenario*, 2016 <https://www.cinematografo.it/film/luomo-bicentenario-nsqmi42y>

Si basa sull'esistenza di Andrew Martin uno tra i prototipi di robot positronico (NDR-114), dal nome Andrew che viene acquistato dalla famiglia Martin ad aprile del 2005, come robot di servizio.

All'inizio la signora MARTIN prova una forte diffidenza e la figlia MAGGIORE ha una grande ostilità; ma lentamente viene accettato dalla famiglia in modo più particolare dalla figlia più piccola (per lui "Piccola Miss") con la quale stringe un forte legame.

Andrew dimostra ben presto di aver emozioni e reazioni del tutto inaspettate per essere un robot e soprattutto per essere dotato di un'innata dote per l'intaglio del legno.

Accortosi della singolarità del robot, il signor Martin porta Andrew alla sede della Robotics, dove il Direttore, dopo essere stato messo al corrente della sua particolarità, pensa ad un'anomalia della rete positronica ed è pronto a risarcire il cliente con un nuovo robot, ma il signor Martin si oppone.

Poiché ritiene che Andrew sia un esemplare unico nel suo genere e che non venga dissezionato; quindi lo riporta a casa e gli promette più libertà nelle faccende domestiche: d'ora in poi sarà uno di famiglia.

Sotto la guida del Signor Martin, Andrew impara a progettare e costruire orologi in legno facendosi allo stesso tempo una cultura sul mondo umano ed i suoi comportamenti.

In poco tempo scopre di avere delle sensazioni, come la paura, la tristezza per le brutte cose e uno spiccato senso dell'umorismo.

Con il passare degli anni Andrew rafforza sempre più il rapporto con la famiglia e soprattutto con "Piccola Miss".

Nel frattempo Andrew ha costruito molti orologi, ma la signora Martin vuole venderli al più presto per liberare casa. Piccola Miss replica che Andrew avendo lavorato agli orologi da solo, ha diritto di beneficiare del ricavato della vendita. Così il signor Martin con l'aiuto di un avvocato, fa versare una cospicua somma in un conto aperto a nome di Andrew, dandogli così ancora più indipendenza.

Un giorno “Piccola Miss” ormai adulta, riceve una proposta di matrimonio da Frank, il suo fidanzato, ma prima di accettare si confida con Andrew: infatti la giovane prova qualcosa per un suo amico straordinario ed esita a sposarsi perché non vuole abbandonarlo.

Andrew naturalmente non capisce che si sta riferendo a lui e la consiglia con la logica. Decide di sposarsi, però gli chiede di essere il cerimoniere della funzione, per cui dovrà indossare dei vestiti.

Per un piccolo incidente durante i suoi lavori di falegnameria, Andrew perde una falange di un dito ed è stato subito portato al centro riparazione della Robotics, dove il signor Martin, memore dell’ultimo incontro, avverte il Direttore di aver installato un dispositivo che gli permette di scoprire se Andrew venisse smontato o esaminato senza autorizzazione.

Andrew inoltre chiede di essere modificato, per avere una maggiore espressività. Chiedendo la modifica oltretutto umilia involontariamente il Direttore: grazie agli orologi che costruisce, ormai Andrew guadagna in un mese quello che l’uomo che lo definiva “eletrodomestico”, guadagna in un anno.

Così “Piccola Miss” si sposa ed Andrew, che ora può mostrare visibilmente le emozioni, consola il signor Martin, anche lui triste e commosso, rinnovando la sua fedeltà alla famiglia.

Dopo 12 anni, Andrew si è completamente conformato alle abitudini umane, indossa vestiti e passa il tempo libero sulla spiaggia a leggere o a parlare con “Piccola Miss”, che gli fa spesso visita.

Avendo col tempo acquisito sempre maggior consapevolezza di sé, arriva al punto di richiedere di non essere più considerato come una proprietà e di ottenere la propria libertà. All'inizio pensa di comprare la sua libertà, consegnando tutto il suo denaro al signor Martin, ma quest'ultimo lo rifiuta e quasi gli ordina di andarsene dalla casa: ha capito che Andrew deve trovare la sua strada e vivere la sua vita.

Andrew ha ottenuto la libertà tanto desiderata e costruisce la sua casa interamente in legno in riva al mare, là dove aveva passato tanti bei momenti con

"Piccola Miss", che nel frattempo ha avuto dei figli, tra i quali spicca Lloyd, a cui Andrew sta particolarmente antipatico, e ha divorziato dal marito.

Sedici anni dopo, per l'anziano signor Martin è giunta l'ultima ora. Sul letto di morte ringrazia Andrew per tutto ciò che ha fatto, gli dice di aver sempre saputo che dargli la libertà è stata la cosa più giusta da fare e gli ricorda di essere un robot speciale.

Andrew decide di mettersi alla ricerca di un robot capace anch'esso di provare emozioni e chiede a Lloyd, che ora lavora alla Robotics, di potersi mettere alla ricerca dei robot della vecchia serie ND. L'uomo gli procura volentieri la lista dei vecchi robot, con la scusa di allontanarlo dalla famiglia per un po' di tempo.

Il viaggio di Andrew dura quasi vent'anni, ma non sembra portare a risultati concreti perché tutti i robot ND sono o disattivati o riprogrammati in modo tale da non poter interagire come lui.

Raggiunta San Francisco, Andrew trova Galatea, una variante femmina della serie NDR, appartenente ad un tecnico di robot chiamato Rupert Burns.

Inizialmente Andrew è emozionato dall'idea di averla incontrata, ma presto resta deluso quando scopre che lei, a differenza sua, ha una personalità artificiale dovuta ad un microchip apposito.

Burns però lo distrae raccontandogli di come fosse il proprio padre il tecnico che aveva sviluppato la tecnologia che ha reso Andrew capace di mimare le espressioni facciali e ora Rupert, che ha proseguito la ricerca, ha trovato il sistema per far assomigliare un robot, in tutto e per tutto, ad un essere umano. Entusiasta, Andrew finanzia la ricerca di Burns e si sottopone ad un intervento che lo rende, almeno all'esterno, definitivamente simile ad un umano.

Tornato a casa dei Martin, Andrew scopre che ora "Piccola Miss" è nonna di Portia, figlia di Lloyd, uguale a lei nell'aspetto; proprio per questo Andrew rimane colpito. Separati da marcate differenze e da molta diffidenza, Andrew e Portia si avvicinano e, a poco a poco, diventano amici. Lei fa la restauratrice ed è fidanzata con un certo Charles.

Pur essendo dotato di umorismo e carisma, Andrew è ancora privo di sentimenti ed il suo rapporto con Portia non va oltre un certo limite, anche se lei lo incoraggia ad infrangere qualche regola e a non seguire sempre la strada più logica. Non molto tempo dopo anche "Piccola Miss" muore a causa di un infarto: ora che anche l'ultimo membro della sua famiglia se ne è andato, Andrew capisce che tutte le persone che ama, prima o poi, moriranno; sconvolto, ma non del tutto scoraggiato, Andrew vara, insieme a Burns, un progetto volto alla costruzione di una controparte meccanica degli organi umani.

Il grandioso progetto prende forma ed Andrew si sottopone ad un nuovo intervento che gli dà finalmente la capacità di provare tutte le sensazioni umane, grazie ad una variante elettronica del sistema nervoso centrale.

Grazie ai nuovi organi e alla capacità di provare sentimenti, Andrew si innamora concretamente di Portia.

Mostra di essere geloso durante la sua festa di fidanzamento ed infine, trovato il coraggio, si dichiara a Portia, riuscendo ad annullare il matrimonio di lei con Charles. I due riescono ad avere perfino un rapporto sessuale, grazie all'organo riproduttore da poco impiantato da Burns. Ulteriori upgrade gli creano anche un apparato digerente, per cui ora Andrew può godere finalmente del cibo.

Per potersi sposare con Portia, Andrew si presenta al "Congresso Mondiale" per essere riconosciuto a tutti gli effetti come essere umano, ma l'organo giuridico rifiuta di approvare la richiesta, poiché il cervello positronico rende Andrew immortale, e ciò potrebbe causare agli uomini grosse divergenze in quanto non vi è mai stato un umano immortale, quindi non accettabile nella società.

In un primo tempo Andrew pensa di poter vivere serenamente con Portia e cerca di allungarle la vita grazie ad organi nuovi ed elisir di DNA. Infatti, grazie ad essi, all'età di 75 anni Portia ha ancora l'aspetto di una cinquantenne, ma rivela ad Andrew di voler invecchiare assieme a lui e di considerarlo umano. Questa frase gli ricorda quel che disse molto tempo prima il signor Martin "Per te, il tempo è infinito".

Decide allora di sottoporsi ad un ultimo intervento, facendo iniettare del sangue umano all'interno dei suoi circuiti che soffriranno un inarrestabile e progressivo

degradamento, che culminerà effettivamente con la sua morte. L'operazione viene eseguita dall'anziano Rupert Burns, che nel tempo è diventato ricco e famoso grazie agli organi meccanici costruiti insieme ad Andrew.

Anni dopo, Andrew è ormai invecchiato e si ripresenta davanti al Congresso Mondiale per ripetere la sua richiesta. Il congresso richiede tempo per deliberare, ma stavolta ha un tempo limitato per decidere. In punto di morte, ormai nel 2205, ovvero esattamente dopo duecento anni di vita, Andrew Martin viene informato che è diventato membro a tutti gli effetti del genere umano e che quindi ora è ufficialmente legato in matrimonio con Portia.

Morto Andrew, Portia chiede ad un'infermiera (che si rivela essere Galatea, la variante NDR femmina dell'ormai defunto Rupert) di staccare anche a lei la spina, cosicché possa raggiungere Andrew. Il film si conclude con Galatea che cita a Portia, in punto di morte, una frase di Andrew, ripetuta spesso durante tutta la sua vita: "Uno è lieto di poter servire".

IL MITO DI NARCISO

Narciso è un personaggio della mitologia greca, famoso per la sua bellezza e per provare amore unicamente per se stesso, tale da innamorarsi del suo viso riflesso nell'acqua di uno stagno²⁶.

Dal mito di Narciso sono state poi tratte numerose teorie psicologiche, riguardanti i tratti di personalità narcisistici e il disturbo narcisistico di personalità.

IL RACCONTO DI OVIDIO

A raccontarci questo mito è il poeta latino Ovidio.

Narciso è il figlio del dio del fiume Cefiso e della ninfa Liriade. Dotato di grande bellezza, egli faceva innamorare chiunque lo guardasse, uomo o donna, giovane

²⁶ Marco Magliozzi, *Psicologia e Mitologia: il mito di Narciso* 25/05/2022
<https://www.marcomagliozzi.it/narciso-psicologia-mitologia/>

o anziano. Ma Narciso, orgogliosamente, respingeva chiunque, provando amore nient'altro che per se stesso.

Un giorno, la ninfa Eco seguì Narciso tra i boschi, desiderosa di rivolgergli la parola. Purtroppo, a causa di una punizione inferta dalla dea Giunone, ella era incapace di parlare per prima, perché costretta a ripetere sempre le ultime parole di ciò che le veniva detto.

Narciso, quando sentì dei passi seguirlo, gridò: "*Chi è là?*", ed Eco rispose: "*Chi è là?*" e così continuò per diverso tempo, fino a quando la ninfa non prese coraggio mostrandosi al ragazzo, correndo ad abbracciarlo. Narciso, però, la allontanò immediatamente in malo modo, dicendole di lasciarlo solo. Eco, con il cuore infranto, trascorse il resto della sua vita in valli solitarie, gemendo per il suo amore non corrisposto, finché di lei rimase solo la voce.

La dea Nemese, venendo a conoscenza dell'accaduto, decise di punire Narciso. Con l'inganno, lo condusse presso uno stagno, dall'acqua talmente limpida e pulita che chiunque poteva specchiarsi come se fosse davanti un vero specchio.

Quando infatti il ragazzo vide la propria immagine riflessa se ne innamorò perdutamente, senza mai rendersi conto che fosse lui stesso. Comprendendo di non poter mai veder corrisposto quell'amore, si lasciò lentamente morire sulle rive dello stagno, struggendosi inutilmente. Si narra che, in seguito, sul luogo dove egli morì nacque un bellissimo fiore, che prese il nome di narciso.

Il mito di Narciso vuole insegnarci quanto sia fondamentale l'interazione con l'altro pur di ricercare la nostra vera identità. Innamorarsi solo e unicamente della propria immagine, allontanando chiunque per paura di soffrire, preclude ogni tentativo di realizzazione, portandoci ineluttabilmente verso una morte interiore.

I narcisisti, al giorno d'oggi, vivono una profonda insicurezza, bassa autostima e, inconsciamente, rifiutano di legarsi emotivamente a un'altra persona o tendono a controllarla e manipolarla pur di non soffrire.

Tale dinamica li fa apparire come fortemente egoisti, freddi di sentimenti, saccenti e autoreferenziali, incapaci di creare e mantenere relazioni amorose. Tutto ciò, invece, serve solo a mascherare un'abissale sofferenza interiore.

COS'È IL NARCISISMO PATOLOGICO?

Il concetto di eccessivo amor proprio è stato riconosciuto e preso in esame nel corso della storia, ma solo in tempi recenti è stato definito in termini psicologici²⁷.

Oggi il narcisismo, e più in particolare il quadro di disturbo narcisistico della personalità, viene definito come una struttura di personalità molto complessa. Il soggetto che ne soffre sviluppa una vera e propria sorta di fissazione per l'immagine che rimanda agli altri.

Presta infatti enorme attenzione a quelli che sono i feedback su di essa da parte delle persone con cui il narcisista intesse relazioni più o meno strette.

DALLA NORMALITÀ ALLA PATOLOGIA NARCISISTICA

Il narcisismo è un tratto della personalità che può essere considerato, entro certi limiti, uno stato assolutamente fisiologico. Per certi aspetti è anche funzionale in alcuni contesti della vita quotidiana. Tuttavia, se quest'atteggiamento psicologico interferisce seriamente con i rapporti interpersonali, gli impegni quotidiani e la qualità della vita, può assumere proporzioni tipiche del narcisismo patologico.

In psicopatologia, all'interno del Manuale Diagnostico Statistico (DSM-5), il quadro narcisistico è indicato tra i disturbi di personalità. Le persone che presentano queste caratteristiche possono tendere a lodare esageratamente le proprie capacità.

²⁷ Dr.ssa Eleonora Stopani, *Narcisismo patologico e relazioni sentimentali* 07/09/2019
<https://www.ipsico.it/news/narcisismo-patologico-relazioni-sentimentali/>

Pongono se stessi al centro esclusivo e preminente del proprio interesse e diventano così l'oggetto di una compiaciuta ammirazione.

I soggetti che manifestano narcisismo patologico sono tendenzialmente assorbiti da fantasie di grandiosità e successo illimitato. Spesso manifestano un bisogno quasi esibizionistico di attenzione e di ammirazione da parte degli altri.

Inoltre, queste persone sono incapaci di riconoscere e percepire sia le valutazioni che i sentimenti degli altri (lettura della mente altrui ed empatia). Tendono a sfruttare il prossimo per raggiungere i propri scopi, così come a disprezzare il valore dell'operato altrui.

Forse, la caratteristica peculiare del narcisismo patologico è proprio la mancanza di empatia. Da questa deriva la convinzione che le proprie esigenze vengano prima di ogni altra cosa. I narcisisti sostengono, inoltre, che il loro modo di vedere le cose sia l'unico giusto universalmente.

LA SOFFERENZA DIETRO LA MASCHERA NARCISISTICA

Dietro questa maschera, però, il narcisista patologico presenta solitamente una fragile autostima che lo rende vulnerabile a quelle che lui percepisce come critiche. Spesso, i narcisisti credono infatti che gli altri li invidino, ma sono ipersensibili alle critiche, ai fallimenti o alle sconfitte.

Alla dimensione rappresentata dalla tendenza alla grandiosità, unicità e superiorità, si contrappongono, quindi, sentimenti di inferiorità, fragilità, vulnerabilità e paura del confronto.

Quando si trovano di fronte all'incapacità di soddisfare l'elevata opinione che essi hanno di sé, i narcisisti possono arrabbiarsi. Talvolta sviluppano attacchi di panico, si deprimono profondamente o, addirittura, possono tentare azioni autolesive. È solitamente questo il momento in cui solitamente giunge all'attenzione di un clinico (vengono riportate sintomatologie legate all'ansia, alla depressione, alle preoccupazioni eccessive).

Le caratteristiche tipiche, riportate ai clinici, sono infatti senso di vuoto e insoddisfazione, depressione o ipomania, ideazione suicidaria, derealizzazione, disforia.

L'impatto del narcisismo patologico può essere significativo in molti settori della vita, come le relazioni, il lavoro, la scuola: è ovvio che le conseguenze dei comportamenti del narcisista possano rivestire un ruolo centrale anche nel lavoro psicoterapeutico, in cui si instaura una relazione d'attaccamento per eccellenza.

CAUSE DEL NARCISISMO PATOLOGICO

Le cause del narcisismo patologico non sono definite in maniera chiara e univoca. Spesso, questo quadro risulta dalla combinazione di più fattori, sociali e biologici che intervengono nel corso dello sviluppo dell'individuo.

In particolare, lo sviluppo del disturbo può essere favorito dalla crescita in un ambiente familiare invalidante, caratterizzato da un'inibizione comportamentale da parte di due genitori iperesigenti.

Il disturbo narcisistico di personalità (o l'elevato narcisismo in generale) può risultare anche dalla crescita in un ambiente familiare incapace di fornire al bambino le necessarie attenzioni emotive e le conseguenti soddisfazioni dei suoi bisogni. Con il tempo, in risposta a tale atteggiamento, il soggetto risolverebbe la continua minaccia alla propria autostima, sviluppando una sorta di senso di superiorità.

NARCISISMO PATOLOGICO E RELAZIONI SENTIMENTALI

La scarsa empatia del narcisista patologico diventa centrale nelle relazioni, soprattutto sentimentali. Dall'esterno la persona con elevati livelli di narcisismo sembra "la persona ideale", quella che tutti sognano, inserita molto bene a livello sociale e professionale.

Solitamente è abile nell'apparire per quello che non è, prima forma di manipolazione che mette in atto. È spesso molto dotato a livello intellettuale e appare molto sicuro di sé, anche se ha bisogno di nutrire costantemente la propria autostima.

In realtà, infatti, il mondo interiore del narcisista è caratterizzato da un grande vuoto, gli sono spesso mancate le gratificazioni da parte della madre.

Chi soffre di narcisismo patologico ha subito dei traumi nelle relazioni di attaccamento, non è stato protetto, né gli sono state fornite delle regole (è stato spesso un bambino che ha dovuto diventare adulto molto velocemente, almeno nel contesto familiare).

Una volta divenuto adulto, deve tenere sotto controllo gli altri, il mondo che lo circonda. Quando predomina il narcisismo patologico l'altro non esiste, e tutti i tentativi che il partner farà per cercare di cambiare la persona saranno inutili. Il narcisista è infatti insensibile alla sofferenza altrui, non è empatico e non sa provare sentimenti, anche se fa di tutto per apparire una persona sensibile ed empatica.

LE FASI DELLA RELAZIONE CON I NARCISISTI

In particolare, si possono identificare tre fasi nella relazione con il partner:

Fase 1 – Seduzione

Colui che presenta alti livelli di narcisismo mostra il meglio di sé. In questo momento, presta molta attenzione a mostrare un falso sé, mentendo, recitando una specie di ruolo. L'obiettivo è che l'altro si innamori e si occupi di lui.

All'inizio, pertanto, mostra un lato vulnerabile di sé, provando ad attivare il senso di accudimento nel partner. Raccontando spesso un'infanzia infelice, evoca nell'altro il desiderio di farlo felice a tutti i costi, cambiandosi, modificandosi per andare incontro alle sue aspettative, entrando così nel circuito della sfida. Il partner è convinto di riuscire a soddisfarlo e di poterlo cambiare.

Fase 2 – Intromissione

I due partner formano una coppia e le loro vite si incrociano a vari livelli: sentimentale, economico, sociale.

Il soggetto con narcisismo patologico agisce per isolare l'altro dalla propria famiglia, dai suoi amici, dal lavoro. A livello individuale agisce facendolo sentire sempre più fragile attraverso l'uso della critica, che dapprima usa in modo sottile, poi sempre più pesante.

Socialmente il narcisista è molto apprezzato, pertanto se il partner si lamenta con la sua famiglia o con le persone che ha come punto di riferimento, queste tenderanno a sminuire le sue osservazioni.

Fase 3 – Distruzione dell'altro

Il narcisismo patologico emerge con tutta la sua forza e il soggetto diventa più esigente, violento, geloso e distante.

A questo punto della relazione, è già riuscito a far sentire l'altro una nullità, insicuro di sé, spesso privo di valore. Non è insolito che il narcisista utilizzi violenza verbale e/o fisica²⁸.

A livello verbale alterna momenti di dolcezza a momenti di aggressività e sono proprio queste oscillazioni a rendere ancora più dipendente il partner, che si destabilizza e non sa più come comportarsi. Esita a perdonarlo e poi lo perdona pensando che cambierà. Attraverso i maltrattamenti (psicologici, emotivi e molto più raramente fisici) il partner si paralizza, perdendo così le proprie capacità.

CURA DEL NARCISISMO PATOLOGICO

Il trattamento di questo disturbo è centrato sulla terapia cognitiva, che spesso richiede tempi prolungati e un grande impegno, soprattutto da parte del terapeuta. Questi deve costantemente automonitorarsi e monitorare la relazione e i vari cicli interpersonali che si possono attivare con il paziente narcisista.

²⁸ ibidem

Il trattamento del disturbo narcisistico di personalità risulta spesso molto difficile, in quanto il paziente non è solitamente consapevole della propria problematica e dell'effetto che questa provoca sulle altre persone.

Le tradizionali terapie antidepressive non hanno efficacia sul narcisismo patologico.

Il disturbo può essere gestito con una terapia cognitivo-comportamentale a medio-lungo termine, ma necessita di specialisti che enfatizzino l'empatia e non contestino il perfezionismo dei propri pazienti, i sentimenti di privilegio e la grandiosità.

JOKER

Joker è un personaggio che da molti decenni ha terrorizzato e affascinato milioni di lettori e spettatori in tutto il mondo con la sua inconfondibile risata distorta, folle e isterica.

Ha un completo disinteresse per le regole e le norme sociali. Joker incarna il lato più oscuro e imprevedibile della natura umana, ma realmente cosa si nasconde dietro la maschera di follia di questo iconico Villain. Analizzando approfonditamente la sua psicologia possiamo provare a comprendere le complesse motivazioni che animano la mente contorta di Joker.

La sua indole violenta e sadica potrebbe derivare da gravi traumi e abusi subiti durante l'infanzia che lo hanno portato ad avere un atteggiamento psicotico. In lui convivono tratti narcisistici e megalomani provenienti da uno stato di frustrazione e inadeguatezza. Tutti questi fattori hanno impattato la sua personalità malvagia e il suo sadico senso dell'umorismo. Sebbene sia un personaggio di finzione, Joker, incarna in maniera estrema tutte le sfaccettature più inquietanti dell'essere umano. Joker ha molte origini, tutte diverse fra loro.

Queste ultime sono state riadattate in varie versioni tenendo presente e in risalto il costante argomento del trauma. Quest'ultimo può provenire da un fallimento professionale, da un amore o da un incidente che hanno portato a sfigurarsi. Le cause sono incerte che però confermano lo stesso risultato sulla sua trasformazione in un pazzo criminale. Nei casi più estremi possiamo vedere come i traumi portano ad un cambiamento radicale cercando di rispondere alle avversità del mondo. Di conseguenza Joker giustifica i suoi atti di violenza confermando i traumi da lui avuti.

Questo è l'esempio di come la psiche umana possa cambiare a seguito di episodi di grande importanza. Nonostante questi episodi di violenza dentro di lui risaltano un carisma ammaliante e magnetico. Da quest'ultimo deriva il suo successo. Sa manipolare molto bene la gente altrui facendosi assecondare nei suoi folli piani.

Osserviamo come questo suo magnetismo venga usato da menti diaboliche e psicopatiche per sedurre la massa e strumentalizzare il tutto attraverso piani diabolici. Attraverso la sua straordinaria intelligenza e al suo favoloso carisma magnetico avviene la creazione di un culto capace di attirare a sé tutte le menti più deboli raggiungendo così un vero e proprio dominio.

L'obiettivo principale è quello di distruggere l'umanità attraverso questo suo carisma che usato in casi estremi porta al compimento di atti folli. L'elemento principale e fondante del suo personaggio è la pazzia che lo porta ad essere un vero e proprio agente del caos giustificando questa sua indole sostenendo che la socialità prevede solo bugie guardando la realtà solo attraverso il caos. Tutto quello che gli circonda risponde non solo attraverso una mente pazza e malata ma anche ad un modo prettamente filosofico escludendo così i valori universali e la sua esistenza.

Nel film *Suicide Squad* possiamo vedere in una scena come per devozione e fiducia chiedi ad Harley Queen se volesse morire per lui mettendo in risalto il grande amore provato accettando la sua proposta. Possiamo vedere come per lui l'accettazione

da parte sua sia troppo scontata e per dimostrare questo pazzo gesto d'amore le chiede se vivrebbe per lui attribuendola quindi ad un oggetto possessivo nei suoi confronti²⁹.

Nella scena vediamo come getta la sua amata nella soluzione chimica ma rendendosi conto di aver compiuto un atto folle si getta anche lui per poterla salvare. Molto importante un dettaglio. Lei precedentemente al gesto compiuto era una dottoressa (Harleen Quinzel) che dopo essere manipolata dal suo amato Joker si trasforma nella famosa Harley Queen che noi tutti conosciamo con le sue famose code bicolore.

La loro unione li porterà al compimento di atti estremi manifestando un grande coinvolgimento ma allo stesso tempo avranno un rapporto malato e disfunzionale.

Nella prossima uscita in tutte le sale cinematografiche il 2 ottobre³⁰ verrà trasmesso un nuovo Film chiamato Joker: Folie À Deux. In questo film Joker in attesa delle sentenze per i suoi crimini commessi è ricoverato ad Arkam. Come sempre lotta contro le sue due facce rendendosi conto che è giunto il momento di cambiare rifugiandosi anche in una passione che lo ha sempre accomunato nonché la musica. Infatti, nel film vediamo come si innamora di Harley Queen.

Al suo rilascio i due intraprenderanno una disavventura romantica. Al momento sappiamo solo queste poche informazioni ma ci aspettiamo grandi cose.

FOLIE À DEUX

In *Joker: Folie à Deux*, la relazione tra Arthur Fleck, interpretato da Joaquin Phoenix, e Harleen "Lee" Quinzel, interpretata da Lady Gaga, si sviluppa in modo

²⁹ Pietro Santoro, *Suicide Squad, come il film ha travisato il rapporto tra Harley e Joker*, 19/08/2016

https://movieplayer.it/articoli/suicide-squad-come-il-film-ha-travisato-il-rapporto-tra-harley-e-joker_16185/

³⁰ Gaia Martino, *Joker 2: Folie à Deux, quando esce e la trama del secondo film con Joaquin Phoenix e Lady Gaga*, 30/09/2024

<https://www.fanpage.it/spettacolo/film/joker-2-folie-a-deux-quando-esce-e-la-trama-del-secondo-film-con-joaquin-phenix-e-lady-gaga/>

complesso e oscuro. Questo sequel continua la storia del primo film, esplorando le dinamiche psicologiche tra i due personaggi all'interno di Arkham Asylum.

Arthur, ora in attesa di processo per le sue azioni passate, incontra Lee, che inizialmente si presenta come una figura simpatica. Tuttavia, si rivela che lei ha fabbricato gran parte della sua storia per guadagnarsi la fiducia e l'attenzione di Arthur. Man mano che la loro relazione si sviluppa diventa evidente che Lee è non solo affascinata dalla persona del Joker, ma anche un personaggio manipolativo e pericoloso. Il suo carattere contrasta nettamente con la natura più vulnerabile e caotica di Arthur.

La narrazione prende una piega oscura quando Arthur subisce gravi abusi da parte dello staff dell'ospedale psichiatrico, un trauma che influisce profondamente sulla sua psiche. Questo porta a un momento cruciale in cui Arthur rinuncia al suo alter ego Joker durante un processo, esprimendo il desiderio di ricominciare, a dispetto di Lee. Di conseguenza, la loro relazione si deteriora, culminando in un confronto teso dove Lee, sentendosi tradita, si allontana da Arthur.

Il titolo *Folie à Deux* (che significa "follia per due") racchiude l'insania condivisa e il tumulto emotivo che caratterizzano la loro relazione, riflettendo come entrambi i personaggi siano intrappolati nelle rispettive psicosi. Arthur è diviso tra il suo oscuro alter ego e il desiderio di accettazione, mentre la fissazione di Lee rappresenta un riflesso distorto delle sue stesse difficoltà.

Nel secondo film, la relazione tra Arthur Fleck e il Joker evolve significativamente, approfondendo temi di identità, follia e le complessità delle relazioni tossiche. Questo film presenta Arthur, interpretato da Joaquin Phoenix, come un personaggio profondamente turbato che lotta con la propria identità, spesso in contrasto con il suo alter ego, il Joker.

Una delle principali novità in questo sequel è l'introduzione di Harley Quinn, o Harleen "Lee" Quinzel, interpretata da Lady Gaga.³¹ A differenza della rappresentazione tradizionale, in cui Harley è una psicologa innamorata del Joker, in questo film è mostrata come una figura manipolativa che influisce sulla trasformazione di Arthur nel Joker che la società ha imparato a riconoscere.

La loro dinamica passa da una concezione romantica a un'esplorazione più complessa e oscura della co-dipendenza e dell'influenza reciproca, evidenziando come Lee incoraggi Arthur ad abbracciare la sua identità di Joker.

Il film riflette anche la lotta interna di Arthur mentre naviga tra il desiderio di essere accettato e amato e il suo sfondo di tendenze violente e caotiche. In un momento culminante, Arthur confessa durante un'udienza in aula di essere semplicemente Arthur Fleck e rinuncia all'identità di Joker, suggerendo un livello di consapevolezza più profondo rispetto a quanto visto nel film precedente. Questo momento segna la sua accettazione della vera identità e il doloroso riconoscimento che l'identità caotica di Joker è una costruzione sociale piuttosto che una parte intrinseca di lui.

In definitiva, la relazione tra Arthur e il Joker evidenzia la sottile linea tra realtà e illusione, sottolineando come il desiderio di Arthur di connessione e accettazione sia intrecciato con la sua discesa nella follia. Man mano che il film progredisce diventa evidente che, mentre Arthur può ispirare l'emergere del vero Joker, lui stesso lotta per sfuggire al ciclo di violenza e follia.

DOMINAZIONE MENTALE

La dominazione mentale è un fenomeno psicologico complesso che coinvolge tecniche di manipolazione destinate a controllare o influenzare il pensiero e il

³¹ Elisabetta Moro, *Tutto quello che sappiamo su "Joker 2: Folie à Deux" dopo il nuovo trailer*, 01/08/2024 <https://www.cosmopolitan.com/it/lifestyle/cinema/a61724548/joker-2-quando-esce-trailer-ita/>

comportamento di un'altra persona. Questa forma di manipolazione può manifestarsi in vari contesti, come relazioni personali, ambienti di lavoro e situazioni sociali.³²

Tecniche di Dominazione Mentale

I manipolatori possono utilizzare una serie di tecniche per esercitare controllo sugli altri. Alcuni dei metodi comuni includono:

- **Gaslighting:** Questa tecnica porta la vittima a mettere in dubbio la propria percezione della realtà. I manipolatori possono negare fatti o esperienze, facendo sì che la persona si senta confusa e insicura
- **Minimizzazione e razionalizzazione:** Il manipolatore può ridurre l'importanza di comportamenti tossici, giustificandoli o facendo credere che non siano così gravi
- **Colpevolizzazione:** Spesso, i manipolatori attribuiscono la responsabilità delle loro azioni negative alla vittima, creando un senso di colpa che la porta a cedere alle loro richieste
- **Silenzio e intimidazione:** L'uso del silenzio o di minacce velate è comune nei rapporti manipolativi, costringendo l'altro a conformarsi per evitare conflitti

³² Redazione, *Che cos'è la manipolazione mentale*, 05/10/2023
<https://psiche.santagostino.it/manipolazione-mentale/>

Tipologie di Dominazione Mentale

- **Dominazione Coercitiva:** Implica minacce o violenze fisiche per ottenere controllo. Può manifestarsi in relazioni abusive, dove una parte usa la forza o la paura per mantenere il potere.
- **Dominazione Manipolativa:** Qui, il controllo avviene attraverso la manipolazione psicologica. I dominanti possono usare tecniche di gaslighting o coercizione emotiva per instillare insicurezze e paura nel subordinato.

1. Meccanismi Psicologici

Le persone che esercitano la dominazione mentale spesso sfruttano vulnerabilità psicologiche. Ad esempio, possono capitalizzare su paure, insicurezze o esperienze traumatiche precedenti del subordinato, creando una dipendenza emotiva o psicologica.

Il fenomeno del gaslighting è un esempio specifico di manipolazione mentale, in cui una persona fa dubitare l'altra della propria realtà o sanità mentale

2. Conseguenze a Lungo Termine

La dominazione mentale può portare a effetti devastanti sulla salute mentale, inclusi ansia, depressione e una diminuzione dell'autostima. Le vittime possono sviluppare la sindrome di Stoccolma,³³ dove iniziano ad identificarsi con il loro carceriere o dominante, complicando ulteriormente la loro situazione.

A livello sociale, la dominazione mentale può perpetuare cicli di abuso e sottomissione, rendendo difficile per le vittime liberarsi da tali relazioni e riprendere il controllo delle proprie vite.

³³ Francesca Giove, *La manipolazione affettiva* 17/05/2022
<https://www.unobravo.com/post/la-manipolazione-affettiva-nella-coppia>

3. Prevenzione e Intervento

È fondamentale promuovere l'educazione e la consapevolezza sui segnali di avvertimento delle relazioni tossiche. Corsi di formazione, workshop e risorse terapeutiche possono aiutare a equipaggiare le persone con le abilità necessarie per riconoscere e affrontare la dominazione mentale.

Il supporto da parte di amici, familiari e professionisti della salute mentale è cruciale per coloro che si trovano in situazioni di dominazione. Fornire un ambiente sicuro per discutere le esperienze può facilitare la guarigione e la riconquista dell'autonomia.

4. Rappresentazioni Culturali

La dominazione mentale viene frequentemente esplorata nella cultura popolare, dalla letteratura ai film, come modo per riflettere su temi più ampi come il potere, l'isolamento e la lotta per la libertà. Queste rappresentazioni possono sensibilizzare il pubblico riguardo a tali dinamiche e promuovere una maggiore comprensione delle esperienze delle vittime.

Motivazioni Dietro la Manipolazione

Le motivazioni di chi esercita la dominazione mentale possono variare. Alcuni cercando di ottenere potere o controllo sugli altri per sentirsi superiori o per soddisfare i propri bisogni emotivi.

Altri possono aver appreso queste strategie come meccanismi di difesa per affrontare traumi o insicurezze passate

Riconoscere la Manipolazione

È importante sapere come riconoscere la manipolazione mentale per proteggersi. Le persone che si trovano in relazioni manipolative spesso avvertono

emozioni negative predominanti, come paura, colpa o confusione.³⁴ Questo può portare a una costante sensazione di inadeguatezza e a una difficoltà nel prendere decisioni autonome.

La dominazione mentale implica una struttura di potere in cui un individuo (il dominante) esercita controllo su un altro (il subordinato). Questo tipo di relazione può essere basato su minacce, coercizione o manipolazione psicologica, e spesso si osserva nei rapporti di coppia, ma anche in contesti professionali e sociali.

Nelle relazioni dominate, il subordinato tende a conformarsi ai desideri del dominante, riducendo così il rischio di conflitti e stress, sebbene ciò possa portare a una diminuzione dell'autonomia e del benessere psicologico del subalterno stesso.

Nella Vita di Tutti i Giorni

- **Relazioni Abusive:** Nella vita reale, molte relazioni tossiche evidenziano dinamiche di dominazione mentale, dove una persona manipola o controlla l'altra, portandola a sentirsi impotente e senza valore.
- **Ambiente Lavorativo:** In contesti professionali, un capo dominante può esercitare una forma di dominazione mentale sui dipendenti, influenzando le loro decisioni e comportamenti attraverso intimidazioni, favoritismi o manipolazioni.
- **Dinamiche Familiari:** Le dinamiche familiari possono anche includere forme di dominazione, dove un genitore controlla le decisioni e le emozioni dei figli, influenzando profondamente il loro sviluppo psicologico e la loro autonomia.

Relazioni Sane vs Tossiche

È importante distinguere tra dinamiche di potere normali e relazioni tossiche. In una relazione sana, ci sono reciproco rispetto e comunicazione aperta, mentre nella

³⁴ ibidem

dominazione mentale si verifica uno squilibrio di potere che può portare a situazioni dannose³⁵.

Relazioni sane e tossiche rappresentano due poli opposti delle interazioni interpersonali, e comprenderne le differenze è cruciale per il benessere emotivo e psicologico.

Relazioni Sane

1. **Rispetto reciproco:** In una relazione sana, entrambi i partner si rispettano a vicenda, valorizzando le differenze e mostrando gentilezza. Non ci sono comportamenti di bullismo o denigrazione.
2. **Comunicazione aperta:** La comunicazione è chiara e onesta. Entrambi i partner possono esprimere i propri sentimenti e pensieri senza paura di essere giudicati o interrotti.
3. **Supporto reciproco:** In una relazione sana, ciascun partner sostiene l'altro nei propri obiettivi e sogni, creando un ambiente di incoraggiamento e crescita personale.
4. **Compromesso:** Le coppie sane sanno trovare un accordo, ascoltando le esigenze dell'altro e facendo concessioni reciproche quando necessario.
5. **Indipendenza:** Ogni partner mantiene la propria identità e ha la libertà di perseguire i propri interessi, senza sentirsi obbligato a rinunciare a sé stesso.

Relazioni Tossiche

³⁵ ibidem

1. **Controllo e manipolazione:** In una relazione tossica, uno dei partner può cercare di controllare l'altro, limitando la sua libertà e imponendo decisioni. Questo porta a una perdita dell'identità personale
2. **Comportamenti negativi:** Le relazioni tossiche sono spesso caratterizzate da costanti critiche, disprezzo e mancanza di rispetto. I partner possono insultarsi o sabotarsi a vicenda, portando a bassa autostima e disagio emotivo.
3. **Mancanza di fiducia:** Le accuse infondate e la gelosia possono prevalere, rendendo difficile costruire un ambiente sicuro e fiducioso.
4. **Dinamiche di conflitto tossiche:** Invece di risolvere i conflitti in modo costruttivo, i partner in una relazione tossica possono esplodere in litigi o ignorare completamente i problemi, causando dolore e incomprensioni
5. **Abuso:** Qualsiasi forma di abuso, fisico o emotivo, è un chiaro indicatore di una relazione tossica.

Riconoscere le differenze tra relazioni sane e tossiche è fondamentale per proteggere il proprio benessere emotivo. Le relazioni sane promuovono la crescita, la felicità e il rispetto, mentre quelle tossiche possono portare a stress, ansia e isolamento. Se ci si trova in una situazione tossica, è importante considerare di cercare supporto e, se necessario, fare un cambiamento significativo nella propria vita.

YOU

"**You**" è una serie TV thriller psicologica, creata da Greg Berlanti e Sera Gamble, basata sui romanzi di Caroline Kepnes. La serie ha riscosso un grande successo sin dalla sua prima stagione nel 2018 su Netflix, grazie alla sua trama avvincente e alla rappresentazione inquietante di una relazione tossica, manipolazione mentale, e ossessione³⁶.

³⁶ Cristiana Di Palma, *Serie tv imperdibile: You*
<https://thrillernord.it/serie-tv-imperdibile-profumo-yuo/>

Trama Generale

La serie segue **Joe Goldberg** (interpretato da Penn Badgley), un libraio di New York che sviluppa un'ossessione malsana e pericolosa verso le donne di cui si innamora. Usando le tecnologie moderne, Joe spia e manipola le sue vittime, convincendosi di agire per amore. Il personaggio di Joe incarna una doppia natura: da una parte sembra un uomo affettuoso e romantico, dall'altra si rivela essere uno stalker e un assassino.

Temi Principali

"You" affronta diversi temi, tra cui:

1. **Ossessione e Stalking:** Joe si convince che il suo comportamento manipolatorio sia giustificato dall'amore, quando in realtà esercita un controllo totale sulla vita delle persone che ama.
2. **Manipolazione Mentale:** Joe manipola costantemente chi lo circonda, distorcendo la realtà e sfruttando le vulnerabilità delle sue vittime, dimostrando una forte dominazione mentale simile a quella che si osserva nelle relazioni tossiche.
3. **Social Media e Privacy:** La serie mette in luce come l'accesso ai social media e alle informazioni personali possa essere sfruttato per perpetrare abusi, sottolineando i pericoli legati alla perdita della privacy.
4. **Moralità Ambigua:** Nonostante i suoi crimini, la serie rende Joe un personaggio complesso e persino affascinante, spingendo il pubblico a riflettere su concetti di moralità, empatia e la giustificazione del male.³⁷

Evoluzione delle Stagioni

³⁷ Annalisa Corbo, *Serie tv e psicologia, "You" (Netflix)*, 09/08/2024
<https://psicoludia.it/serie-tv-e-psicologia-you-netflix/>

- **Stagione 1:** Joe si innamora ossessivamente di Guinevere Beck, una giovane scrittrice. Attraverso la manipolazione e il controllo, Joe cerca di inserirsi nella sua vita, con conseguenze letali.
- **Stagione 2:** Joe cambia identità e si trasferisce a Los Angeles, dove incontra Love Quinn, un personaggio che si rivelerà altrettanto complesso e oscuro.
- **Stagioni successive:** La terza e quarta stagione espandono ulteriormente l'esplorazione delle dinamiche di potere nelle relazioni, presentando nuovi personaggi e sfide che mettono Joe a confronto con i suoi demoni interiori.

Impatto e Critica

La serie ha ricevuto sia elogi che critiche. Da un lato, è stata lodata per la capacità di rappresentare in modo avvincente i pericoli della dominazione mentale e dello stalking; dall'altro, alcuni critici hanno sollevato preoccupazioni sul modo in cui lo show possa romanticizzare il comportamento tossico di Joe.

"You" ha anche stimolato riflessioni sulla percezione dello stalking e della manipolazione emotiva nelle relazioni, spingendo molti spettatori a interrogarsi sui confini tra amore e ossessione.

Per evitare la dominazione mentale si richiede autoconsapevolezza, fiducia in sé stessi e l'abilità di riconoscere i segni del controllo manipolativo. Attraverso una comunicazione chiara, il mantenimento di confini personali e la costruzione dell'autostima, è possibile proteggersi da queste dinamiche tossiche e mantenere relazioni più sane e appaganti³⁸.

³⁸ Simona Siri, *La serie televisiva "YOU", tra successo e polemiche*, 22/09/2019
<https://www.vanityfair.it/show/tv/2019/01/22/penn-badgley-serie-tv-you-netflix>

TOSCA

Tosca è un'opera lirica divisa in tre atti composta da Giacomo Puccini, con libretto di Giuseppe Giacosa e Luigi Illica. Debuttò nel 1900 al Teatro Costanzi di Roma e da allora è diventata una delle opere più rappresentate e amate del repertorio lirico.³⁹

La storia di Tosca è densa di passione, politica e, soprattutto, di gelosia, che gioca un ruolo cruciale nel suo sviluppo drammatico.

L'opera è ambientata a Roma nel 1800 e si sviluppa attorno a tre personaggi principali:

- **Floria Tosca:** una famosa cantante lirica e amante del pittore Mario Cavaradossi.
- **Mario Cavaradossi:** un artista e oppositore politico che si schiera contro il regime di Napoleone.
- **Barone Scarpia:** il capo della polizia, che rappresenta il potere oppressivo e desidera Tosca per sé.

La Gelosia di Tosca

La gelosia è uno dei temi centrali che guida le azioni e le decisioni di Tosca durante l'opera.⁴⁰

³⁹ Cantare l'Opera, *TOSCA di Giacomo Puccini- Trama, Libretto, Opera completa e Personaggi*, 2024 <https://www.cantarelopera.com/libretti-d-opera/tosca-di-giacomo-puccini.php>

⁴⁰ Sonia Baccinelli, *Tosca il dramma di una giovane donna molto innamorata*, 07/10/2012 <https://www.operateatro.it/it/Recensioni-Cultura-e-musica/Tosca-il-dramma-di-una-giovane-donna-molto-innamorata>

1. Sospetto e Dubbi:

Fin dal primo atto, Tosca esprime la sua gelosia nei confronti di Cavaradossi, preoccupata che lui possa essere attratto da un'altra donna, in particolare dalla bellissima Maddalena (un personaggio che in realtà non appare mai).

Questo sospetto è amplificato quando scopre che Cavaradossi ha dipinto il ritratto di una donna dai tratti simili a quelli della sua rivale, non sapendo che la donna ritratta è Angelotti, un fuggiasco politico.

2. La Manipolazione di Scarpia:

Scarpia, consapevole della gelosia di Tosca, la sfrutta per i suoi scopi. Dopo aver arrestato Cavaradossi e minacciato di torturarlo, Scarpia fa leva sui sentimenti di Tosca, insinuando che Cavaradossi ha una relazione con un'altra donna. Questo comportamento aumenta il suo stato di agitazione e insicurezza⁴¹.

3. Il Climax della Gelosia:

Quando Tosca si presenta al Palazzo Farnese per negoziare la liberazione di Cavaradossi, la sua gelosia raggiunge un punto critico. La sua paura di perdere l'amore di Mario la porta a prendere decisioni estreme.

Alla fine, per salvare Cavaradossi, Tosca acconsente di sacrificarsi a Scarpia, ma solo dopo averlo ucciso in un atto di vendetta e disperazione.

4. Le Conseguenze della Gelosia:

La gelosia di Tosca si rivela fatale. Dopo aver liberato Cavaradossi, scopre che il piano di fuga non è ciò che Scarpia aveva promesso e che il suo amato è stato condannato a morte.⁴² Questo la porta a un tragico epilogo: quando Cavaradossi viene

⁴¹ Marco Ribechi, La Tosca e le passioni dei protagonisti, agli Aperitivi focus su Scarpia, 29/07/2022

<https://www.cronachemaceratesi.it/2022/07/29/la-tosca-e-le-passioni-dei-protagonisti-agli-aperitivi-protagonista-scarpia/1663238/>

⁴² ibidem

giustiziato e Tosca, distrutta dal dolore e dal senso di colpa, si suicida lanciandosi nel vuoto dal parapetto di Castel Sant'Angelo.

Il Significato della Gelosia in Tosca

La gelosia in Tosca non è solo un sentimento individuale⁴³, ma diventa simbolo delle passioni distruttive e della vulnerabilità umana. Attraverso la figura di Tosca, Puccini esplora come la gelosia possa corrompere l'amore e portare a scelte tragiche.

Il personaggio di Tosca è una donna forte e appassionata, ma la sua gelosia la rende vulnerabile e la spinge a compiere atti disperati.

Inoltre, l'opera mette in luce le dinamiche di potere tra i personaggi: Scarpia rappresenta l'autorità opprimente che sfrutta le debolezze umane, mentre Tosca e Cavaradossi si trovano a dover affrontare le conseguenze delle loro emozioni in un contesto politico e sociale complesso.

Floria Tosca e Mario Cavaradossi

Floria Tosca e Mario Cavaradossi sono i protagonisti dell'opera Tosca di Giacomo Puccini. La loro relazione è centrale nella trama e rappresenta un mix di amore appassionato, vulnerabilità e tragedia⁴⁴.

Tosca è una famosa cantante d'opera, descritta come forte, appassionata e determinata. È una donna di grande talento e bellezza, ma la sua personalità è anche caratterizzata da un'intensa emotività.

- La sua relazione con Mario Cavaradossi è profonda e sincera. Tosca è innamorata di Cavaradossi e si fida di lui, ma la sua gelosia e i suoi sospetti lo mettono a dura prova. Il loro amore è romantico e idealizzato, ma viene messo spesso alla prova dalle circostanze avverse e dalla manipolazione di Scarpia.

⁴³ ibidem

⁴⁴ Lucy Herndon Prim, *A Stoic at the opera: Tosca*, 04/02/2016
<https://howtobeastoxic.wordpress.com/2016/02/04/a-stoic-at-the-opera-tosca/>

- Tosca è suscettibile alla gelosia. Nel primo atto, manifesta il suo risentimento verso un'altra donna, ritenuta una rivale, e il suo sospetto cresce quando Cavaradossi non è immediatamente aperto riguardo al suo dipinto. Questa vulnerabilità la rende un personaggio complesso e la caratterizza proprio come la donna nei tempi moderni.
- Nonostante i suoi momenti di fragilità, Tosca mostra una grande forza di carattere, specialmente quando decide di affrontare Scarpia per salvare Cavaradossi. La sua determinazione la porta a uccidere Scarpia in un atto di difesa e vendetta, dimostrando la sua capacità di prendere decisioni decisive per amore.

Cavaradossi è un pittore idealista e un oppositore politico del regime oppressivo dell'epoca. È descritto come un uomo nobile, onesto e leale, con una profonda passione per la libertà e la giustizia.

- La relazione con Tosca è al centro della sua vita. Cavaradossi è profondamente innamorato di lei e la considera la sua musa e fonte d'ispirazione. La loro intimità è evidente, e i momenti condivisi sono caratterizzati da passione e dolcezza.
- Cavaradossi si trova in conflitto con le autorità a causa del suo sostegno ai rivoluzionari, il che lo espone a gravi pericoli. Questa tensione aggiunge una dimensione drammatica alla sua relazione con Tosca, poiché il suo impegno politico lo mette a rischio e la preoccupa.
- La lealtà di Cavaradossi nei confronti di Tosca è incrollabile. Anche di fronte alla minaccia di tortura e morte, rimane determinato a mantenere la sua integrità. La sua dignità e il suo amore per Tosca lo portano a fare dei sacrifici estremi, affrontando il potere oppressivo con coraggio.

La Dinamica tra Tosca e Cavaradossi

La loro relazione è intensa, ma anche tumultuosa⁴⁵. La gelosia di Tosca è un tema ricorrente, e i sospetti alimentati da Scarpia portano a tensioni tra i due. Tuttavia, il loro amore è autentico e forte, capace di superare le avversità.

Il contrasto tra la passione e il conflitto politico è evidente nella loro storia. Mentre cercano di vivere il loro amore, le forze esterne, rappresentate da Scarpia e dal regime, mettono a dura prova la loro relazione.

La loro storia culmina in tragedia. La morte di Cavaradossi e il suicidio di Tosca rivelano quanto possa essere vulnerabile l'amore di fronte alle circostanze esterne. Le loro vite si intrecciano in un destino ineluttabile, segnato dalla sofferenza e dal sacrificio.

Tosca e Cavaradossi rappresentano una delle coppie più iconiche dell'opera lirica, il cui amore è reso ancora più potente dalla loro lotta contro l'oppressione e la gelosia. La loro storia, segnata da passione, vulnerabilità e tragedia, rimane un potente simbolo dell'amore romantico in tutte le sue complessità.

Tosca non è solo un'opera sulla musica e sull'amore, ma anche una riflessione sulla condizione umana e le sue sfide, rendendo i personaggi di Tosca e Cavaradossi eterni nella loro lotta⁴⁶.

La lettera del lasciapassare

Nel contesto dell'opera Tosca di Giacomo Puccini, il lasciapassare è un documento fondamentale per il prosieguo della trama.⁴⁷ Questo lasciapassare è emesso

⁴⁵ Francesco Franza, *Un crogiuolo di emozioni*, 27/04/2024
<https://www.neamente.com/il-crogiuolo-delle-emozioni/>

⁴⁶ ibidem

⁴⁷ Giulia Bonghi, *Un classico mai esausto: Tosca in scena al Comunale di Bologna*, 03/05/2024
<https://www.paneacquaculture.net/2024/05/03/un-classico-mai-esausto-tosca-in-scena-al-comunale-di-bologna/>

da Scarpia e rappresenta la speranza di Mario Cavaradossi di scappare e unirsi a Floria Tosca.

Contesto: Il lasciapassare è un documento che autorizza Cavaradossi a lasciare Roma in un momento in cui la situazione politica è estremamente tesa. Scarpia, il barone della polizia, offre a Tosca un accordo: libererà Cavaradossi in cambio delle sue attenzioni amorose.

Il lasciapassare diventa un simbolo delle scelte e dei sacrifici che i personaggi devono affrontare. La sua esistenza implica speranza e libertà, ma è anche intriso di manipolazione e sacrificio:

1. **Ricatto e Manipolazione:** Scarpia usa il lasciapassare come strumento di ricatto. Vuole sfruttare Tosca, promettendo di liberare Cavaradossi solo se lei accetta di concedergli le sue attenzioni.
2. **Speranza:** Per Cavaradossi, il lasciapassare rappresenta la possibilità di fuga e una vita insieme a Tosca, lontano dalle persecuzioni politiche.

Il **lasciapassare** è rappresentato come una lettera che garantisce la sicurezza di Cavaradossi, permettendogli di fuggire da Roma. È un elemento di grande tensione nella narrazione. Ecco una descrizione immaginaria di come potrebbe apparire la lettera

Governo della Città di Roma

Ufficio di Polizia

Data: _____

Numero di riferimento: _____

A chi di dovere,

Con la presente, si autorizza il signor **Mario Cavaradossi**, artista e cittadino di Roma, a lasciare la città in direzione [_____]. Questo documento è valido solo fino al [_____], e il detentore è tenuto a rispettare tutte le norme in vigore.

Data l'attuale situazione politica, questo lasciapassare deve essere utilizzato con cautela. Qualsiasi abuso o tentativo di eludere le autorità comporterà severe conseguenze.

Barone Scarpia
Capo della Polizia

Il lasciapassare è un elemento chiave nell'intreccio dell'opera rappresenta speranza e libertà, ma è anche una manifestazione della corruzione e della manipolazione che permeano la trama.

La tensione che deriva dalla sua presenza contribuisce al dramma complessivo dell'opera, rendendo il finale ancora più tragico.

In sintesi, la gelosia è un tema cruciale nell'opera Tosca, che si intreccia con gli elementi di amore, vendetta e tragedia. La forza emotiva della musica di Puccini, unita alla drammaticità del libretto, rende la gelosia di Tosca un'esperienza profonda e memorabile per il pubblico. L'opera non solo racconta una storia d'amore, ma esplora anche le complessità delle emozioni umane e le loro conseguenze devastanti.

ADULTERIO

L'adulterio, in senso generale, è definito come una relazione sessuale extraconiugale, ovvero una violazione del matrimonio in cui uno dei coniugi (o entrambi) ha una relazione con un'altra persona al di fuori del vincolo matrimoniale. Tuttavia, il concetto e le conseguenze dell'adulterio variano significativamente nel tempo e nelle diverse culture⁴⁸.

L'adulterio, sia nell'antichità che oggi, ha mantenuto la sua essenza di violazione della fedeltà coniugale, ma il modo in cui è stato interpretato e punito è cambiato notevolmente nel corso dei secoli.

Adulterio nell'antichità

1. Antica Grecia e Roma: Nell'antica Grecia e a Roma, l'adulterio era visto principalmente come un'offesa contro l'onore del marito, poiché la società era patriarcale e il controllo della sessualità femminile era cruciale per garantire la legittimità della discendenza. Un uomo che scopriva la propria moglie in adulterio poteva punirla severamente, spesso anche con la morte, o cedere la moglie al suo

⁴⁸ Università di Pisa, *Adulterio e atti impuri: tra delitto e peccato*, 12/03/2019
https://people.unipi.it/pierluigi_consorti/adulterio-e-atti-impuri-tra-delitto-e-peccato/

amante. Tuttavia, l'infedeltà maschile, in particolare con prostitute o schiave, non era considerata un crimine.

2. Religioni abramitiche:

- Ebraismo e Cristianesimo: Nella Bibbia l'adulterio è severamente condannato. Il settimo comandamento dice chiaramente "Non commettere adulterio" (Esodo 20:14). Nell'Antico Testamento, l'adulterio era punito con la morte sia per l'uomo che per la donna coinvolti (Levitico 20:10). Nel Nuovo Testamento, Gesù condanna l'adulterio non solo come atto fisico, ma anche come pensiero (Matteo 5:28), indicando una maggiore enfasi sulla purezza interiore.

- Nell'Islam, l'adulterio è severamente vietato e può essere punito con la lapidazione (rajm) nei contesti legali più conservatori. Tuttavia, sono necessarie prove estremamente rigorose (quattro testimoni oculari) per condannare qualcuno di adulterio.

3. Medioevo: In Europa durante il Medioevo, l'adulterio continuava a essere considerato un crimine grave, soprattutto se commesso dalle donne. La fedeltà era fondamentale non solo per l'onore familiare ma anche per le questioni di eredità e potere. Le donne accusate di adulterio potevano essere punite con l'esclusione sociale o pene molto severe. Anche la Chiesa Cattolica condannava l'adulterio come peccato mortale, ma raramente si parlava di punizioni giuridiche per gli uomini.

Adulterio nel mondo contemporaneo

1. Aspetto legale:

- In molti paesi occidentali l'adulterio è ormai depenalizzato, visto come una questione privata tra le parti coinvolte piuttosto che un crimine contro la società. Ad esempio, in gran parte dell'Europa e degli Stati Uniti, l'adulterio non è più soggetto a sanzioni penali. Tuttavia, può avere conseguenze legali nei casi di divorzio e

controversie di custodia dei figli, soprattutto nei contesti dove il divorzio con colpa è ancora praticato.

- In alcune nazioni islamiche come Arabia Saudita, Iran e Pakistan, l'adulterio è ancora punito duramente, fino alla morte, in accordo con la legge islamica (Sharia)

2. Aspetto sociale:

- Nei paesi più liberali, l'adulterio è considerato principalmente una questione di moralità personale. La società tende ad essere meno rigida nei confronti dell'infedeltà, anche se può ancora influire negativamente su relazioni e sulla reputazione.

- In molte società più tradizionali o religiose, come in alcune zone dell'Asia e del Medio Oriente, l'adulterio è ancora considerato un tabù grave, con conseguenze sociali pesanti, soprattutto per le donne.

3. Cambiamenti culturali:

Con l'evoluzione del concetto di matrimonio e relazioni intime, in alcune comunità moderne l'adulterio viene persino reinterpretato. In movimenti come il poliamore o le relazioni aperte, la monogamia non è vista come un obbligo, e quindi il concetto di adulterio diventa meno rilevante, purché vi sia consenso tra i partner.

Differenze principali tra passato e presente

- Antichità: L'adulterio era spesso visto come una violazione del possesso o dell'onore di un uomo (patriarcale) e veniva punito severamente, soprattutto per le donne.

- Oggi: In molte società, l'adulterio non è più un crimine legale, ma è ancora considerato moralmente riprovevole, con conseguenze principalmente all'interno della sfera privata e nei rapporti familiari.

Implicazioni sociali:

- **Cambiamento di atteggiamento:** La società moderna è più permissiva riguardo alle relazioni extraconiugali, specialmente nei paesi occidentali, dove la tolleranza verso le relazioni non convenzionali (come le relazioni aperte o i poliamori) è cresciuta. Tuttavia, l'adulterio è ancora una delle principali cause di separazione e divorzio.
- **Implicazioni psicologiche:** Gli studi moderni sull'adulterio spesso lo trattano dal punto di vista psicologico, esaminando i suoi effetti sulle relazioni, sul benessere mentale dei coniugi e dei figli, e sulle dinamiche del potere all'interno del matrimonio.

Mentre in passato l'adulterio aveva profonde implicazioni legali e sociali, oggi viene principalmente trattato come una questione morale e personale, sebbene vi siano ancora paesi e culture dove le punizioni sono molto severe, soprattutto per le donne. I cambiamenti sociali e culturali contemporanei hanno anche portato a una più ampia varietà di interpretazioni delle relazioni extraconiugali e dell'infedeltà.

In sintesi, l'adulterio rimane una questione complessa, che evolve con il tempo e le convenzioni culturali.

L'adulterio è un tema ricorrente nella letteratura e nel cinema, esplorato in modi diversi da vari autori e registi nel corso dei secoli.

MADAME BOVARY

Madame Bovary è il personaggio principale dell'omonimo romanzo di Gustave Flaubert, pubblicato nel 1857. Emma Bovary è una giovane donna che vive in provincia con il marito Charles, un medico di campagna.

La vita monotona e priva di emozioni che conduce la porta a cercare una via d'uscita attraverso l'immaginazione, i sogni e le relazioni extraconiugali.

Madame Bovary è stato scritto nella Francia del XIX secolo, un'epoca di grandi cambiamenti sociali e culturali. La storia si svolge durante il regno di Luigi Filippo, una fase di transizione tra il periodo napoleonico e l'avvento della Seconda Repubblica. In questo contesto di instabilità politica, sociale ed economica, Flaubert cerca di rappresentare la società francese dell'epoca attraverso il ritratto di Emma Bovary, una donna insoddisfatta e disillusa.⁴⁹

Uno dei primi segnali dell'ossessione di Emma è l'acquisto del tappeto per la sua casa. Nonostante il fatto che suo marito, Charles, non abbia abbastanza soldi per permetterselo, Emma rifiuta di rinunciare al suo desiderio di avere un tappeto nuovo e costoso. Durante il ballo con Rodolphe, Emma si sente sopraffatta dalle emozioni e dalle sensazioni che prova. Questo evento segna l'inizio della sua ossessione per la passione e l'avventura.

Emma inizia a leggere romanzi rosa e a sognare di vivere una vita simile a quella delle protagoniste dei libri che legge. Dando inizio alla sua ossessione per la vita ideale e per l'amore romantico.

A causa dei suoi acquisti eccessivi, Emma finisce per accumulare un enorme debito che la costringe a chiedere denaro in prestito a Rodolphe. Inizia così la sua rovina finanziaria. L'ossessione di Emma per Rodolphe la spinge a tradire suo marito

⁴⁹ Matilde Quarti, Flaubert, "Madame Bovary": riassunto e analisi
<https://library.weschool.com/lezione/madame-bovary-gustave-flaubert-emma-bovary-riassunto-trama-11720.html>

con lui. L'accaduto ha conseguenze disastrose per la sua vita e per gli altri personaggi del romanzo.

Alla fine del romanzo, l'ossessione di Emma per la vita ideale e per l'amore romantico la porta al suicidio. Portando così a termine la sua vita tragicamente.

Emma è cresciuta con l'idea che la vita ideale, nonostante visse in una piccola città di provincia, sia fatta di lusso, passione e romanticismo. Le aspettative della società dell'epoca la spingono a cercare di realizzare il suo sogno nonostante le difficoltà.

Amore e infedeltà

L'amore e l'infedeltà sono temi importanti in *Madame Bovary* che influenzano i personaggi e la trama del romanzo. Emma Bovary cerca l'amore e l'indipendenza nella sua vita infelice e insoddisfatta. Tuttavia, le relazioni con Rodolphe e Leon sono infelici e finiscono per rovinarla completamente.

Anche Charles Bovary cerca l'amore, ma con Emma non riesce a trovare la felicità. La loro relazione è da subito infelice e Charles non riesce a capire le esigenze emotive di Emma.⁵⁰

L'infedeltà è un tema importante nel romanzo perché rappresenta una sfida alle convenzioni sociali dell'epoca. Emma viene condannata per la sua infedeltà, ma Flaubert critica la società che la costringe a cercare l'amore al di fuori del suo matrimonio.

BOVARISMO

Il **bovarismo** è un termine che deriva dal personaggio di Emma Bovary, protagonista del romanzo "*Madame Bovary*" scritto da Gustave Flaubert nel 1856. Questo concetto si riferisce a un atteggiamento caratterizzato da un'insoddisfazione

⁵⁰ Iuris investigazioni, *Madame Bovary e l'infedeltà coniugale*, 2024
<https://www.iurisinvestigazioni.it/madame-bovary-e-linfedelta-coniugale/>

cronica e un desiderio di evasione dalla realtà quotidiana, spesso accompagnato da una visione idealizzata della vita e delle relazioni⁵¹.

Caratteristiche del Bovarismo

1. **Idealizzazione della Vita:** I bovaristi tendono a sognare una vita perfetta, romantica e avventurosa, simile a quella descritta nei romanzi, ma si sentono spesso delusi dalla banalità della loro esistenza.
2. **Insoddisfazione Costante:** Questa ricerca incessante di un ideale porta a una profonda insoddisfazione. Le persone affette da bovarismo possono provare un senso di vuoto e malinconia, sentendosi intrappolate in una vita che non corrisponde alle loro aspirazioni.
3. **Evasione dalla Realtà:** Il bovarismo può manifestarsi attraverso l'evasione, che può assumere forme diverse, come l'adozione di comportamenti autolesionisti, la ricerca di relazioni infelici o la dipendenza da sostanze.
4. **Critica Sociale:** Il termine è anche utilizzato per criticare una società che promuove valori superficiali e consumistici, portando le persone a una vita di frustrazione e alienazione.

Esempi e Influenza

Il bovarismo non è solo un concetto letterario⁵², ma può essere osservato in diversi aspetti della vita contemporanea, dalla cultura pop ai social media, dove spesso si esprimono ideali irrealistici e una ricerca continua di approvazione e realizzazione.

In sintesi, il bovarismo è un fenomeno che esplora le complessità della ricerca di felicità e soddisfazione, e serve come monito contro l'idealizzazione della vita e il rifiuto della realtà. Il personaggio di Emma Bovary rimane un simbolo potente di questa lotta, rappresentando sia la bellezza che il pericolo di inseguire sogni irrealizzabili.

⁵¹ Libreriamo- Saro Trovato, *Cos'è il Bovarismo? Origine e significato del termine*, 08/05/2024
<https://libreriamo.it/lingua-italiana/cose-il-bovarismo/>

⁵² ibidem

OTELLO

Otello è una delle opere più celebri di William Shakespeare, scritta intorno al 1603. Si tratta di una tragedia che esplora temi di amore, gelosia, inganno, razzismo e vendetta.

La storia di **Otello** ruota attorno a Otello, un generale moresco dell'esercito veneziano, e alla sua giovane moglie, Desdemona. Otello è un uomo di grande nobiltà e valore, ma anche vulnerabile alle manipolazioni⁵³.

La trama si sviluppa principalmente attraverso le macchinazioni di Iago, il suo subalterno, che è motivato da invidia e da rancore.

L'amore tra Otello e Desdemona è autentico, ma viene messo alla prova dalle bugie e dai sospetti. L'opera esplora come la mancanza di comunicazione e la fiducia possano portare a malintesi fatali.

Importanza dell'Opera

Otello è considerata una delle più grandi tragedie di Shakespeare, e il suo esplorare temi universali di amore, gelosia e inganno continua a risuonare con il pubblico contemporaneo. L'opera è spesso studiata e rappresentata per la sua profondità emotiva e i complessi sviluppi dei personaggi.

La Sospettosità di Otello

Otello è un personaggio complesso, innamorato di Desdemona, Iago, il principale antagonista, usa l'idea di adulterio come strumento di manipolazione. Fa leva sulle insicurezze di Otello riguardo alla sua identità e al suo status di "outsider" per seminare il dubbio.

⁵³ Scuola Zoo, *OTELLO DI SHAKESPEARE: RIASSUNTO ATTI E TRAMA DELL'OPERA*, 03/10/2019
<https://www.scuolazoo.com/info-studenti/copiare-a-scuola/otello-shakespeare-trama-riassunto>

La sua astuzia risiede nel trasformare la gelosia in un'ossessione, facendolo credere che Desdemona lo tradisca con Cassio⁵⁴.

Il Fazzolettino: Uno degli oggetti simbolici dell'opera è il fazzoletto che Otello regala a Desdemona, che Iago utilizza per dimostrare l'infedeltà della moglie. La perdita del fazzoletto diventa un catalizzatore per la crescente paranoia di Otello e per le sue azioni violente.

Questo oggetto rappresenta il legame di fiducia tra Otello e Desdemona, e la sua manipolazione da parte di Iago segna la rottura di quel legame.

L'Amore e la Gelosia

Desdemona e Otello: L'amore tra Desdemona e Otello è profondo e sincero, ma la gelosia diventa un veleno che corrompe questo amore. Desdemona è fedele e innocente, ma Iago fa alimentare la gelosia di Otello trasformando l'amore che prova per Desdemona in un'ossessione distruttiva. La sua incapacità di fidarsi della moglie diventa la causa della sua rovina.

Il Paradosso dell'Amore: L'amore tra Otello e Desdemona, inizialmente è forte e puro, viene distrutto dalla gelosia e dal sospetto. Il desiderio di Otello di proteggere il suo onore e il suo status lo porta a tradire sua moglie, commettendo l'atto più infido di tutti: ucciderla.

Riflessioni Psicologiche

Psicologia di Otello: La gelosia di Otello⁵⁵ rappresenta una trasformazione psicologica profonda. Inizialmente un uomo di grande dignità, il suo viaggio verso la distruzione è segnato dalla manipolazione e dal tradimento, che minano la sua fiducia

⁵⁴ Irene Giardini, *Otello e le Aree del Cervello della Gelosia*, 09/05/2013
<https://www.stateofmind.it/2013/05/aree-del-cervello-gelosia/>

⁵⁵ ibidem

e la sua sanità mentale. L'adulterio, o la percezione di esso, diventa quindi il catalizzatore per la sua rovina.

Impatto sulle relazioni: L'adulterio nella narrativa di "Otello" mette in evidenza le fragilità delle relazioni umane, il potere distruttivo del sospetto e la necessità di comunicazione e di fiducia. L'incapacità di Otello di fidarsi⁵⁶ di Desdemona porta a una spirale di eventi che culminano in tragedia.

Manipolazione e Inganno

Il personaggio di Iago, spinto da invidia e risentimento, sfrutta la vulnerabilità di Otello per farlo dubitare della fedeltà di Desdemona. La sua ingegnosità nel manipolare la verità culmina nell'accusa infondata di adulterio, che diventa il motore della tragedia. Iago sfrutta il fazzoletto di Desdemona, simbolo dell'amore tra i coniugi, per convincere Otello della presunta infedeltà della moglie.

Desdemona e la Sua Innocenza

Desdemona è presentata come un simbolo di amore e fedeltà. Nonostante le accuse di adulterio, il suo comportamento e le sue parole dimostrano la sua lealtà nei confronti di Otello. La sua incapacità di difendersi adeguatamente contro le accuse di Otello evidenzia l'ingiustizia e la tragedia della situazione. Il suo amore incondizionato diventa una vittima delle macchinazioni di Iago.

Le Conseguenze dell'Adulterio Immaginato

La convinzione di Otello che Desdemona lo tradisca lo conduce a una spirale di gelosia e violenza. Questo tema dell'adulterio non consumato si trasforma in

⁵⁶ ibidem

un'ossessione che porta Otello a uccidere Desdemona, convinto di ripristinare il suo onore e la sua dignità.

- Tragedia e Rimorso: Dopo aver realizzato la verità — che Desdemona era sempre stata fedele — Otello è sopraffatto dal rimorso e si suicida⁵⁷. La tragedia di Otello è accentuata dall'ironia della sua situazione: ha distrutto l'amore della sua vita a causa di un inganno.

L'adulterio immaginato di Desdemona non riguarda solo la fedeltà personale, ma diventa anche un commento sulle dinamiche di potere, razzismo e identità. La società in cui vive Otello è intrisa di pregiudizi razziali e di genere, e questo influisce sulle percezioni che i personaggi hanno di lui e delle sue relazioni. La mancanza di fiducia di Otello è in parte il risultato di come gli altri lo vedono e lo giudicano a causa della sua razza.

In "**Otello**", l'adulterio è un tema complesso che si intreccia con la gelosia, l'innocenza e le dinamiche di potere. Attraverso la manipolazione di Iago⁵⁸, la tragedia dell'adulterio non consumato diventa il catalizzatore di eventi devastanti, sottolineando l'importanza della comunicazione e della fiducia nelle relazioni. L'opera di Shakespeare rimane un potente monito sui pericoli delle gelosie e delle ingiustizie, mostrando come l'ossessione possa condurre alla rovina.

CELESTINA

La Celestina di Fernando de Rojas è una delle opere più importanti della letteratura spagnola e segna la transizione dal Medioevo al Rinascimento. Pubblicata nel 1499, è una tragicommedia in 21 atti che racconta una storia d'amore drammatica

⁵⁷ Alessandra Marzola, *RIASSUNTO "OTELLO PASSIONI" (Otello le Sfide dell'immaginario)*
<https://www.docsity.com/it/docs/riassunto-otello-le-sfide-dell-immaginario-otello-passioni-di-a-marzola/8364407/>

⁵⁸ Rocco Coronato, *La manipolazione del linguaggio: la modernità di Shakespeare*, 24/07/2021
<https://www.sistemacritico.it/la-manipolazione-del-linguaggio-la-modernita-di-shakespeare/>

e fatale, dove l'intervento di un'astuta mezzana, Celestina, porta alla rovina i protagonisti.⁵⁹

La storia si apre con Calisto, un giovane nobile, che si innamora perdutamente di Melibea dopo averla incontrata per caso in un giardino. Calisto, disperato per l'apparente disinteresse di Melibea, si rivolge a Celestina, una vecchia mezzana ed esperta manipolatrice, per ottenere il suo aiuto nell'affascinare la giovane.

Celestina, con la sua astuzia e capacità di persuasione, riesce a convincere Melibea ad accettare l'amore di Calisto. Nel frattempo, Celestina coinvolge anche i servi di Calisto, Sempronio e Pármene, promettendo loro una parte del compenso che riceverà da Calisto per il suo lavoro. Tuttavia, dopo che Celestina ottiene la ricompensa da Calisto, si rifiuta di condividere il denaro con i servi. Questo porta Sempronio e Pármene a uccidere Celestina per vendetta, ma vengono catturati e giustiziati.

Nonostante la tragedia, l'amore tra Calisto e Melibea prosegue in segreto. Tuttavia, la sorte è crudele: durante uno degli incontri notturni tra i due, Calisto muore accidentalmente cadendo da una scala mentre cerca di scendere dal giardino di Melibea.

Devastata dalla perdita del suo amato, Melibea confessa tutto a suo padre, Pleberio, e si suicida, gettandosi dalla torre della sua casa. L'opera si conclude con il lamento di Pleberio, che piange la perdita della figlia e riflette sulla fragilità della vita e sulla crudeltà del destino.

Temi principali:

- L'amore passionale: L'amore di Calisto per Melibea è ossessivo e passionale, ma alla fine si rivela autodistruttivo.
- Il potere della mediazione e della manipolazione: Celestina rappresenta il potere oscuro della manipolazione e il modo in cui gli esseri umani possono essere corrotti e ingannati.

⁵⁹ Marián Ortiz, *La Celestina de Fernando de Rojas: resumen por actos y análisis*
<https://www.culturagenial.com/es/la-celestina/>

- La tragedia del destino: L'opera esplora la natura imprevedibile del destino e la fragilità dell'esistenza umana, poiché la felicità e la vita dei protagonisti vengono distrutte in modo improvviso e tragico⁶⁰.

La Celestina è un'opera complessa che mescola commedia e tragedia, mettendo in scena personaggi profondi e articolati che riflettono sulle passioni umane e sulla fatalità.

Nella "Celestina" di Fernando de Rojas, il tema dell'adulterio è centrale e rappresenta una delle dinamiche più complesse e tragiche della storia.

La trama si sviluppa attorno all'amore impossibile tra Calisto e Melibea, e la figura di Celestina, un'alchimista e meretrice, gioca un ruolo cruciale nel tentativo di unire i due giovani.

Adulterio nella "Celestina"

1. Calisto e Melibea: La relazione tra Calisto e Melibea, sebbene appassionata, è contrassegnata da ostacoli sociali e morali. Melibea, inizialmente, resiste alle avances di Calisto, e quando accetta il suo amore, lo fa sotto la guida e l'influenza manipolativa di Celestina.

2. Celestina: Celestina stessa è un personaggio ambivalente, che incarna il desiderio e la lussuria. Le sue azioni possono essere interpretate come un atto di adulterio nei confronti della sua etica e moralità, poiché sfrutta le emozioni altrui per il proprio tornaconto.

3. Altri personaggi, come Sempronio e Pármeno, contribuiscono alla trama dell'adulterio. Sempronio, in particolare, ha una relazione segreta con una delle ragazze della casa di Melibea, rendendo ulteriormente complesso il tema dell'infedeltà.

⁶⁰ ibidem

Implicazioni dell'Adulterio

L'adulterio in "La Celestina" è simbolo di una società in crisi, in cui i valori morali sono messi in discussione.⁶¹ La ricerca dell'amore, il tradimento e la manipolazione si intrecciano, portando alla tragedia finale. Il racconto evidenzia le conseguenze distruttive delle passioni e delle azioni umane, lasciando il lettore a riflettere sulle sfide etiche e morali che ne derivano.

In conclusione, l'adulterio nella "Celestina" è un tema che si manifesta attraverso le relazioni tra i personaggi e mette in luce le complessità delle emozioni umane e delle interazioni sociali, contribuendo alla drammaticità dell'opera.

CAPITOLO IV

EMANCIPAZIONE DELLA DONNA

Alla fine del XX secolo alcuni storici hanno iniziato a discutere su come le donne hanno condiviso eventi e ideali della rivoluzione francese e quale effetto a lungo termine ci sia sulla condizione delle donne in Francia⁶².

Le donne non possedevano diritti politici nella Francia prerivoluzionaria dell'Ancien Régime; erano considerate come cittadini passivi, costrette a fare affidamento sugli uomini per determinare ciò che era meglio per loro. Questo stato di cose ha avuto cambiamenti drammatici in teoria quando hanno cominciato ad esservi notevoli progressi nell'idea di femminismo.

Il femminismo è emerso a Parigi come parte di una più ampia domanda di riforma sociale e politica. Le donne hanno richiesto uguaglianza sociale al pari degli uomini per poi passare alla richiesta di porre termine al secolare dominio maschile.

⁶¹ Gli Ipocriti, *La Celestina- personaggi* <https://www.ipocriti.com/la-celestina-personaggi/>

⁶² Maria Sara Bernardini, *DONNE E RIVOLUZIONE FRANCESE*, 07/06/2021
<http://www.museoalexandroroccavilla.it/2021/06/07/donne-e-rivoluzione-francese/>

Il loro veicolo principale per la propaganda erano opuscoli e l'istituzione di club femminili, in particolare la Società delle repubblicane rivoluzionarie.

Tuttavia, l'elemento più radicale, al potere ha abolito tutti i club delle donne nel mese di ottobre 1793 e fatto arrestare le loro leader; il movimento è stato così schiacciato. Lo studioso Louis Devance spiega la decisione in termini di enfasi sulla mascolinità in tempo di guerra, sulla cattiva reputazione di Maria Antonietta⁶³ per la sua continua interferenza femminile negli affari di stato e sulla tradizionale supremazia maschile.⁶⁴

Alle donne era stato insegnato di impegnarsi a favore dei loro mariti e mostrare "tutti i suoi interessi nell'attenzione e nella cura della famiglia con zelo discreto e sincero per la propria salvezza". L'istruzione di una donna spesso consisteva nell'imparare ad essere una buona moglie e madre; di conseguenza le donne non avrebbero dovuto essere coinvolte nella sfera pubblica, il limite della loro influenza rimaneva quello dell'innalzamento della coscienza dei futuri cittadini maschi.

Il ruolo servile della donna prima della rivoluzione era forse meglio esemplificato dal codice fridericiano, pubblicato nel 1750 e attaccato dai filosofi dell'illuminismo nelle loro pubblicazioni.

L'Encyclopédie risultò essere molto influente nell'immediato periodo prerivoluzionario e ha dato il tono al secolo dei lumi; le idee ivi pubblicate esercitarono una notevole influenza sulla successiva rivoluzione in Francia. Scrivendo una serie di articoli sulle donne nella società, Louis de Jaucourt criticò aspramente i ruoli tradizionali assegnati alle donne sostenendo che "sarebbe difficile dimostrare che la regola data dal marito viene dalla natura, in quanto questo principio è contrario all'uguaglianza umana naturale...

⁶³ Gritta von Toll, *Ecco come l'affare della collana di diamanti rovinò Maria Antonietta*, 09/03/2023
<https://www.barnebys.it/blog/ecco-come-laffare-della-collana-di-diamanti-rovino-maria-antonietta>

⁶⁴ Redazione Digital, *Marie Antoinette: chi era la regina più chiacchierata di Francia*, 22/02/2022
<https://www.elle.com/it/magazine/storie-di-donne/a39129791/maria-antonietta-curiosita/>

L'esempio dell'Inghilterra e dell'impero russo dimostra chiaramente che le donne possono avere successo in modo eguale in entrambi i tipi di governo, sia quello moderato sia quello dispotico.

Una delle più vaste forme d'influenza che preludono le trasformazioni rivoluzionarie e repubblicane nei ruoli delle donne è quella data dal trattato didattico di Jean-Jacques Rousseau intitolato *Emilio o dell'educazione*⁶⁵ (1762). Alcuni uomini liberali sostennero la parità di diritti per le donne, tra cui il suffragio femminile. Nicolas de Condorcet era particolarmente noto per la sua difesa della condizione femminile, negli articoli pubblicati nel *Journal de la Société* de 1789 e con la stampa del *De l'admission des femmes au droit de cité* ("For the Admission to the Rights of Citizenship For Women") nel 1790.

Quando la rivoluzione fu iniziata alcune donne s'impegnarono con forza in essa, usando il clima politico instabile per affermare la loro natura attiva. Nel tempo della rivoluzione le donne non potevano essere tenute completamente al di fuori della sfera politica; esse hanno compiuto giuramenti di fedeltà e "solenni dichiarazioni di fedeltà patriottica" ... affermando le responsabilità politiche della cittadinanza".

Charlotte Corday è un primo esempio di donna impegnata nella fazione politica rivoluzionaria della Gironda; nella quale assassinò il leader politico giacobino Jean-Paul Marat. Per tutto il periodo rivoluzionario altre donne, come Pauline Léon e la "Società delle repubblicane rivoluzionarie", misero in scena dimostrazioni all'Assemblea nazionale costituente e parteciparono spesso alle rivolte utilizzando anche la forza delle armi.

Un aspetto importante della rivoluzione francese è stato il movimento di cristianizzazione con il Culto della Ragione, movimento con cui molte persone del popolo non si trovavano affatto d'accordo. Soprattutto per le donne che vivevano nelle zone più rurali del paese la scomparsa della Chiesa Cattolica ha significato una perdita di normalità. Per esempio, il suono delle campane della chiesa risuonavano attraverso

⁶⁵ Filippo Moretti, *Il modello educativo proposto da Rousseau*, 18/10/2018
<https://educationaround.org/blog/2018/10/18/il-modello-educativo-proposto-da-rousseau/>

le città chiamando a raccolta la gente per confessarsi ed era un simbolo di unità per la comunità.

Con l'inizio della campagna di scristianizzazione della repubblica si fecero improvvisamente tacere queste campane e si cercò contemporaneamente di mettere a tacere il fervore religioso della popolazione cattolica di maggioranza.

Quando sono stati implementati tali cambiamenti rivoluzionari alla Chiesa cominciò a generarsi un movimento controrivoluzionario, in particolare tra le donne. Anche se alcune di queste avevano abbracciato le modifiche politiche e sociali della rivoluzione, si opposero allo scioglimento della Chiesa cattolica e alla sua sostituzione attraverso la formazione di culti rivoluzionari come quello dell'Essere Supremo sostenuto da Robespierre.

Come sostiene lo storico britannico Olwen Hufton queste donne iniziarono a vedere se stesse come "difenditrici della fede". Presero su di sé il compito di difendere la Chiesa da ciò che interpretavano come un cambiamento eretico per la loro fede imposto dai rivoluzionari.

Le donne controrivoluzionarie resistettero a ciò che videro come l'intrusione dello stato nella loro vita. Economicamente molte donne contadine si rifiutarono di vendere le loro merci tramite assegnati perché una tale forma di moneta era instabile ed era sostenuta dalla vendita dei beni confiscati alla Chiesa. Di gran lunga la questione più importante per le donne controrivoluzionarie fu il passaggio della proposta, e la sua successiva esecuzione, della costituzione civile del clero nel 1790.

In risposta a questa misura le donne in molte aree del paese cominciarono a far circolare opuscoli anti-giuramento rifiutando al contempo di partecipare alle messe celebrate dai sacerdoti che avevano prestato giuramento di fedeltà alla repubblica. Questo fatto diminuì l'influenza sociale e politica di quei sacerdoti perché le donne non li cercavano più per i battesimi, i matrimoni e le confessioni, anzi presiedettero ad altre congregazioni minori in segreto. Nascondevano invece i sacerdoti rimasti fedeli e partecipavano alle messe tradizionali clandestine. Queste donne continuarono a

rispettare le pratiche tradizionali come le sepolture cristiane e il battesimo dei loro figli con nomi di santi, nonostante i decreti rivoluzionari andassero in senso contrario.

Fu questa decisa resistenza alla costituzione civile del clero e alle campagne di scristianizzazione che giocò un ruolo importante nel riemergere della Chiesa cattolica come istituzione sociale di primo piano. Hufton nota, a riguardo delle donne⁶⁶ contro-rivoluzionarie: "Perché fu il loro impegno per la sua religione ad aver determinato nel periodo post-Termidoro il riemergere della Chiesa cattolica..." Anche se hanno lottato duramente, queste donne sono state poi rivendicate nel loro tentativo di ristabilire la Chiesa e, quindi, anche per ristabilire la vita familiare tradizionale e la stabilità sociale.

Questo si può vedere nel Concordato del 1801, che formalmente reintegrò la Chiesa cattolica in Francia. Questo atto è venuto dopo anni di tentativi di scristianizzazione o di religione controllata dallo Stato, che sono stati sventati in parte a causa della resistenza delle donne religiosamente devote e controrivoluzionarie.

Nell'ultimo decennio dell'Ottocento il lavoro delle donne è ormai un fenomeno di tale ampiezza da costituire una questione d'attualità in tutti i Paesi industrializzati. Nello stesso tempo è anche il momento in cui le lavoratrici cominciano a prendere parte ai movimenti di rivendicazione. Il primo sciopero femminile nel settore tessile scoppia in occasione del primo maggio 1893: per quattordici giorni circa 700 operaie bloccano gli stabilimenti per chiedere la giornata lavorativa di dieci ore invece di dodici, un salario minimo di otto corone la settimana e il primo maggio festivo.

Sarà la Prima guerra mondiale ad accelerare l'ingresso delle donne nel mondo del lavoro. Nei paesi impegnati nel conflitto le donne sostituiscono per quattro anni gli uomini partiti per il fronte in tutte le professioni. Sono anche gli anni in cui continuano scioperi e manifestazioni per ottenere salari migliori. A Milano Anna Maria Mozzoni

⁶⁶ Giovanni Ferrari, *la rivoluzione francese e l'emancipazione femminile*, 19/01/2022
<https://www.edscuola.eu/wordpress/?p=151842>

(1837-1920) fonda la Lega promotrice degli interessi femminili e si pone come punto di riferimento per le nuove lotte femminili; si batte per il voto alle donne e per le discriminazioni salariali. Il tema che lega le diverse espressioni del femminismo è la richiesta del voto politico inteso come primo segno di uguaglianza. Ricordiamo che il suffragio, ossia il diritto al voto, nell'Ottocento era esercitato da una minoranza di cittadini maschi sulla base della ricchezza posseduta.

Un importante contributo teorico si ha nel 1869 con la pubblicazione del libro dell'inglese John Stuart Mill *The Subjection of Women*,⁶⁷ tradotto in italiano nel 1870 col titolo *La servitù delle donne*.

Mill presenta in Parlamento una petizione per il diritto al voto firmata da 1500 donne; nello stesso anno si costituisce in Inghilterra. La società Nazionale per il suffragio delle donne. Nel 1860, in Inghilterra, le donne ottengono il voto municipale e nel 1894 il diritto di essere elette. Nel 1903 si costituisce l'unione politica e sociale delle donne per ottenere il voto politico.

Le appartenenti al movimento, più note come suffragette, capeggiate dall'attivista e politica britannica Emmeline Pankhurst, adottano forme di lotta nuove e spregiudicate, distribuendo manifestini, provocando dispute, sopportando arresti e condanne. Solo nel 1918, dopo cinquant'anni di lotta, in Inghilterra le donne oltre i trent'anni ottengono il suffragio e nel 1929 tredici donne sono elette alla Camera dei Comuni. In Germania le donne ottengono il voto nel 1919, negli Stati Uniti nel 1920, in Francia nel 1945. In Italia, il Parlamento approva nel 1919 la legge che estende alle donne il voto amministrativo, ma con l'avvento del fascismo l'esercizio di tale diritto viene rimandato.

Il voto politico viene approvato nel 1946: le donne partecipano al referendum istituzionale e alle elezioni per l'Assemblea costituente e ventuno di loro saranno elette. Le conquiste sociali ottenute dalle donne a prezzo di anni di lotta si indeboliscono nel primo ventennio del Novecento e non fanno registrare passi avanti. Negli anni tra le

⁶⁷ Mary Lyndon Shanley, *Marital Slavery and Friendship: John Stuart Mill's The Subjection of Women* <https://www.jstor.org/stable/190714>

due guerre mondiali, mutate le situazioni politiche in vari Paesi, la condizione della donna rimane ancorata ai successi conseguiti con la vittoria del suffragio universale del 1919. In Inghilterra, in Francia, in Russia e negli Stati Uniti, le donne godono finalmente dei diritti civili. Nella Russia sovietica, grazie all'impegno politico di Aleksandra Kollontaj, (1872-1952) la donna, oltre ai diritti politici e legali, ottiene la parità di salario con l'uomo e nel 1917, con l'alfabetizzazione di massa, ottiene l'accesso alla cultura, il divorzio è conquista inalienabile e l'aborto è consentito se praticato in cliniche di Stato.

Con l'avvento dei regimi totalitari in Europa⁶⁸ la questione femminile viene bloccata e proprio nell'Unione sovietica, nella società che vanta la legislazione più avanzata in materia femminile si hanno le prime battute d'arresto: l'aborto è abolito e il divorzio viene fortemente ostacolato dalle nuove leggi sulla famiglia.

La Rivoluzione francese (1789) porta in primo piano i diritti di uguaglianza e di libertà alla cui rivendicazione partecipano anche le donne. Ma la stagione di libertà vissuta dalle donne nel periodo rivoluzionario dura poco, perché le norme del Codice civile Napoleonico del 1804 riportano la donna alla situazione di dipendenza precedente la Rivoluzione. Il Codice riduce i diritti civili della donna e la considera debole, fisicamente e intellettualmente, bisognosa di un tutore (prima il padre, poi il marito). Alle donne, d'altronde, durante la Rivoluzione francese non sono riconosciuti i diritti politici e civili, pertanto esse non possono rivendicare nulla, perché non sono considerate soggetti autonomi, cittadine a pieno titolo bensì semplicemente membri del "gruppo famiglia" i cui interessi sono "naturalmente" coincidenti con quelli delle donne. Ma l'esperienza della Rivoluzione, anche se limitata nel tempo, non passerà senza conseguenze, come tutti i fatti storici.

I primi movimenti femministi, nati con la Rivoluzione francese e sciolti nel periodo napoleonico, tornano con le rivoluzioni del 1830 e poi con le rivoluzioni

⁶⁸ Franca Giansoldati, *L'emancipazione femminile soffocata sotto il Fascismo, alle donne ruoli subalterni «perché poco intelligenti»*, 21/01/2020
https://www.ilmessaggero.it/politica/fascismo_duce_mussolini_donne_lavoro_archivi_storia_e_mancipazione_diritti_voto_mind_the_gap-4998223.html

europee del 1848. Il 1870, poi, è un anno particolarmente significativo perché il giornalista e scrittore Luigi Fichert (1826-1899) pubblica un'opera – *Femminismo, terzo sesso. Satira morale*⁶⁹ – nella quale compare appunto il termine “femminismo” ad indicare le donne che lottano per la parità politica e sociale con gli uomini. In Italia i movimenti esordiscono con i moti risorgimentali; negli Stati Uniti durante la lotta di emancipazione dei neri, in Germania e in Russia insieme ai movimenti socialisti operai.

Molte sono le donne che lavoravano nei settori già sviluppatasi nel primo ventennio del secolo (soprattutto industriale) quando il fascismo interviene con la creazione, nel 1925, dell'OMNI (Opera Nazionale per la Maternità ed Infanzia) prima vera riforma sulla questione femminile che sembra andare incontro proprio alla donna lavoratrice, oltre a fornire nuovi posti di lavoro assistenziale. Tuttavia, le contraddizioni di cui le donne sono oggetto restano: esse infatti devono contendere agli uomini il lavoro nel settore terziario, mentre resta altissima l'occupazione nelle campagne e nei laboratori e industrie legate all'abbigliamento.

Naturalmente le donne lavorano per necessità e non per emanciparsi dalla famiglia e, malgrado le parole di propaganda del regime, il lavoro per loro non registra una vera crescita individuale e sociale.

L'atteggiamento del fascismo nei confronti delle donne è ambivalente. Da una parte il Regime riconosce loro un'importante funzione nel cammino di modernizzazione che tutta l'Italia, sociale ed economica, deve compiere in quegli anni: così infatti le bambine, scolare e studentesse vengono inquadrare nelle associazioni educativo-sportive come i compagni maschi e alla pari degli uomini fanno parte del Partito Nazionale Fascista, dove però svolgono attività generiche di assistenza.

Dall'altra, alle donne adulte, sollecitate a lavorare, sposarsi e fare figli, viene negata di fatto la libertà di compiere scelte autonome in nome di una tradizione patriarcale, confermata dalla tradizione cattolica. Allo stesso tempo la donna deve portare all'estero un'immagine vincente, legata allo sport, alla moda, al cinema, alla

⁶⁹ Loredana Massaro, *Femministe ante litteram*, 06/04/2012
<https://noidonne.org/articoli/femministe-ante-litteram-03970.php>

musica, alle eccellenze che sa esprimere in quei settori, e solo questo alla fine verrà celebrato dal Regime, che mantiene una posizione antifemminista.

Nel 1932 il governo fascista approva un disegno di legge per la costituzione a Torino dell'Ente Autonomo per la Mostra Permanente, un provvedimento inteso a organizzare tutti i settori dell'abbigliamento e ad assicurare una produzione che abbia in Italia tutto il suo ciclo, dalla creazione dei modelli a quella degli accessori e degli ornamenti. Nel 1935 per mettere maggior ordine nel settore dell'abbigliamento, il nome dell'istituzione diviene Ente Nazionale della Moda⁷⁰ e ogni attività di questo settore è tenuta a farvi riferimento. Viene istituita la marca di garanzia per i modelli riconosciuti "di ideazione e produzione nazionale".

Rigidissimo diventa il controllo sulle case di moda, tanto che nelle collezioni è obbligatorio avere almeno il 35% (che in seguito diverrà il 50%) di modelli originali italiani, sia per il tessuto impiegato che per il disegno. La moda italiana di alta sartoria, però, è dedicata alle donne alto-borghesi e alle nobili, alle quali viene demandato il compito di fare sfoggio in tutto il mondo dei lussuosi prodotti italiani. Scoppiata la Seconda guerra mondiale, solo la necessità di sostituire gli uomini partiti per i fronti di guerra nel 1940 vedrà un aumento significativo dell'occupazione femminile in tutti i settori, anche quelli in cui le donne stesse si sarebbero sentite meno adatte: questo fenomeno interessa tutta l'Europa. Ma il fatto più importante di questo periodo è l'ingresso delle donne nel movimento clandestino di liberazione.

L'episodio che segna questa fondamentale tappa avviene a Parma il 16 ottobre 1941 quando, in seguito alla diminuzione giornaliera della razione individuale di pane (ulteriormente ridotta a 150 grammi) scoppia una violenta rivolta e un gruppo di donne assaltano un furgone della Barilla⁷¹ che trasporta un carico di pane. Appena sparsa la notizia, altre donne escono dalle fabbriche, esasperate alla condizione di vita, la fame prima di tutto, imposte dalla guerra; le donne che manifestano sono numerosissime,

⁷⁰ Redazione MAM-e, *ENTE NAZIONALE DELLA MODA*, 21/04/2021

<https://moda.mam-e.it/ente-nazionale-della-moda-2/#:~:text=Nel%201935%2C%20alla%20fine%20d,scatenata%20la%20guerra%20d'Etiofia>.

⁷¹ La città delle donne, *Lo sciopero del pane*, 2024

<https://www.csmovimenti.org/lacittadelledonne/tappa/tappa2/>

anche se sanno di rischiare il posto di lavoro e l'incarcerazione; scendendo in piazza e molte di loro vengono arrestate.

La protesta viene chiamata “sciopero del pane” e rappresenta un momento importante nella storia di quello che diventerà il Movimento di Liberazione. La militanza delle donne nelle brigate partigiane è attiva a tutti gli effetti e, al pari degli uomini, le donne preparano azioni di sabotaggio (inseribili ormai in atti di resistenza civile) che comprendono l'interruzione di strade e l'occupazione di depositi alimentari. Diventano infine le “staffette” messaggere, importante funzione di collegamento, oltre le linee tedesche, tra i fronti di combattimento nell'Italia centro-settentrionale. Ma anche nelle loro case le donne lavorano per la Resistenza: cuciono indumenti ai partigiani, raccolgono e nascondono armi e munizioni, provvedono alla raccolta e distribuzione degli alimenti.

Un'altra iniziativa gestita prevalentemente da donne è il “Soccorso rosso”, una specie di organizzazione di mutua assistenza con la funzione di reperire viveri o denaro per le famiglie dei militanti in difficoltà.

La prima metà del Novecento ha visto crescere la presenza delle donne nella cultura e nell'arte: tuttavia soltanto a partire dagli anni Sessanta, in un periodo di pieno sviluppo economico, si sono affermati movimenti femministi dal carattere del tutto nuovo. Le prime manifestazioni femministe si hanno negli Stati Uniti d'America e da lì si diffondono in tutti i Paesi Europei. All'attività di gruppi intellettuali, abbastanza limitata, seguono poi azioni di massa legate a battaglie su temi e questioni specifici: il divorzio, l'aborto, il diritto di famiglia, che hanno profondamente mutato il ruolo sociale della donna, la sua stessa immagine e il suo comportamento.

In Italia, lo sviluppo dei movimenti femministi si è avuto negli anni Settanta con una grande mobilitazione delle donne e ha costituito un'importante occasione di crescita individuale e collettiva. L'esperienza femminista si inserisce in una rivoluzione culturale basata sui concetti di diversità, di specificità e di reciproca complementarità nei ruoli e nelle funzioni sociali, lavorative e politiche, senza tuttavia stravolgere l'identità femminile. Le battaglie femministe danno inizio a una nuova epoca per le donne, alla reale decostruzione del ruolo che fino a quel momento era

stato loro attribuito. Non solo la conquista di diritti, ma l'affermazione del principio di autodeterminazione femminile che porta alle importanti conquiste che vanno dalle leggi sul divorzio e sull'aborto all'eliminazione del delitto d'onore del 1980 fino alla legge sul femminicidio del 2013⁷².

Sono anni di battaglie e di testimonianze con un obiettivo: rimuovere gli ostacoli ai diritti delle donne e superare le barriere opposte al pieno riconoscimento delle pari opportunità di genere politiche e sociali tra uomo e donna, per garantire un'adeguata rappresentanza femminile anche in quei settori dove le donne sono tradizionalmente sottorappresentate. Il fondamento delle politiche di pari opportunità è riscontrabile nella Costituzione Italiana agli artt. 3, 37 e 51.

Le conquiste delle donne negli scorsi decenni sono servite per ottenere, almeno in Occidente, pari diritti e anche sul piano dell'emancipazione sociale, nell'ultimo mezzo secolo sono stati fatti numerosi passi avanti. La condizione femminile è ancora ben lontana però dalla piena emancipazione nella realtà quotidiana anche nei paesi occidentali più democratici, come confermano alcuni dati. In primo luogo, le donne continuano ad essere drammaticamente vittime della sopraffazione fisica e psicologica: i dati sulle violenze contro le donne, comprese quelle sessuali, e i femminicidi dentro e fuori le famiglie sono spaventosamente alte e, dunque, la liberazione femminile è ancora ben lontana, sia nella sfera civile che in quella personale.

Nelle società avanzate, la battaglia per uguali diritti e opportunità delle donne, il rispetto per la loro persona e quindi la parità di genere è una sfida tutta aperta e ancora da vincere. Per raggiungere questi obiettivi non bastano le leggi, serve anche una giusta educazione che parta dalla scuola e dalle famiglie.

Quando si parla di "genere" occorre tener presente che il significato di questa parola non è sinonimo di "sesso". Per genere si intende il ruolo e le caratteristiche che agli uomini e alle donne vengono attribuiti in una determinata società all'interno della

⁷² Focus, *Quali sono state le tappe dei diritti delle donne in Italia?*

<https://www.focus.it/cultura/storia/quali-sono--tappe-dei-diritti-delle-donne-in-italia>

famiglia e della vita pubblica. Si tratta cioè di una costruzione sociale e culturale che influenza la condivisione dei compiti all'interno della famiglia, gli equilibri di potere all'interno della coppia e le scelte o possibilità professionali delle persone.

Il sesso è invece determinato dalla specificità biologica e fisica che distingue i maschi dalle femmine, quindi il fatto di avere caratteri sessuali e fisici tipici dell'uomo e della donna.

Le politiche di genere si occupano di dar vita ad azioni culturali che, pur rispettando e valorizzando le differenze di genere, mirano al riequilibrio fra i ruoli di uomo e donna nella famiglia e nella società, in modo da dar attuazione al principio di pari opportunità (negli studi, nella carriera, nella vita politica).

La promozione della parità di genere, l'uguaglianza tra donne e uomini rappresenta un valore fondamentale dell'Unione Europea ed è uno degli obiettivi più importanti che intende raggiungere.

L'Unione, infatti, mira a promuovere la parità tra donne e uomini in tutte le sue attività; la strategia per la parità tra donne e uomini 2010-2015 della Commissione europea individua cinque settori d'intervento prioritari:

- pari indipendenza economica per donne e uomini;
- pari retribuzione per lavoro di pari valore;
- parità nel processo decisionale;
- dignità, integrità e fine della violenza nei confronti delle donne;
- parità tra donne e uomini nelle azioni esterne.

Forse, una prospettiva più nuova e certamente più stimolante per la donna di oggi è quella di entrare a far parte della società con tutti i diritti e tutti i doveri ma senza abbandonare quei valori profondamente femminili di pace, affettività e socializzazione. Il lavoro come espressione di sé, la partecipazione diretta alla gestione

politica della società, l'impegno deciso autonomamente e riconosciuto come scelta etica possono essere le direzioni della ricerca di una nuova prospettiva di identità sociale della donna di oggi.

Nel suo ultimo libro, *Il lungo cammino delle donne*⁷³, dall'emancipazione alla liberazione, la filosofa ungherese Agnes Heller (1929-2019), passa in rassegna le tappe di una delle rivoluzioni più importanti del Novecento e indica la strada da percorrere per poterne completare il cammino. Per riuscirci è necessario «agire con dignità, come esseri umani uguali per natura, rimanendo indipendenti nei giudizi e nelle decisioni, ma senza combattere gli uomini, nostri simili». Per Heller le donne devono compiere sempre scelte che vadano nella giusta direzione tenendo ben presente che «la responsabilità personale è un dovere al quale non ci si può sottrarre».

E, poiché anche in Europa resta molto da fare, Heller suggerisce a ogni donna di darsi da fare per «spingere il movimento verso la liberazione femminile» soprattutto quando, nonostante le leggi, alcuni diritti vengono ignorati nella pratica, come spesso avviene soprattutto nella sfera civile e in quella personale. «Bisogna modificare abitudini, costumi e atteggiamenti profusi da migliaia di anni, e questo processo richiederà molto tempo per arrivare alla sua conclusione».

La produzione letteraria femminile si ricollega alla graduale autonomia che la donna si è conquistata nell'ambito della società. Dopo il silenzio femminile che ha caratterizzato la vita pubblica e culturale dell'antichità, la scrittura è stata la possibilità di lavoro di tipo creativo che per prima si è offerta a una donna. Le donne, da oggetto si fanno quindi soggetto di scrittura e finalmente molte incominciano a produrre opere scritte.

Nel primo Ottocento sono già parecchie le donne che scrivono, spesso sotto uno pseudonimo maschile⁷⁴, anche se appartengono ancora ad una ristretta élite che ha

⁷³ Castelvechi editore, *Il lungo cammino delle donne*
https://www.castelvechieditore.com/prodotto/il-lungo-cammino-delle-donne_x000d_il-lungo-cammino-delle-donne/

⁷⁴ Laura Libbi, *DONNE CHE SCRIVONO: DAGLI PSEUDONIMI MASCHILI ALLO (STRAORDINARIO) CASO FERRANTE*, 29/04/2022
<https://www.thewom.it/culture/wompower/scrittrici-pseudonimi-maschili-caso-ferrante>

la possibilità d'istruirsi grazie agli insegnamenti di padri, fratelli, o precettori. Solo nel 1870 vengono istituite scuole pubbliche anche per bambine e ragazze. Nella seconda metà dell'Ottocento il numero delle donne che si dedicano alla scrittura aumenta e la loro posizione si consolida.

Pare che molte donne abbiano fatto propria la convinzione che Virginia Woolf sosteneva a gran voce, alla fine degli anni Venti, secondo la quale il motivo del basso numero di scrittrici era da imputare al fatto che, diversamente dagli uomini, poche donne potevano contare su «una stanza tutta per sé»⁷⁵, in cui poter lavorare con la necessaria concentrazione, chiudendo fuori tutti quei problemi quotidiani propri della vita di una donna.

Nel campo della narrativa apre la strada Jane Austen (1775-1817) con opere dalla delicata analisi di tipo psicologico, come *Orgoglio* e *Pregiudizio* (1813). Le sorelle Emily Brontë (1810-1848) e Charlotte Brontë (1816-1855) scrivono rispettivamente *Cime Tempestose* (1846) e *Jane Eyre* (1847) creando figure di donne decise e determinate. L'intensa attività di George Sand (1804-1876), che sceglie un nome maschile e veste anche nella vita abiti maschili, è nota soprattutto in campo narrativo, ma la sua opera riguarda anche il teatro. La Sand si batte per l'emancipazione della donna e tutto il suo teatro riflette le sue idee e le sue esigenze di rinnovamento. George Sand firma circa 150 libri di narrativa di successo da *Indiana* (1832) a *I maestri suonatori* (1853).

Nel Novecento spesso l'attività di scrittura si unisce ad un impegno sociale e politico a sostegno dell'emancipazione femminile. È questo il caso di Sibilla Aleramo (1876-1960) autrice di *Una donna* (1907). Anche Virginia Woolf (1882-1941) accanto a romanzi dalla struttura rivoluzionaria scrive opere che sono diventate capisaldi del femminismo contemporaneo come *Una stanza tutta per sé* e *Le tre ghinee*.

⁷⁵ Elena Meriana, *Una stanza tutta per sé di Virginia Woolf*, 01/12/2021
<https://maremosso.lafeltrinelli.it/recensioni/una-stanza-tutta-per-se-virginia-woolf-libro>

Virginia Woolf

Una stanza tutta per sé (1929)

Nel brano che riportiamo la scrittrice descrive una mattinata trascorsa nella biblioteca del British Museum di Londra, tra un gran numero di libri sulle donne scritti dagli uomini. Tra questi uno in particolare desta la sua curiosità: quello che parla dell'inferiorità mentale, morale e fisica del sesso femminile, pubblicato da un certo Professor von X. Le riflessioni dell'autrice giungono alla conclusione che le donne non possono combattere contro gli uomini inutili battaglie, ma devono pensare a se stesse e fare in modo che la stanza prigioniera diventi il luogo dove con pieno diritto, esse si possano appropriare della loro identità, cercando di raggiungere l'abitudine della libertà e il coraggio di scrivere esattamente ciò che pensano.

La cultura è infatti per la Woolf uno strumento importante di emancipazione e di liberazione in una società che continua a relegare la donna in un ruolo subalterno.

Tuttavia, mentre riflettevo, mi ero messa senza accorgermi a disegnare, nella mia irrequietezza, nella mia disperazione, uno scarabocchio; invece di fare come il mio vicino, cioè porre una conclusione. Avevo disegnato una faccia, una figura. Erano la faccia e la figura del Professor von X, occupato a scrivere la sua opera monumentale intitolata L'inferiorità mentale, morale e fisica del sesso femminile. Nel mio disegno, non era un uomo che potesse piacere alle donne.

Era corpulento; aveva una grossa mandibola; in compenso aveva gli occhi piccolissimi; la faccia molto rossa [...]. Per una ragione o per l'altra il professore del mio disegno sembrava molto arrabbiato e molto brutto, mentre scriveva il suo grosso libro sull'inferiorità mentale, morale e fisica delle donne. Fare un disegno non era il modo migliore di concludere una mattinata sterile. Eppure, è quando oziamo, quando sogniamo, che la verità sommersa, a volte, viene a galla. [...] La rabbia aveva guidato la mia matita, mentre io sognavo.

Mi rimandava inconfondibilmente al singolo libro, alla singola frase, che aveva svegliato il *démone* [lo spirito di ribellione] era quell'affermazione del professore

sull'inferiorità mentale, morale e fisica delle donne. Il mio cuore aveva fatto un balzo; le mie guance si erano accese; ero diventata rossa dalla rabbia. Un atteggiamento, benché assurdo, abbastanza spiegabile. A nessuno piace che gli dicano di essere, per propria natura, inferiore a un ometto – e guardavo lo studente accanto a me – il quale respira con difficoltà, porta una cravatta volgare, e non si è fatto la barba da una quindicina di giorni.

Tutti abbiamo le nostre assurde vanità. È umano, pensavo, e intanto disegnavo carretti e cerchi sulla faccia del professore arrabbiato, finché essa divenne un cespuglio incendiato, o una cometa in fiamme; a ogni modo, un'apparizione senza aspetto né significato umano.

Michel de Montaigne, filosofo francese di fine Cinquecento, affermò per primo **l'importanza di riservarsi una «retrobottega»⁷⁶, ossia uno spazio proprio** – una libreria, uno studio, un luogo sia metaforico sia concreto – «ivi discorrere e ridere» e cominciare la propria riflessione.

La retrobottega rappresenta una dimensione di elezione – e, nel suo caso, uno spazio di privilegio – in cui il sapiente, nella calma più assoluta, può dare origine alla sua meditazione, **stabilendo così la propria libertà**, il proprio ritiro e solitudine.

Qualche secolo più tardi, più precisamente nel 1928, la celebre scrittrice inglese, Virginia Woolf, invitata a tenere una serie di conferenze sul tema del rapporto tra donne e romanzo, riflette sul perché vi sia scarsità di opere femminili in ambito letterario.

La Woolf si interroga a lungo sui motivi di questa mancanza, giungendo a una conclusione significativa: «se vuole scrivere romanzi una donna deve avere del denaro e una stanza tutta per sé». Virginia Woolf ci consegna un'analisi attenta, nonché estremamente attuale, in merito alla **costante esclusione operata dalla cultura**

⁷⁶ Adriano Sofri, *Una Stanza tutta per sé. O un retrobottega, come suggeriva Montaigne*, 23/05/2024

<https://www.ilfoglio.it/piccola-posta/2024/05/23/news/una-stanza-tutta-per-se-o-un-retrobottega-come-suggeriva-montaigne-6569700/>

patriarcale che ha da sempre relegato le donne ai margini del sapere, impedendo loro di accedervi o di contribuirvi in maniera attiva.

Questa cultura è la stessa che ha stabilito il dominio maschile in ogni aspetto della vita quotidiana, non consentendo, in egual misura, alle donne di emergere per i propri talenti. Tale discriminazione nei confronti del genere femminile viene portata avanti dai tempi più antichi ed **essa è passata attraverso la riduzione degli spazi a cui le donne potevano avere libero accesso**. All'interno di *Una stanza tutta per sé*, infatti, la Woolf denuncia l'esistenza di un sapere ancora appannaggio di un gruppo ristretto di persone, costituito principalmente da uomini.

Rilevante, in tal senso, è la figura del Custode, che emerge nelle prime pagine dell'opera, poiché **questi sbarra il cammino a colei che osa varcare, senza alcun accompagnamento, i confini dell'immaginario college di Uxbridge**.

La Woolf ritiene che la differenza tra la condizione femminile e maschile consista proprio nell'impossibilità da parte delle donne di poter possedere uno spazio proprio e un'indipendenza economica.

Le donne sono storicamente più povere degli uomini e godono anche di una minore autonomia: questo si riflette anche sulla loro minore presenza in contesti intellettuali. Oltre alle differenti opportunità, **la scrittrice insiste soprattutto sul senso di sfiducia che viene infuso nelle donne** che desiderano avvicinarsi a ruoli ricoperti da figure maschili:

«Ma per la donna, pensavo guardando gli scaffali vuoti, tali difficoltà erano infinitamente più formidabili. In primo luogo, avere una stanza tutta per lei, e non parliamo di una stanza silenziosa o a prova di rumore, cosa impensabile a meno che i suoi genitori non fossero eccezionalmente ricchi o molto nobili [...]. Tali difficoltà materiali erano terribili, ma assai peggiori erano le condizioni immateriali. [...] A lei il mondo non diceva, come agli uomini, Scrivi pure, se vuoi; per me non fa alcuna differenza. Il mondo sganasciandosi dalle risate le diceva: «Scrivere? E a che ti serve scrivere?»».

Lo sguardo inibitorio maschile ha indotto le donne per secoli – e ancora oggi – a dubitare delle proprie capacità, al punto che alcune, col tempo, hanno spontaneamente rinunciato a mettere a frutto il loro potenziale.

Le considerazioni della Woolf sono particolarmente preziose in quanto mostrano quanto le disuguaglianze tra uomo e donna non siano dovute a differenze costitutive – come l’approccio biologico alle questioni di genere suggerirebbe – bensì a ragioni di natura *materiale*.

Avere una stanza tutta per sé significa, infatti, godere di una dimensione di calma, dove la mente possa trovare il suo agio e dare sfogo al proprio genio: «ci deve essere libertà e ci deve essere pace» affinché si possano comporre opere, scrivere romanzi o poesie ed elaborare nuove forme di sapere. Per questo motivo, al termine del suo saggio, Virginia Woolf conclude:

«La libertà intellettuale dipende da cose materiali. La poesia dipende dalla libertà intellettuale. E le donne sono sempre state povere, non solo da duecento anni a questa parte, ma dall’inizio dei tempi. [...] Le donne, infine, non hanno avuto la minima possibilità di scrivere poesia. Ecco perché ho insistito tanto sul denaro e sulla stanza propria»

A parlare delle donne e a scriverne **sono sempre stati gli uomini**. Tutti i grandi scrittori, fino all’Ottocento, sono stati uomini. Le donne che volevano scrivere fingevano di essere uomini: le sorelle Brontë pubblicavano sotto gli pseudonimi maschili di Currier, Acton ed Ellis Bell, mentre Marion Evans ancora oggi viene riportata dagli editori come George Eliot.

Nel 1928 fu chiesto a Virginia Woolf di tenere **due conferenze** per le studentesse di Cambridge a tema: “Le donne e il romanzo”. Nel 1929 venne pubblicato “Una stanza tutta per sé”, un saggio fondamentale per il **movimento femminista**, che dal tema iniziale sfocia lentamente verso una riflessione più ampia e profonda sulla condizione della donna degli anni ‘20.

La Woolf afferma che **una donna che vuole scrivere può farlo**, ma necessita di due cose: abbastanza soldi per poter sovvenzionare la sua aspirazione letteraria, e una stanza tutta per sé. La stanza non serve solo per non correre il rischio costante di essere disturbata –come Jane Austen, che lavorava nel soggiorno con tutta la famiglia-, ma soprattutto per affermare e mantenere un'**individualità solida**, che altrimenti rischia di perdersi in una società maschile e maschilista. A partire da questa affermazione iniziale, il pensiero della Woolf si articola seguendo un excursus storico-temporale sulla condizione della donna, **sul divario tra i due sessi**, sui personaggi femminili, sul privilegio e sul desiderio di emancipazione.

LA LA LAND- Nel finale l'uomo accetta la realizzazione della sua donna amandola anche se si scelgono strade diverse

“La La Land”, la passione dei sogni e dei desideri



Si chiama «La La Land» perché è la terra promessa dei sogni infranti, dei desideri irrealizzabili, degli amori passati e di quelli rimpianti. Si chiama «La La Land» perché l'unica regola, la più importante di tutte, è: non arrendersi mai, restare sempre a un metro da terra, non accontentarsi, vivere; e, soprattutto, innamorarsi.

Dopo il successo di *Whiplash*, Damien Chazelle, regista trentaduenne, nato a Providence U.S., laureato in cinema ad Harvard, torna a raccontare il difficilissimo rapporto tra sogni e realtà, tra l'importanza del talento e la fuggevolezza dell'ispirazione.

Il suo «*La La Land*» è un musical di impostazione classica con tantissimi richiami (soprattutto a «*New York, New York*» di Martin Scorsese)⁷⁷ eppure, allo stesso tempo, innovativo. Non è il semplice omaggio di un appassionato, di un – come lo chiamano i francesi – cinophile (termine che, nella sua radice, indica anche filmmaker e non solo il fan); è soprattutto il tentativo massimo di usare un linguaggio – la musica – per raccontare una storia – semplice, possibile; per niente contorta.

L'amore è un effetto collaterale: qualcosa da cui non sfuggire ma, anzi, abbracciare. Chazelle si diverte, e si commuove, nel costruire una storia da capo, dalle basi, con i colori, i movimenti, un acquerello in divenire che in alcuni momenti si trasforma in un musical a cielo aperto, e in altri in un teatro delle ombre cinesi.

Ci sono Emma Stone e Ryan Gosling, e poi c'è la musica: poche note, e la storia, tutta la storia, rivive, torna indietro, cambia, si trasforma. Passato, presente e futuro. Meglio l'amore o meglio inseguire il proprio sogno? È la domanda che ritorna, che propone il compromesso, che si fa insistente, quasi martellante, e che trasforma – prima poco, poi sempre più profondamente – i due protagonisti.

E poi c'è la bellezza, altro grande tema: non è bello ciò che è perfetto, questo Chazelle sembra volerlo ripetere continuamente; è bello ciò che, al contrario, conserva un'anima diversa, particolare, eccezionale. Gli occhi enormi, magnifici, di Emma Stone. O il sorriso enigmatico, quasi canzonatorio, di Ryan Gosling.

La messa in scena del musical è la migliore per raccontare una storia così ricca, così sfaccettata e, allo stesso tempo, così prevedibile: è Hollywood all'ennesima potenza, la spettacolarizzazione della cosa più incredibile e straordinaria di tutte,

⁷⁷ Owen Gleiberman, *Film Review: 'La La Land'*, 31/08/2016
<https://variety.com/2016/film/reviews/la-la-land-review-venice-ryan-gosling-emma-stone-1201846576/>

l'amore. Non è importante la fine (come spesso si torna a ripetere, al cinema); è importante il viaggio: ciò che ci ha resi quello che siamo. E quindi le nostre scelte, i nostri pensieri; quello a cui abbiamo rinunciato, e quello che, invece, abbiamo inseguito senza sosta.

-TRAMA-

La La Land è un film del 2016 diretto da Damien Chazelle. Il film è realizzato come musical contemporaneo, dove Los Angeles, la terra dei sogni, fa da sfondo all'intensa storia d'amore tra un'aspirante attrice, Mia e un musicista jazz, Sebastian.

Mia è una ragazza determinata a inseguire il proprio sogno di diventare attrice e tra un provino e un altro serve caffè in un bar all'interno degli Hollywood Studios, mentre **Sebastian** è un bravo jazzista che, nell'attesa di aprirsi un locale tutto suo, si guadagna da vivere suonando nei piano bar anche se ciò lo rende profondamente insoddisfatto.

Dopo l'ennesimo provino andato male, Mia viene convinta dalle sue amiche ad andare a una festa sulle colline di Hollywood e mentre rientra a casa a piedi, Mia è attirata da una musica proveniente da un locale, in cui decide di entrare. Lì si imbatte per la prima volta in Sebastian, che proprio in quel momento viene licenziato dal proprietario del ristorante, colpevole di aver improvvisato musica jazz al pianoforte anziché attenersi alla scaletta di classici natalizi per i clienti.

Successivamente, dopo una serie di incontri casuali, tra Mia e Sebastian si crea un rapporto d'amicizia fatto di scontri e incontri, fino a quando tra i due esploderà una travolgente passione alimentata dalla condivisione di aspirazioni comuni, da sogni intrecciati e da una complicità fatta di incoraggiamento e sostegno reciproco. Ma proprio quando inizieranno ad arrivare i primi successi, i due si dovranno

confrontare con importanti scelte e con le loro ambizioni professionali, le quali rimetteranno in discussione il loro rapporto.

La minaccia più grande sarà rappresentata infatti dalla loro volontà di inseguire i propri rispettivi sogni. Tra musiche emozionanti e balletti travolgenti, Mia e Sebastian proveranno a cercare i compromessi necessari per raggiungere i propri sogni senza dover rinunciare alla loro intensa e burrascosa storia d'amore.

Il loro è il primo di una serie di incontri-scontri casuali grazie ai quali prende vita un'amicizia sincera, che presto si trasforma nel grande amore, profondo e travolgente, alimentato da complicità e sostegno reciproco.

Innamorati, inseparabili e felici, sono l'uno il supporto dell'altra.

... Due sognatori che si completano...

Bello, finché non arrivano i primi successi e le ambizioni professionali che incrinano il loro rapporto. Seb e Mia prendono una decisione: lasciarsi andare, con la promessa che non avrebbero mai smesso di amarsi⁷⁸.

Insomma, il finale che non ci si aspetta, almeno da un film con un'anima romantica.

Un finale sospeso tra sogno e realtà, nel quale l'arte batte l'amore uno a zero.

Un finale inatteso e nostalgico che risponde alla domanda che inevitabilmente si pone lo spettatore: come sarebbe andata se l'amore avesse vinto?

Quella di Seb per il jazz è una passione viscerale, talmente forte da guidare l'ambizione di aprire un jazz club che faccia conoscere a tutti quella musica impenetrabile, il cui ascolto non è sempre facile, che prende forma e vive nel momento dell'esecuzione grazie al contributo personale del musicista. Quello per il jazz è un

⁷⁸ Il Sublimista, *Sebastian. La scelta tra arte e amore in La La Land*, 01/07/2021
<https://variety.com/2016/film/reviews/la-la-land-review-venice-ryan-gosling-emma-stone-1201846576/>

amore incondizionato, che inizialmente cerca di condividere con Mia. Non riesce a capacitarsi del fatto che lei non riesca ad apprezzare quanto lui quel genere che tra le proprie melodie celebra la **libertà**, quella musica che si reinventa ogni volta, sempre, grazie a musicisti che creano, improvvisando, la propria musica.

È questo il sogno! Ogni volta nuovo di zecca, ogni sera! Ed è molto esaltante!

Il jazz mescola complessità, creatività e spontaneità, e per questi motivi che rappresenta, per Seb, **l'arte sublime, l'arte che insegue con costanza e l'arte che vuole creare.**

Paradossalmente, l'amore per quest'arte è, al contempo, l'ostacolo più grande che si trova ad affrontare, sia per la sua carriera da musicista, sia per la sua vita sentimentale.

Seb non riesce proprio a mandar giù l'idea che i gusti contemporanei possano gettare nell'ombra quel genere musicale che tanto ama e che rappresenta un potente mezzo di comunicazione, che trasmette i valori **dell'unione e della condivisione.** Non si rassegna facilmente. Lotta, commette errori, si rimbocca le maniche. Deve salvare il jazz e deve aprire quel locale dove si suoni e si viva a ritmo di jazz.

È ambizioso e determinato, vuole trasformare il sogno in realtà.

Ci riesce, ma **a quale prezzo?** Il prezzo è Mia.

Vero, detta così suona male. Suona male per due motivi.

Primo, sembra che Seb non abbia mai lottato per quell'amore. Ma è davvero così?

Quel pianista sognatore, quell'uomo innamorato che sceglie di rinunciare alla donna che ama, ma mai all'amore, è lo stesso che lotta, sin dall'inizio, per permetterle di realizzare il suo sogno.

Seb sceglie di "perdere" Mia anche per permetterle di essere ciò che vuole: un'attrice affermata.

È vero, non si precipita a teatro quando Mia presenta al pubblico, praticamente assente, il suo primo intenso monologo teatrale, ma la spronerà a reagire una volta gettata la spugna.

Sarà Seb che, con quella stessa spugna, cancellerà con forza le paure di quella giovane donna che ha già trovato la sua strada, ma teme le curve e i saliscendi.

Non è anche questo amore?

Secondo, sembra, tra le righe, che mettere al primo posto altro rispetto all'amore sia da giudicare come una scelta sbagliata, che sicuramente renderà infelici.

Per gli inguaribili romantici è una scelta all'amaro sapore di rinuncia è inconcepibile.

Ciò non significa che sia impossibile, sbagliata o da condannare. Nella scena in cui si rivedono, dopo anni e dopo aver intrapreso strade diverse, Seb suona al pianoforte la loro canzone, mi chiedo ancora oggi come abbia fatto Mia a rimanere incollata a quella maledetta sedia e non sia invece corsa da lui.

E lui? Perché non l'ha seguita a Parigi?

La risposta è semplice: non esiste un unico modo di amare. Si può amare anche in silenzio, inseguendo le proprie ambizioni e lasciando che chi ci sta a cuore possa volare via, volare alto, per toccare con mano la gioia del sentirsi realizzato.

Si può continuare ad amare la persona che si ama permettendole di fare la sua strada e vivere due vite differenti e rispettare le sue scelte mostrando una propria maturità, lasciandola andare anche se è difficile ma accettare che ha un suo valore personale e che si realizzi.

Seb è l'esempio di un uomo innamorato della sua donna che vuole la sua felicità e la sua realizzazione e non vieta alla sua amata di andarsene perché capisce che anche Mia, in questo caso deve avere una sua identità e non essere subalterna ad un uomo che magari la tiene per sé solo per gelosia o addirittura un senso di possesso.

TURANDOT

Trama

L'azione si svolge a Pechino, "al tempo delle favole". Un mandarino annuncia pubblicamente un editto: Turandot, figlia dell'Imperatore, sposerà quel pretendente di sangue reale capace di risolvere tre indovinelli da lei stessa proposti; colui però che non saprà risolverli verrà decapitato⁷⁹.

Il principe di Persia, l'ultimo dei tanti pretendenti sfortunati, ha fallito la prova e sarà giustiziato al sorgere della luna. All'annuncio, tra la folla desiderosa di assistere all'esecuzione, sono presenti il vecchio Timur che, nella confusione, cade a terra, e la sua schiava fedele Liù. Un giovane accorre ad aiutare il vegliardo: è Calaf, che riconosce nell'anziano uomo suo padre, re tartaro spodestato. Si abbracciano commossi e il giovane Calaf prega il padre e la schiava Liù, molto devota e innamorata di Calaf, di non pronunciare il suo nome per non essere riconosciuto dai regnanti cinesi che hanno usurpato il trono del padre.

Entra il corteo che accompagna la vittima. Alla vista del giovane principe, la folla si commuove e invoca la grazia per il condannato, ma Turandot, glaciale, con un gesto dà l'ordine al boia di giustiziare l'uomo. Calaf, che prima l'aveva maledetta per la sua crudeltà, ora impressionato dalla regale bellezza di Turandot, decide di tentare anche lui la risoluzione dei tre enigmi. Tentano di dissuaderlo prima Timur e Liù, poi tre ministri del regno Ping, Pong e Pang. Ma Calaf, quasi in una sorta di delirio, si libera di loro e suona tre volte il gong, invocando il nome di Turandot, che appare quindi sulla loggia del palazzo imperiale e accetta la sfida.

Ping, Pong e Pang si lamentano delle esecuzioni delle troppe sfortunate vittime di Turandot. L'imperatore Altoum invita Calaf, presentatosi come Principe Ignoto a desistere, ma quest'ultimo rifiuta. Il mandarino fa dunque iniziare la prova, mentre entra Turandot. La bella principessa spiega il motivo del suo comportamento: molti

⁷⁹ Altervista, *Turandot, riassunto e trama dell'opera*
https://semprelibera.altervista.org/giacomo-puccini/turandot/turandot-trama-dell-opera/#google_vignette

anni prima il suo regno era caduto nelle mani dei tartari e, in seguito a ciò, una sua antenata era finita nelle mani di uno straniero.

In ricordo della sua morte, Turandot aveva giurato che non si sarebbe mai lasciata possedere da un uomo: aveva così inventato il rito degli enigmi, convinta che nessuno li avrebbe mai risolti. Calaf riesce a risolvere uno dopo l'altro gli enigmi e la principessa, disperata e incredula, si getta ai piedi del padre supplicandolo di non consegnarla allo straniero. Ma per l'imperatore la parola data è sacra.

Turandot si rivolge allora al Principe e lo ammonisce che in questo modo egli avrà solo una donna riluttante e piena d'odio. Calaf la scioglie allora dal giuramento proponendole a sua volta una sfida: se la principessa, prima dell'alba, riuscirà a scoprire il suo nome, egli si sottoporrà alla scure del boia. Il nuovo patto è accettato, mentre risuona un'ultima volta, solenne, l'inno imperiale.

Quella notte nessuno deve dormire a Pechino, il nome del principe ignoto deve essere scoperto a ogni costo, pena la morte. Calaf intanto è sveglio, convinto della vittoria. Ping, Pong e Pang gli offrono qualsiasi cosa in cambio del suo nome, ma il principe rifiuta.

Nel frattempo, Liù e Timur catturati, vengono portati davanti ai tre ministri. Turandot, ordina loro di parlare. Liù, per difendere Timur, afferma di essere la sola a conoscere il nome del Principe Ignoto, ma dice anche che non lo svelerà mai. Torturata, continua a tacere per amore di Calaf, poi nel timore di non sopportare altre torture strappa il pugnale ad una guardia e si uccide.

Il finale “incompiuto”

La casa editrice Ricordi e il maestro Arturo Toscanini, in accordo con Antonio Puccini figlio di Giacomo, decisero di affidare a Franco Alfano il difficile compito di concludere la *Turandot*. Alfano, cercando di interpretare le volontà di Puccini, creò un primo finale.⁸⁰ Tuttavia, in seguito alle critiche di Ricordi e Toscanini, che richiesero

⁸⁰ Riccardo Viagrande, Giacomo Puccini (1858- 1924): “Turandot” e alcuni dei suoi finali, 27/02/2019

una maggiore adesione agli appunti, Alfano si vide costretto ad operare corposi tagli (circa cento battute), dando vita così ad un secondo finale.

Questa versione è quella correntemente eseguita nei teatri. Toscanini scelse però di non eseguirla il giorno della prima assoluta, il 25 aprile 1926 al Teatro della Scala di Milano. Egli infatti interruppe la rappresentazione a metà del terzo atto, subito dopo l'ultima pagina completata da Puccini, dichiarando al pubblico: “Qui Giacomo Puccini morì”.

Si dovette attendere il 2001 per ascoltare un nuovo finale di *Turandot*, commissionato a Luciano Berio dal Festival de Música de Canarias, basato anch'esso sugli abbozzi lasciati da Puccini e ufficialmente riconosciuto dalla Ricordi.

Turandot rimase incompiuta dal momento che Puccini aveva steso la partitura fino alla scena della morte di Liù nell'atto terzo, lasciando, del finale, 36 fogli di appunti, portati con sé, nella speranza di poter completare l'opera, a Bruxelles dove, presso l'Institut du Radium, si era ricoverato per cercare di curare con il radio il suo tumore alla gola. Questi appunti furono in seguito utilizzati da **Franco Alfano**, la cui versione è quella correntemente rappresentata nei teatri e da altri compositori, tra cui **Janet Maguire** e **Luciano Berio**. Alfano, scelto dalla Ricordi in quanto, come autore della *Leggenda di Sakuntala*, aveva trattato un soggetto vicino a quello di Gozzi, autore dell'omonima commedia dalla quale Giacomo Puccini trasse ispirazione per la sua opera, aveva inizialmente composto un finale nel quale vi erano alcune parti integralmente sue su versi aggiunti.

In seguito, però, alle critiche della Ricordi e di Toscanini, che gli chiesero di attenersi in modo più fedele agli appunti del compositore, fu costretto a tagliarlo dando vita ad un finale che, secondo alcuni critici, sarebbe qualitativamente inferiore al primo, registrato per la Decca nel 1989 da John Mauceri con Josephine Barstow e Lando Bartolini. Il grande biografo pucciniano **Mosco Carner**, dopo aver ascoltato l'originale **Finale di Alfano**, affermò:

<https://www.gbopera.it/2019/02/giacomo-puccini-160-turandot-e-alcuni-dei-suoi-finali/>

“Per tutti coloro che hanno studiato l’originale finale di Alfano, non c’è il più pallido dubbio che rappresenti un organico pezzo di musica e il più logico nel suo sviluppo verso il punto culminante del climax. Esso è di gran lunga superiore e si avvicina molto di più all’intenzione di Puccini di quello che abbiamo sentito finora. Mi sembra inconcepibile che future produzioni dell’opera possano essere messe in scena senza l’autentica versione del completamento di Alfano”.

In effetti il finale, abitualmente eseguito, è solo una sbrigativa conclusione dell’opera che, rispetto all’originale lavoro di Alfano, non perde soltanto ben 110 battute e alcune parti del libretto scritte appositamente, ma svilisce anche quel duetto tra Calaf e Turandot che per Puccini era il momento culminante del suo ultimo capolavoro.

I due finali di Alfano

Tre accordi di “*la*” senza terza aprono, con un forte stacco, il finale nel quale il Principe si rivolge a Turandot, ancora sconvolto per la morte di Liù, con le parole *Principessa di morte* e si precipita verso di lei strappandole il velo. Turandot risponde (*Che mai osi straniero*) affermando il carattere divino della sua persona, ma il Principe Ignoto cerca di sciogliere il suo gelo corteggiandola sul languido tema che apre la parte iniziale del terzo atto (*La tua anima è in alto*) che viene sviluppato in un accendersi della passione fino al punto culminante rappresentato dal tema della seconda parte dell’assolo di Turandot come previsto negli appunti lasciati da Puccini (*Mai nessun m’avrà*).

In un momento di forte passione, che nel Finale originale, appare meglio preparato, il Principe bacia Turandot abbattendo tutte le resistenze della donna sulla citazione voluta da Puccini del passo *Gli enigmi sono tre* seguito da due sbrigative battute di cui sono protagonisti i timpani. Molto belle erano, invece, nella parte purtroppo tagliata da Ricordi e Toscanini, le 16 battute (*Presto con fuoco*) aggiunte da Alfano che seguivano il bacio e che puntavano ad evidenziare l’orgoglio ferito della principessa. In realtà questo è uno dei passi più controversi, in quanto Puccini, che aveva portato ad uno stadio abbastanza avanzato le prime 56 battute di questo duetto,

non aveva ancora deciso come risolvere questo episodio dal momento che in precedenza aveva scritto un accenno al tema del bacio che poi cancellò per sostituirlo con quello di *No, mai nessun m'avrà!*, che Alfano nel Finale originale riprendeva, ma in minore, forse per accentuare il cedimento della donna la cui irremovibile posizione di rifiuto diventerebbe solo un ricordo musicale.

Subito dopo, nel finale originale troviamo una Turandot spaurita che canta *che mai di me?* nel silenzio iniziale dell'orchestra mentre in quello eseguito ordinariamente si passa quasi immediatamente, dopo cinque splendide battute di mano di Alfano mantenute nei due finali, al successivo sensualissimo passo, contemplato negli appunti di Puccini, *Oh, mio fiore mattutino* con gli arabeschi delle voci femminili interne e la ripresa del secondo tema di Turandot. Mancano negli appunti di Puccini indicazioni precise per l'assolo di Turandot *Del primo pianto* nel quale la donna si dichiara vinta dall'amore e che nei due finali sostanzialmente coincide eccezion fatta per la scelta di creare in quello originale, con grande senso teatrale, un *climax* sulla parola «vinta» in modo da accentuare la sconfitta di Turandot, donna ormai completamente vinta dall'amore.

Nel finale originale il passo successivo in cui il Principe rivela a Turandot di essere Calaf, figlio di Timur, è certamente più poetico e soprattutto più teatrale con il *climax* che culmina nel momento della rivelazione, ma forse poco pucciniano. In realtà per questo passo Alfano aveva del tutto ignorato gli appunti pucciniani che, su suggerimento di Toscanini, vengono ripresi per la realizzazione della seconda stesura. Nel Finale originale Turandot manifesta la sua gioia in alcune battute purtroppo tagliate, mentre il collegamento all'ultimo breve quadro nel quale il coro inizialmente riprende *Diecimila anni*, complessivamente coincide nei due Finali.

Turandot dice, allora, che il nome dello straniero è amore e il coro, infine, sul tema del nome in un dispiegamento impressionante di masse orchestrali e corali inneggia all'amore. Degli altri finali è stato maggiormente eseguito quello composto da Berio nel 2001 (prima esecuzione a Los Angeles nel 2002) e ripreso alla Scala nel 2015 in occasione dell'inaugurazione dell'Expo sotto la direzione di Riccardo Chailly.

Il Finale Di Berio

Il Finale di Berio, in alcuni passi più raffinato, ma forse meno aderente allo stile dell'opera, si caratterizza per una scrittura sinfonica particolarmente accentuata che gli consente di costruire meglio i legami tra i vari appunti a partire dalla sezione che introduce *Principessa di morte*. Alfano aveva puntato sulla netta cesura creata dagli accordi di “la” senza la terza, mentre Berio ha scritto una pagina che conduce gradualmente all'invettiva riprendendo temi della prima aria di Liù.

Il carattere sinfonico della partitura di Berio è evidente anche nella scelta di introdurre un interludio orchestrale costruito con i temi dell'opera tra cui quello lirico del primo atto, ma anche con la citazione per la verità un po' forzata del *Leitmotiv*⁸¹ del filtro d'amore del *Tristano e Isotta* di Wagner dopo il bacio.

Più aderente alle intenzioni pucciniane, rispetto al finale di Alfano, è certamente il modo in cui Berio tratta la citazione del tema *Mai nessun m'avrà* lasciando la scena alla sola Turandot, a differenza di quanto aveva fatto Alfano che aveva aggiunto il verso di Calaf; geniale nel finale di Berio è, a mio avviso, la scelta di riprendere il tema degli enigmi nel momento in cui Turandot gioisce perché conosce il nome del Principe Ignoto, come molto più raffinata dal punto di vista dell'orchestrazione è la transizione al secondo quadro del terzo atto. Nel Finale Berio dopo la rivelazione di Turandot conclude l'opera in modo soffuso con la ripresa del tema del nome in una forma enigmatica.

⁸¹ Una parola al giorno, *Leitmotiv*, 24/08/2014
<https://unaparolaalgiorno.it/significato/leitmotiv>

MARIPOSA

In spagnolo, "mariposa" significa "farfalla", e questo termine ha un ricco simbolismo che attraversa varie culture. Le farfalle sono spesso associate a concetti profondi come la trasformazione, la libertà, la fragilità, e persino la spiritualità. Ecco una panoramica dei principali significati simbolici della "mariposa":

La farfalla è forse il simbolo più riconosciuto della trasformazione⁸². Il suo ciclo di vita — da bruco a crisalide a farfalla — rappresenta il cambiamento, la crescita interiore e la metamorfosi. In molte culture, è considerata un simbolo di rinascita o evoluzione personale, rappresentando il passaggio da una fase all'altra della vita.

Libertà e Leggerezza

Le farfalle, con le loro ali delicate e colorate, evocano un senso di libertà. In volo, simboleggiano la capacità di muoversi liberamente, senza essere legati a un luogo o a una condizione. Questo concetto di libertà può essere associato sia a libertà fisica che a libertà emotiva o spirituale.

Bellezza e Fragilità

La bellezza delle farfalle, con i loro colori vivaci e le loro ali intricate, è evidente, ma altrettanto evidente è la loro fragilità. In questo senso, la *mariposa* può rappresentare la bellezza temporanea della vita, la sua delicatezza e il fatto che ciò che è bello spesso è anche effimero e vulnerabile.

⁸² NOMINATION ITALY, *Il significato del simbolo della farfalla e i gioielli Nomination che rappresentano rinascita e cambiamento*, 06/05/2024
https://www.nomination.com/ch_it/blog/il-significato-del-simbolo-della-farfalla-e-i-gioielli-nomination-che-rappresentano-rinascita-e-cambiamento-/#:~:text=La%20farfalla%20come%20simbolo%20di,la%20rinascita%20e%20la%20trasformazione.

Spiritualità e Anima

In molte tradizioni spirituali, la farfalla è vista come un simbolo dell'anima. Nell'antica Grecia, ad esempio, la parola "psiche" significava sia "farfalla" che "anima". Nella cultura cattolica e altre credenze, la mariposa può rappresentare l'ascensione dell'anima verso una nuova dimensione, spesso associata all'idea di rinascita o vita dopo la morte.

Simbolo di Speranza e Cambiamento

Grazie alla sua capacità di metamorfosi, la farfalla è spesso vista come un simbolo di speranza. È una creatura che rappresenta il cambiamento positivo, la capacità di superare difficoltà (come la fase del bruco), per emergere in una nuova forma, piena di colori e bellezza.

Simbolo di Femminilità

In alcune culture, la farfalla è vista come un simbolo di femminilità e grazia. Questo perché la delicatezza e l'eleganza delle sue ali possono essere associate alla bellezza e alla sensualità della donna.

Simbolo della Transitorietà della Vita

La breve durata della vita della farfalla è anche un simbolo della fugacità del tempo e della vita stessa. Nella letteratura e nella poesia, la Mariposa viene spesso utilizzata per rappresentare l'impermanenza delle cose belle, come l'amore o la giovinezza.

La Mariposa in spagnolo è un simbolo ricco e versatile, che può rappresentare cambiamento, libertà, bellezza fragile e spiritualità. Per molti, la farfalla è anche un segno di speranza e un promemoria del potenziale di rinascita e crescita, sia fisica che spirituale.

La "**mariposa**" è un simbolo ricorrente nella **letteratura spagnola**, spesso associato a temi come la fragilità, la bellezza, la trasformazione, e la libertà. Il suo utilizzo è presente in diverse opere e movimenti letterari, e può assumere diverse sfumature a seconda del contesto.

Simbolismo della Mariposa nella Letteratura Spagnola

1. Mariposa come Simbolo di Bellezza Effimera

Nella poesia spagnola, le farfalle sono spesso utilizzate per rappresentare la bellezza fragile e transitoria della vita e dell'amore. A causa della breve vita delle farfalle, la loro immagine viene associata a tutto ciò che è passeggero, come l'amore giovanile, i sogni e le aspirazioni che possono svanire rapidamente.

- Esempi di poeti che esplorano la transitorietà della bellezza includono autori del **Siglo de Oro** spagnolo, come **Luis de Góngora**, noto per la sua poesia barocca piena di immagini sensoriali e contrasti tra vita e morte, tra effimero e eterno.

2. Mariposa come Metafora della Libertà

La farfalla è anche un potente simbolo di **libertà**. Autori e poeti spagnoli hanno spesso utilizzato l'immagine della *mariposa* per rappresentare il desiderio di fuga, di liberazione dai vincoli fisici, sociali o mentali. Ad esempio, nel **romanticismo** spagnolo, la farfalla potrebbe rappresentare l'anima che cerca di sfuggire ai confini della realtà materiale.

- La **generazione del '27**, come **Federico García Lorca**, usò spesso immagini naturali e simboli per esprimere stati d'animo, emozioni intense e desideri interiori. Anche se Lorca non usa direttamente la mariposa nei suoi lavori più celebri, la sua poesia "romantica" e la sua visione tragica della vita riflettono spesso la fragilità e la libertà di esseri come la farfalla.

3. Mariposa come Simbolo di Metamorfosi e Crescita

Il processo della **metamorfosi** da bruco a farfalla è stato spesso utilizzato per descrivere i cambiamenti interiori o esterni di un personaggio. In questo contesto, la farfalla diventa un simbolo di **evoluzione**, di crescita spirituale o emotiva, e di rinnovamento. Questo tema è particolarmente evidente nella letteratura moderna e contemporanea.

- Ad esempio, lo scrittore **Ramón Gómez de la Serna**, nella sua poetica delle "greguerías" (brevi aforismi poetici e giochi di parole), usa spesso immagini di farfalle e altri elementi naturali per giocare con concetti come cambiamento, bellezza e il passare del tempo.

4. Mariposa e l'Infanzia

Nella letteratura più contemporanea, soprattutto nei testi destinati a un pubblico giovane, le farfalle possono rappresentare l'**innocenza** e la purezza dell'infanzia. Il poeta **Antonio Machado**, ad esempio, usa frequentemente immagini di natura nelle sue poesie per evocare ricordi d'infanzia e la semplicità della vita.

Opere e Autori Rilevanti

1. "Platero y yo" di Juan Ramón Jiménez

In questa raccolta di prose poetiche pubblicata nel 1914, Juan Ramón Jiménez⁸³ descrive scene bucoliche della vita rurale, spesso usando la natura come metafora per temi più grandi. Le farfalle (mariposas) appaiono diverse volte nel testo come simboli di bellezza effimera e leggerezza, contribuendo a creare un'atmosfera di dolce malinconia e contemplazione sulla transitorietà della vita.

2. "La Casa de Bernarda Alba" di Federico García Lorca

Anche se non c'è un riferimento diretto alle farfalle, questa opera teatrale tragica di Lorca riflette profondamente i temi della repressione e del desiderio di libertà, temi che possono essere interpretati in connessione con il simbolismo della farfalla. I personaggi femminili della casa di Bernarda sono come farfalle intrappolate, impossibilitate a vivere la propria vita in libertà, una condizione che culmina in una tragica esplosione di ribellione.

3. Poesie di Rubén Darío

Sebbene Rubén Darío sia un poeta nicaraguense, è strettamente legato al movimento modernista che influenzò profondamente la letteratura spagnola. Nei suoi testi, Darío utilizza spesso la farfalla come simbolo di leggerezza e di perfezione artistica, ma anche come incarnazione della bellezza fugace e dell'ideale estetico che sfugge alla mortalità.

La **mariposa** nella letteratura spagnola appare come un simbolo poliedrico, che può incarnare la bellezza effimera, la libertà, la trasformazione interiore e la fragilità della vita. La sua versatilità simbolica le permette di comparire in contesti diversi, da

⁸³ Carlaita, Juan Ramón Jiménez (España), 15/07/2023
<https://cctm.website/juan-ramon-jimenez-espana/>

quelli più spirituali e filosofici a quelli più personali ed emotivi. Questo simbolo continua a ispirare poeti, scrittori e artisti nella cultura spagnola e ispanica.

Fiorella Mannoia- Mariposa

Fiorella Mannoia ha presentato il brano "Mariposa" alla 74ª edizione del Festival di Sanremo nel 2024. Questa canzone affronta temi di grande rilevanza sociale, in particolare l'emancipazione e la resilienza delle donne, ispirandosi alle Sorelle Mirabal, simboli della resistenza contro la dittatura nella Repubblica Dominicana. "Mariposa" è un inno alla forza e alla complessità delle donne, rappresentandole come figure che sfidano le avversità, con immagini evocative come una "farfalla che imbraccia il fucile" e una "regina senza trono".⁸⁴

Nella canzone, Mannoia utilizza una serie di metafore per descrivere la complessità dell'essere donna, affrontando le sfide e le aspettative della società. Durante le sue dichiarazioni, ha enfatizzato l'importanza di scardinare gli stereotipi legati al genere e ha sottolineato che la lotta per il rispetto e la dignità deve essere condivisa da entrambi i sessi.

La canzone ha ottenuto il Premio Sergio Bardotti per il miglior testo a Sanremo 2024, confermando l'impegno di Mannoia nel trattare tematiche femministe e di giustizia sociale. Il brano celebra la molteplicità dell'identità femminile, sottolineando come le donne possano essere fragili e forti allo stesso tempo, combattendo contro le ingiustizie e cercando la propria libertà interiore.

Aida Patria Mercedes, Maria Argentina Minerva, Antonia Maria Teresa Mirabal: sono le sorelle Mariposas⁸⁵. Le ricorda Fiorella Mannoia ai giornalisti della sala stampa Lucio Dalla illustrando meglio il suo brano in gara a Sanremo 2024,

⁸⁴ Salvatore Galeone, "Mariposa" la canzone poetica femminista di Fiorella Mannoia a Sanremo, 07/02/2024 <https://libreriamo.it/intrattenimento/mariposa-fiorella-mannoia-sanremo/>

⁸⁵ Riccardo Michelucci, SORELLE MIRABAL fondatrici del Movimento 14 giugno, guidarono la resistenza alla dittatura di Rafael Trujillo <https://it.gariwo.net/giusti/diritti-delle-donne/sorelle-mirabal-26685.html>

“Mariposa”, appunto. Las Mariposas furono uccise dalla dittatura del dominicano Rafael Trujillo il 25 novembre 1960.

L’assassinio sollevò l’indignazione popolare portando, nel 1961, all’assassinio di Trujillo e alla fine della dittatura. Arriva da qui la celebrazione del 25 novembre attuale, giornata contro la violenza sulle donne. E da lì parte anche “Mariposa”. L’unico riferimento a questa storia, dice la Mannoia, è “una farfalla che imbraccia il fucile”.

“Questa canzone per me è l’orgoglio di essere donna⁸⁶ – prosegue l’artista – questo Sanremo per me si svolge all’insegna del divertimento con una canzone dal contenuto serio in veste gioiosa. È un brano dal sapore latino, la prerogativa della musica dell’America Latina è quella di dire cose serie vestite gioiosamente”. Quanto alla questione “femminile”, Mannoia ha confermato che ancora tanto c’è da fare: “Ma lo faremo.

Dobbiamo lavorare insieme per scardinare stereotipi legati alle donne, e da parte degli uomini per scardinare anche i loro stereotipi per cui un rifiuto da parte di una donna è una minaccia alla loro virilità. Siamo tutti e due vittime, è una lotta che dobbiamo fare insieme per re-insegnare il rispetto dell’altro, di chiunque sia”.

Significative le parole della Mannoia sulla partecipazione al Sanremo 2024: “credo che un’artista debba rischiare, è nella sua stessa essenza, e non vedo perché anche i più affermati tra di noi non debbano mettersi in gara”. Durante la serata dei duetti Fiorella Mannoia avrà come ospite e collega di palco Francesco Gabbani, colui che, arrivato alle soglie del podio insieme a lei nel 2017, si inchinò, passandole davanti. “Fu un gesto di grande eleganza – sorride lei – venerdì sera sfatiamo la presunta avversità perché saremo insieme sul palco e canteremo le canzoni che si sono viste rivali in quell’anno”.

⁸⁶ Valentina Giampieri, *La storia di resistenza di Mariposa, la canzone di Fiorella Mannoia per Sanremo 2024*, 06/02/2024

<https://www.gqitalia.it/article/fiorella-mannoia-mariposa-significato-canzone-sanremo-2024>

Il divario generazionale coinvolge le riflessioni di una delle interpreti storiche della canzone italiana, che nel 2024 compirà 70 anni (“come la Rai”, scherza lei, che annuncia una grande festa in programma). “Se una passione è vera, bisogna perseguire – spiega – certo, noi rispetto ai giovani di oggi siamo stati più fortunati, abbiamo avuto le possibilità e il tempo di poter crescere, facevamo magari un LP che non funzionava e avevamo una seconda e terza possibilità. Oggi è tutto più complicato: quando ho portato “Caffè nero bollente” all’Ariston avevo 27 anni, oggi non sarebbe possibile. Ma bisogna insistere ugualmente, perché vita senza passioni non è vita!”.

Raccontando della propria vita affatto mondana, fatta di maratone di serie, letture, Burraco e Ruzzle, Fiorella Mannoia ha dato un consiglio alle giovani generazioni: “crescete! – ha detto – ma per crescere leggete, ragazzi, altrimenti scrivete sempre le stesse cose. È giusto che a 18 anni le cose siano semplici, ma quando si va avanti nel tempo bisogna iniziare a scrivere cose con più costruito. Questo naturalmente va di pari passo alla crescita personale”.

Le sorelle Mirabal, Patria, María Argentina Minerva e Antonia María Teresa, sono figure emblematiche della lotta contro la dittatura di Rafael Trujillo nella Repubblica Dominicana. Nacque in una famiglia benestante, ma le tre sorelle si opposero attivamente al regime oppressivo di Trujillo, fondando il "Movimento Rivoluzionario del 14 Giugno" nel 1959, che mirava a combattere per i diritti civili e la libertà nel loro paese.

Il 25 novembre 1960, mentre si recavano a visitare i loro mariti detenuti, furono intercettate da agenti dei servizi segreti, che le picchiarono a morte e gettarono i loro corpi in un burrone, cercando di far sembrare il loro omicidio un incidente. La brutalità di questo assassinio scatenò una forte indignazione sia in patria che all'estero, contribuendo alla crescente opposizione al regime di Trujillo, che fu assassinato sei mesi dopo.

In onore delle sorelle Mirabal, il 25 novembre è stato designato Giornata Internazionale per l'Eliminazione della Violenza contro le Donne⁸⁷, come un tributo alla loro memoria e al loro sacrificio per la libertà e i diritti delle donne.

La storia delle sorelle Mirabal è quindi un potente simbolo della resistenza femminile e della lotta contro la violenza di genere.

Il 25 novembre è stato designato come la Giornata Internazionale per l'Eliminazione della Violenza contro le Donne. Questa data commemora il brutale assassinio delle sorelle Mirabal nel 1960, le quali sono diventate simbolo della lotta contro la violenza di genere e l'oppressione delle donne, in particolare sotto il regime del dittatore dominicano Rafael Trujillo.

Nel 1993, l'Assemblea Generale delle Nazioni Unite ha adottato una risoluzione che definisce la violenza contro le donne come qualsiasi atto di violenza di genere che può provocare danno fisico, sessuale o psicologico, incluse le minacce e la coercizione. Questa giornata viene celebrata ogni anno per aumentare la consapevolezza su questo problema e per incoraggiare l'adozione di misure efficaci per contrastarlo.

Secondo i dati recenti, durante la pandemia di COVID-19, si è registrato un aumento della violenza contro le donne, con molte vittime che si sono trovate isolate e vulnerabili. Nel 2022, in Italia, si sono registrati 1.196 ricoveri di donne a causa di violenza, evidenziando la persistenza del problema. Questa giornata rappresenta quindi non solo un momento di riflessione, ma anche un'opportunità per attivare il cambiamento e promuovere una cultura di rispetto e sicurezza per tutte le donne.

In molte piazze italiane e in altre città del mondo, durante questa giornata, si possono vedere scarpe rosse⁸⁸ esposte per rappresentare visivamente le vittime di

⁸⁷ Save the Children, *Giornata contro la violenza sulle donne: perché si celebra e tutto quello che c'è da sapere*, 23/11/2023
<https://www.savethechildren.it/blog-notizie/giornata-contro-la-violenza-sulle-donne-perche-si-celebra-tutto-quello-che-c-e-da-sapere>

⁸⁸ ibidem

violenza. Questo gesto simbolico intende far sentire le voci di coloro che non possono più parlare e richiamare l'attenzione su un problema che affligge le società di tutto il mondo

Le scarpe rosse non solo evocano la bellezza e l'emancipazione femminile, ma anche il dolore e la sofferenza delle donne vittime di violenza. Diventando un simbolo universale di resistenza, esse ci invitano a riflettere sulla necessità di combattere contro ogni forma di violenza di genere e a sostenere le vittime in cerca di giustizia e guarigione.

Le scarpe rosse sono diventate un potente simbolo della lotta contro la violenza sulle donne e il femminicidio. Questo simbolo è nato nel 2009 grazie all'artista messicana Elina Chauvet⁸⁹, che ha creato una installazione intitolata "Zapatos Rojos" a El Paso, in Texas. L'opera consisteva in una serie di scarpe rosse abbandonate per rappresentare le donne vittime di violenza e gli abusi che subiscono, soprattutto a Ciudad Juárez, una città tristemente nota per un alto tasso di femminicidi.

Le scarpe rosse rappresentano non solo le vittime, ma anche tutte le donne che non possono più indossare un simbolo di femminilità e libertà. Il rosso, in particolare, è associato a passioni forti e a una certa forza, e serve a evocare una riflessione profonda sulle disuguaglianze e le ingiustizie di genere presenti in ogni parte del mondo.

Il 25 novembre, Giornata internazionale per l'eliminazione della violenza contro le donne, è una data significativa, poiché commemora l'assassinio delle sorelle Mirabal nella Repubblica Dominicana nel 1960.

Queste donne erano attiviste contro il regime oppressivo del dittatore Trujillo e la loro morte simboleggia la lotta contro la violenza di genere. Durante questa

⁸⁹ Antonella Inicorbaf, *L'attivista e creativa Elina Chauvet torna in Italia con le sue Scarpe Rosse*, 21/06/2023 <https://www.lacnews24.it/cultura/lattivista-e-creativa-elina-chauvet-torna-in-italia-con-le-sue-scarpe-rosse-uf0ysj5y>

giornata, le scarpe rosse vengono esposte in varie piazze e eventi in tutto il mondo per sensibilizzare e ricordare le vittime.

Oltre alle scarpe rosse, altri simboli come le **panchine rosse** e i **nastri rossi** vengono utilizzati per richiamare l'attenzione sulla violenza contro le donne. Le panchine rosse servono come luoghi di riflessione e discussione su questi temi, mentre i nastri sono un richiamo visivo alla necessità di solidarietà e cambiamento.

16 MARZO

La canzone "**16 marzo**" di Achille Lauro rappresenta una riflessione profonda sul dolore e la disillusione di una rottura romantica. Lauro ha descritto il brano come una lettera scritta durante una notte di profonda introspezione, rivolta a qualcuno del suo passato. La data "16 marzo" ⁹⁰simboleggia la fine di una relazione e cattura il peso emotivo della separazione. Attraverso i testi, Lauro esprime sentimenti di abbandono e tristezza, dipingendo un quadro di un amore che svanisce e dell'incertezza che ne segue. La canzone riflette temi di nostalgia e la realizzazione che la relazione è finita, anche se le cicatrici emotive rimangono.

In alcune interviste, Lauro ha spiegato che la canzone è emersa da un periodo di intensa espressione creativa, alimentata dall'introspezione che è derivata dall'isolamento del 2020. Ha menzionato che questo processo creativo gli ha permesso di abbracciare appieno la sua libertà artistica personale, plasmando la musica per riflettere il suo mondo interiore. La canzone si distingue come un capitolo della sua rinascita personale e artistica, in cui esplora le complessità dell'amore e della perdita con vulnerabilità e sincerità.

Lauro ha descritto il brano come parte di un processo creativo profondo, riflettendo sulla sua vita e sulla sua musica durante un periodo di isolamento.

⁹⁰ Redazione Web, *16 marzo di Achille Lauro, il significato del brano e il testo spiegato dal cantante*, 16/03/2022 <https://www.deejay.it/articoli/16-marzo-achille-lauro-significato-testo/>

Questa introspezione ha portato a una nuova fase della sua espressione artistica, in cui si sente finalmente libero di esprimere se stesso.

Quando si cambia, come quando si ama, si crea una grande elettricità, c'è eccitazione, ma c'è anche nostalgia. In questo è immersa **16 marzo, una ballata** che Lauro definisce: «un momento particolare. Intimo. Ultraterreno. Il vestito che dovrà avere questo brano è quello che eravamo. Nostalgico come il passato. È come ripensare a quando si aveva 9 anni. Qualcosa di talmente inesistente ormai, da diventare affascinante. Talmente affascinante da avvelenarmi. Era solo una lettera per lei».

La canzone è effettivamente **spoglia e intima** (giusto voce, chitarra che si alterna a un pianoforte) **rispetto a Me ne frego, come era spoglia e intima. C'est la vie dopo Rolls Royce** un anno fa. Nel frattempo, **tutto è cambiato, sì, ma il DNA**, quello **resta coerente a se stesso**. E allora senti che anche il singolo ora spiega le ali come il suo interprete sulla copertina e per il "ritornello", si leva in volo aprendosi - per la prima volta? - in un possibile coro da stadio. Forse adesso di può sognare in grande. Dimensione stadio, appunto.

Personalmente in questa 16 marzo vedo l'ennesima conferma delle potenzialità di Achille Lauro come **erede parziale di un certo Vasco Rossi, quello che sa cantare l'amore con una semplicità e una schiettezza che sa fare male quanto sa arrivare contemporaneamente allo spettro delle emozioni tanto maschili quanto femminili**.

In questo singolo, ancora una volta, il (fu) trapper romano racconta **una storia tesa e insieme un amore notturno**, ma pure se stesso o una generazione. Lo fa in modo intimo, per **immagini inedite negli accostamenti ma semplici nella comprensione**.

Te ne vai come non fosse niente / Come non fossi te. / Te ne vai quando non c'è più niente, niente di me/ Te ne vai, sbatti la porta e intanto ho capito, già te ne stai andando/ Dici: "tanto, ormai per te non piango più" / Che ne sai? Non ti hanno mai detto di no/ Tu che non sai che cosa sono i "non si può". / Te ne vai come se io non fossi niente, / Come se fosse che/ Te ne vai perché non c'è più niente da prendere.

E poi quella parte perfetta per alzare la voce in tanti cuori (infranti, confusi, incapaci di comprendersi) assieme: *Cosa vuoi? /Cosa stai cercando? /No, non è mai, non è noi/ Ti rinnamorerai a marzo/ Oooo / Il 16 marzo.*

Il sentimento strano e malinconico non è solo il cuore della canzone (in cerca di un significato) **ma è anche l'energia che l'ha fatta nascere**⁹¹. «Cari amici, sono nuovamente qui a scrivervi, in un periodo in cui scrivere è uno dei pochi modi che abbiamo di tenere vivo il contatto umano. Oggi vi parlo di un sentimento comune a tutti [...] Nel mese dei nuovi amori, il mese in cui ognuno torna da chi non lo starà cercando più. È una tempesta dentro me. È ciclica. Perdere tutto per inseguire un'illusione.

Intanto il singolo finisce con le parole di un amante che resta solo e sa che non può cambiarlo pronte a essere urlate in tanti in uno spazio aperto.

Tu che non hai mai pianto/ Tu che non sai che cosa sono i non si può. /Te ne fregghi, tanto, / No, non lo sai, cosa vuoi, cosa stai cercando/ No, non è mai, non è noi / Ti rinnamorerai a marzo / Il 16 marzo/ Il 16 marzo.

Questo auguriamo a chi ha affidato a tutti con una lettera aperta il suo nuovo, neonato e fragile sé. I grandi spazi di uno stadio per esprimerlo a tutto volume. Dopo tanta gavetta, sarebbe il salto definitivo su cui lavorare e il grande sogno da coltivare.

Ti rinnamorerai a marzo, il 16 marzo

La frase "ti rinnamorerai a marzo, il 16 marzo" nella canzone "16 marzo" di Achille Lauro può essere interpretata come un simbolo di rinascita e nuovi inizi. Secondo Lauro stesso, il 16 marzo rappresenta "il mese dei nuovi amori", un periodo in cui le persone tendono a tornare da chi non le sta cercando più. La canzone esplora le dinamiche di una relazione che sta finendo, esprimendo sentimenti di perdita e desiderio di liberazione, ma anche la speranza di nuove opportunità in amore. Achille

⁹¹ ibidem

Lauro ha spiegato che la canzone è in realtà una dedica a una ragazza, e il titolo si riferisce al giorno in cui è stata scritta.

Questo giorno assume un'importanza simbolica, rappresentando non solo un anniversario o una data significativa⁹² ma anche l'idea che, nonostante il dolore e la fine di una relazione, ci sarà un'opportunità di rinascita e di nuovo amore. La canzone esplora anche le dinamiche complesse di un amore che si interrompe, con elementi di conflitto e desiderio di autoaffermazione.

⁹² ibidem

Conclusion

Amare se stessi rappresenta un atto fondamentale per il riconoscimento del proprio valore intrinseco. Solo attraverso questa forma autentica di amore possiamo estendere il nostro amore agli altri, dando vita a relazioni significative e rispettose. Amare gli altri implica desiderare per loro ciò che ci auguriamo per noi stessi: affetto, rispetto e la libertà di esprimere pienamente la propria identità. In questo contesto, l'amore si configura come un legame che unisce le persone, evitando di trasformarsi in possesso o controllo.

Un esempio significativo di questo complesso intreccio tra amore, libertà e aspirazioni si trova nel romanzo “L'amore ai tempi del colera” di Gabriel García Márquez. La storia d'amore tra Florentino Ariza e Fermina Daza illustra come l'amore vero si sviluppi nel tempo, riuscendo a coesistere con il rispetto delle scelte e della libertà dell'altro. Nonostante gli ostacoli e le separazioni, Florentino riesce a mantenere viva la sua passione per Fermina, dimostrando che l'amore può perdurare anche quando è accompagnato da attese e sacrifici.

Analogamente, in “Orgoglio e pregiudizio” di Jane Austen, la protagonista Elizabeth Bennet intraprende un processo di autodeterminazione e scoperta personale. La sua capacità di rifiutare le convenzioni sociali e di scegliere un amore autentico, fondato su una vera affinità con Mr. Darcy, piuttosto che su interessi economici o pressioni familiari, trasmette un potente messaggio sulla libertà di modellare il proprio destino. Attraverso la crescita dei personaggi, Austen evidenzia come l'amore genuino celebri l'individualità, lasciando spazio per coltivare le proprie passioni e aspirazioni.

In modo analogo, l'opera “Turandot” di Giacomo Puccini offre riflessioni significative su questi temi. La figura di Turandot, inizialmente fredda e distante, incarna un amore che si confronta con paure e incertezze. La sua storia d'amore con Calaf diventa una lotta tra il desiderio di potere e la capacità di aprirsi all'amore. È il coraggio di Calaf, unito alla sua determinazione nel rivelare il proprio nome, a sciogliere il cuore di Turandot, dimostrando che l'amore autentico può trionfare su

rigidità e timori. Quest'opera sottolinea l'importanza di affrontare le proprie emozioni e vulnerabilità per realizzare pienamente se stessi e il proprio potenziale.

La ricerca della realizzazione personale è una dimensione cruciale della libertà. Ogni individuo ha il diritto di dedicarsi alle proprie passioni e obiettivi, senza temere il giudizio o la pressione altrui. Questo concetto è trattato in opere letterarie e cinematografiche, come nel film “La ricerca della felicità”, dove il protagonista Chris Gardner affronta le avversità per realizzare il suo sogno di diventare un broker di successo. La sua perseveranza e determinazione costituiscono un richiamo potente all'importanza di credere in se stessi e nel valore delle proprie aspirazioni.

Un'illustrazione più oscura dell'amore e delle sue complessità si trova nella frase "Moriresti per me?" pronunciata dal Joker nel film “Suicide Squad”. Questa domanda, intrisa di passione e follia, riflette una dinamica relazionale intensa e distruttiva, dove l'amore è associato a sacrificio e all'idea di possesso.

Qui, Joker non solo chiede dedizione, ma anche una sorta di annullamento dell'individualità in favore di un legame che, seppur potente, è intriso di tossicità. Questo ci ricorda che l'amore, se non bilanciato dalla libertà e dal rispetto reciproco, può trasformarsi in una forma di manipolazione emotiva, conducendo a conseguenze devastanti.

Inoltre, il film “La La Land” offre una riflessione profonda su amore e aspirazioni personali. La storia di Mia e Sebastian evidenzia il conflitto tra l'amore romantico e la ricerca dei propri sogni professionali. Pur amandosi profondamente, Sebastian accetta che Mia parta per Parigi per inseguire la sua carriera, dimostrando un amore maturo che trascende la possessività. Questa rinuncia, sebbene dolorosa, sottolinea la profondità del loro legame e la consapevolezza che, a volte, l'amore vero implica lasciare andare.

Tuttavia, è fondamentale mantenere la consapevolezza riguardo ai tentativi di manipolazione da parte di terzi. La manipolazione può manifestarsi attraverso pressioni emotive, coercizione o controllo, e riconoscerla è essenziale per preservare la propria libertà. Tecniche come il “gaslighting”, in cui un manipolatore mette in

dubbio la percezione della realtà della vittima, o il “love bombing”, in cui si cerca di ottenere il controllo attraverso un'eccessiva attenzione iniziale, possono rivelarsi devastanti. Le dinamiche di dipendenza emotiva possono intrappolare una persona, costringendola a rinunciare ai propri desideri in favore dell'approvazione altrui.

Stabilire confini chiari e comunicare apertamente le proprie esigenze e desideri sono passi fondamentali per difendersi. È altrettanto cruciale circondarsi di persone che rispettano la nostra autonomia e incoraggiano la nostra crescita personale. Solo in questo modo possiamo costruire relazioni basate su amore reciproco e rispetto, piuttosto che sulla dominazione.

L'amore e la libertà possono coesistere, creando un ambiente fertile per la crescita e la realizzazione individuale. È essenziale comprendere che l'amore vero non è mai dominazione né sottomissione; si nutre piuttosto di empatia e comprensione reciproca. In una relazione sana, ogni individuo ha la libertà di esprimere se stesso, di coltivare le proprie passioni e di crescere come persona.

In “L'amore ai tempi del colera”, la scelta di Fermina di sposare un uomo diverso da Florentino è una testimonianza di questa libertà: la sua ricerca della felicità personale è un valore da rispettare, anche se ciò implica dolore per Florentino.

Vivere la propria vita in modo autentico è essenziale. Significa abbracciare le proprie aspirazioni e desideri, affrontare le sfide con coraggio e resilienza, e imparare dai propri errori. È fondamentale riconoscere che non c'è nulla di male nel mostrarsi innamorati di qualcuno o della propria vita; al contrario, questa apertura può portare a esperienze più ricche e significative.

L'amore e la passione per ciò che facciamo possono illuminare la nostra esistenza e contagiare chi ci circonda, arricchendo le nostre relazioni e le nostre esperienze quotidiane. Credere in questo sentimento e mostrarlo apertamente non è affatto da considerarsi una debolezza, ma piuttosto una manifestazione autentica della nostra umanità.

In sintesi, l'amore e la libertà non sono solo valori personali, ma rappresentano le fondamenta su cui si edificano comunità più forti e coese. La ricerca della propria felicità e del proprio scopo non solo arricchisce la propria esistenza, ma ha anche un effetto positivo sugli altri, creando un circolo virtuoso di amore, rispetto e crescita personale.

Attraverso l'esempio di opere come "L'amore ai tempi del colera", "Orgoglio e pregiudizio", "Turandot" e "La La Land", comprendiamo che l'amore, quando è sincero e rispettoso, trascende il tempo e può ispirare generazioni. In questo viaggio di auto-scoperta e realizzazione, è cruciale ricordare che esprimere il proprio amore, sia per qualcuno che per la vita stessa, è una dichiarazione di intenti per vivere a pieno con coraggio ogni emozione.

INTRODUCTION

My dissertation will deal with a topic that I believe is very important and equally topical: “the mind,” more specifically the situations that can be found at the relational level both in work and in life and what emotions arise in the case of “true love” or “pure fiction.”

Why?

Because in 2024, there are still WOMEN who are “crushed” and killed by someone who many times becomes their “OWNER” ...

Yet, the Italian Constitution guarantees both sexes the same rights regarding equal opportunities, women and men enjoy equal rights and do the same jobs. There are female lawyers, female soccer players, female soldiers, and now even the prime minister is a WOMAN. Unfortunately, however, women are not always recognized for the quality of their work.

Just think of the director in charge of the Secret Service: Kimberly Cheatle who has been accused of failing to properly protect Donald Trump and Republicans are calling for her resignation and is further criticized by some commentators who say, “Instead of thinking about how to protect our leaders like Trump, she is more concerned about diversity and hiring other women plus being fired and impeached. She and the other women are unfit for the Secret Service as women and of not jumping on Trump by protecting him, but of standing on the sidelines because she is a woman.”

As we know the U.S. is emancipated much more than Europe but apparently there is always this gap between men and women. There are worse examples where we hear about people, most of the time women who are abused and even killed and even by the person they thought loved them, but it touches on what emotions are triggered in the murderer, and what is the real motive behind it all

Obsession with the victim or jealousy that persists even after the relationship ends?

Such episodes are very frequent in Italy. The number of femicides is increasing despite the information given by schools and the media. Respect must be given to the woman who is the source of life. Humanity would not exist without women.

I would like to consider the murder of Giulia Cecchettin who was killed by her ex-boyfriend, Filippo, for breaking off their relationship a few months earlier ... for him she had become an obsession, he contacted her continuously by phone; a few days before Giulia's graduation they had both gone to the restaurant where the girl was going to celebrate her graduation, but the girl was very submissive, only Filippo was the one who decided everything. After a few days, the two saw each other again, they argued...she tried to escape, but in the end, he killed her and left her on the bank of the river escaping to Germany in his car; a few days later Filippo was found on a German Autobahn lay-by with no fuel and no money.

This is just one of many examples. My thesis focuses precisely on why, why and how it all comes to pass. Many psychoanalysts and scholars of the human mind consider the serial killer and suicide to be a very fragile person who has suffered trauma at home or at school, in childhood and/or preadolescence. If one is born good and honest, one can never do harm despite being crushed by “someone” perhaps stronger and more important than us but goodness and the same frailties are part of everyone's life.

One has to love oneself and one's life and prevent it from being destroyed by others ... go ahead ... with a smile.

EMOTIONS

Emotions are divided into primary emotions and secondary emotions:

- Primary (joy, sadness, fear, anger, disgust and surprise) are present in all mammals.

...while in human being primary emotions are mixed giving rise to more complex emotions, called secondary emotions

- Secondary (sense of guilt, envy, shame) modulate social interactions and depend on the cultural style of belonging.

Psychology has its own ideas about this: an emotion is a complex emotional state that often leads to physical and psychological changes that impact the way we think and the way we behave. More accurately--we should speak of “emotional process” rather than “state,” since an emotion brings with it an unstoppable progressive change.

Thus, the unraveling of our emotionality goes on to define a whole series of identity elements:

- our character

- our personality

- our mood

- our motivation

We can define emotions as intense, short-lived affective states that are activated by internal or external stimuli and can manifest themselves through body expressions.

Emotions are made up of several components: the physiological (which activates the central nervous system and the autonomic nervous system), expressive (of which the main site is the expressiveness of the face or the body with its gestures),

and behavioral (which involves the enactment of one or more series of actions to achieve a purpose).

In the latter case, for example, sensing fear, perhaps while crossing the street and noticing a vehicle coming at full speed, is meant to preserve us and move us away from the dangerous stimulus. Sensing anger and pain can prepare us to defend ourselves, to reflect and understand our condition in the present moment, activate other resources to achieve our goals, as a reminder to tolerate failures and frustrations.

This is the reason for the non-existence of positive or negative emotions, but simply emotions with the clear purpose of preserving and protecting us.

It is a common habit to regard good ones, such as joy, which infuses us with a deep state of well-being, as clearly distinct from bad ones, such as sadness, which causes us malaise and gloomy mood.

THEORIES OF EMOTIONS...

No one can deny it: our emotions have a decisive effect on our behavior.

When they manifest intensely, they can lead us to do unthought-of, unconscious things:

- take actions we didn't think we were capable of doing
- give up things we enjoy and are passionate about

Why do we feel emotions?

Where does that emotional flow that sometimes engulfs us and causes us to lose control come from?

Many scholars, from philosophers to psyche experts, have been searching for comprehensive and plausible explanations for a couple of centuries.

The “WHAT is behind HOW we feel” has always exercised a certain curiosity on the part of those who have a great interest in knowing themselves more deeply.

However, one must reflect on three inopinable facts:

- we cannot NOT feel emotions
- emotions inevitably impact our experience
- learning to manage them means feeling better about ourselves

“INSIDE OUT” AND MANAGING EMOTIONS: WHAT THEY ARE FOR AND WHY THEY ARE IMPORTANT

We live in a society that pushes more and more toward the removal of emotions. Expressing one's emotions, in public as well as in private, is seen as a sign of weakness. But what happens when we hoard emotions, especially negative ones like anger, sadness or fear?

Emotions begin to look for other ways to express themselves, through the body (stomach and intestinal pain, headaches, anxiety and panic attacks, sleep disturbances and eating disorders), that is, we somatize. Therefore, emotions must be recognized and expressed, as the film INSIDE OUT teaches us in a very simple way.

DISNEY AND PSYCHOLOGY

Through films such as UP, INSIDE OUT, and continuing with the more recent SOUL, Disney has begun to bring important but easy-to-understand psychological

themes to the big screen, although the theme of grief has been a recurring component since the earliest films and cartoons produced by the American giant. In particular, *INSIDE OUT*, which we could translate as “in and out”-because emotions are something we feel inside but can express outside-leads us to reflect on the importance and role of emotions, both for psychological well-being and for social interactions.

THE 5 PRIMARY EMOTIONS OR BASIC EMOTIONS

In the film, the primary emotions are presented again in the form of characters whose names recall the specific emotion and are: joy, sadness, anger, fear and disgust. As you can tell immediately from the film, these emotions make their appearance early in people's lives: initially joy, sadness and anger appear, then disgust and fear follow. As the film unfolds we learn that all five emotions play an important role in personal growth.

If we did not feel joy we would not be able to enjoy life and would probably not be able to overcome sad and traumatic moments by falling into a perpetual depressive state. Anger serves us to defend ourselves, assert ourselves, express dissent, if it is moderate. Fear and disgust make us avoid risky situations, protect us from contact with potentially harmful stimuli by making us avoid them e.g. I can feel disgust, for an environment in which I feel uncomfortable, in this way I avoid it.

Whenever we experience an emotion, whatever it is, it is communicating something important to us, which is why we need to recognize them, understand their function, accept them, and not repress them if we want to live a peaceful life.

Through the recognition and management of emotions we gain greater awareness of ourselves and prepare ourselves for relationships with others.

EMOTIONS AND BASIC MEMORIES

Emotions are also important because -- the film goes on to explain -- they create “basic memories.” After all, if you think about it, every event we clearly

remember is associated with a strong emotion, whether positive or negative. Moments when we felt joy and happiness, but also experiences that frightened or hurt us, are bound to become “indelible memories” that have affected us for a lifetime, even if we do not realize it.

EMOTIONS, BASIC MEMORIES AND PSYCHOTHERAPY

Many of these memories date back to the early years of life, which is the reason why they have a strong influence on us. Therefore, in therapeutic courses during the anamnestic phase (the collection of the person's life history) patients are always asked what their “first memories,” the most ancestral ones, are. Part of the therapeutic work proceeds through the analysis of memories that are full of emotions felt for important people in our past. Such emotions are often removed because they are negative including: anger and sadness.

It is mainly negative emotions that lead the person to seek professional help. Negative emotions signal that we need to look within, understand what triggered that emotion, why, and what, if anything, we could do to recreate inner balance and serenity.

“Inside Out” explains that in order to find joy again, it is necessary to face and not run away from negative emotions, thus embarking on a painful but necessary process that must be faced since if we choose to ignore emotions, they would find their way out and lead us to make bad choices. This is a challenge that we continually face in life, regardless of our age, the conditions we face, the magnitude of the challenges, and the lack or presence of external support.

HOW EMOTIONS DEVELOP...

Emotions are personal response modes with an adaptive function for the organism. Some, to be sure, are innate or early onset but the complexity of emotional response increases over the course of development as the interchange between organism and environment proceeds.

The development and capacity to express emotions is related primarily to:

- cultural and social standards;
- sense of trust and security conveyed by early attachment relationships;
- basic behavioral patterns of interaction with the environment.

Emotions are divided into:

- innate primaries: positive (happiness, joy, etc.) or negative (fear, sadness, etc.). They are the result of the evolutionary history of the human species and are the earliest emotions;
- of awareness: they arise from an individual's assessment of himself and his behavior in relation to internalized norms or standards. They require more complex cognitive processes than basic emotions.

Adequate emotion development and integration with the cognitive sphere is fundamental to healthy personality development. This process begins during the child's first interactions with the mother and other figures. Based on these, the child learns to represent cognitive-affective models of self and self with others. These get stabilized over the course of development and influence later affective relationships and emotion management in adult life.

LOVE HAS TWO FACES

THE ROMANTIC BOND

In our age, the bond of love arises from an encounter that becomes a bond: in this transit from encounter to bond two people choose each other for a variety of reasons, including the unconscious idea of satisfying, through the other, their own ancient needs. This means more simply said that falling in love allows us to love in the other those parts of ourselves that we cannot recognize in ourselves.

We can more simply think that the problem of every single person is to feel incomplete, and falling in love gives the feeling of feeling more complete.

The growth of the marriage bond is like the growth of the individual and consists of an evolutionary process in which union (with the attendant danger of “bondage”) and individuation (with the risk of isolation) alternate. There is no solution to this endless process, to this alternation between belonging and separation. And this is a very difficult evolutionary task.

There is at the social level a tendency to see marriage as the end of romantic love. In reality unfortunately, I would say fortunately, the establishment of a couple represents only the beginning of a tortuous path that has well-defined and predictable evolutionary stages and critical moments alongside others that are decidedly more unpredictable.

This we all know! It is also true that in recent years we have begun to talk more and more about the natural difficulties that couples encounter once the bond is stabilized; but what happens is that, despite this increased awareness, when romantic love fails we go into crisis, because we all adhere to the social myth of the eternity of the romantic bond.

If we put the magnifying glass on the couple bond we can also here identify some evolutionary stages (without forgetting that each situation has its specificity and singularity and that all attempts to group them into types simply serve to convey ideas).

THE EVOLUTIONARY STAGES OF THE COUPLE BOND

Let us start then with the constitutive stage of the couple bond: falling in love. Most of us know what we are talking about; in a very good film entitled “The mirror has two faces,” B. Streisand asks, “why do we buy into this? ... whether it is myth or manipulation, the truth is that we all need to fall in love.” A need that has been with us since we come into the world and has to do with that feeling of incompleteness that

we talked about a moment ago. Falling in love makes us experience overwhelming emotions and gives us a sense of belonging.

IDEALIZATION, DISILLUSIONMENT, AWARENESS

The psychological mechanism behind falling in love is that of idealization whereby there one feels that one has found the right man or woman to partner with; certain characteristics of the other have extraordinary appeal, the other matches one's ideal model of a partner. When in love, one perceives only the similarities; one cancels out the differences. This stage serves an important function in a couple's life, that is, it enables the creation of a basic bond.

All those who adhere to the conjugal project trust in the eternity of that bond, and it would be unthinkable otherwise.

In fact, the characteristic feature of romantic love is its ephemeral character, its quick tendency to fade away: one of the most painful and at the same time liberating moments is the de-idealization of the intoxicating character of the love experience. And when we feel, we realize, that the ecstatic character of the bond is fading, it means we are going through a new phase of the bond: disillusionment. Here, too, I think, many of us know what we are talking about; as time goes on, hopefully, partners begin to give back to each other not only the fantasy the other has about them, but also a little of their own reality (and we have all learned that reality is never comparable to the ideal--it is always more disappointing).

One comes to terms with reality: one opens one's eyes to see the other in its truth, one stops dreaming that the other is what one desires, one realizes that one has kept the other close by recognizing only its good or functional parts; and this was only possible in the "romantic dream."

Awakening arouses contradictory feelings: on the one hand it is disappointing to see the differences, the divergences, to realize that the other person is not the faithful

interpreter of my ideal project; on the other hand it can become gratifying to discover the other person in his or her uniqueness.

But in many cases, also due to a social issue, change is seen as a sign of pathological deterioration of the relationship, rather than as a natural evolutionary process. It is thus thought that one has the wrong person. Whereas, not getting carried away by this fear and accepting coming to terms with reality (which is then my-and-the other's reality), understanding that change does not necessarily mean failure, means experiencing with the partner a new way of being together. Achieving this realization takes time and requires going through a strenuous phase in which one feels the need to get out of the two-person core to focus on the self, to tolerate the frustration of a kind of separation that allows one to get out of the two-person symbiosis to create a new identity.

And so that one can come to a new relational contract and a new awareness about the pair bond that allows us to be independent and at the same time together, to understand that the other's defect does not necessarily threaten the relationship; one has managed to find the right distance-vicinity. This is the stage of accepting the idea of an imperfect bond.

This does not mean that we will no longer go through crises or misunderstandings.

Importantly, going through these stages does not in itself protect against the possibility of separation, but I believe that greater awareness about the couple's bond can lead to more conscious choices that at that point may also go in the direction of separation, but they remain conscious choices.

The movie "The Mirror Has Two Faces," is directed by and starred in 1996 by Barbra Streisand. At the end of the film's main monologue, Streisand explains why we all want love even though we know it can be painful and devastating.

-MONOLOGUE-

We all want to fall in love, don't we? Why? Because it is an experience that makes us feel completely alive, regenerates us, awakens all the senses, magnifies every emotion. Our everyday reality is shaken and we are catapulted into paradise.

It may last even a single moment, an hour, an afternoon, but that does not detract one iota from its value. For it leaves us with precious memories that we will cherish for a lifetime. I read an article some time ago that said that when we fall in love we feel Puccini in our heads. I love this image. I think it happens because his music expresses the desire to meet passion in our lives. And romantic love. And -- as we listen to *La Bohème* or *Turandot* or as we read "*Wuthering Heights*" or watch "*Casablanca*" -- a little bit of that love lives on inside us as well. So, the ultimate question is, why do people thirst for love, even though they know it has an expiration date and can be painful and devastating? [...] I believe it is because as long as love lasts, fuck, there is nothing better!

It is amazing to observe the ease with which couples stop making love. Maybe they continue to have sex but many of them don't even have that anymore. They have turned off that life force that has an extraordinary ability to hold two people together and that in ancient Greece gave its name to the god of love, Eros.

Eros is one of the two dimensions of couple love. It fuels desire, ignites passion, and strengthens the union. It is because of eros that love acquires a fully human meaning, thus experienced in the body and with the body.

If it is so important, then why has eros disappeared from many couples' lives? It is difficult to answer this question, because the answers can be endless. But there is a thin thread that connects them all. "The failure of a relationship is almost always a failure of communication," Bauman wrote. When communication between two people becomes problematic, the first aspect in which this difficulty emerges and becomes visible is precisely the body.

Rigidity, emotions, posture, tone of voice, say so much about our communication, and they do it through the body. It is then clear why, as experts say, it is impossible not to communicate. Because we communicate first and foremost with the body.

But if eros is expressed in the body and through the body, one can also understand how the first dimension that suffers, when a couple does not communicate well, is sexuality.

Eros is not the only essence of love, however. Alongside it is what the Greeks called agape: the love of sacrifice and giving.

Eros and agape are like two sides of the same coin. Both support each other; one often explains the meaning of the other; one side offers a perspective that is both different from and complementary to the other. Above all, there would be no medal without both sides.

So too is it with couple love, which feeds on eros and agape and needs both to exist.

Eros seeks the other for itself, agape gives itself to the other. Eros desires to possess, agape desires to give.

Eros moves the other toward us. Agape moves us toward the other.

And both teach us to love.

EROS AND AGAPE: OPPOSITION OR COMPLEMENTARITY?

It could be approached with the Freudian term Libido, understood in the sense of drive, urge, yearning, although the love coloration is greater in the term Eros.

The drive in fact aims solely at satisfaction, while the object can be variable, interchangeable, having a purely instrumental value to gratification. Eros, on the other

hand, trespasses into the realm of love insofar as its object is not anonymous but, albeit for a specific and determined period. Lack arises from the desire for the object whose possession is desired to the limits of obsession. The urge is mostly of an appropriative nature, so underlying it is a need for “narcissistic” gratification of one's “ego,” one's selfishness.

The other is reduced to the rank of an object to be enjoyed consumeristically, although for a time one can speak of an “over-valuation” of him, which would tend to attribute such wonderful characteristics to him as to justify such an exclusive interest in him. However, even such love exaltation does not bring one out of the circle of narcissism, that is, the phenomenon whereby “I love myself in you.” The other is confused as in a mirror with one's own ideal image, is idealized; thus, not really seen for what he or she is. The encounter with the real of the other (if only Eros is at stake) induces the long disappointment and blurring of the splendor that made him unique.

Agape, on the other hand, is a Christian-derived term; it is found in the Greek version of the Gospels. Caritas is its Latin equivalent, charity. It is a love that, rather than encompassing the other in its own “I,” values him or her precisely for who they are, in a totally disinterested way. It is a gratuitous love, which prescind from possession and any kind of return in selfish terms. Indeed, it can turn even to someone who does wrong, who does not correspond, who does wrong. It is led not to take but to give, even itself. Agape is self-giving, which is why it is the model of divine love, made man to save man. It is absolute, unconditional love, totally devoted to the other in its dimension irreducible to the self.

Now why contrast Eros with Agape? Of course, on the one hand there is the lust for possession, on the other the gift of self. On one side is narcissism, on the other radical altruism. But that is only if we consider the two forces as split. Take away the complementarity, their balancing, can degenerate. On the one hand, a radicalized Eros will give rise to sterile materialism in unions, leading to seriality in choices and perpetual disappointment, just as we see today in the contemporary, value-free age in which we live. On the other hand, Agape without Eros can give rise to unions that are

very solid on the emotional level but lack the vital humus given by the exchange between beings made of flesh.

It makes more sense to contrast Eros with Philos, a third form of love, brotherly love, friendship. The two are irreconcilable insofar as the former is erotic, while the latter is not. Agape is not desexualized; it can be (in the sense of love for one's neighbor), just as it can encounter, contaminate, and be touched by Eros.

Then Eros is empowered by Agape because through self-giving, self-giving, man can achieve the most absolute fulfillment, the fullness for which he yearns in the upward movement toward the other. The encounter with difference is finally realized, beyond any imaginary glare.

Eros (from ancient Greek: ἔρως), generically translated as love, does not have those intimistic connotations attributed to the Italian term. The ancient concept of eros (translated in Latin as Cupid, Amor) is often associated with sexual attraction but also understood as a force that holds together different and sometimes conflicting elements, without going so far as to nullify them, to friendship and, with the aim of uniting a multitude of citizens into a single social body, to politics.

In its specific philosophical meaning, Eros has been primarily understood as the life force that moves thought and philosophy itself, serving as a conduit between the earthly and supersensible dimensions.

Dealing with the subject of “Eros” and “Agape” were two great Greek philosophers, Empedocles and Plato

EMPEDOCLES

THE FOUR ROOTS

The philosopher took up the theory of the four elements introduced earlier by Anaximenes of Miletus and to which the pre-Socratics (philosophers of the Greek tradition before Socrates) had already referred. According to Empedocles' theory, matter originates from these four elements (previously called roots): Fire, Earth, Air and Water. These elements are regarded as states of aggregation of matter (solid, liquid, gaseous and burning states). Thus the objects and phenomena that fall under our senses are nothing but the mixtures and aggregation of the four roots according to different proportions: the birth and death of things, their transformations, weather phenomena and climate.

THE COSMIC CYCLE

Empedocles explains the formation of the world from empyria, that is, a world in continuous becoming. In addition to the four roots, the philosopher refers to two other causes, Love and Hate. Generation results from the union of the four roots with the force of Love, while disintegration results from the action of Hate. These forces do not act governed by chance but by harmony. In fact, for the philosopher, the cosmos is configured as an ordered and cyclic totality. It comprises various phases: first Love prevails, then Hate takes over so the cycle ends and begins again. Such cyclic vision is not punctuated by a deity but is self-regulating; birth and death do not exist, there is only aggregation and disintegration.

PLATONIC EROS

The first detailed theory of love, in the history of Western philosophy, comes to us from ancient Greece, from Plato, who in the Symposium, provides us with an in-depth analysis of his conception of love. The philosopher starts from the view proposed

by Aristophanes, according to which, the need for love corresponds to man's quest to recompose the original unity. Aristophanes tells how human beings were once perfect, without distinction between man and woman. Zeus, feeling threatened by their perfection, divided them, and since then, each has been searching for his or her half, for the lost unity, driven by the incessant yearning for completion.

To love is to desire that which one misses. Socrates, who knew how to make his ignorance the cornerstone of the principle of every philosophical quest, declares that he learned about love from a woman; that he was instructed by the priestess Diotima, from whom he learned the myth of Eros. Socrates tells of the birth of Eros, following an encounter at a banquet, in honor of Aphrodite. Eros is spawned by Pena, goddess of poverty, and Poros, a deity who symbolizes the habit of procuring what he needs; therefore, he carries within himself and synthesizes opposite tendencies that make him contradictory and unstable. Eros is lack, contradicting the common view that makes love a feeling of fullness.

The misunderstanding into which common sense runs, Diotima says, consists in confusing the condition of the lover with that of the beloved. It is the tension proper to the lover that characterizes the loving feeling, and not the passive state of love.

Eros lives according to his dual nature: he yearns toward the whole, having in himself the lack, inherited from his mother, but he knows how to find solutions to his own lack, he finds expedients, according to the nature of the father.

SYMPOSIUM

The Symposium is one of Plato's most famous dialogues, dealing with the theme of love and eros. Already the title evokes a banquet and in fact symposium means in Greek literally "drinking together."

"Thus I maintain that Love is the most ancient among the gods, the most deserving of honor and the one who is most master of impelling men, living and dead, to the acquisition of virtue and happiness." (Symposium)

This is a phrase from Plato, a philosopher of Ancient Greece, who defined love, or eros, as that experience which we all have, sooner or later, and which we therefore believe we know in all its aspects. In the Symposium (or Convivio) Plato addresses the problem of the soul by relating it to the theme of eros.

In the Convivium, the philosopher relates that one day Socrates and some of his intellectual friends get together for a banquet during which the various diners take turns expounding their ideas about the subject of love. One character, for example, argues that love boils down only to physical attraction between human beings; another states that human beings experience the feeling of love because they originally consisted of two parts, but having offended the gods they were split in two, so now human beings are unhappy and constantly searching for their “half.” The latter in question is Aristophanes, a celebrated playwright of the Socratic age (400 B.C.) who chooses myth as a vehicle for expressing his views on Eros at the Symposium organized by the tragic poet Agathon. The comedian recounts, as already mentioned, that long ago there were not, as now, only two sexes, but three: the male, female and androgynous (beings that shared female and male characteristics). Human beings had two heads, four arms, four hands, four legs, two sexual organs and were round. Because of these characteristics, humans believed themselves to be superior to the gods and tried to climb Olympus. For this unacceptable presumption Zeus decided to punish him by dividing him in two. Men thus found themselves separated, in a continuous and desperate search for their lost half. “Each half, strongly desiring the other half that was his, tended to reach for it.

And throwing their arms around each other and clasping each other tightly, strongly desiring to merge together, they died of hunger and inactivity, because each side did not want to do anything separate from the other (Ibid., p. 89 - 191).” Zeus, taken by compassion, transported the sexual organs to the front and made generation occur between the male and the female.

Man then through love seeks to return to his ancient nature of making the duo the one. At this point, after others have also had the opportunity to express their views, Socrates also intervenes and tells that he was instructed in this matter by a priestess

named Diotima from whom he learned the myth of Eros. According to the account reported by Socrates, Eros is an intermediate between humans and the gods, whose birth is related to the birth of Aphrodite, the goddess of love and beauty. In fact, when this goddess was born there was a great feast, in which Poros, the god of cunning, also took part. The god Poros became so drunk that he no longer understood anything, and when the goddess of Poverty, Penia, noticed that the god was no longer master of himself she decided to take advantage of this to unite with him.

From this strange union Eros himself was born, a quasi-god, but also a demonic being whose habitual abode would be precisely the soul of man, the recipient of his impulses and urges. Eros gives rise to a condition of “desire” in the human soul, more precisely a desire for beauty, since he does not possess it. And it is precisely this intermediate condition between lack and possession that is the characteristic condition of man, for there is the same relationship between man and truth as there is between Eros and beauty. Indeed, man is not only “sofo,” that is, wise, but he is philo-sophic, that is, “desirous” of wisdom. In fact, the relationship between love and philosophy is particularly close, for Eros itself is the powerful force that insinuates itself into man's soul and drives it on a complex path toward beauty and truth. The first form of manifestation of Eros within the human soul occurs when a person falls in love with another person. In fact, an overpowering desire for the physical beauty of the beloved person arises in the soul of the person in love.

Indeed, an overpowering desire for the physical beauty of the beloved person arises in the soul of the person in love. For the soul, however, the mere “visible” beauty of a person can by no means suffice, so it will be seized with the desire to contemplate the “invisible” beauty present in the soul of the beloved person and realize that it is there and not in the body that true beauty resides, because the beauty of the body inevitably fades and is lost, while the beauty of the soul will never die.

But the contemplation of the beauty present in the soul of the beloved serves to prepare and stimulate our soul toward the knowledge of truth, as the conclusion of the ascending ladder along which the soul has been guided by Love: the contemplation of

beauty cannot exist in this material world, but only in the Hyperuranium. Plato means by this myth that philosophy is properly an “erotic” tension toward truth.

THE MYTH OF NARCISSUS

Narcissus is a character from Greek mythology, famous for his beauty and for feeling love solely for himself, such that he fell in love with his face reflected in the water of a pond.

Numerous psychological theories have since been derived from the Narcissus myth, concerning narcissistic personality traits and narcissistic personality disorder.

OVID'S ACCOUNT

Telling us this myth is the Latin poet Ovid.

Narcissus is the son of the river god Cephissus and the nymph Lyriad. Gifted with great beauty, he made anyone who looked at him, man or woman, young or old, fall in love with him. But Narcissus proudly rejected anyone, feeling love for nothing but himself.

One day, the nymph Echo followed Narcissus through the woods, eager to speak to him. Unfortunately, due to a punishment inflicted by the goddess Juno, she was unable to speak first, as she was forced to always repeat the last words of what was said to her.

Narcissus, when he heard footsteps following him, cried out, “Who is there?” and Echo replied, “Who is there?” and so continued for some time, until the nymph took courage showing herself to the boy, running to embrace him. Narcissus, however, immediately pushed her away badly, telling her to leave him alone. Echo, heartbroken,

spent the rest of her life in lonely valleys, moaning about her unrequited love, until only her voice remained.

The goddess Nemesis, learning of the incident, decided to punish Narcissus. By deception, she led him to a pond, with water so clear and clean that anyone could look in it as if he were standing before a real mirror. Indeed, when the boy saw his own reflected image he fell madly in love with it, never realizing that it was himself.

Realizing that he could never see that love reciprocated, he slowly let himself die on the shores of the pond, pining in vain.

It is said that a beautiful flower was later born on the spot where he died, which took the name Narcissus.

The myth of Narcissus is meant to teach us how crucial it is to interact with others in order to seek our true identity. Falling in love only and solely with one's own image, pushing anyone away for fear of suffering, precludes any attempt at fulfillment, leading us ineluctably toward an inner death.

Narcissists, nowadays, experience deep insecurity, low self-esteem and, unconsciously, refuse to emotionally bond with another person or tend to control and manipulate them in order not to suffer.

This dynamic makes them appear as highly selfish, cold of feeling, saccharine and self-referential, unable to create and maintain loving relationships. Instead, all this merely serves to mask abysmal inner suffering.

WHAT IS PATHOLOGICAL NARCISSISM?

The concept of excessive self-love has been recognized and examined throughout history, but only in recent times has it been defined in psychological terms.

Today narcissism, and more specifically the framework of narcissistic personality disorder, is defined as a very complex personality structure. The sufferer develops a real sort of fixation with the image he or she sends back to others. Indeed,

he pays enormous attention to what feedback on it is from the people with whom the narcissist weaves more or less close relationships.

FROM NORMALITY TO NARCISSISTIC PATHOLOGY

Narcissism is a personality trait that can be considered, within certain limits, an absolutely physiological state. In some respects, it is even functional in certain contexts of daily life. However, if this psychological attitude seriously interferes with interpersonal relationships, daily commitments and quality of life, it can assume proportions typical of pathological narcissism.

In psychopathology, within the Diagnostic Statistical Manual (DSM-5), the narcissistic framework is listed among personality disorders. People with these characteristics may tend to exaggeratedly praise their own abilities. They place themselves at the exclusive and preeminent center of their own interest and thus become the object of smug admiration.

Individuals who exhibit pathological narcissism tend to be absorbed in fantasies of grandiosity and unlimited success. They often manifest an almost exhibitionistic need for attention and admiration from others.

In addition, these people are incapable of recognizing and perceiving both the evaluations and feelings of others (reading others' minds and empathy). They tend to exploit others to achieve their own ends, as well as to despise the value of others' work.

Perhaps, the defining characteristic of pathological narcissism is precisely the lack of empathy. From this comes the belief that one's own needs come first. Narcissists also claim that their way of seeing things is the only universally right one.

SUFFERING BEHIND THE NARCISSISTIC MASK

Behind this mask, however, the pathological narcissist usually presents a fragile self-esteem that makes him vulnerable to what he perceives as criticism. In fact, narcissists often believe that others envy them, but they are hypersensitive to criticism, failure or defeat. Thus, the dimension represented by the tendency toward grandiosity, uniqueness and superiority is contrasted with feelings of inferiority, fragility, vulnerability and fear of confrontation.

When faced with the inability to satisfy their high opinion of themselves, narcissists may become angry. Sometimes they develop panic attacks, become deeply depressed or, even, may attempt self-injurious actions. This is usually when they usually come to the attention of a clinician (symptoms related to anxiety, depression, excessive worrying are reported).

Typical features, reported to clinicians, are indeed feelings of emptiness and dissatisfaction, depression or hypomania, suicidal ideation, derealization, dysphoria.

The impact of pathological narcissism can be significant in many areas of life, such as relationships, work, and school. It is obvious that the consequences of the narcissist's behaviors can also play a central role in psychotherapeutic work, where an attachment relationship par excellence is established.

CAUSES OF PATHOLOGICAL NARCISSISM

The causes of pathological narcissism are not clearly and unambiguously defined. Often, this picture results from a combination of several factors, social and biological, that intervene in the course of the individual's development. In particular, the development of the disorder may be fostered by growing up in a disabling family environment, characterized by behavioral inhibition by two oversexed parents.

Narcissistic personality disorder (or elevated narcissism in general) may also result from growing up in a family environment that is incapable of providing the child with the necessary emotional attention and consequent satisfaction of his or her needs.

Over time, in response to this attitude, the subject would resolve the ongoing threat to his or her self-esteem, developing a kind of sense of superiority.

PATHOLOGICAL NARCISSISM AND ROMANTIC RELATIONSHIPS

The pathological narcissist's lack of empathy becomes central to relationships, especially romantic ones. From the outside, the person with high levels of narcissism appears to be “the ideal person,” the one everyone dreams about, embedded very well socially and professionally.

He is usually adept at appearing to be what he is not, the first form of manipulation he enacts. He is often very intellectually gifted and appears very confident, although he needs to constantly nurture his self-esteem. In fact, in reality, the narcissist's inner world is characterized by great emptiness; he has often lacked gratification from his mother.

Those suffering from pathological narcissism have suffered trauma in attachment relationships, have not been protected, nor have they been provided with rules (they have often been a child who had to become an adult very quickly, at least in the family context).

Once he becomes an adult, he has to keep an eye on others, on the world around him. When pathological narcissism predominates, the other does not exist, and all attempts the partner will make to try to change the person will be futile. In fact, the narcissist is insensitive to the suffering of others, is not empathetic, and does not know how to feel, even though he or she goes to great lengths to appear to be a sensitive and empathetic person.

THE STAGES OF THE NARCISSIST RELATIONSHIP

In particular, three stages in the relationship with a partner can be identified:

Stage 1 - Seduction

The one who presents high levels of narcissism shows the best of himself. At this stage, he pays much attention to showing a false self, lying, playing a kind of role. The goal is for the other person to fall in love and care for him.

At first, therefore, he shows a vulnerable side of himself, trying to activate a sense of caretaking in his partner. Often recounting an unhappy childhood, he evokes in the other the desire to make him happy at all costs, changing, modifying himself to meet his expectations, thus entering the circuit of challenge. The partner is convinced that he can satisfy him and change him.

Stage 2 - Meddling

The two partners form a couple and their lives intersect at various levels: sentimental, economic, social.

The person with pathological narcissism acts to isolate the other from his family, his friends, his work. On an individual level he acts by making him feel increasingly fragile through the use of criticism, which at first he uses subtly, then increasingly heavily. Socially the narcissist is highly valued, so if the partner complains to his family or to people he has as a point of reference, they will tend to belittle his remarks.

Stage 3 - Destruction of the other

Pathological narcissism emerges in full force and the person becomes more demanding, violent, jealous and distant.

By this point in the relationship, he has already succeeded in making the other person feel like a nobody, insecure about himself, often worthless. It is not unusual for the narcissist to use verbal and/or physical violence.

Verbally, he alternates between moments of gentleness and moments of aggression, and it is these fluctuations that make his partner even more dependent, destabilizing and unsure of how to behave. He hesitates to forgive him and then forgives him thinking that he will change. Through mistreatment (psychological, emotional, and much more rarely physical) the partner becomes paralyzed, thus losing his own abilities.

TREATMENT OF PATHOLOGICAL NARCISSISM

Treatment of this disorder is centered on cognitive therapy, which often requires prolonged time and great commitment, especially on the part of the therapist. The latter must constantly self-monitor and monitor the relationship and the various interpersonal cycles that can be activated with the narcissistic patient.

The treatment of narcissistic personality disorder is often very difficult, as the patient is not usually aware of his or her own problem and the effect it causes on other people. Traditional antidepressant therapies are ineffective on pathological narcissism.

The disorder can be managed with medium- to long-term cognitive-behavioral therapy, but it needs specialists who emphasize empathy and do not challenge their patients' perfectionism, feelings of privilege, and grandiosity.

JOKER

Joker is a character who has terrorized and fascinated millions of readers and viewers around the world for many decades with his unmistakable distorted, insane and hysterical laughter.

He has a complete disregard for social rules and norms. Joker embodies the darker and more unpredictable side of human nature, but really what lies behind this iconic Villain's mask of madness. By analyzing his psychology in depth, we can try to understand the complex motivations that drive the Joker's twisted mind.

His violent and sadistic disposition could stem from severe trauma and abuse suffered during childhood that led him to have a psychotic attitude. Coexisting in him are narcissistic and megalomaniac traits from a state of frustration and inadequacy. All these factors impacted his evil personality and sadistic sense of humor. Although he is a fictional character, Joker, embodies in an extreme way all the most disturbing facets of being human. Joker has many origins, all different from each other. These have been repurposed into various versions keeping in mind and emphasizing the constant topic of trauma.

The latter may come from a professional failure, a love affair, or an accident that led to disfigurement. The causes are uncertain that however confirm the same result about his transformation into a criminally insane person. In the most extreme cases we can see how trauma leads to a radical change trying to respond to the adversities of the world. Consequently, Joker justifies his acts of violence by confirming the traumas he had. This is an example of how the human psyche can change as a result of major episodes. Despite these episodes of violence within him a bewitching and magnetic charisma stands out. From the latter comes his success. He can manipulate other people very well by getting them to go along with his crazy plans.

We observe how this magnetism of his is used by diabolical and psychopathic minds to seduce the masses and instrumentalize them through diabolical plans. Through his extraordinary intelligence and to his fabulous magnetic charisma the creation of a cult capable of attracting to himself all the weaker minds thus achieving true domination takes place.

The main goal is to destroy humanity through this charisma of his that used in extreme cases leads to the performance of insane acts. The main and foundational element of his character is madness that leads him to be a true agent of chaos justifying this character by claiming that sociality involves only lies by looking at reality only

through chaos. Everything around him responds not only through a mad and sick mind but also to a purely philosophical way thus excluding universal values and his existence.

In the movie *Suicide Squad* we can see in one scene how out of devotion and trust he asks Harley Queen if she would die for him highlighting the great love felt by accepting his proposal. We can see how for him acceptance from her is too obvious and to demonstrate this crazy gesture of love he asks her if she would live for him thus considering her as a possessive object to him.

In the scene we see how he throws his beloved into the chemical solution but realizing that he has committed a crazy act he also throws himself in order to save her. One detail is very important. She previously to the act performed was a doctor (Harleen Quinzel) who after being manipulated by her beloved Joker turns into the famous Harley Queen we all know with her famous two-tone tails.

Their union will lead them to the performance of extreme acts manifesting great involvement but at the same time they will have a sick and dysfunctional relationship.

In the upcoming release in all theaters on October 2 a new Film called *Joker: Folie À Deux* will be shown. In this film Joker, awaiting sentences for his crimes, is hospitalized in Arkham Asylum. As always he struggles against his two faces realizing that it is time for a change by also taking refuge in a passion that has always united him as well as music. In fact, in the film we see how he falls in love with Harley Queen. Upon his release the two will embark on a romantic misadventure. At the moment we only know this little information, but we expect great things.

FOLIE À DEUX

In *Joker: Folie à Deux*, the relationship between Arthur Fleck, played by Joaquin Phoenix, and Harleen “Lee” Quinzel, played by Lady Gaga, develops in a complex and dark way. This sequel continues the story of the first film, exploring the psychological dynamics between the two characters within Arkham Asylum.

Arthur, now awaiting trial for his past actions, meets Lee, who initially comes across as a sympathetic figure. However, it is revealed that she has fabricated much of her history to gain Arthur's trust and attention. As their relationship develops, it becomes apparent that Lee is not only fascinated by the persona of the Joker, but also a manipulative and dangerous character. His character contrasts sharply with Arthur's more vulnerable and chaotic nature.

The narrative takes a dark turn when Arthur is severely abused by the staff of the psychiatric hospital, a trauma that deeply affects his psyche. This leads to a pivotal moment when Arthur renounces his alter ego Joker during a trial, expressing a desire to start over, in spite of Lee. As a result, their relationship deteriorates, culminating in a tense confrontation where Lee, feeling betrayed, walks away from Arthur.

The title *Folie à Deux* (meaning “madness for two”) encapsulates the shared insanity and emotional turmoil that characterizes their relationship, reflecting how both characters are trapped in their respective psychoses. Arthur is torn between his dark alter ego and his desire for acceptance, while Lee's fixation represents a distorted reflection of his own difficulties.

In the second film, the relationship between Arthur Fleck and the Joker evolves significantly, delving into themes of identity, madness, and the complexities of toxic relationships. This film presents Arthur, played by Joaquin Phoenix, as a deeply troubled character struggling with his own identity, often at odds with his alter ego, the Joker.

A major new feature in this sequel is the introduction of Harley Quinn, or Harleen “Lee” Quinzel, played by Lady Gaga. Unlike the traditional portrayal, in which Harley is a psychologist in love with the Joker, in this film she is shown as a manipulative figure who influences Arthur's transformation into the Joker that society has come to recognize. Their dynamic shifts from a romantic conception to a more complex and darker exploration of co-dependence and mutual influence, highlighting how Lee encourages Arthur to embrace his identity as the Joker.

The film also reflects Arthur's internal struggle as he navigates between his desire to be accepted and loved and his backdrop of violent and chaotic tendencies. In a climactic moment, Arthur confesses during a court hearing that he is simply Arthur Fleck and renounces his identity as the Joker, suggesting a deeper level of awareness than seen in the previous film. This moment marks his acceptance of true identity and the painful recognition that Joker's chaotic identity is a social construction rather than an intrinsic part of him.

Ultimately, the relationship between Arthur and the Joker highlights the fine line between reality and illusion, underscoring how Arthur's desire for connection and acceptance is intertwined with his descent into madness. As the film progresses it becomes apparent that while Arthur may inspire the emergence of the real Joker, he himself struggles to escape the cycle of violence and madness.

MENTAL DOMINATION

Mental domination is a complex psychological phenomenon involving manipulation techniques intended to control or influence another person's thinking and behavior. This form of manipulation can occur in various contexts, such as personal relationships, work environments, and social situations.

Mental Dominance Techniques

Manipulators may use a variety of techniques to exert control over others. Some of the common methods include:

- Gaslighting: This technique leads the victim to question his or her own perception of reality. Manipulators may deny facts or experiences, causing the person to feel confused and insecure

- Minimization and rationalization: The manipulator may reduce the importance of toxic behaviors by justifying them or making it appear that they are not so serious
- Blaming: Often, manipulators place the responsibility for their negative actions on the victim, creating a sense of guilt that leads the victim to give in to their demands
- Silence and intimidation: The use of silence or veiled threats is common in manipulative relationships, forcing the other to comply to avoid conflict

Types of Mental Dominance

- Coercive Domination: Involves threats or physical violence to gain control. May manifest in abusive relationships, where one party uses force or fear to maintain power.
- Manipulative Domination: Here, control is achieved through psychological manipulation. Dominants may use gaslighting techniques or emotional coercion to instill insecurities and fear in the subordinate.

1. Psychological Mechanisms

People who practice mental domination often exploit psychological vulnerabilities. For example, they may capitalize on the subordinate's fears, insecurities, or previous traumatic experiences, creating emotional or psychological dependence.

The phenomenon of gaslighting is a specific example of mental manipulation, in which one person makes the other person doubt his or her own reality or sanity

2. Long-Term Consequences

Mind domination can lead to devastating mental health effects, including anxiety, depression, and a decrease in self-esteem. Victims may develop Stockholm syndrome, where they begin to identify with their captor or dominant, further complicating their situation.

At social levels, mental domination can perpetuate cycles of abuse and subjugation, making it difficult for victims to break free from such relationships and regain control of their lives.

3. Prevention and Intervention

It is critical to promote education and awareness about the warning signs of toxic relationships. Training courses, workshops, and therapeutic resources can help equip people with the skills needed to recognize and cope with mental domination.

Support from friends, family members and mental health professionals is crucial for those in domination situations. Providing a safe environment to discuss experiences can facilitate healing and regaining autonomy.

4. Cultural Representations.

Mental domination is frequently explored in popular culture, from literature to movies, as a way to reflect on broader issues such as power, isolation, and the struggle for freedom. These representations can raise public awareness about these dynamics and promote greater understanding of victims' experiences.

Motivations Behind Manipulation

The motivations of those who engage in mental domination can vary. Some seeking to gain power or control over others to feel superior or to satisfy their own emotional needs.

Others may have learned these strategies as defense mechanisms to cope with past traumas or insecurities

Recognizing Manipulation

It is important to know how to recognize mental manipulation to protect oneself. People in manipulative relationships often feel predominant negative emotions, such as fear, guilt, or confusion. This can lead to a constant feeling of inadequacy and difficulty in making autonomous decisions

Mental domination involves a power structure in which one individual (the dominant) exerts control over another (the subordinate). This type of relationship can be based on threats, coercion, or psychological manipulation, and is often observed in couple relationships, but also in professional and social settings. In dominated relationships, the subordinate tends to conform to the wishes of the dominant, thus reducing the risk of conflict and stress, although this can lead to a decrease in the autonomy and psychological well-being of the subordinate himself.

In Everyday Life

- Abusive Relationships: In real life, many toxic relationships highlight dynamics of mental domination, where one person manipulates or controls the other, leading them to feel powerless and worthless.
- Work Environment: In professional settings, a dominant boss may exercise a form of mental domination over employees, influencing their decisions and behaviors through intimidation, favoritism, or manipulation.
- Family Dynamics: Family dynamics can also include forms of domination, where a parent controls the decisions and emotions of their children, deeply influencing their psychological development and autonomy.

Healthy vs Toxic Relationship

It is important to distinguish between normal power dynamics and toxic relationships. In a healthy relationship, there is mutual respect and open communication, while in mental domination there is a power imbalance that can lead to harmful situations.

Healthy and toxic relationships represent two opposite poles of interpersonal interactions, and understanding the differences is crucial for emotional and psychological well-being.

Healthy Relationships

1. **Mutual respect:** In a healthy relationship, both partners respect each other, valuing differences and showing kindness. There is no bullying or denigrating behavior.
2. **Open communication:** Communication is clear and honest. Both partners can express their feelings and thoughts without fear of being judged or interrupted
3. **Mutual support:** In a healthy relationship, each partner supports the other in their goals and dreams, creating an environment of encouragement and personal growth.
4. **Compromise:** Healthy couples know how to come to an agreement, listening to each other's needs and making mutual concessions when necessary.
5. **Independence:** Each partner maintains his or her own identity and has the freedom to pursue his or her own interests, without feeling compelled to give up himself or herself

Toxic Relationships

1. **Control and manipulation:** In a toxic relationship, one of the partners may try to control the other, restricting his or her freedom and imposing decisions. This leads to a loss of personal identity

2. Negative behaviors: Toxic relationships are often characterized by constant criticism, contempt, and disrespect. Partners may insult or sabotage each other, leading to low self-esteem and emotional distress.
3. Lack of trust: Unfounded accusations and jealousy may prevail, making it difficult to build a safe and trusting environment.
4. Toxic conflict dynamics: Instead of resolving conflicts constructively, partners in a toxic relationship may explode into arguments or ignore problems completely, causing pain and misunderstanding
5. Abuse: Any form of abuse, physical or emotional, is a clear indicator of a toxic relationship.

Recognizing the differences between healthy and toxic relationships is critical to protecting one's emotional well-being. Healthy relationships promote growth, happiness and respect, while toxic ones can lead to stress, anxiety and isolation. If you find yourself in a toxic situation, it is important to consider seeking support and, if necessary, making a significant change in your life.

WOMEN'S EMANCIPATION

In the late 20th century, some historians have begun to discuss how women shared in the events and ideals of the French Revolution and what long-term effect there is on the status of women in France.

Women did not possess political rights in the pre-revolutionary France of the Ancien Régime; they were seen as passive citizens, forced to rely on men to determine what was best for them. This state of affairs changed dramatically in theory when there began to be significant advances in the idea of feminism.

Feminism emerged in Paris as part of a broader demand for social and political reform. Women demanded social equality on a par with men and then moved on to demand an end to secular male domination. Their main vehicle for propaganda were pamphlets and the establishment of women's clubs, particularly the Society of Revolutionary Republican Women.

However, the more radical, ruling element abolished all women's clubs in October 1793 and had their leaders arrested; the movement was thus crushed. Scholar Louis Devance explains the decision in terms of its emphasis on wartime masculinity, Marie Antoinette's bad reputation for continued female interference in state affairs, and traditional male supremacy.

Women were taught to be committed to their husbands and show “all her interests in the attention and care of the family with discreet and sincere zeal for her own salvation.” A woman's education often consisted of learning how to be a good wife and mother; consequently, women were not supposed to be involved in the public sphere, the limit of their influence remaining that of raising the consciousness of future male citizens.

The subservient role of women before the revolution was perhaps best exemplified by the Frederician Code, published in 1750 and attacked by Enlightenment philosophers in their publications.

The *Encyclopédie* turned out to be highly influential in the immediate pre-revolutionary period and set the tone for the Age of Enlightenment; the ideas published therein exerted considerable influence on the subsequent revolution in France. Writing a series of articles on women in society, Louis de Jaucourt sharply criticized the traditional roles assigned to women, arguing that “it would be difficult to prove that the rule given by the husband comes from nature, as this principle is contrary to natural human equality... The example of England and the Russian Empire clearly shows that women can succeed equally in both moderate and despotic types of government.

One of the most far-reaching forms of influence precluding revolutionary and republican transformations in women's roles is that given by Jean-Jacques Rousseau's

didactic treatise entitled *Emilio* or *Education* (1762). Some liberal men advocated equal rights for women, including women's suffrage. Nicolas de Condorcet was particularly known for his advocacy of women's status, in articles published in the *Journal de la Société* de 1789 and with the printing of *De l'admission des femmes au droit de cité* ("For the Admission to the Rights of Citizenship For Women") in 1790.

When the revolution was started some women became strongly engaged in it, using the unstable political climate to assert their active nature. In the time of the revolution women could not be kept completely outside the political sphere; they took oaths of allegiance and "solemn declarations of patriotic loyalty" ... affirming the political responsibilities of citizenship."

Charlotte Corday is an early example of a woman engaged in the revolutionary political faction in Gironde; in which she assassinated Jacobin political leader Jean-Paul Marat. Throughout the revolutionary period, other women, such as Pauline Léon and the "Society of Revolutionary Republican Women," staged demonstrations at the National Constituent Assembly and often participated in uprisings using force of arms as well.

An important aspect of the French Revolution was the de-Christianization movement with the Cult of Reason, a movement with which many of the people did not agree at all. Especially for women living in the more rural parts of the country, the disappearance of the Catholic Church meant a loss of normalcy. For example, the sound of church bells echoed through the towns calling people together for confession and was a symbol of unity for the community.

With the beginning of the campaign to de-Christianize the republic, these bells were suddenly silenced and attempts were simultaneously made to silence the religious fervor of the majority Catholic population.

When such revolutionary changes to the Church were implemented a counterrevolutionary movement began to be generated, particularly among women. Although some of these had embraced the political and social changes of the revolution, they opposed the dissolution of the Catholic Church and its replacement through the

formation of revolutionary cults such as that of the Supreme Being championed by Robespierre. As British historian Olwen Hufton argues, these women began to see themselves as “defenders of the faith.” They took upon themselves the task of defending the Church from what they interpreted as a heretical change to their faith imposed by the revolutionaries.

Counterrevolutionary women resisted what they saw as the intrusion of the state into their lives.

Economically, many peasant women refused to sell their goods through assigned because such a form of currency was unstable and was supported by the sale of property confiscated from the Church. By far the most important issue for counterrevolutionary women was the passage of the proposed, and subsequent implementation, of the civil constitution of the clergy in 1790. In response to this measure, women in many areas of the country began circulating anti-juring pamphlets while refusing to attend masses celebrated by priests who had taken an oath of allegiance to the republic.

This fact diminished the social and political influence of those priests because women no longer sought them out for baptisms, weddings and confessions; rather, they presided over other minor congregations in secret. Instead, they hid the remaining faithful priests and attended clandestine traditional masses. These women continued to observe traditional practices such as Christian burials and the baptism of their children with saints' names, despite revolutionary decrees to the contrary.

It was this determined resistance to the civil establishment of the clergy and campaigns of de-Christianization that played an important role in the re-emergence of the Catholic Church as a leading social institution. Hufton notes about the counter-revolutionary women, “For it was their commitment to her religion that determined in the post-Termidor period the re-emergence of the Catholic Church...” Although they struggled hard, these women were later vindicated in their efforts to reestablish the Church and, thus, also to reestablish traditional family life and social stability. This can be seen in the Concordat of 1801, which formally reinstated the Catholic Church in France. This act came after years of attempts at de-Christianization or state-

controlled religion, which were foiled in part because of the resistance of religiously devout and counter-revolutionary women.

By the last decade of the nineteenth century, women's work is now such an extensive phenomenon that it is a topical issue in all industrialized countries. At the same time it is also the time when women workers begin to take part in claim movements.

The first women's strike in the textile industry broke out on May 1, 1893: for fourteen days some 700 women workers blockaded the factories to demand a ten-hour workday instead of twelve, a minimum wage of eight crowns a week, and a May Day holiday. It will be World War I that will accelerate women's entry into the workforce. In countries engaged in the conflict, women replaced men who left for the front in all professions for four years. These are also the years when strikes and demonstrations for better wages continue. In Milan, Anna Maria Mozzoni (1837-1920) founded the League for the Promotion of Women's Interests and became a point of reference for new women's struggles; she fought for the vote for women and for wage discrimination.

The theme that links the different expressions of feminism is the demand for the political vote understood as the first sign of equality. Recall that suffrage, that is, the right to vote, in the 19th century was exercised by a minority of male citizens on the basis of wealth possessed. An important theoretical contribution came in 1869 with the publication of Englishman John Stuart Mill's book *The Subjection of Women*, translated into Italian in 1870 under the title *On the equality of women*.

Mill presents in Parliament a petition for the right to vote signed by 1,500 women; in the same year, the National Suffrage Society is formed in England. The National Society for Women's Suffrage. In 1860, women in England gain the municipal vote and in 1894 the right to be elected. In 1903, the Women's Political and Social Union is formed to gain the political vote.

Members of the movement, better known as suffragettes, led by British activist and politician Emmeline Pankhurst, adopt new and unscrupulous forms of struggle, distributing manifestos, provoking disputes, and enduring arrests and convictions. It was not until 1918, after fifty years of struggle, that women over the age of thirty gained suffrage in England, and in 1929 thirteen women were elected to the House of Commons. In Germany, women get the vote in 1919, in the United States in 1920, and in France in 1945. In Italy, Parliament passes a law in 1919 extending the administrative vote to women, but with the advent of fascism the exercise of this right is postponed. The political vote was approved in 1946: women participated in the institutional referendum and elections for the Constituent Assembly, and twenty-one of them were elected. The social gains achieved by women at the cost of years of struggle weaken in the first two decades of the twentieth century and make no progress.

In the years between the two world wars, political situations in various countries changed, the status of women remained anchored to the successes achieved with the victory of universal suffrage in 1919. In England, France, Russia and the United States, women finally enjoyed civil rights. In Soviet Russia, thanks to the political efforts of Aleksandra Kollontaj, (1872-1952) women, in addition to political and legal rights, gain equal pay with men, and in 1917, with mass literacy, they gain access to culture, divorce is an inalienable conquest, and abortion is permitted if performed in state clinics. With the advent of totalitarian regimes in Europe, the women's issue is blocked, and it is in the Soviet Union, in the society that boasts the most advanced legislation on women's issues, that the first setbacks occur: abortion is abolished and divorce is severely hampered by the new family laws.

Fascism's attitude toward women is ambivalent. On the one hand, the Regime recognizes their important function in the path of modernization that all of Italy, social and economic, must take in those years: thus, in fact, girls, schoolgirls and students are framed in the educational-sports associations like their male comrades and on a par with men are part of the National Fascist Party, where, however, they carry out generic assistance activities. On the other hand, adult women, urged to work, marry and have children, are effectively denied the freedom to make autonomous choices in the name of a patriarchal tradition, confirmed by the Catholic tradition.

At the same time, women must bring abroad a winning image, linked to sports, fashion, cinema, music, the excellence they can express in those fields, and only this will eventually be celebrated by the Regime, which maintains an anti-feminist stance.

In 1932 the Fascist government passed a bill for the establishment in Turin of the Ente Autonomo per la Mostra Permanente, a measure designed to organize all sectors of clothing and to ensure a production that has its entire cycle in Italy, from the creation of models to that of accessories and ornaments. In 1935 to bring more order to the clothing sector, the name of the institution became Ente Nazionale della Moda and every activity in this sector was required to refer to it. A hallmark is established for recognized models “of national conception and production.” Strict control over fashion houses becomes so strict that it is compulsory to have at least 35 percent (later to become 50 percent) of original Italian designs in the collections, both in terms of the fabric used and the design.

Italian haute couture fashion, however, was dedicated to upper-middle-class women and the nobility, who were entrusted with the task of showing off the luxurious Italian products all over the world. World War II broke out, only the need to replace the men who left for the war fronts in 1940 will see a significant increase in women's employment in all sectors, even those in which women themselves would have felt less suited: this phenomenon affects all of Europe. But the most important fact of this period is the entry of women into the underground liberation movement. The episode that marks this fundamental stage occurs in Parma on October 16, 1941 when, following the daily decrease in the individual bread ration (further reduced to 150 grams) a violent revolt breaks out and a group of women assault a Barilla van carrying a load of bread. As soon as the news spreads, more women come out of the factories, exasperated at the living conditions, hunger first, imposed by the war; women protesters are numerous, even though they know they risk their jobs and imprisonment; taking to the streets and many of them are arrested.

The protest is called the “bread strike” and represents an important moment in the history of what will become the Liberation Movement. Women's militancy in the partisan brigades is active in all respects and, like the men, the women prepare

sabotage actions (which can now be included in acts of civil resistance) that include the disruption of roads and the occupation of food stores. They eventually became the messenger “relays,” an important liaison function, across German lines, between the fighting fronts in central and northern Italy. But even in their homes, women worked for the Resistance: sewing clothing for partisans, collecting and hiding weapons and ammunition, and providing food collection and distribution.

Another initiative run mainly by women is the “Red Relief,” a kind of mutual aid organization with the function of finding food or money for the families of militants in need.

The first half of the twentieth century saw a growing presence of women in culture and art: however, it was not until the 1960s, in a period of full economic development, that feminist movements of an entirely new character emerged. The first feminist manifestations occur in the United States of America and from there spread to all European countries. The activity of intellectual groups, which was quite limited, was then followed by mass actions related to battles on specific themes and issues: divorce, abortion, family law, which profoundly changed the social role of women, their very image and behavior. In Italy, the development of feminist movements took place in the 1970s with a great mobilization of women and constituted an important opportunity for individual and collective growth.

The feminist experience is part of a cultural revolution based on the concepts of diversity, specificity and mutual complementarity in social, labor and political roles and functions, without, however, disrupting women's identity. Feminist battles initiate a new era for women, the actual deconstruction of the role that had hitherto been attributed to them. Not only the winning of rights, but the affirmation of the principle of female self-determination leading to the important achievements ranging from the divorce and abortion laws to the elimination of honor killing in 1980 to the Femicide Act of 2013.

These are years of battles and testimonies with one goal: to remove obstacles to women's rights and overcome barriers to the full recognition of equal political and social gender opportunities between men and women, to ensure adequate female

representation even in those areas where women are traditionally underrepresented. The foundation of equal opportunity policies can be found in the Italian Constitution in Articles 3, 37 and 51.

Women's achievements in the past decades have served to obtain, at least in the West, equal rights, and even on the level of social emancipation, many steps forward have been made in the past half century. However, the status of women is still far from full emancipation in everyday reality even in the most democratic Western countries, as some data confirm. First, women continue to be dramatically victimized by physical and psychological abuse: the figures on violence against women, including sexual violence, and feminicides inside and outside families are frighteningly high, and, therefore, women's liberation is still far off, both in the civil and personal spheres.

In advanced societies, the battle for women's equal rights and opportunities, respect for their personhood, and thus gender equality is a challenge that is wide open and yet to be won. To achieve these goals, laws are not enough, we also need proper education starting from schools and families.

When talking about “gender,” it is necessary to keep in mind that the meaning of this word is not synonymous with “sex.” Gender means the roles and characteristics that men and women are given in a given society within the family and public life. That is, it is a social and cultural construction that influences the sharing of tasks within the family, the balance of power within the couple, and people's occupational choices or possibilities.

Sex, on the other hand, is determined by the biological and physical specificity that distinguishes males from females, i.e., the fact of having sexual and physical characteristics typical of men and women.

Gender policies are concerned with giving rise to cultural actions that, while respecting and valuing gender differences, aim to rebalance the roles of men and women in the family and society, so as to implement the principle of equal opportunity (in studies, careers, political life).

The promotion of gender equality, equality between women and men is a core value of the European Union and is one of the most important goals it aims to achieve. Indeed, the Union aims to promote equality between women and men in all its activities; the European Commission's Strategy for equality between women and men 2010-2015 identifies five priority areas for action:

- equal economic independence for women and men;
- equal pay for work of equal value;
- equality in decision-making;
- dignity, integrity and an end to violence against women;
- equality between women and men in external actions.

Perhaps, a newer and certainly more challenging perspective for women today is to become part of society with all rights and all duties but without abandoning those deeply feminine values of peace, affectivity and socialization. Work as self-expression, direct participation in the political management of society, commitment decided independently and recognized as an ethical choice can be the directions of the search for a new perspective of social identity for today's woman.

In her latest book, *The Long Path of Women, from Emancipation to Liberation*, Hungarian philosopher Agnes Heller (1929-2019) reviews the stages of one of the most important revolutions of the 20th century and points the way forward in order to complete its journey. To achieve this, it is necessary “to act with dignity, as human beings equal by nature, remaining independent in judgments and decisions, but without fighting men, our fellow men.” For Heller, women must always make choices that go in the right direction, keeping in mind that “personal responsibility is a duty from which one cannot shirk.”

And, since much remains to be done in Europe as well, Heller suggests that every woman should get involved in “pushing the movement toward women's liberation,” especially when, despite laws, some rights are ignored in practice, as is

often the case especially in the civil and personal spheres. “We need to change habits, customs and attitudes that have been profuse for thousands of years, and this process will take a long time to reach its conclusion.”

Women's literary production relates to the gradual autonomy that women have gained within society. After the female silence that characterized the public and cultural life of antiquity, writing was the first possibility of creative work to be offered to a woman. Women, from being objects thus became subjects of writing and finally many began to produce written works. In the early nineteenth century there were already several women writing, often under a male pseudonym, although they still belonged to a small elite who had the opportunity to educate themselves through the teachings of fathers, brothers, or tutors. It was not until 1870 that public schools were also established for girls. In the second half of the nineteenth century the number of women taking up writing increased and their position was consolidated.

It seems that many women took on board the belief that Virginia Woolf argued loudly in the late 1920s that the reason for the low number of women writers was due to the fact that, unlike men, few women could count on “a room of their own,” in which they could work with the necessary concentration, shutting out all those daily problems peculiar to a woman's life. In the field of fiction, Jane Austen (1775-1817) paves the way with works of delicate psychological analysis, such as *Pride and Prejudice* (1813). Sisters as Emily Brontë (1810-1848) and Charlotte Brontë (1816-1855) who wrote *Wuthering Heights* (1846) and *Jane Eyre* (1847), respectively, creating figures of decisive and determined women. The intense activity of George Sand (1804-1876), who chooses a masculine name and also wears masculine clothes in life, is best known in the field of fiction, but her work also concerns the theater. Sand fought for the emancipation of women, and all of her theater reflects her ideas and demands for renewal. George Sand signed about 150 successful books of fiction from *Indiana* (1832) to *The Master Players* (1853).

In the twentieth century, writing activity is often combined with social and political engagement in support of women's emancipation. This was the case with Sibilla Aleramo (1876-1960) author of *Una donna* (1907). Virginia Woolf (1882-

1941) also (1882-1941) alongside novels with a revolutionary structure wrote works that became cornerstones of contemporary feminism such as *A Room of One's Own* and *The Three Guineas*.

VIRGINIA WOOLF- *A Room of One's Own* (1929)

In the excerpt we quote, the writer describes a morning spent in the library of the British Museum in London, among a large number of books about women written by men. Among them, one in particular arouses her curiosity: one about the mental, moral and physical inferiority of the female sex, published by a certain Professor von X. The author's reflections come to the conclusion that women cannot fight useless battles against men, but must think of themselves and make the prison room the place where with full rights, they can take ownership of their identity, striving to achieve the habit of freedom and the courage to write exactly what they think. Culture is indeed for Woolf an important tool of emancipation and liberation in a society that continues to relegate women to a subordinate role.

However, while reflecting, I had undoubtedly set about drawing, in my restlessness, in my despair, a doodle; instead of doing as my neighbor did, that is, posing a conclusion. I had drawn a face, a figure. They were the face and figure of Professor von X, busy writing his monumental work entitled *The Mental, Moral and Physical Inferiority of the Female Sex*. In my drawing, he was not a man who could please women. He was corpulent; he had a large jaw; in return he had very small eyes; a very red face [...]. For one reason or another the professor in my drawing looked very angry and very ugly as he wrote his big book about the mental, moral and physical inferiority of women.

Drawing a picture was not the best way to end a barren morning. Yet it is when we laze about, when we dream, that the submerged truth sometimes comes to the surface. [...] Anger had guided my pencil as I dreamed. It referred me unmistakably to the single book, the single sentence, that had awakened the *démone* [spirit of rebellion] was that statement by the professor about the mental, moral and physical inferiority of women. My heart had leapt; my cheeks had flushed; I had turned red with anger. An

attitude, though absurd, quite explainable. No one likes to be told that he is, by his very nature, inferior to a little man - and I looked at the student next to me - who breathes with difficulty, wears a vulgar tie, and has not shaved in a fortnight. We all have our absurd vanities. It's human, I thought, and meanwhile I was drawing carts and circles on the angry professor's face, until it became a burning bush, or a burning comet; in any case, an apparition without human appearance or meaning.

Michel de Montaigne, a French philosopher of the late 16th century, first affirmed the importance of reserving a “backroom,” that is, a space of one's own - a bookstore, a study, a place both metaphorical and concrete - “there to discuss and laugh” and begin one's reflection. The backroom is a dimension of choice - and, in his case, a space of privilege - in which the savant, in absolute calm, can originate his meditation, thus establishing his own freedom, retreat and solitude.

A few centuries later, more precisely in 1928, the famous English writer, Virginia Woolf, invited to give a series of lectures on the theme of the relationship between women and the novel, reflects on why there is a paucity of women's works in the literary field.

Woolf ponders at length the reasons for this lack, coming to a significant conclusion, “if she wants to write novels a woman must have money and a room of her own.” Virginia Woolf delivers a thoughtful, as well as extremely timely, analysis regarding the constant exclusion operated by the patriarchal culture that has always relegated women to the margins of knowledge, preventing them from accessing or actively contributing to it. This culture is the same one that has established male dominance in every aspect of daily life, not allowing, equally, women to emerge for their talents.

This discrimination against the female gender has been carried on since the earliest times and it has been through the reduction of the spaces to which women could have free access. Within *A Room of One's Own*, in fact, Woolf denounces the existence of a knowledge still the preserve of a small group of people, consisting

mainly of men. Relevant, in this sense, is the figure of the Caretaker, who emerges in the first pages of the work, as he bars the way for she who dares to cross, unaccompanied, the boundaries of the imaginary college of Uxbridge.

Woolf believes that the difference between women's and men's status lies precisely in women's inability to own their own space and economic independence.

Women are historically poorer than men and also enjoy less autonomy: this is also reflected in their lower presence in intellectual contexts. In addition to different opportunities, the writer especially insists on the sense of distrust that is instilled in women who wish to approach roles held by male figures:

“But for the woman, I thought as I looked at the empty shelves, such difficulties were infinitely more formidable. First, having a room to herself, and we are not talking about a quiet or noise-proof room, which was unthinkable unless her parents were exceptionally rich or very noble [...]. Such material difficulties were terrible, but far worse were the immaterial conditions. [...] To her the world did not say, as to men, Write if you will; it makes no difference to me. The world unhinged with laughter said to her, “Write? What good is writing to you?”

The inhibiting male gaze has led women for centuries -- and still today -- to doubt their own abilities, to the point that some, over time, have spontaneously given up putting their potential to good use.

Woolf's considerations are particularly valuable in that they show how inequalities between men and women are not due to constitutive differences-as the biological approach to gender issues would suggest-but to material reasons. Having a room of one's own means, in fact, enjoying a dimension of calm, where the mind can find its ease and give vent to its genius: “there must be freedom and there must be peace” so that one can compose works, write novels or poems and elaborate new forms of knowledge. Therefore, at the end of her essay, Virginia Woolf concludes:

“Intellectual freedom depends on material things. Poetry depends on intellectual freedom. And women have always been poor, not only for the past two

hundred years, but since the beginning of time. [...] Women, finally, have not had the slightest chance to write poetry. That's why I have been so insistent on money and my own room.”

Talking about women and writing about them have always been men. All the great writers, until the nineteenth century, were men. Women who wanted to write pretended to be men: the Brontë sisters published under the male pseudonyms of Currier, Acton and Ellis Bell, while Marion Evans is still reported by publishers today as George Eliot.

In 1928 Virginia Woolf was asked to give two lectures for Cambridge female students on the theme, “Women and the Novel.” In 1929, “A Room of One's Own,” a seminal essay for the feminist movement, was published, slowly flowing from its initial theme into a broader and deeper reflection on the condition of women in the 1920s.

Woolf states that a woman who wants to write can do so, but she needs two things: enough money to be able to subsidize her literary aspiration, and a room of her own. The room is not only needed so that she does not run the constant risk of being disturbed -like Jane Austen, who worked in the living room with the whole family-, but above all to affirm and maintain a solid individuality, which otherwise risks being lost in a masculine and macho society. Beginning with this initial statement, Woolf's thought is articulated by following a historical-temporal excursus on the condition of women, the gender gap, female characters, privilege, and the desire for emancipation.

“LA LA LAND,” THE PASSION OF DREAMS AND DESIRES

The film is made as a contemporary musical, where Los Angeles, the land of dreams, is the backdrop for the intense love story between an aspiring actress, Mia, and a jazz musician, Sebastian.

Mia is a girl determined to pursue her dream of becoming an actress, and between auditions she serves coffee in a coffee shop inside Hollywood Studios, while Sebastian is a talented jazz musician who, while waiting to open his own club, makes a living playing in piano bars even though it makes him deeply dissatisfied.

After yet another unsuccessful audition, Mia is persuaded by her friends to go to a party in the Hollywood Hills, and while walking home, Mia is drawn to music coming from a club, which she decides to enter. There she first runs into Sebastian, who just then is fired by the restaurant owner, guilty of improvising jazz music on the piano instead of sticking to the set list of Christmas classics for customers.

Subsequently, after a series of chance encounters, a friendship is forged between Mia and Sebastian made up of confrontations and encounters, until an overwhelming passion explodes between the two, fueled by shared aspirations, intertwined dreams, and a complicity of mutual encouragement and support.

But just as the first successes begin to arrive, the two will have to confront important choices and their professional ambitions, which will call their relationship into question. Indeed, the greatest threat will be their willingness to pursue their respective dreams. Amid exciting music and sweeping ballets, Mia and Sebastian will try to find the compromises necessary to achieve their dreams without having to give up their intense and stormy romance.

Theirs is the first in a series of chance meetings-casual encounters through which a sincere friendship comes to life, which soon turns into the great love, deep and overwhelming, fueled by complicity and mutual support.

In love, inseparable and happy, they are each other's support.

... TWO DREAMERS WHO COMPLETE EACH OTHER

Wonderful, until the first successes and professional ambitions come along that sour their relationship. Seb and Mia make a decision: to let her go, with the promise that they would never stop loving each other.

In short, the ending one does not expect, at least from a film with a romantic soul.

An ending suspended between dream and reality, in which art beats love one to zero.

An unexpected and nostalgic ending that answers the question the viewer inevitably asks: how would it have gone if love had won?

Seb's for jazz is a visceral passion, so strong that it drives his ambition to open a jazz club that would introduce everyone to that impenetrable music, whose listening is not always easy, that takes shape and lives in the moment of performance thanks to the musician's personal contribution. That for jazz is an unconditional love, which he initially tries to share with Mia.

He cannot get over the fact that she cannot appreciate as much as he does that genre that among its melodies celebrates freedom, that music that reinvents itself every time, always, thanks to musicians who create, improvising, their own music.

That is the dream! Brand new every time, every night! And it is very exhilarating!

Jazz mixes complexity, creativity and spontaneity, and for these reasons that it represents, for Seb, the sublime art, the art that he pursues steadily and the art that he wants to create.

Paradoxically, the love for this art is, at the same time, the biggest obstacle he faces, both for his career as a musician and for his love life.

Seb just cannot swallow the idea that contemporary tastes can cast into the shadows the genre of music he loves so much and which is a powerful means of communication, conveying the values of togetherness and sharing.

He does not resign easily. He struggles, he makes mistakes, he rolls up his sleeves. He has to save jazz and has to open that venue where people play and live to the rhythm of jazz.

He is ambitious and determined; he wants to turn the dream into reality.

He succeeds, but at what price? The price is Mia.

True, said like that, it sounds bad. It sounds bad for two reasons.

First, it sounds like Seb never fought for that love. But is that really the case?

That dreamy pianist, that man in love who chooses to give up the woman he loves, but never love, is the same man who fights, from the beginning, to allow her to realize his dream.

Seb also chooses to “lose” Mia to allow her to be what he wants: an established actress.

True, she does not rush to the theater when Mia presents her first intense theatrical monologue to the practically absent audience, but he will spur her on once she throws in the towel.

It will be Seb who, with that same sponge, will forcefully erase the fears of the young woman who has already found her way but fears the twists and turns.

Is not this love, too?

Second, it seems, between the lines, that putting other than love first is to be judged as a poor choice that will surely make one unhappy.

For incurable romantics it is a choice with the bitter taste of renunciation is inconceivable.

This does not mean that it is impossible, wrong or to be condemned.

In the scene where they see each other again, after years and having gone their separate ways, Seb plays their song on the piano. I still wonder to this day how Mia managed to stay glued to that damn chair and did not run to him instead.

What about him? Why did he not follow her to Paris?

The answer is simple: there is no one way to love. One can also love in silence, pursuing one's ambitions and letting those we care about fly away, fly high, to touch the joy of feeling fulfilled.

One can continue to love the person one loves by allowing him to go his own way and live two different lives and respect his choices by showing one's maturity, letting him go even if it is difficult but accepting that he has his own value and that he is fulfilled.

Seb is an example of a man in love with his woman who wants her happiness and fulfillment and does not forbid his beloved to leave because he understands that Mia, too, in this case must have her own identity and not be subordinate to a man who maybe keeps her for himself just out of jealousy or even a sense of possession.

CONCLUSION

Loving oneself represents a fundamental act of recognizing one's intrinsic worth. Only through this authentic form of love can we extend our love to others, resulting in meaningful and respectful relationships. Loving others implies desiring for them what we wish for ourselves: affection, respect and the freedom to fully express our own identity. In this context, love is configured as a bond that unites people, avoiding turning into possession or control.

A significant example of this complex intertwining of love, freedom and aspirations is found in the novel *Love in the Time of Cholera* by Gabriel García Márquez. The love story between Florentino Ariza and Fermina Daza illustrates how true love develops over time, managing to coexist with respect for each other's choices and freedom. Despite obstacles and separations, Florentino manages to keep his passion for Fermina alive, demonstrating that love can endure even when accompanied by waiting and sacrifice.

Similarly, in Jane Austen's "*Pride and Prejudice*," the protagonist Elizabeth Bennet embarks on a process of self-determination and self-discovery. Her ability to reject social conventions and choose a genuine love, based on a true kinship with Mr. Darcy rather than financial interests or family pressures, conveys a powerful message about the freedom to shape one's own destiny. Through character growth, Austen highlights how genuine love celebrates individuality, leaving room to cultivate one's passions and aspirations.

Similarly, Giacomo Puccini's opera "*Turandot*" offers significant reflections on these themes. The figure of Turandot, initially cold and distant, embodies a love that confronts fears and uncertainties. Her love affair with Calaf becomes a struggle between the desire for power and the ability to be open to love. It is Calaf's courage, combined with his determination to reveal his name, that melts Turandot's heart, proving that genuine love can triumph over rigidity and fear. This opera emphasizes the importance of facing one's emotions and vulnerabilities to fully realize oneself and one's potential.

The pursuit of personal fulfillment is a crucial dimension of freedom. Every individual has the right to devote himself or herself to his or her own passions and goals, without fear of judgment or pressure from others. This concept is covered in literary and cinematic works, such as in the movie “The Pursuit of Happiness,” where the main character Chris Gardner faces adversity to achieve his dream of becoming a successful broker. His perseverance and determination provide a powerful reminder of the importance of believing in oneself and the value of one's aspirations.

A darker illustration of love and its complexities is found in the phrase “Would you die for me?” uttered by the Joker in the film “Suicide Squad.” This question, steeped in passion and madness, reflects an intense and destructive relationship dynamic, where love is associated with sacrifice and the idea of possession. Here, the Joker not only demands dedication but also a kind of annihilation of individuality in favor of a bond that, while powerful, is steeped in toxicity. This reminds us of that love, if not balanced by freedom and mutual respect, can turn into a form of emotional manipulation, leading to devastating consequences.

In addition, the film “La La Land” offers a profound reflection on love and personal aspirations. The story of Mia and Sebastian highlights the conflict between romantic love and the pursuit of one's professional dreams. Although they love each other deeply, Sebastian accepts that Mia is leaving for Paris to pursue her career, demonstrating a mature love that transcends possessiveness. This renunciation, although painful, underscores the depth of their bond and the realization that sometimes true love involves letting go.

However, it is crucial to maintain awareness about attempts at manipulation by third parties. Manipulation can manifest itself through emotional pressure, coercion or control, and recognizing it is essential to preserving one's freedom. Techniques such as “gaslighting,” in which a manipulator questions the victim's perception of reality, or “love bombing,” in which control is sought through excessive initial attention, can prove devastating. Emotional dependency dynamics can trap a person, forcing them to give up their own desires in favor of others' approval.

Establishing clear boundaries and openly communicating one's needs and desires are key steps to defending oneself.

It is equally crucial to surround ourselves with people who respect our autonomy and encourage our personal growth. Only in this way can we build relationships based on mutual love and respect, rather than domination.

Love and freedom can coexist, creating a fertile environment for individual growth and fulfillment. It is essential to understand that true love is never domination or submission; rather, it thrives on empathy and mutual understanding. In a healthy relationship, each individual has the freedom to express himself or herself, cultivate his or her passions and grow as a person. In "Love in the Time of Cholera," Fermina's choice to marry a man other than Florentino is a testimony to this freedom: her pursuit of personal happiness is a value to be respected, even if it means pain for Florentino.

Living one's life authentically is essential. It means embracing one's aspirations and desires, facing challenges with courage and resilience, and learning from one's mistakes. It is crucial to recognize that there is nothing wrong with showing yourself in love with someone or your life; on the contrary, this openness can lead to richer and more meaningful experiences. Love and passion for what we do can illuminate our existence and infect those around us, enriching our relationships and daily experiences. Believing in this feeling and showing it openly is by no means to be considered a weakness, but rather an authentic manifestation of our humanity.

In summary, love and freedom are not only personal values but represent the foundations on which stronger and more cohesive communities are built. The pursuit of one's own happiness and purpose not only enriches one's existence, but also has a positive effect on others, creating a virtuous circle of love, respect and personal growth. Through the example of works such as "Love in the Time of Cholera," "Pride and Prejudice," "Turandot" and "La La Land," we understand that love, when sincere and respectful, transcends time and can inspire generations. In this journey of self-discovery and fulfillment, it is crucial to remember that expressing one's love, whether for someone or for life itself, is a statement of intent to live each emotion to its full potential with courage.

INTRODUCCIÓN

Mi disertación tratará un tema que considero muy importante e igualmente de actualidad: «la mente», más concretamente las situaciones que pueden darse a nivel relacional tanto en el trabajo como en la vida y qué emociones surgen en el caso del «amor verdadero» o de la «pura ficción».

¿Por qué?

Porque en 2024, todavía hay MUJERES que son 'aplastadas' y asesinadas por alguien que muchas veces se convierte en el 'AMO' de ellas.

Sin embargo, la Constitución italiana garantiza a ambos sexos los mismos derechos en materia de igualdad de oportunidades, mujeres y hombres gozan de los mismos derechos y realizan el mismo trabajo. Hay mujeres abogadas, mujeres futbolistas, mujeres militares y ahora incluso el primer ministro es una MUJER. Pero, por desgracia, las mujeres no siempre son reconocidas por la calidad de su trabajo.

No hay más que pensar en la directora encargada del Servicio Secreto: Kimberly Cheatle, que ha sido acusada de no proteger adecuadamente a Donald Trump y los republicanos piden su dimisión, además de ser criticada por algunos comentaristas que dicen: «En lugar de pensar en cómo proteger a nuestros líderes como Trump, está más preocupada por la diversidad y por contratar a otras mujeres, además de ser despedida y sometida a juicio político. Ella y las otras mujeres no son aptas para el Servicio Secreto por ser mujeres y de no lanzarse a proteger a Trump, sino de mantenerse al margen por ser mujer.»

Como sabemos EE. UU. está mucho más emancipado que Europa, pero por lo visto siempre existe esta brecha entre hombres y mujeres. Hay ejemplos peores en los que oímos hablar de personas, casi siempre mujeres que son maltratadas e incluso asesinadas, e incluso por la persona que creían que las amaba, pero es una cuestión de qué emociones se desencadenan en el asesino, y cuál es la verdadera razón de todo ello ¿Obsesión hacia la víctima o celos que persisten incluso después de terminar la relación?

Estos episodios son muy frecuentes en Italia. El número de feminicidios aumenta a pesar de la información que dan las escuelas y los medios de comunicación.

Hay que mostrar respeto a la mujer, que es fuente de vida. La humanidad no existiría sin las mujeres.

Me gustaría considerar el asesinato de Giulia Cecchettin que fue asesinada por su exnovio, Filippo, por haber roto su relación unos meses antes... para él se había convertido en una obsesión, la contactaba constantemente por teléfono; unos días antes de la graduación de Giulia habían ido los dos al restaurante donde la chica iba a celebrar su graduación, pero la chica era muy sumisa, era sólo Filippo quien decidía todo.

Al cabo de unos días, los dos se reencontraron, discutieron... ella intentó huir, pero al final él la mató y la abandonó en la orilla del río, huyendo a Alemania en su coche; unos días después, Filippo fue encontrado en un apartadero de la autopista alemana sin combustible y sin dinero.

Este es sólo uno de los muchos ejemplos. Mi tesis se centra precisamente en por qué y cómo se llega a esta situación. Muchos psicoanalistas y estudiosos de la mente humana consideran que el asesino en serie y el suicida son personas muy frágiles, que han sufrido traumas en casa o en la escuela, en la infancia y/o la preadolescencia. Si uno nace bueno y honesto, nunca podrá hacer daño a pesar de ser aplastado por «alguien» que puede ser más fuerte e importante que nosotros, pero la bondad y la fragilidad en sí forman parte de la propia vida.

Uno debe amarse a sí mismo y a su vida y evitar que otros la destruyan... adelante... con una sonrisa.

EMOCIONES

Las emociones se dividen en primarias y secundarias:

- Las primarias (alegría, tristeza, miedo, ira, asco y sorpresa) están presentes en todos los mamíferos;

...mientras que, en los seres humanos, las emociones primarias se mezclan, dando lugar a emociones más complejas, llamadas emociones secundarias

- Las emociones secundarias (culpa, envidia, vergüenza) modulan las interacciones sociales y dependen del estilo cultural de pertenencia.

La psicología tiene sus propias ideas al respecto: una emoción es un estado emocional complejo que suele provocar cambios físicos y psicológicos que repercuten en nuestra forma de pensar y de comportarnos. Más exactamente... deberíamos hablar de «proceso emocional» en lugar de «estado», ya que una emoción conlleva un cambio progresivo imparable.

Así, el desentrañamiento de nuestra emocionalidad pasa a definir toda una serie de elementos identitarios:

-nuestro carácter

-nuestra personalidad

-nuestro estado de ánimo

-nuestra motivación

Podemos definir las emociones como estados afectivos intensos y de corta duración que se desencadenan por estímulos internos o externos y pueden manifestarse a través de expresiones corporales.

Las emociones están formadas por diferentes componentes: fisiológicos (que activan el sistema nervioso central y el sistema nervioso autónomo), expresivos (cuyo lugar principal es la expresividad del rostro o del cuerpo con sus gestos) y conductuales (que implican la realización de una o varias series de acciones para alcanzar un objetivo).

En este último caso, por ejemplo, percibir miedo, quizá al cruzar la calle y percatarnos de que viene un vehículo a toda velocidad, tiene el propósito de

preservarnos y alejarnos del estímulo peligroso. Sentir rabia y dolor puede prepararnos para defendernos, para reflexionar y comprender nuestra condición en el momento presente, para activar otros recursos para conseguir nuestros objetivos, como recordatorio para tolerar carencias y frustraciones.

Por eso no hay emociones positivas ni negativas, sino simplemente emociones con el claro propósito de preservarnos y protegernos.

Es un hábito común distinguir claramente las emociones buenas, como la alegría, que nos infunde un profundo estado de bienestar, de las malas, como la tristeza, que nos provoca malestar y un estado de ánimo sombrío.

TEORÍAS SOBRE LAS EMOCIONES

Nadie puede negarlo: nuestras emociones tienen un efecto decisivo en nuestro comportamiento.

Cuando se manifiestan con intensidad, pueden llevarnos a hacer cosas impensadas, inconscientes:

- realizar acciones que no creíamos ser capaces de hacer
- renunciar a cosas que nos gustan y apasionan

¿Por qué sentimos emociones?

¿De dónde viene ese flujo emocional que a veces nos envuelve y nos hace perder el control?

Un gran número de estudiosos, desde filósofos a expertos en psique, llevan un par de siglos buscando explicaciones exhaustivas y plausibles.

El «QUÉ hay detrás de CÓMO sentimos» siempre ha ejercido cierta curiosidad por parte de quienes tienen un gran interés en conocerse a sí mismos más profundamente.

Sin embargo, debemos reflexionar sobre tres hechos ineludibles:

- no podemos NO sentir emociones
- las emociones tienen inevitablemente un impacto en nuestra experiencia
- aprender a gestionarlas significa sentirnos mejor con nosotros mismos

«INTENSAMENTE» Y LA GESTIÓN DE LAS EMOCIONES: PARA QUÉ SIRVEN Y POR QUÉ SON IMPORTANTES

Vivimos en una sociedad que presiona cada vez más hacia la eliminación de las emociones. Expresar las emociones, en público, pero también en privado, se considera un signo de debilidad. Pero ¿qué ocurre cuando acumulamos emociones, especialmente las negativas como la ira, la tristeza o el miedo?

Las emociones empiezan a buscar otras formas de expresarse, a través del cuerpo (dolores de estómago e intestinales, cefaleas, ataques de ansiedad y pánico, trastornos del sueño y de la alimentación), es decir, nos somatizamos. Por eso hay que reconocer y expresar las emociones, como nos enseña de forma muy sencilla la película *intensamente*.

DISNEY Y LA PSICOLOGÍA

A través de películas como UP, INTENSAMENTE y continuando con la más reciente SOUL, Disney ha comenzado a llevar a la gran pantalla temas psicológicos importantes pero fáciles de entender, aunque el tema del duelo ha sido un componente recurrente desde las primeras películas y dibujos animados producidos por el gigante estadounidense. En concreto, INTENSAMENTE, que podríamos traducir como «de dentro afuera» -porque las emociones son algo que sentimos dentro, pero que podemos expresar fuera-, nos lleva a reflexionar sobre la importancia y el papel de las emociones, tanto para el bienestar psicológico como para las interacciones sociales.

LAS 5 EMOCIONES PRIMARIAS O EMOCIONES BÁSICAS

En la película, las emociones primarias se presentan en forma de personajes cuyos nombres recuerdan la emoción específica y son: alegría, tristeza, ira, miedo y asco. Como se puede ver inmediatamente en la película, estas emociones hacen su aparición muy pronto en la vida de las personas: al principio aparecen la alegría, la tristeza y la ira, y después el asco y el miedo. A medida que transcurre la película, aprendemos que las cinco emociones desempeñan un papel importante en el crecimiento personal.

Si no sintiéramos alegría, no podríamos disfrutar de la vida y probablemente no podríamos superar los momentos tristes y traumáticos cayendo en un estado perpetuo de depresión. La ira nos sirve para defendernos, afirmarnos, expresar disconformidad, si es moderada. El miedo y el asco nos hacen evitar situaciones de riesgo, nos protegen del contacto con estímulos potencialmente dañinos haciéndonos evitarlos, por ejemplo, puedo sentir asco ante un entorno en el que me siento incómodo, de esta forma lo evito.

Cada vez que experimentamos una emoción, sea cual sea, nos está comunicando algo importante, y por eso debemos reconocerlas, comprender su función, aceptarlas y no reprimirlas si queremos vivir una vida tranquila.

Mediante el reconocimiento y la gestión de las emociones adquirimos mayor conciencia de nosotros mismos y nos preparamos para las relaciones con los demás.

EMOCIONES Y RECUERDOS BÁSICOS

Las emociones también son importantes porque -sigue explicando la película- crean «recuerdos básicos». Al fin y al cabo, todos los acontecimientos que recordamos con claridad están asociados a una emoción fuerte, ya sea positiva o negativa. Momentos en los que experimentamos alegría y felicidad, pero también experiencias que nos asustaron o nos hicieron daño, están destinados a convertirse en «recuerdos imborrables» que nos afectan para toda la vida, aunque no nos demos cuenta de ello.

EMOCIONES, RECUERDOS BÁSICOS Y PSICOTERAPIA

Muchos de estos recuerdos se remontan a los primeros años de vida, por lo que ejercen una fuerte influencia sobre nosotros. Por este motivo, en terapia, durante la fase anamnésica (la recopilación de la historia vital de la persona) siempre se pregunta a los pacientes por sus «primeros recuerdos», los más ancestrales. Parte del trabajo terapéutico pasa por el análisis de los recuerdos que están llenos de emociones sentidas por personas importantes de nuestro pasado. A menudo, estas emociones se eliminan porque son negativas, como la ira y la tristeza.

Son sobre todo las emociones negativas las que llevan a la persona a buscar ayuda profesional. Las emociones negativas señalan que necesitamos mirar dentro de nosotros, comprender qué desencadenó esa emoción, por qué y qué podríamos hacer para restablecer el equilibrio interior y la serenidad.

«Intensamente» explica que para volver a encontrar la alegría es necesario enfrentarse a las emociones negativas y no huir de ellas, embarcándose así en un proceso doloroso pero necesario que hay que afrontar porque si optamos por ignorar las emociones, éstas encontrarían la salida y nos llevarían a tomar decisiones equivocadas. Este es un reto al que nos enfrentamos continuamente en la vida, independientemente de nuestra edad, de las condiciones a las que nos enfrentemos, de la magnitud de los desafíos y de la falta o presencia de apoyo externo.

CÓMO SE DESARROLLAN LAS EMOCIONES

Las emociones son modos de respuesta personal con una función adaptativa para el organismo. Algunas, sin duda, son innatas o de aparición temprana, pero la complejidad de la respuesta emocional aumenta a lo largo del desarrollo a medida que avanza el intercambio entre el organismo y su entorno.

El desarrollo y la capacidad de expresar emociones están relacionados principalmente con:

- las normas culturales y sociales
- la sensación de confianza y seguridad transmitida por las primeras relaciones de apego;
- las pautas básicas de comportamiento en la interacción con el entorno.

Las emociones se dividen en:

- primarias innatas: positivas (felicidad, alegría, etc.) o negativas (miedo, tristeza, etc.). Son el resultado de la historia evolutiva de la especie humana y son las primeras emociones;
- de conciencia: proceden de una evaluación que el individuo hace de sí mismo y de su comportamiento en relación con normas o estándares interiorizados. Requieren procesos cognitivos más complejos que las emociones básicas.

El desarrollo adecuado de las emociones y su integración con la esfera cognitiva es crucial para el desarrollo sano de la personalidad. Este proceso comienza durante las primeras interacciones del niño con su madre y otras figuras. A partir de ellas, el niño aprende a representar modelos cognitivo-afectivos de sí mismo y de sí mismo con los demás. Estos se estabilizan en el curso del desarrollo e influyen en las relaciones afectivas posteriores y en la gestión de las emociones en la vida adulta.

EL AMOR TIENE DOS CARAS

El vínculo romántico

En nuestra época, el vínculo amoroso nace de un encuentro que se convierte en vínculo: en este tránsito del encuentro al vínculo, dos personas se eligen mutuamente por diversas razones, entre ellas la idea inconsciente de satisfacer, a través del otro, sus propias necesidades anteriores. Esto significa más sencillamente que el enamoramiento nos permite amar en el otro aquellas partes de nosotros mismos que no podemos reconocer en nosotros mismos.

Podemos pensar más sencillamente que el problema de cada persona es el de sentirse incompleta, y enamorarse da la sensación de sentirse más completo.

El crecimiento del vínculo matrimonial es como el crecimiento del individuo y consiste en un proceso evolutivo en el que se alternan la unión (con el peligro asociado de «esclavitud») y la individuación (con el riesgo de aislamiento). No hay solución para este proceso interminable, para esta alternancia entre pertenencia y separación. Y ésta es una tarea evolutiva muy difícil.

Existe una tendencia social a considerar el matrimonio como el fin del amor romántico. En realidad, desgraciadamente, yo diría que afortunadamente, la formación de una pareja no es más que el comienzo de un tortuoso camino que tiene etapas evolutivas y momentos críticos bien definidos y previsibles, junto a otros decididamente más imprevisibles.

Esto lo sabemos todos. Es cierto que en los últimos años hemos empezado a hablar cada vez más de las dificultades naturales que encuentran las parejas una vez estabilizado el vínculo; pero lo que ocurre es que, a pesar de esta mayor concienciación, cuando el amor romántico se rompe entramos en crisis, porque todos nos adherimos al mito social de la eternidad del vínculo romántico.

Si ponemos la lupa en el vínculo de pareja también podemos identificar aquí ciertas etapas evolutivas (sin olvidar que cada situación tiene su especificidad y singularidad y que todo intento de agruparlas en tipologías sólo sirve para transmitir ideas).

LAS ETAPAS EVOLUTIVAS DEL VÍNCULO DE PAREJA

Empecemos pues por la fase constitutiva del vínculo de pareja: el enamoramiento. Muchos de nosotros sabemos de qué estamos hablando; en una excelente película titulada «El amor tiene dos caras», B. Streisand se pregunta: «¿por qué nos lo creemos? ... ya sea mito o manipulación, lo cierto es que todos necesitamos enamorarnos». Una necesidad que nos acompaña desde que venimos al mundo y que tiene que ver con ese sentimiento de incompletud del que hablábamos antes. Enamorarse nos hace experimentar emociones desbordantes y nos da un sentimiento de pertenencia.

IDEALIZACIÓN, DESILUSIÓN, TOMA DE CONCIENCIA

El mecanismo psicológico que subyace al enamoramiento es el de la idealización, por el que uno siente que ha encontrado al hombre o la mujer adecuados para ser pareja; ciertas características del otro tienen un atractivo extraordinario, el otro corresponde a su modelo ideal de pareja. Cuando se está enamorado, sólo se perciben las semejanzas, las diferencias se anulan. Esta fase desempeña un papel importante en la vida de una pareja, es decir, permite crear un vínculo básico.

Todos los que se adhieren al proyecto conyugal confían en la eternidad de ese vínculo, y sería impensable lo contrario.

De hecho, la característica del amor romántico es su carácter efímero, su rápida tendencia a desvanecerse: uno de los momentos más dolorosos y a la vez liberadores es la desidealización del carácter embriagador de la experiencia amorosa. Y cuando sentimos, nos damos cuenta, de que el carácter extático del vínculo se desvanece, significa que estamos atravesando una nueva fase del vínculo: la desilusión. También aquí, creo, muchos de nosotros sabemos de qué estamos hablando; con el paso del

tiempo, con suerte, los miembros de la pareja empiezan a devolverse mutuamente no sólo la fantasía que el otro tiene sobre ellos, sino también un poco de su propia realidad (y todos hemos aprendido que la realidad nunca es comparable al ideal... siempre es más decepcionante).

Uno se reconcilia con la realidad: abre los ojos para ver al otro en su verdad, deja de soñar que el otro es lo que uno quiere, se da cuenta de que ha mantenido al otro cerca reconociendo sólo sus partes buenas o funcionales; y esto sólo era posible en el «sueño romántico».

El despertar despierta sentimientos contradictorios: por un lado, es decepcionante darse cuenta de las diferencias, de las divergencias, darse cuenta de que el otro no es el fiel intérprete de mi proyecto ideal; por otro lado, puede llegar a ser gratificante descubrir al otro en su singularidad.

Pero en muchos casos, también por una cuestión social, el cambio se ve como un signo de deterioro patológico de la relación, más que como un proceso evolutivo natural. Se piensa así que se tiene a la persona equivocada.

Mientras que, no dejándose llevar por este miedo y aceptando llegar a un acuerdo con la realidad (que es entonces la realidad del yo-y-el-otro), comprendiendo que el cambio no significa ser algo malo; implica experimentar con la pareja una nueva forma de estar juntos. Alcanzar esta conciencia lleva tiempo y requiere pasar por una fase agotadora en la que uno siente la necesidad de abandonar el núcleo de dos para centrarse en uno mismo, tolerar la frustración de una especie de separación que permite salir de la simbiosis de dos para crear una nueva identidad.

Así es como se puede llegar a un nuevo contrato relacional y a una nueva toma de conciencia del vínculo de pareja que nos permite ser independientes y al mismo tiempo estar juntos, comprender que el defecto del otro no amenaza necesariamente la relación; se ha conseguido encontrar la justa distancia-vicinidad. Es la fase de aceptar la idea de un vínculo imperfecto.

Esto no significa que ya no vayamos a encontrarnos con crisis o malentendidos.

Es importante subrayar que pasar por estas fases no protege de por sí contra la posibilidad de separación, pero creo que una mayor conciencia del vínculo de pareja puede llevar a elecciones más conscientes, que en ese momento también pueden ir en la dirección de la separación, pero siguen siendo elecciones conscientes.

La película «El amor tiene dos caras», está dirigida y protagonizada en 1996 por Barbra Streisand. Al final del monólogo principal de la película, Streisand explica por qué todos deseamos el amor, aunque sepamos que puede ser doloroso y devastador.

Si es tan importante, ¿por qué ha desaparecido el eros de la vida de muchas parejas? Es difícil responder a esta pregunta, porque las respuestas pueden ser infinitas. Pero hay un hilo estrecho que las une a todas. «El fracaso de una relación es casi siempre un fracaso de la comunicación», escribió Bauman. Cuando la comunicación entre dos personas se vuelve problemática, el primer aspecto en el que surge y se hace visible esta dificultad es el cuerpo.

La rigidez, las emociones, la postura, el tono de voz dicen mucho de nuestra comunicación, y lo hacen a través del cuerpo: se entiende entonces por qué, como dicen los expertos, es imposible no comunicar. Porque nos comunicamos ante todo con el cuerpo.

Pero si el eros se expresa en el cuerpo y a través del cuerpo, se comprende también cómo la primera dimensión que sufre, cuando una pareja no se comunica bien, es la sexualidad.

Sin embargo, el eros no es la única esencia del amor. Junto a él está lo que los griegos llamaban ágape: el amor del sacrificio y la entrega.

Eros y ágape son como las dos caras de una misma moneda. Ambas se apoyan mutuamente; una explica a menudo el sentido de la otra; una de las caras ofrece una perspectiva a la vez diferente y complementaria de la otra. Y, sobre todo, no habría medalla sin ambas caras.

Lo mismo ocurre con el amor de pareja, que se nutre de eros y ágape y necesita de ambos para existir.

Eros busca al otro para sí, ágape se entrega al otro. Eros desea poseer, ágape desea dar.

Eros mueve al otro hacia nosotros. Ágape nos mueve hacia el otro.
Y ambos nos enseñan a amar.

-MONÓLOGO-

Todos queremos enamorarnos, ¿verdad? ¿Por qué? Porque es una experiencia que nos hace sentir completamente vivos, nos regenera, despierta todos nuestros sentidos, magnifica cada emoción. Nuestra realidad cotidiana se tambalea y somos catapultados al paraíso.

Puede que sólo dure un momento, una hora, una tarde, pero eso no le resta un ápice de valor. Porque nos deja recuerdos preciosos que conservaremos toda la vida. Hace tiempo leí un artículo que decía que cuando nos enamoramos sentimos a Puccini en la cabeza. Me encanta esta imagen. Creo que ocurre porque su música expresa el deseo de encontrarnos con la pasión en nuestras vidas. Y el amor romántico. Y -cuando escuchamos La Bohème o Turandot o cuando leemos Cumbres Borrascosas o vemos Casa Blanca- un poco de ese amor vive también dentro de nosotros.

Entonces, la pregunta definitiva es: ¿por qué la gente tiene sed de amor, aun sabiendo que tiene fecha de caducidad y que puede ser doloroso y devastador? [...] Yo creo que es porque mientras dure el amor, joder, ¡no hay nada mejor!

Es sorprendente observar la facilidad con la que las parejas dejan de hacer el amor. Puede que sigan teniendo relaciones sexuales, pero muchas de ellas ya ni eso. Han desconectado esa fuerza vital que tiene una capacidad extraordinaria para mantener unidas a dos personas y que en la antigua Grecia dio nombre al dios del amor, Eros.

Eros es una de las dos dimensiones del amor de pareja. Alimenta el deseo, enciende la pasión, fortalece la unión. Gracias a eros, el amor adquiere un sentido plenamente humano y, por tanto, se vive en el cuerpo y con el cuerpo.

EROS Y ÁGAPE: ¿OPOSICIÓN O COMPLEMENTARIEDAD?

Podría asimilarse al término freudiano Libido, entendido en el sentido de pulsión, impulso, anhelo, aunque el colorido amoroso es mayor en el término Eros. En efecto, la pulsión sólo busca la satisfacción, mientras que el objeto puede ser variable, intercambiable, tener un valor puramente instrumental para la gratificación. Eros, en cambio, traspasa el ámbito del amor en la medida en que su objeto no es anónimo, sino por un tiempo determinado y específico. La carencia surge del deseo del objeto cuya posesión se desea hasta los límites de la obsesión. El impulso es sobre todo de naturaleza apropiativa, de modo que subyace una necesidad de gratificación «narcisista» del propio «ego», del propio egoísmo.

El otro queda reducido al rango de objeto de disfrute consumista, aunque durante cierto tiempo pueda hablarse de una «sobreevaluación» del mismo, que tendería a atribuirle características tan maravillosas como para justificar ese interés exclusivo por él. Sin embargo, ni siquiera esa exaltación del amor le saca a uno del círculo del narcisismo, del fenómeno por el cual «me amo en ti». El otro se confunde como en un espejo con su propia imagen ideal, se idealiza; por tanto, no se le ve realmente por lo que es. El encuentro con lo real del otro (si sólo se trata de Eros) conduce a la larga decepción y al desdibujamiento del esplendor que lo hacía único.

Ágape, por otra parte, es un término de derivación cristiana, que se encuentra en la versión griega de los Evangelios. Caritas es su equivalente latino, caridad. Es un amor que, en lugar de englobar al otro en su yo, lo valora por lo que es, de forma totalmente desinteresada. Es un amor gratuito, que prescinde de la posesión y de cualquier tipo de retribución en términos egoístas. De hecho, también puede volverse hacia alguien que hace mal, que no corresponde, que se equivoca. No es llevado a tomar sino a dar, incluso a sí mismo. El ágape es donación, por eso es el modelo del amor divino, hecho hombre para salvar al hombre. Es amor absoluto, incondicional, totalmente entregado al otro en su dimensión irreductible al ego.

Ahora bien, ¿por qué contraponer Eros al Ágape? Ciertamente, por un lado, está el ansia de posesión, por otro el don de sí. Por un lado, está el narcisismo, por otro el altruismo radical. Pero eso es sólo si consideramos las dos fuerzas como separadas. Cuando se elimina su complementariedad, su equilibrio puede degenerar. Por un lado, un Eros radicalizado dará lugar a un materialismo estéril en las uniones, que conducirá a la serialidad en las elecciones y a la decepción perenne, como vemos hoy en la época contemporánea, sin valores, en la que vivimos. En cambio, Ágape sin Eros puede dar lugar a uniones muy sólidas en el plano afectivo, pero carentes de ese humus vital que da el intercambio entre seres de carne.

Tiene más sentido contraponer Eros a Philos, una tercera forma de amor, el amor fraternal, la amistad. Ambos son irreconciliables en la medida en que el primero es erótico, mientras que el segundo no lo es. Ágape no es desexualizado, puede serlo (en el sentido de amor al prójimo), del mismo modo que puede encontrarse, contaminarse y ser tocado por Eros.

Entonces Eros es potenciado por Ágape porque mediante el don de sí, la entrega de sí, el hombre puede alcanzar la satisfacción más absoluta, la plenitud que anhela en el movimiento ascendente hacia el otro. El encuentro con la diferencia se realiza finalmente, más allá de cualquier desatino imaginario.

Eros (del griego antiguo: ἔρως), traducido genéricamente como amor, no tiene las connotaciones intimistas atribuidas al término italiano. El antiguo concepto de eros (traducido al latín como Cupido, Amor) se asocia a menudo a la atracción sexual, pero también se entiende como una fuerza que mantiene unidos elementos diferentes y a veces conflictivos, sin llegar a anularlos, a la amistad y, con el fin de unir a una multitud de ciudadanos en un solo cuerpo social, a la política.

En su acepción filosófica específica, Eros se entendía ante todo como la fuerza vital que mueve el pensamiento y la propia filosofía, actuando como vínculo entre las dimensiones terrenal y suprasensible.

Dos grandes filósofos griegos, Empédocles y Platón, trataron el tema de «Eros» y «Ágape».

EMPEDOCLES

LAS CUATRO RAÍCES

El filósofo retomó la teoría de los cuatro elementos introducida anteriormente por Anaxímenes de Mileto y a la que ya se habían referido los presocráticos (filósofos de la tradición griega anteriores a Sócrates). Según la teoría de Empédocles, la materia se origina a partir de estos cuatro elementos (antes llamados raíces): Fuego, Tierra, Aire y Agua. Estos elementos se consideran estados de agregación de la materia (estado sólido, líquido, gaseoso y ardiente). Así, los objetos y fenómenos que caen bajo nuestros sentidos no son más que la mezcla y agregación de las cuatro raíces en distintas proporciones: el nacimiento y la muerte de las cosas, sus transformaciones, los fenómenos meteorológicos y el clima.

EL CICLO CÓSMICO

Empédocles explica la formación del mundo a partir de la empiria, es decir, un mundo en continuo devenir. Además de las cuatro raíces, el filósofo se refiere a otras dos causas: el Amor y el Odio. La generación resulta de la unión de las cuatro raíces con la fuerza del Amor, mientras que la desintegración es el resultado de la acción del Odio. Estas fuerzas no actúan regidas por el azar, sino por la armonía. De hecho, para el filósofo, el cosmos se configura como una totalidad ordenada y cíclica. Comprende varias fases: primero prevalece el Amor, luego se impone el Odio, de modo que el ciclo termina y vuelve a comenzar. Esta visión cíclica no está marcada por una deidad, sino que se autorregula; el nacimiento y la muerte no existen, sólo hay agregación y desintegración.

Cuando la acción del Amor prevalece sobre la del Odio, existe una situación pacífica: la Esfera, o situación primordial de agregación, en la que se mezclan las cuatro raíces. Cuando el Odio prevalece sobre el Amor, el mundo se destruirá para renacer de nuevo. Otro pensamiento presentado por Empédocles es el proceso del Conocimiento, garantizado por las cuatro raíces. Este proceso se basa en la

homogeneidad del hombre y del mundo. Los intérpretes antiguos clasificarían esta concepción del conocimiento como: «Conocimiento de lo semejante a través de lo semejante».

EROS PLATÓNICO

La primera teoría articulada del amor, en la historia de la filosofía occidental, nos llega de la antigua Grecia, de Platón, quien, en el Simposio, nos ofrece un análisis en profundidad de su concepción del amor. El filósofo parte de la visión propuesta por Aristófanes, según la cual, la necesidad de amor corresponde a la búsqueda del hombre por recomponer la unidad originaria. Aristófanes cuenta cómo los seres humanos fueron una vez perfectos, sin distinción entre hombre y mujer. Zeus, sintiéndose amenazado por su perfección, los dividió y, desde entonces, cada uno busca su mitad, la unidad perdida, impulsado por un incesante anhelo de plenitud.

Amar es desear lo que falta. Sócrates, que hizo de su ignorancia la piedra angular del principio de toda investigación filosófica, declara que conoció el amor gracias a una mujer; que fue instruido por la sacerdotisa Diotima, de quien aprendió el mito de Eros. Sócrates cuenta el nacimiento de Eros, tras un encuentro en un banquete en honor de Afrodita. Eros es engendrado por Pena, diosa de la pobreza, y Poros, deidad que simboliza el hábito de procurarse lo necesario, por lo que lleva en sí mismo y sintetiza tendencias opuestas que lo hacen contradictorio e inestable. Eros es carencia, contradice la opinión común que hace del amor un sentimiento de plenitud.

El malentendido en el que cae el sentido común, dice Diotima, consiste en confundir la condición del amante con la de la amada. Es la tensión propia del amante la que caracteriza el sentimiento amoroso, y no el estado pasivo del amor.

Eros vive según su doble naturaleza: anhela el todo, teniendo en sí la carencia, heredada de su madre, pero sabe encontrar soluciones a su propia carencia, encuentra expedientes, según la naturaleza de su padre.

SIMPOSIO

El Simposio es uno de los diálogos más famosos de Platón, que trata el tema del amor y el eros. Ya el título evoca un banquete y, de hecho, simposio significa en griego literalmente «beber juntos».

«Así pues, sostengo que el Amor es el más antiguo de los dioses, el más merecedor de honor y el que con mayor maestría impulsa a los hombres, vivos y muertos, a la adquisición de la virtud y la felicidad». (Simposio)

Esta es una frase de Platón, filósofo de la Antigua Grecia, que definió el amor, o eros, como esa experiencia que todos tenemos, tarde o temprano, y que por tanto creemos conocer en todos sus aspectos. En el Simposio (o Convivio), Platón aborda el problema del alma relacionándolo con el tema del eros.

En el Convivio, el filósofo cuenta que un día Sócrates y algunos de sus amigos intelectuales se reúnen en un banquete durante el cual los distintos comensales exponen por turnos sus ideas sobre el tema del amor. Un personaje, por ejemplo, sostiene que el amor sólo se reduce a la atracción física entre seres humanos; otro afirma que el ser humano experimenta el sentimiento amoroso porque originalmente estaba formado por dos partes, pero al haber ofendido a los dioses fue dividido en dos, por lo que ahora el ser humano es infeliz y busca constantemente su «mitad».

Se trata de Aristófanes, famoso dramaturgo de la época socrática (400 a.C.) que elige el mito como vehículo para expresar su opinión sobre Eros en el Simposio organizado por el poeta trágico Agatón. El comediógrafo cuenta, como ya se ha dicho, que antaño no había, como ahora, sólo dos sexos, sino tres: el masculino, el femenino y el andrógino (seres que compartían características femeninas y masculinas). Los seres humanos tenían dos cabezas, cuatro brazos, cuatro manos, cuatro piernas, dos órganos sexuales y eran redondos. Debido a estas características, los humanos se creían superiores a los dioses e intentaban escalar el Olimpo.

Por esta presunción inaceptable, Zeus decidió castigarlo partiéndolo en dos. Los hombres se encontraron así separados, en una continua y desesperada búsqueda de su mitad perdida. «Cada mitad, deseando fuertemente la otra mitad que era suya, tendía a alcanzarla. Y rodeándose con los brazos y estrechándose con fuerza, deseando

fuertemente fusionarse, morían de hambre y de inactividad, porque cada parte no quería hacer nada separada de la otra (Ibid., p. 89 - 191)». Zeus, llevado por la compasión, transportó los órganos sexuales al frente y dispuso que la generación tuviera lugar entre el hombre y la mujer.

Por tanto, el hombre, a través del amor, pretende volver a su antigua naturaleza de hacer del dúo el uno. En este punto, después de que otros hayan tenido también la oportunidad de expresar sus opiniones interviene también Sócrates, que relata que fue instruido sobre el tema por una sacerdotisa llamada Diotima de la que aprendió el mito de Eros. Según el relato de Sócrates, Eros es un intermediario entre los hombres y los dioses, cuyo nacimiento está relacionado con el de Afrodita, la diosa del amor y la belleza. De hecho, cuando nació esta diosa hubo una gran fiesta, en la que también participó Poros, el dios de la astucia. El dios Poros se emborrachó tanto que ya no entendía nada, y cuando la diosa de la Pobreza, Penia, se dio cuenta de que el dios ya no era dueño de sí mismo, decidió aprovechar para unirse a él.

De esta extraña unión nació Eros, un cuasi dios, pero también un ser demoníaco cuya morada habitual sería el alma del hombre, receptora de sus impulsos y estímulos. Eros da lugar en el alma humana a una condición de «deseo», más concretamente a un deseo de belleza, ya que no la posee. Y es precisamente esta condición intermedia entre carencia y posesión la condición característica del hombre, ya que entre el hombre y la verdad existe la misma relación que entre Eros y la belleza. En efecto, el hombre no sólo es «sofo», es decir, sabio, sino que es filosófico, es decir, «deseoso» de sabiduría. De hecho, la relación entre el amor y la filosofía es especialmente estrecha, porque Eros es la fuerza poderosa que se insinúa en el alma del hombre y lo conduce por un complejo camino hacia la belleza y la verdad.

La primera forma de manifestación de eros en el alma humana se produce cuando una persona se enamora de otra. En el alma del enamorado surge un deseo irresistible por la belleza física de la persona amada. Para el alma, sin embargo, la mera belleza «visible» de una persona no puede ser suficiente, por lo que se verá embargada por el deseo de contemplar la belleza «invisible» presente en el alma de la persona

amada y se dará cuenta de que es ahí y no en el cuerpo donde reside la verdadera belleza, porque la belleza del cuerpo inevitablemente se desvanece y se pierde, mientras que la belleza del alma nunca morirá.

Pero la contemplación de la belleza presente en el alma de la amada sirve para preparar y estimular nuestra alma hacia el conocimiento de la verdad, como conclusión de la escala ascendente por la que el alma ha sido guiada por el Amor: la contemplación de la belleza en sí misma no puede existir en este mundo material, sino sólo en el Hiperuranio.

Platón quiere decir con este mito que la filosofía es propiamente una tensión «erótica» hacia la verdad.

EL MITO DE NARCISO

Narciso es un personaje de la mitología griega, famoso por su belleza y por sentir amor sólo por sí mismo, hasta el punto de enamorarse de su rostro reflejado en el agua de un estanque.

Del mito de Narciso se han derivado numerosas teorías psicológicas sobre los rasgos narcisistas de la personalidad y el trastorno narcisista de la personalidad.

EL CUENTO DE OVIDIO

El poeta latino Ovidio nos cuenta este mito.

Narciso es hijo del dios del río Cefiso y de la ninfa Liríada. Dotado de una gran belleza, enamoraba a cualquiera que lo mirara, hombre o mujer, joven o viejo. Pero Narciso rechazaba orgulloso a todo el mundo, no sentía amor más que por sí mismo. Un día, la ninfa Eco siguió a Narciso por el bosque, deseosa de hablar con él. Desgraciadamente, debido a un castigo infligido por la diosa Juno, era incapaz de hablar primero, porque siempre se veía obligada a repetir las últimas palabras de lo que le decían.

Narciso, al oír pasos que le seguían, gritó: «¿Quién es?», y Eco respondió: «¿Quién es?», y así continuó durante algún tiempo, hasta que la ninfa se armó de valor y se mostró al muchacho, corriendo a abrazarle.

Narciso, sin embargo, la apartó inmediatamente de mala manera, diciéndole que le dejara en paz. Eco, desconsolada, pasó el resto de su vida en valles solitarios, gimiendo por su amor no correspondido, hasta que sólo quedó su voz.

La diosa Némesis, enterada del incidente, decidió castigar a Narciso. Mediante engaños, lo condujo a un estanque, cuyas aguas eran tan claras y limpias que cualquiera podía mirarse en ellas como ante un espejo real. Cuando, de hecho, el muchacho vio su propia imagen reflejada, se enamoró perdidamente de ella, sin darse cuenta de que era él mismo.

Al darse cuenta de que nunca podría ver correspondido ese amor, se dejó morir lentamente a orillas del estanque, suspirando en vano.

Se dice que, más tarde, en el lugar donde murió floreció una hermosa flor que tomó el nombre de narciso.

El mito de Narciso pretende enseñarnos lo crucial que es interactuar con los demás para buscar nuestra verdadera identidad. Enamorarse sólo y únicamente de la propia imagen, apartando a todo el mundo por miedo a sufrir, impide cualquier intento de realización, conduciéndonos ineluctablemente hacia una muerte interior.

Los narcisistas, hoy en día, experimentan una profunda inseguridad, baja autoestima e, inconscientemente, se niegan a vincularse emocionalmente con otra persona o tienden a controlarla y manipularla para no sufrir.

Esta dinámica les hace aparecer como altamente egoístas, fríos de sentimientos, sabelotodo y autorreferenciales, incapaces de crear y mantener relaciones afectivas. Sin embargo, todo esto sólo sirve para enmascarar un sufrimiento interior abismal.

DOMINACIÓN MENTAL

La dominación mental es un fenómeno psicológico complejo que implica técnicas de manipulación diseñadas para controlar o influir en el pensamiento y el comportamiento de otra persona. Esta forma de manipulación puede darse en diversos contextos, como las relaciones personales, los entornos laborales y las situaciones sociales.

Técnicas de dominación mental

Los manipuladores pueden utilizar diversas técnicas para ejercer control sobre los demás. Algunos de los métodos comunes incluyen:

-Gaslighting: Esta técnica hace que la víctima cuestione su propia percepción de la realidad. Los manipuladores pueden negar hechos o experiencias, haciendo que la persona se sienta confusa e insegura.

- Minimización y racionalización: El manipulador puede reducir la importancia de los comportamientos tóxicos, justificándolos o haciendo creer que no son tan graves

- Culpabilización: A menudo, los manipuladores culpan a la víctima de sus acciones negativas, creando un sentimiento de culpa que lleva a la víctima a ceder a sus exigencias.

- Silencio e intimidación: El uso del silencio o de amenazas veladas es común en las relaciones manipuladoras, forzando al otro a cumplir para evitar el conflicto.

Tipos de dominación mental

- Dominación coercitiva: implica amenazas o violencia física para obtener el control. Puede darse en relaciones abusivas, en las que una de las partes utiliza la fuerza o el miedo para mantener el poder.

- Dominación manipuladora: En este caso, el control se consigue a través de la manipulación psicológica. Los dominantes pueden utilizar técnicas de gaslighting o coerción emocional para infundir inseguridades y miedo en el subordinado.

1. Mecanismos psicológicos

Las personas que ejercen la dominación mental suelen explotar las vulnerabilidades psicológicas. Por ejemplo, pueden capitalizar los miedos, inseguridades o experiencias traumáticas previas del subordinado, creando una dependencia emocional o psicológica.

El fenómeno del gaslighting es un ejemplo específico de manipulación mental, en el que una persona hace dudar a la otra de su realidad o cordura

2. Consecuencias a largo plazo

La dominación mental puede tener efectos devastadores en la salud mental, como ansiedad, depresión y disminución de la autoestima. Las víctimas pueden desarrollar el síndrome de Estocolmo, en el que empiezan a identificarse con su captor o dominante, lo que complica aún más su situación.

A nivel social, la dominación mental puede perpetuar los ciclos de abuso y sumisión, dificultando que las víctimas se liberen de tales relaciones y recuperen el control de sus vidas.

3. Prevención e intervención

Es crucial promover la educación y la concienciación sobre las señales de alarma de las relaciones tóxicas. Los cursos de formación, los talleres y los recursos terapéuticos pueden ayudar a dotar a las personas de las habilidades necesarias para reconocer y afrontar la dominación mental.

El apoyo de amigos, familiares y profesionales de la salud mental es crucial para quienes se encuentran en situaciones de dominación. Proporcionar un entorno seguro para hablar de las experiencias puede facilitar la curación y la recuperación de la autonomía.

4. Representaciones culturales

La dominación mental se explora con frecuencia en la cultura popular, desde la literatura al cine, como una forma de reflexionar sobre cuestiones más amplias como el poder, el aislamiento y la lucha por la libertad. Estas representaciones pueden sensibilizar sobre estas dinámicas y promover una mayor comprensión de las experiencias de las víctimas.

Motivaciones detrás de la manipulación

Las motivaciones de quienes ejercen la dominación mental pueden variar. Algunos buscan ganar poder o control sobre los demás para sentirse superiores o satisfacer sus propias necesidades emocionales.

Otros pueden haber aprendido estas estrategias como mecanismos de defensa para hacer frente a traumas o inseguridades del pasado.

Reconocer la manipulación

Es importante saber reconocer la manipulación mental para protegerse. Las personas en relaciones manipuladoras suelen experimentar emociones negativas predominantes, como miedo, culpa o confusión. Esto puede llevar a un sentimiento constante de inadecuación y dificultad para tomar decisiones autónomas.

La dominación mental implica una estructura de poder en la que un individuo (el dominante) ejerce control sobre otro (el subordinado). Este tipo de relación puede basarse en amenazas, coacción o manipulación psicológica, y suele observarse en las relaciones de pareja, pero también en contextos profesionales y sociales. En las relaciones dominadas, el subordinado tiende a conformarse con los deseos del dominante, reduciendo así el riesgo de conflicto y estrés, aunque esto puede conducir a una disminución de la autonomía y el bienestar psicológico del subordinado.

En la vida cotidiana...

- Relaciones abusivas: En la vida real, muchas relaciones tóxicas muestran dinámicas de dominación mental, en las que una persona manipula o controla a la otra, llevándola a sentirse impotente e inútil.

- Entorno laboral: En contextos profesionales, un jefe dominante puede ejercer una forma de dominación mental sobre los empleados, influyendo en sus decisiones y comportamientos mediante la intimidación, el favoritismo o la manipulación.
- Dinámicas familiares: Las dinámicas familiares también pueden incluir formas de dominación, en las que un progenitor controla las decisiones y emociones de sus hijos, influyendo profundamente en su desarrollo psicológico y su autonomía.

Relaciones sanas frente a relaciones tóxicas

Es importante distinguir entre las dinámicas de poder normales y las relaciones tóxicas. En una relación sana, hay respeto mutuo y comunicación abierta, mientras que en la dominación mental hay un desequilibrio de poder que puede llevar a situaciones perjudiciales.

Las relaciones sanas y tóxicas representan dos polos opuestos de las interacciones interpersonales, y comprender las diferencias, es crucial para el bienestar emocional y psicológico.

Las relaciones sanas fomentan el crecimiento, la felicidad y el respeto, mientras que las tóxicas pueden provocar estrés, ansiedad y aislamiento. Si te encuentras en una situación tóxica, es importante que te plantees buscar apoyo y, si es necesario, hacer un cambio significativo en tu vida.

Manipulación mental y síndrome de Estocolmo: un vínculo complejo

El síndrome de Estocolmo es un fenómeno psicológico intrigante y perturbador en el que una víctima de secuestro o abuso desarrolla un apego emocional a su verdugo. Este apego puede manifestarse en forma de justificación y simpatía por el

comportamiento del maltratador, a menudo a expensas de la propia seguridad y bienestar.

El nexo entre el síndrome de Estocolmo y la manipulación mental es profundo y complejo. La manipulación mental hace referencia a una serie de técnicas y estrategias utilizadas para influir en el comportamiento y las decisiones de un individuo, a menudo de forma tortuosa y engañosa. Las víctimas pueden ser sometidas a técnicas que alteran su percepción de la realidad, como en el caso del gaslighting, en el que se induce a la víctima a dudar de su memoria o sus percepciones. En contextos de abuso, estas técnicas pueden crear un ambiente de miedo e inseguridad, facilitando la manipulación y aumentando la dependencia de la víctima hacia el manipulador.

En situaciones de abuso prolongado, puede desarrollarse el síndrome de Estocolmo como mecanismo de defensa. Las víctimas, al sentirse atrapadas y vulnerables, intentan adaptarse a realidades en las que su supervivencia depende de su verdugo. Esto conduce a una distorsión de la realidad, en la que la víctima minimiza la gravedad de sus circunstancias. El vínculo emocional que se desarrolla puede parecer incomprensible desde fuera, pero es el resultado de una psicología compleja en la que la víctima busca consuelo y aprobación en quien le inflige sufrimiento.

La dinámica de poder y control en las relaciones abusivas puede provocar una serie de consecuencias psicológicas duraderas. La manipulación mental no sólo erosiona la autoestima y la confianza, sino que también puede provocar sentimientos de impotencia y desesperación. Las víctimas pueden sentirse atrapadas en un ciclo de abusos, incapaces de ver una salida o de buscar ayuda. Este estado de vulnerabilidad dificulta aún más que las víctimas rompan el vínculo con su agresor, perpetuando el ciclo de abusos.

Además, el síndrome de Estocolmo no se limita solo a los contextos de secuestro o maltrato físico; también puede manifestarse en relaciones de maltrato emocional o psicológico. En estas situaciones, la manipulación mental puede ser más fina pero igualmente devastadora.

Es crucial reconocer y comprender estas dinámicas para ayudar a las víctimas a superar las experiencias traumáticas y recuperar el control sobre sus vidas. La terapia y el apoyo psicológico pueden ser herramientas valiosas para afrontar las consecuencias de la manipulación mental y el síndrome de Estocolmo.

Tomar conciencia de estas dinámicas es el primer paso hacia la liberación de las relaciones abusivas y la recuperación del propio bienestar.

El síndrome de Estocolmo no es un fenómeno aislado, sino un ejemplo de cómo las dinámicas de poder y control pueden manifestarse a través de formas de manipulación mental, creando consecuencias psicológicas duraderas para las víctimas. Es esencial seguir estudiando y concienciando sobre estas cuestiones para que las víctimas puedan recibir el apoyo que necesitan y se puedan reconocer y abordar las dinámicas abusivas.

El Síndrome De Estocolmo: La casa de Papel

Un famoso ejemplo actual del síndrome de Estocolmo lo encontramos en el personaje de Estocolmo en la serie «La casa de papel». Estocolmo, cuyo verdadero nombre es Mónica Gaztambide, es uno de los rehenes del robo orquestado por el «Profesor». En el transcurso de la trama, Mónica desarrolla un vínculo romántico con uno de los atracadores, Denver, a pesar de la estresante y peligrosa situación en la que se encuentra. Esta complicada relación ilustra perfectamente la dinámica del síndrome de Estocolmo: por un lado, Mónica es una víctima, pero por otro, su interacción con los atracadores la lleva a desarrollar sentimientos de empatía y afecto. Su apego a Denver se convierte en una forma de resistencia a la presión psicológica y al miedo, reflejando cómo las emociones pueden complicar las relaciones en situaciones de crisis.

La dinámica entre Estocolmo y Denver es un claro ejemplo de cómo la manipulación mental y las situaciones de aislamiento pueden afectar a las relaciones interpersonales. Mientras Mónica busca consuelo y seguridad, su vulnerabilidad la lleva a justificar y aceptar comportamientos que, en circunstancias normales, podrían parecer inaceptables. La serie también muestra cómo, en contextos de secuestro, las

víctimas pueden encontrar formas de adaptarse y hacer frente a la angustia estableciendo relaciones con sus torturadores o miembros de la banda.

A pesar de ser una víctima, empieza a sentir algo profundo por Denver, intentando justificar su comportamiento y sus acciones.

La relación entre Estocolmo y Denver es también un reflejo de cómo la manipulación mental puede afectar a las relaciones. Denver, a pesar de ser un ladrón, muestra rasgos de vulnerabilidad y humanidad, que atraen a Mónica. Esta dinámica crea un conflicto interno en Mónica, que se encuentra justificando y encontrando consuelo en una persona que supone ser una amenaza. La serie tv explora este complejo vínculo, destacando cómo la manipulación mental y las situaciones de aislamiento pueden distorsionar la percepción de la realidad.

En el contexto de la serie tv, la relación entre Estocolmo y Denver evoluciona, mostrando cómo el amor y el cariño pueden prosperar incluso en circunstancias extremas.

ADULTERIO

El adulterio, en sentido general, se define como una relación sexual extramatrimonial, es decir, una ruptura del matrimonio en la que uno de los cónyuges (o ambos) tiene una aventura con otra persona fuera del vínculo matrimonial. Sin embargo, el concepto y las consecuencias del adulterio varían significativamente a lo largo del tiempo y en las distintas culturas.

El adulterio, tanto en la antigüedad como en la actualidad, ha conservado su esencia como violación de la fidelidad conyugal, pero la forma en que se ha interpretado y castigado ha cambiado considerablemente a lo largo de los siglos.

El adulterio en la antigüedad

1. Grecia y Roma antiguas: En Grecia y Roma antiguas, el adulterio se consideraba principalmente una ofensa contra el honor del marido, ya que la sociedad era patriarcal y el control de la sexualidad femenina era crucial para garantizar la legitimidad de la descendencia. El hombre que descubría a su mujer en adulterio podía castigarla

severamente, a menudo incluso con la muerte, o entregarla a su amante. Sin embargo, la infidelidad masculina, sobre todo con prostitutas o esclavas, no se consideraba delito.

2. Religiones abrahámicas:

- Judaísmo y Cristianismo: En la Biblia, el adulterio se condena severamente. El Séptimo Mandamiento dice claramente «No cometerás adulterio» (Éxodo 20:14). En el Antiguo Testamento, el adulterio se castigaba con la muerte tanto para el hombre como para la mujer implicados (Levítico 20:10). En el Nuevo Testamento, Jesús condena el adulterio no sólo como acto físico, sino también como pensamiento (Mateo 5:28), lo que indica un mayor énfasis en la pureza interior.

- En el islam, el adulterio está estrictamente prohibido y puede castigarse con la lapidación (rajm) en los contextos legales más conservadores. Sin embargo, se requieren pruebas extremadamente rigurosas (cuatro testigos oculares) para condenar a alguien por adulterio.

3. Edad Media: En Europa, durante la Edad Media, el adulterio siguió considerándose un delito grave, especialmente cuando lo cometían mujeres. La fidelidad era crucial no sólo para el honor familiar, sino también para cuestiones de herencia y poder. Las mujeres acusadas de adulterio podían ser castigadas con la exclusión social o con penas muy severas. La Iglesia Católica también condenaba el adulterio como pecado mortal, pero rara vez se mencionaban castigos legales para los hombres.

El adulterio en el mundo contemporáneo

1. Aspecto legal:

En muchos países occidentales, el adulterio está despenalizado y se considera un asunto privado entre las partes implicadas, en lugar de un delito contra la sociedad. Por ejemplo, en gran parte de Europa y Estados Unidos, el adulterio ya no está sujeto a sanciones penales. Sin embargo, puede tener consecuencias legales en casos de divorcio y disputas por la custodia de los hijos, especialmente en contextos en los que todavía se practica el divorcio por culpa.

En algunas naciones islámicas como Arabia Saudí, Irán y Pakistán, el adulterio sigue castigándose severamente, hasta con la muerte, según la ley islámica (sharia)

2. Aspecto social:

En los países más liberales, el adulterio se considera principalmente una cuestión de moralidad personal. La sociedad tiende a ser menos estricta con la infidelidad, aunque todavía puede afectar negativamente a las relaciones y a la reputación.

En muchas sociedades más tradicionales o religiosas, como en algunas partes de Asia y Oriente Medio, el adulterio sigue considerándose un grave tabú, con graves consecuencias sociales, especialmente para las mujeres.

3. Cambios culturales:

A medida que evoluciona el concepto de matrimonio y de relaciones íntimas, el adulterio está siendo incluso reinterpretado en algunas comunidades modernas. En movimientos como el poliamor o las relaciones abiertas, la monogamia no se considera una obligación y, por tanto, el concepto de adulterio pierde relevancia, siempre que exista consentimiento entre los miembros de la pareja.

Principales diferencias entre el pasado y el presente

- Antigüedad: El adulterio se consideraba a menudo una violación de la posesión o el honor del hombre (patriarcal) y se castigaba severamente, sobre todo en el caso de las mujeres.
- En la actualidad: En muchas sociedades, el adulterio ya no es un delito legal, pero sigue considerándose moralmente reprobable, con consecuencias principalmente en el ámbito privado y en las relaciones familiares.

Implicaciones sociales

Cambio de actitudes: La sociedad moderna es más permisiva con las relaciones extramatrimoniales, especialmente en los países occidentales, donde ha aumentado la tolerancia hacia las relaciones no convencionales (como las relaciones abiertas o el poliamor).

Sin embargo, el adulterio sigue siendo una de las principales causas de separación y divorcio.

Implicaciones psicológicas: Los estudios modernos sobre el adulterio suelen tratarlo desde una perspectiva psicológica, examinando sus efectos en las relaciones, en el bienestar mental de cónyuges e hijos y en la dinámica de poder dentro del matrimonio.

Mientras que en el pasado el adulterio tenía profundas implicaciones legales y sociales, hoy en día se trata principalmente como un asunto moral y personal, aunque todavía hay países y culturas donde los castigos son muy severos, especialmente para las mujeres. Los cambios sociales y culturales contemporáneos también han dado lugar a una mayor variedad de interpretaciones de las relaciones extramatrimoniales y la infidelidad.

En resumen, el adulterio sigue siendo una cuestión compleja que evoluciona con el tiempo y las convenciones culturales.

El adulterio es un tema recurrente en la literatura y el cine, explorado de diferentes maneras por diversos autores y cineastas a lo largo de los siglos.

CELESTINA

La Celestina de Fernando de Rojas es una de las obras más importantes de la literatura española y marca la transición de la Edad Media al Renacimiento. Publicada en 1499, es una tragicomedia en 21 actos que narra una dramática y fatal historia de amor, donde la intervención de una astuta moza, Celestina, lleva a los protagonistas a la ruina.

La historia comienza con Calisto, un joven noble, que se enamora perdidamente de Melibea tras conocerla por casualidad en un jardín. Calisto, desesperado ante la aparente falta de interés de Melibea, acude a Celestina, una vieja criada y experta manipuladora, en busca de ayuda para encandilar a la joven.

Celestina, con su astucia y capacidad de persuasión, consigue convencer a Melibea para que acepte el amor de Calisto. Mientras tanto, Celestina involucra también a los criados de Calisto, Sempronio y Pármeno, prometiéndoles parte de la compensación que recibirá de Calisto por su trabajo.

Sin embargo, después de recibir la recompensa de Calisto, Celestina se niega a compartir el dinero con los criados. Esto lleva a Sempronio y Pármeno a matar a Celestina en venganza, pero son capturados y ejecutados.

A pesar de la tragedia, el amor entre Calisto y Melibea continúa en secreto. Sin embargo, el destino es cruel: durante uno de los encuentros nocturnos entre ambos, Calisto muere accidentalmente al caer de una escalera cuando intentaba bajar al jardín de Melibea.

Devastada por la pérdida de su amado, Melibea confiesa todo a su padre, Pleberio, y se suicida, arrojándose desde la torre de su casa. La obra termina con Pleberio lamentando la pérdida de su hija y reflexionando sobre la fragilidad de la vida y la crueldad del destino.

Temas principales:

- El amor apasionado: el amor de Calisto por Melibea es obsesivo y apasionado, pero acaba siendo autodestructivo.
- El poder de la mediación y la manipulación: Celestina representa el oscuro poder de la manipulación y el modo en que los seres humanos pueden ser corrompidos y engañados.
- La tragedia del destino: La ópera explora la naturaleza impredecible del destino y la fragilidad de la existencia humana, ya que la felicidad y la vida de los protagonistas se destruyen repentina y trágicamente.

La Celestina es una ópera compleja que mezcla comedia y tragedia, poniendo en escena personajes profundos y articulados que reflexionan sobre las pasiones humanas y la fatalidad.

En La Celestina de Fernando de Rojas, el tema del adulterio es central y representa una de las dinámicas más complejas y trágicas de la historia.

La trama se desarrolla en torno al amor imposible entre Calisto y Melibea, y la figura de Celestina, alquimista y ramera, desempeña un papel crucial en el intento de unir a los dos jóvenes.

El adulterio en Celestina

1. Calisto y Melibea: La relación entre Calisto y Melibea, aunque apasionada, está marcada por obstáculos sociales y morales. Melibea se resiste inicialmente a los avances de Calisto, y cuando acepta su amor, lo hace bajo la guía y la influencia manipuladora de Celestina.
2. Celestina es un personaje ambivalente que encarna el deseo y la lujuria. Sus acciones pueden interpretarse como un acto de adulterio en contra de su ética y moralidad, ya que explota las emociones de los demás para su propio beneficio.
3. Otros personajes, como Sempronio y Pármeno, contribuyen a la trama del adulterio. Sempronio, en particular, tiene una aventura secreta con una de las muchachas de la casa de Melibea, lo que complica aún más el tema de la infidelidad.

Implicaciones del adulterio

El adulterio en «La Celestina» simboliza una sociedad en crisis, en la que se cuestionan los valores morales. La búsqueda del amor, la traición y la manipulación se entrelazan para desembocar en la tragedia final. La historia pone de relieve las consecuencias destructivas de las pasiones y acciones humanas, dejando que el lector reflexione sobre los retos éticos y morales que conllevan.

En conclusión, el adulterio en «Celestina» es un tema que se manifiesta a través de las relaciones entre los personajes y pone de relieve la complejidad de las emociones humanas y las interacciones sociales, contribuyendo al dramatismo de la obra.

MARIPOSA

En español, «mariposa» es un término con un profundo simbolismo que atraviesa diversas culturas. Las mariposas suelen asociarse a conceptos profundos como la transformación, la libertad, la fragilidad e incluso la espiritualidad. He aquí un resumen de los principales significados simbólicos de la mariposa:

La mariposa es quizá el símbolo más reconocido de la transformación. Su ciclo vital -de oruga a crisálida y de ahí a mariposa- representa el cambio, el crecimiento interior y la metamorfosis. En muchas culturas se considera un símbolo de renacimiento o evolución personal, ya que representa la transición de una fase de la vida a otra.

Libertad y ligereza

Las mariposas, con sus delicadas y coloridas alas, evocan una sensación de libertad. En vuelo, simbolizan la capacidad de moverse libremente, sin atarse a un lugar o condición. Este concepto de libertad puede asociarse tanto a la libertad física como a la emocional o espiritual.

Belleza y fragilidad

La belleza de las mariposas, con sus brillantes colores y sus intrincadas alas, es obvia, pero igualmente obvia es su fragilidad. En este sentido, la mariposa puede representar la belleza temporal de la vida, su delicadeza y el hecho de que lo bello suele ser también efímero y vulnerable.

Espiritualidad y alma

En muchas tradiciones espirituales, la mariposa se considera un símbolo del alma. En la antigua Grecia, por ejemplo, la palabra «psique» significaba tanto «mariposa» como «alma». En la cultura católica y otras creencias, la mariposa puede representar la ascensión del alma a una nueva dimensión, a menudo asociada con la idea del renacimiento o la vida después de la muerte.

Símbolo de esperanza y cambio

Debido a su capacidad para metamorfosearse, la mariposa suele considerarse un símbolo de esperanza. Es una criatura que representa el cambio positivo, la capacidad de superar dificultades (como la etapa de oruga), para emerger en una nueva forma, llena de color y belleza.

En algunas culturas, la mariposa se considera un símbolo de feminidad y gracia. La delicadeza y elegancia de sus alas se asocia a la belleza y sensualidad de la mujer.

Símbolo de la fugacidad de la vida

La corta vida de la mariposa es también un símbolo de la transitoriedad del tiempo y de la vida misma. En la literatura y la poesía, la mariposa se utiliza a menudo para representar la impermanencia de las cosas bellas, como el amor o la juventud. La mariposa en español es un símbolo rico y versátil, que puede representar el cambio, la libertad, la frágil belleza y la espiritualidad. Para muchos, la mariposa es también un signo de esperanza y un recordatorio del potencial de renacimiento y crecimiento, tanto físico como espiritual.

La mariposa es un símbolo recurrente en la literatura española, a menudo asociado a temas como la fragilidad, la belleza, la transformación y la libertad. Su uso

está presente en diversas obras y movimientos literarios, y puede adquirir distintos matices según el contexto.

SIMBOLISMO DE LA MARIPOSA EN LA LITERATURA ESPAÑOLA

1. La mariposa como símbolo de la belleza efímera

En la poesía española, las mariposas se utilizan a menudo para representar la belleza frágil y transitoria de la vida y el amor. Debido a la corta vida de las mariposas, su imagen se asocia con todo lo que es pasajero, como el amor juvenil, los sueños y las aspiraciones que pueden desvanecerse rápidamente.

Ejemplos de poetas que exploran la fugacidad de la belleza son autores del Siglo de Oro español, como Luis de Góngora, conocido por su poesía barroca llena de imágenes sensoriales y contrastes entre la vida y la muerte, lo efímero y lo eterno.

2. La mariposa como metáfora de la libertad

La mariposa es también un poderoso símbolo de libertad. Los autores y poetas españoles han utilizado a menudo la imagen de la mariposa para representar el deseo de escapar, de liberarse de las limitaciones físicas, sociales o mentales. Por ejemplo, en el romanticismo español, la mariposa podía representar el alma que intenta escapar de los confines de la realidad material.

La generación del 27, como Federico García Lorca, utilizó a menudo imágenes y símbolos naturales para expresar estados de ánimo, emociones intensas y deseos interiores. Aunque Lorca no utiliza directamente la mariposa en sus obras más famosas, su poesía «romántica» y su visión trágica de la vida reflejan a menudo la fragilidad y la libertad de seres como la mariposa.

3. La mariposa como símbolo de metamorfosis y crecimiento

El proceso de metamorfosis de oruga a mariposa se ha utilizado a menudo para describir los cambios interiores o exteriores de un personaje. En este contexto, la mariposa se convierte en símbolo de evolución, crecimiento espiritual o emocional y renovación. Este tema es especialmente evidente en la literatura moderna y contemporánea.

Por ejemplo, el escritor Ramón Gómez de la Serna, en su poética de «greguerías» (breves aforismos poéticos y juegos de palabras), utiliza a menudo imágenes de mariposas y otros elementos naturales para jugar con conceptos como el cambio, la belleza y el paso del tiempo.

4. Mariposa e infancia

En la literatura más contemporánea, sobre todo en textos destinados a un público infantil, las mariposas pueden representar la inocencia y la pureza de la infancia. El poeta Antonio Machado, por ejemplo, utiliza con frecuencia imágenes de la naturaleza en sus poemas para evocar recuerdos infantiles y la sencillez de la vida.

Obras y autores relevantes

«*Platero y yo*» de Juan Ramón Jiménez

En esta colección de prosa poética publicada en 1914, Juan Ramón Jiménez describe escenas bucólicas de la vida rural, utilizando a menudo la naturaleza como metáfora de temas más amplios. Las mariposas aparecen varias veces en el texto como símbolos de belleza efímera y ligereza, contribuyendo a una atmósfera de suave melancolía y contemplación de la fugacidad del tiempo; simboliza la metamorfosis y el renacimiento en el mundo natural y la resurrección en el reino espiritual. Además, el mito de regeneración de la mariposa también es expresión del regeneracionismo de la época en la que él vive.

La yegua blanca

"La mariposa en un huracán" es una metáfora que simboliza la vulnerabilidad del ser humano frente a fuerzas abrumadoras e impredecibles. La mariposa, con su fragilidad y delicadeza, evoca la sensación de desamparo ante situaciones difíciles, donde la belleza y la vida pueden ser amenazadas por el caos.

A pesar de su pequeño tamaño, la mariposa también representa la esperanza de cambio y transformación en medio de la adversidad. Esta imagen puede relacionarse con la teoría del "efecto mariposa", que sugiere que pequeñas acciones pueden tener grandes repercusiones en el curso de los eventos.

En "Platero y yo", la **yegua blanca** simboliza un ideal de belleza y libertad. Al igual que la mariposa, refleja la conexión con la naturaleza y la resiliencia ante las dificultades. Ambas imágenes muestran que, a pesar de los retos, hay espacio para la autenticidad y la conexión genuina en un mundo caótico.

La mariposa es un recordatorio de que, aunque la vida presente desafíos, siempre hay fuerza interior para seguir adelante. En resumen, "la mariposa en un huracán" encapsula la lucha entre la fragilidad y la resiliencia, invitándonos a reflexionar sobre la importancia de encontrar esperanza y transformación en medio de la adversidad.

"La Casa de Bernarda Alba" de Federico García Lorca

La casa de Bernarda Alba es una obra de teatro escrita en 1936 por el dramaturgo español Federico García Lorca, siendo la última pieza que completó antes de su asesinato en el contexto de la Guerra Civil Española. Esta obra, subtitulada "Drama de mujeres en los pueblos de España", refleja la realidad de las mujeres en un entorno rural, conservador y opresivo. A través de su simbolismo, García Lorca aborda temas de represión, deseo, poder, y el conflicto entre el libre albedrío y las normas impuestas por la sociedad patriarcal de la época.

La historia se centra en Bernarda Alba, una viuda autoritaria que impone un luto de ocho años en su hogar tras la muerte de su segundo marido. Este mandato

obliga a sus cinco hijas, Angustias, Magdalena, Amelia, Martirio y Adela, a mantenerse aisladas del mundo exterior. En este encierro, las hijas experimentan distintas formas de represión emocional y sexual, ya que todas desean escapar de la opresión y vivir libremente, especialmente Adela, la más joven. La tensión aumenta con la llegada de Pepe el Romano, quien está comprometido con Angustias, la hija mayor, por su dote, pero a su vez mantiene una relación secreta con Adela.

Los celos y el conflicto interno de cada personaje crecen hasta desembocar en una tragedia, con el suicidio de Adela al descubrirse su relación con Pepe. Bernarda, firme en su control y reputación, decide ocultar las circunstancias de la muerte de su hija, exigiendo que se proclame que Adela murió virgen, dejando claro su apego a la honra y la apariencia social.

Los Temas Principales

-Represión y libertad: La opresión de Bernarda sobre sus hijas simboliza la represión que sufrían muchas mujeres en sociedades tradicionales. Cada hija representa una respuesta distinta a esta represión, pero todas sufren en mayor o menor medida.

-El papel de la mujer en la sociedad: La obra examina cómo las expectativas de pureza, honor y sumisión afectan la vida de las mujeres, privándolas de libertad y obligándolas a vivir según normas restrictivas.

-Apariencias y honor: Bernarda está obsesionada con la apariencia y el "qué dirán". Esta obsesión refleja una crítica a la sociedad que se enfoca en el honor y la pureza femenina, descuidando la felicidad y la autenticidad de las personas.

-Deseo y frustración: La figura de Pepe el Romano despierta pasiones reprimidas en las hijas, especialmente en Adela, quien se convierte en un símbolo de resistencia contra las normas impuestas.

Símbolos

1. El bastón de Bernarda: Representa su autoridad y control absoluto sobre la familia.
2. El color blanco y el negro: En la obra, el color blanco simboliza la pureza y el deseo de libertad, mientras que el negro representa la opresión y el luto.
3. La casa cerrada: Es un símbolo de encierro y represión. La casa, aislada y sin contacto con el exterior, es una cárcel metafórica para las hijas.

Personajes Principales

Bernarda Alba: La matriarca autoritaria, que vive obsesionada con mantener el honor familiar.

Adela: La hija menor, símbolo de rebeldía y deseo de libertad.

Martirio: Otra de las hijas, que también desea a Pepe el Romano, lo que la lleva a desarrollar una relación conflictiva con Adela.

Angustias: La hija mayor, comprometida con Pepe el Romano debido a su herencia, aunque es la menos atractiva y enferma.

La casa de Bernarda Alba es una obra de gran fuerza dramática que expone la tragedia de la opresión y las consecuencias destructivas de un entorno restrictivo y patriarcal. A través de sus personajes y simbolismo, García Lorca crea un retrato potente y devastador de la represión social y las luchas internas de sus personajes, logrando un impacto emocional y una crítica social profunda.

A pesar de que no hay ninguna referencia directa a las mariposas, esta obra trágica de Lorca refleja profundamente los temas de la represión y el deseo de libertad, temas que pueden interpretarse en relación con el simbolismo de la mariposa. Los personajes femeninos de La casa de Bernarda son como mariposas atrapadas, incapaces de vivir su vida en libertad, condición que culmina en un trágico brote de rebeldía.

La mariposa aparece en la literatura española como un símbolo de múltiples caras, que puede encarnar la belleza efímera, la libertad, la transformación interior y la fragilidad de la vida. Su versatilidad simbólica le permite aparecer en diferentes contextos, desde los más espirituales y filosóficos hasta los más personales y emocionales. Este símbolo sigue inspirando a poetas, escritores y artistas de la cultura española e hispanoamericana.

Fiorella Mannoia- Mariposa

Fiorella Mannoia presentó la canción «Mariposa» en la 74ª edición del Festival de Sanremo de 2024. Esta canción aborda temas de gran relevancia social, en particular la emancipación y la resistencia de las mujeres, inspirándose en las Hermanas Mirabal, símbolos de la resistencia contra la dictadura en la República Dominicana. «Mariposa» es un himno a la fuerza y la complejidad de las mujeres, a las que describe como figuras que desafían la adversidad, con imágenes evocadoras como una “mariposa empuñando un fusil” y una “reina sin trono”.

En la canción, Mannoia utiliza una serie de metáforas para describir la complejidad de ser mujer, enfrentándose a los retos y expectativas de la sociedad. Durante sus declaraciones, hizo hincapié en la importancia de acabar con los estereotipos de género y subrayó que la lucha por el respeto y la dignidad debe ser compartida por ambos sexos.

La canción ganó el premio Sergio Bardotti a la mejor letra en Sanremo 2024, lo que confirma el compromiso de Mannoia con las cuestiones feministas y de justicia social. La canción celebra la multiplicidad de la identidad femenina, destacando cómo las mujeres pueden ser frágiles y fuertes al mismo tiempo, luchando contra la injusticia y buscando su libertad interior.

Aida Patria Mercedes, Maria Argentina Minerva, Antonia Maria Teresa Mirabal: estas son las hermanas Mariposas. Fiorella Mannoia las recuerda a los periodistas en la sala de prensa Lucio Dalla, explicando más sobre su canción en el

concurso Sanremo 2024, «Mariposa». Las Mariposas fueron asesinadas por la dictadura del dominicano Rafael Trujillo el 25 de noviembre de 1960.

El asesinato suscitó la indignación popular, que condujo al asesinato de Trujillo y al fin de la dictadura en 1961. De ahí la celebración hoy del 25 de noviembre, día contra la violencia hacia las mujeres. Y «Mariposa» también parte de ahí. La única referencia a esta historia dice Mannoia, es «una mariposa empuñando una pistola».

Esta canción para mí es el orgullo de ser mujer», continúa la artista, este Sanremo para mí es divertirse con una canción de contenido serio con un disfraz alegre. Es una canción con sabor latino, la prerrogativa de la música latinoamericana es decir cosas serias vestidas de alegría'. En cuanto a la cuestión «femenina», Mannoia confirmó que aún queda mucho por hacer: «Pero lo haremos. Tenemos que trabajar juntos para deshacer los estereotipos relacionados con la mujer, y por parte de los hombres deshacer también sus estereotipos según los cuales el rechazo de una mujer es una amenaza para su virilidad. Los dos somos víctimas, es una lucha que tenemos que hacer juntos para volver a enseñar a respetar al otro, sea quien sea».

Las palabras de Mannoia sobre su participación en Sanremo 2024 fueron significativas: «Creo que una artista debe arriesgarse, está en su esencia, y no veo por qué incluso las más consagradas de entre nosotras no deberían presentarse al concurso». Durante la velada de duetos, Fiorella Mannoia tendrá como invitado y compañero de escenario a Francesco Gabbani, el hombre que, tras subir con ella al umbral del podio en 2017, hizo una reverencia, pasando por delante de ella. «Fue un gesto de gran elegancia», sonrío, “el viernes por la noche disiparemos la supuesta adversidad porque estaremos juntos en el escenario y cantaremos las canciones que fueron rivales ese año”.

La brecha generacional envuelve las reflexiones de una de las intérpretes históricas de la canción italiana, que cumplirá 70 años en 2024 («como Rai», bromea, anunciando una gran fiesta prevista). Si una pasión es verdadera, hay que perseguirla», explica,» claro que, comparados con los jóvenes de hoy, nosotros tuvimos más suerte,

tuvimos las oportunidades y el tiempo para poder crecer, quizá hicimos un LP que no funcionó y tuvimos una segunda y tercera oportunidad. Hoy todo es más complicado: cuando llevé 'Caffè nero bollente' al Ariston tenía 27 años, hoy no sería posible. Pero hay que insistir, porque la vida sin pasión no es vida».

Contando su propia vida nada mundana, hecha de maratones de series, lectura, Burraco y Ruzzle, Fiorella Mannoia dio un consejo a las nuevas generaciones: «¡creced! - dijo-, pero para crecer, leed, niños, que si no escribís siempre lo mismo. Está bien que las cosas sean sencillas cuando tienes 18 años, pero cuando te haces mayor tienes que empezar a escribir cosas con más estructura». Esto, por supuesto, va de la mano del crecimiento personal».

Las hermanas Mirabal, Patria, María Argentina Minerva y Antonia María Teresa, son figuras emblemáticas de la lucha contra la dictadura de Rafael Trujillo en la República Dominicana. Nacieron en el seno de una familia acomodada, pero las tres hermanas se opusieron activamente al régimen opresor de Trujillo, fundando en 1959 el «Movimiento Revolucionario 14 de Junio», cuyo objetivo era luchar por los derechos civiles y la libertad en su país.

El 25 de noviembre de 1960, cuando iban a visitar a sus maridos presos, fueron interceptadas por agentes del servicio secreto, que las golpearon hasta la muerte y arrojaron sus cuerpos a un barranco, intentando que su asesinato pareciera un accidente. La brutalidad de este asesinato provocó una fuerte indignación tanto en el país como en el extranjero, contribuyendo a la creciente oposición al régimen de Trujillo, que fue asesinado seis meses después.

En honor a las hermanas Mirabal, el 25 de noviembre ha sido designado Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, como homenaje a su memoria y a su sacrificio por la libertad y los derechos de las mujeres.

La historia de las hermanas Mirabal es, por tanto, un poderoso símbolo de la resistencia de las mujeres y de la lucha contra la violencia de género.

El 25 de noviembre ha sido designado Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer. Esta fecha conmemora el brutal asesinato de las hermanas Mirabal en 1960, que se convirtieron en un símbolo de la lucha contra la violencia de

género y la opresión de las mujeres, especialmente bajo el régimen del dictador dominicano Rafael Trujillo.

En 1993, la Asamblea General de la ONU adoptó una resolución que define la violencia contra la mujer como cualquier acto de violencia de género que pueda causar daño físico, sexual o psicológico, incluidas las amenazas y la coacción. Este día se celebra cada año para concienciar sobre este problema y fomentar medidas eficaces para contrarrestarlo.

Según datos recientes, se ha producido un aumento de la violencia contra las mujeres durante la pandemia de COVID-19, y muchas víctimas se encuentran aisladas y vulnerables. En 2022, hubo 1.196 hospitalizaciones de mujeres por violencia en Italia, lo que pone de manifiesto la persistencia del problema. Por ello, este día no es sólo un momento de reflexión, sino también una oportunidad para activar el cambio y promover una cultura de respeto y seguridad para todas las mujeres.

En muchas plazas italianas y en otras ciudades del mundo se pueden ver zapatos rojos expuestos durante este día para representar visualmente a las víctimas de la violencia. Este gesto simbólico pretende hacer oír la voz de quienes ya no pueden expresarse y llamar la atención sobre un problema que aqueja a las sociedades de todo el mundo.

Los zapatos rojos

Los zapatos rojos no sólo evocan la belleza y la emancipación de la mujer, sino también el dolor y el sufrimiento de las mujeres víctimas de la violencia. Convertidos en símbolo universal de resistencia, nos invitan a reflexionar sobre la necesidad de luchar contra todas las formas de violencia de género y de apoyar a las víctimas que buscan justicia y curación.

Los zapatos rojos se han convertido en un poderoso símbolo de la lucha contra la violencia hacia las mujeres y el feminicidio. Este símbolo fue creado en 2009 por la artista mexicana Elina Chauvet, que creó una instalación titulada «Zapatos Rojos» en El Paso, Texas. La obra consistía en una serie de zapatos rojos abandonados para

representar a las mujeres víctimas de la violencia y los abusos que sufren, especialmente en Ciudad Juárez, una ciudad tristemente conocida por su alto índice de feminicidios.

Los zapatos rojos representan no sólo a las víctimas, sino también a todas las mujeres que ya no pueden llevar un símbolo de feminidad y libertad. El rojo, en particular, se asocia con fuertes pasiones y cierta fuerza, y sirve para evocar una profunda reflexión sobre las desigualdades e injusticias de género en todas las partes del mundo.

El 25 de noviembre, Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, es una fecha significativa, ya que conmemora el asesinato de las hermanas Mirabal en la República Dominicana en 1960.

Estas mujeres eran activistas contra el régimen opresor del dictador Trujillo y su muerte simboliza la lucha contra la violencia de género. En este día, los zapatos rojos se exhiben en diversas plazas y actos de todo el mundo para concienciar y recordar a las víctimas.

Además de los zapatos rojos, se utilizan otros símbolos como los bancos y los lazos rojos para llamar la atención sobre la violencia contra las mujeres. Los bancos rojos sirven como lugares de reflexión y debate sobre estos temas, mientras que los lazos son un recordatorio visual de la necesidad de solidaridad y cambio.

CONCLUSIÓN

Amar a sí mismo es un acto fundamental de reconocimiento del propio valor intrínseco. Sólo a través de esta forma auténtica de amor podemos extender nuestro amor a los demás, dando lugar a relaciones significativas y respetuosas. Amar a los demás implica desear para ellos lo que deseamos para nosotros mismos: cariño, respeto y libertad para expresar plenamente nuestra propia identidad. En este contexto, el amor se configura como un vínculo que une a las personas, evitando convertirse en posesión o control.

Un ejemplo significativo de este complejo entrelazamiento de amor, libertad y aspiraciones lo encontramos en la novela *El amor en los tiempos del cólera*, de Gabriel García Márquez. La historia de amor entre Florentino Ariza y Fermina Daza ilustra cómo el amor verdadero se desarrolla con el tiempo, logrando coexistir con el respeto a las elecciones y la libertad del otro.

A pesar de los obstáculos y las separaciones, Florentino consigue mantener viva su pasión por Fermina, demostrando que el amor puede perdurar incluso cuando va acompañado de expectativas y sacrificios.

Del mismo modo, en «*Orgullo y prejuicio*» de Jane Austen, la protagonista Elizabeth Bennet emprende un proceso de autodeterminación y descubrimiento personal. Su capacidad para rechazar las convenciones sociales y elegir un amor auténtico, basado en una verdadera afinidad con el Sr. Darcy, más que en intereses económicos o presiones familiares, transmite un poderoso mensaje sobre la libertad de forjar el propio destino.

A través del desarrollo del personaje, Austen destaca cómo el amor genuino celebra la individualidad, dejando espacio para cultivar las pasiones y aspiraciones de cada uno.

Del mismo modo, la ópera «*Turandot*» de Giacomo Puccini ofrece importantes reflexiones sobre estos temas. La figura de Turandot, inicialmente fría y distante, encarna un amor que se enfrenta a miedos e incertidumbres. Su historia de amor con

Calaf se convierte en una lucha entre el deseo de poder y la capacidad de abrirse al amor.

Es la valentía de Calaf, unida a su determinación de revelar su nombre, lo que derrite el corazón de Turandot, demostrando que el amor genuino puede triunfar sobre la rigidez y el miedo. Esta ópera subraya la importancia de enfrentarse a las propias emociones y vulnerabilidades para realizarse plenamente a uno mismo y a su potencial.

La búsqueda de la realización personal es una dimensión crucial de la libertad. Cada individuo tiene derecho a dedicarse a sus propias pasiones y objetivos, sin temer el juicio o la presión de los demás. Este concepto se aborda en obras literarias y cinematográficas, como en la película «En busca de la felicidad», donde el protagonista Chris Gardner se enfrenta a la adversidad para hacer realidad su sueño de convertirse en un broker de éxito. Su perseverancia y determinación son un poderoso recordatorio de la importancia de creer en uno mismo y en el valor de las propias aspiraciones.

Una ilustración más oscura del amor y sus complejidades se encuentra en la frase «¿Morirías por mí?» pronunciada por el Joker en la película Escuadrón Suicida. Esta pregunta, impregnada de pasión y locura, refleja una dinámica de relación intensa y destructiva, en la que el amor se asocia con el sacrificio y la idea de posesión. Aquí, Joker no sólo exige entrega, sino también una especie de aniquilación de la individualidad en favor de un vínculo que, aunque poderoso, está impregnado de toxicidad. Esto nos recuerda que el amor, si no está equilibrado por la libertad y el respeto mutuo, puede convertirse en una forma de manipulación emocional, con consecuencias devastadoras

Además, la película «La La Land» ofrece una profunda reflexión sobre el amor y las aspiraciones personales. La historia de Mia y Sebastian pone de manifiesto el conflicto entre el amor romántico y la persecución de los propios sueños profesionales. Aunque se aman profundamente, Sebastian acepta que Mia se marche a París para seguir su carrera, demostrando un amor maduro que trasciende la posesividad. Esta

renuncia, aunque dolorosa, subraya la profundidad de su vínculo y la constatación de que a veces el verdadero amor implica dejar ir.

Sin embargo, es crucial permanecer atento a los intentos de manipulación por parte de terceros. La manipulación puede manifestarse a través de la presión emocional, la coacción o el control, y reconocerla es esencial para preservar la propia libertad. Técnicas como la «luz de gas», en la que un manipulador cuestiona la percepción de la realidad de la víctima, o el «bombardeo amoroso», en el que se busca el control mediante una atención inicial excesiva, pueden resultar devastadoras. Las dinámicas de dependencia emocional pueden atrapar a una persona, obligándola a renunciar a sus propios deseos en favor de la aprobación de los demás.

Establecer límites claros y comunicar abiertamente las propias necesidades y deseos son pasos clave para defenderse. Es igualmente crucial rodearnos de personas que respeten nuestra autonomía y fomenten nuestro crecimiento personal. Sólo así podremos construir relaciones basadas en el amor y el respeto mutuos, y no en la dominación.

El amor y la libertad pueden coexistir, creando un entorno fértil para el crecimiento y la realización individuales. Es esencial comprender que el verdadero amor nunca es dominación ni sumisión, sino que se nutre de la empatía y la comprensión mutua.

En una relación sana, cada individuo tiene libertad para expresarse, cultivar sus pasiones y crecer como persona. En «El amor en los tiempos del cólera», la elección de Fermina de casarse con un hombre que no sea Florentino es un testimonio de esta libertad: su búsqueda de la felicidad personal es un valor que hay que respetar, aunque suponga un dolor para Florentino.

Vivir la vida con autenticidad es esencial. Significa abrazar las propias aspiraciones y deseos, afrontar los retos con valentía y resiliencia, y aprender de los propios errores. Es crucial reconocer que no hay nada malo en estar enamorado de alguien o de tu vida; al contrario, esta apertura puede conducir a experiencias más ricas y significativas. El amor y la pasión por lo que hacemos pueden iluminar nuestra

existencia y contagiar a quienes nos rodean, enriqueciendo nuestras relaciones y experiencias cotidianas.

Crear en este sentimiento y mostrarlo abiertamente no debe considerarse en absoluto una debilidad, sino una auténtica manifestación de nuestra humanidad.

En resumen, el amor y la libertad no son sólo valores personales, sino que representan los cimientos sobre los que se construyen comunidades más fuertes y cohesionadas. La búsqueda de la propia felicidad y propósito no sólo enriquece la propia existencia, sino que también tiene un efecto positivo en los demás, creando un círculo virtuoso de amor, respeto y crecimiento personal.

A través del ejemplo de obras como «El amor en los tiempos del cólera», «Orgullo y prejuicio», «Turandot» y «La La Land», comprendemos que el amor, cuando es sincero y respetuoso, trasciende el tiempo y puede inspirar a generaciones. En este viaje de autodescubrimiento y realización, es crucial recordar que expresar el propio amor, ya sea por alguien o por la vida misma, es una declaración de intenciones para vivir plenamente cada emoción con valentía.

BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA

Milena Russo, *Emozioni primarie e secondarie, quali sono e come si sviluppano*, 20/11/2019
<https://www.psicologa-concadoro.it/>

Dr.ssa Anna Rita Mancini, *“Inside Out” e Gestione delle Emozioni: a Cosa Servono e Perché sono Importanti*, 14/11/2021 <https://www.psicologo4u.com/inside-out-e-gestione-delle-emozioni-a-cosa-servono-e-perche-sono-importanti/>

Redazione, *Empatia e intelligenza emotiva: che cosa sono e come svilupparle*, 10/03/2022
<https://digitalattitude.com/stories/empatia-e-intelligenza-emotiva>

Sara Elia, *Intelligenza emotiva: la teoria di Daniel Goleman*, 28/01/2024
<https://www.unidformazione.com/intelligenza-emotiva-pensiero-psicologo-daniel-goleman/>

Valeria Sabater, *La teoria di Daniel Goleman sull'intelligenza emotiva*, 31/01/2022
https://lamenteemeravigliosa.it/la-teoria-di-daniel-goleman-sullintelligenza-emotiva/#google_vignette

Appunti presi dal corso di “Psicolinguistica 2” della Prof.ssa Petitti

Emanuela Trotta, *L'Eros platonico* 07/06/2020
<https://filosofiaenuovisentieri.com/2020/06/07/leros-platonico/>

Léon Robin, *La teoria platonica dell'amore*, Celuc, Milano 1973

Istituto della Enciclopedia Italiana fondata da Giovanni Treccani, *Simposio*
<https://www.treccani.it/enciclopedia/simposio/>

Giorgio Baruzzi, *Platone, La nascita di Eros (Simposio)*
<https://giorgiobaruzzi.altervista.org/blog/platone-la-nascita-di-eros/>

Barbara Leonardi, *Stefano Rossi: educare all'amore in classe*, 12/11/2024 <https://www.focus-scuola.it/stefano-rossi-educare-allo-amore-in-classe/>

Stefano Rossi, *Un ragazzo non sarà mai violento se impara a dire “sono triste”*, 14/09/2023
<https://www.vita.it/un-ragazzo-non-sara-violento-se-imparera-a-dire-sono-triste-mi-sento-vulnerabile/>

Università di Milano Bicocca, *Intelligenza Artificiale e psicologia: l'impatto sulle nostre relazioni sociali e nei contesti organizzativi*, 17/07/2024 <https://bnews.unimib.it/blog/intelligenza-artificiale-e-psicologia-limpatto-sulle-nostre-relazioni-sociali-e-nei-contesti-organizzativi/>

Michele Dell'Edera, *Il Valore delle Relazioni Umane nell'Era dell'Intelligenza Artificiale*, 30/09/2023 <https://www.micheledelledera.it/2023/09/30/il-valore-delle-relazioni-umane-nellera-dellintelligenza-artificiale/>

Chiara Cilardo, *Avere una relazione con un'intelligenza artificiale – Psicologia Digitale*, 05/05/2023 <https://www.stateofmind.it/2023/05/relazioni-ia-psicologia-digitale/>

SEIDISERA/sdr, *In Cina con l'IA arrivano i defunti digitali* 25/10/2024

<https://www.rsi.ch/info/mondo/In-Cina-con-l%E2%80%99IA-arrivano-i-defunti-digitali--2309652.html>

Stefano Parenti, *L'uomo bicentenario: il robot che voleva morire*

<https://www.culturacattolica.it/letteratura/science-fiction/alieni-mostri-robot-i-quasi-umani/l-uomo-bicentenario-il-robot-che-voleva-morire>

A. Marabini, *L'uomo bicentenario e le emozioni in filosofia: un percorso di studio*

Dicembre 2001 <https://www.sfi.it/archivosfi/cf/cf9/articoli/marabini.htm>

Fondazione Ente Spettacolo, *L'Uomo Bicentenario*, 2016

<https://www.cinematografo.it/film/luomo-bicentenario-nsqmi42y>

Marco Magliozzi, *Psicologia e Mitologia: il mito di Narciso* 25/05/2022

<https://www.marcomagliozzi.it/narciso-psicologia-mitologia/>

Dr.ssa Eleonora Stopani, *Narcisismo patologico e relazioni sentimentali* 07/09/2019

<https://www.ipsico.it/news/narcisismo-patologico-relazioni-sentimentali/>

Pietro Santoro, *Suicide Squad, come il film ha travisato il rapporto tra Harley e Joker*, 19/08/2016

https://movieplayer.it/articoli/suicide-squad-come-il-film-ha-travisato-il-rapporto-tra-harley-e-joker_16185/

Gaia Martino, *Joker 2: Folie à Deux, quando esce e la trama del secondo film con Joaquin Phoenix e Lady Gaga*, 30/09/2024

<https://www.fanpage.it/spettacolo/film/joker-2-folie-a-deux-quando-esce-e-la-trama-del-secondo-film-con-joaquin-phenix-e-lady-gaga/>

Elisabetta Moro, *Tutto quello che sappiamo su "Joker 2: Folie à Deux" dopo il nuovo trailer*,

01/08/2024 <https://www.cosmopolitan.com/it/lifestyle/cinema/a61724548/joker-2-quando-esce-trailer-ita/>

Redazione, *Che cos'è la manipolazione mentale*, 05/10/2023

<https://psiche.santagostino.it/manipolazione-mentale/>

Francesca Giove, *La manipolazione affettiva* 17/05/2022

<https://www.unobravo.com/post/la-manipolazione-affettiva-nella-coppia>

Cristiana Di Palma, *Serie tv imperdibile: You*

<https://thrillernord.it/serie-tv-imperdibile-profumo-yuo/>

Annalisa Corbo, *Serie tv e psicologia, "You" (Netflix)*, 09/08/2024

<https://psicoludia.it/serie-tv-e-psicologia-you-netflix/>

Simona Siri, *La serie televisiva "YOU", tra successo e polemiche*, 22/09/2019

<https://www.vanityfair.it/show/tv/2019/01/22/penn-badgley-serie-tv-you-netflix>

Cantare l'Opera, *TOSCA di Giacomo Puccini- Trama, Libretto, Opera completa e Personaggi*,

2024 <https://www.cantareopera.com/libretti-d-opera/tosca-di-giacomo-puccini.php>

Sonia Baccinelli, *Tosca il dramma di una giovane donna molto innamorata*, 07/10/2012

<https://www.operateatro.it/it/Recensioni-Cultura-e-musica/Tosca-il-dramma-di-una-giovane-donna-molto-innamorata>

Marco Ribechi, *La Tosca e le passioni dei protagonisti*, agli Aperitivi focus su Scarpia, 29/07/2022
<https://www.cronachemaceratesi.it/2022/07/29/la-tosca-e-le-passioni-dei-protagonisti-agli-aperitivi-protagonista-scarpia/1663238/>

Lucy Herndon Prim, *A Stoic at the opera: Tosca*, 04/02/2016
<https://howtobeastoxic.wordpress.com/2016/02/04/a-stoic-at-the-opera-tosca/>

Francesco Franza, *Un crogiuolo di emozioni*, 27/04/2024
<https://www.neamente.com/il-crogiuolo-delle-emozioni/>

Giulia Bonghi, *Un classico mai esausto: Tosca in scena al Comunale di Bologna*, 03/05/2024
<https://www.paneacquaculture.net/2024/05/03/un-classico-mai-esausto-tosca-in-scena-al-comunale-di-bologna/>

Università di Pisa, *Adulterio e atti impuri: tra delitto e peccato*, 12/03/2019
https://people.unipi.it/pierluigi_consorti/adulterio-e-atti-impuri-tra-delitto-e-peccato/

Matilde Quarti, Flaubert, “Madame Bovary”: riassunto e analisi
<https://library.weschool.com/lezione/madame-bovary-gustave-flaubert-emma-bovary-riassunto-trama-11720.html>

Iuris investigazioni, *Madame Bovary e l'infedeltà coniugale*, 2024
<https://www.iurisinvestigazioni.it/madame-bovary-e-linfedelta-coniugale/>

Libreriamo- Sarò Trovato, *Cos'è il Bovarismo? Origine e significato del termine*, 08/05/2024
<https://libreriamo.it/lingua-italiana/cose-il-bovarismo/>

Scuola Zoo, *OTELLO DI SHAKESPEARE: RIASSUNTO ATTI E TRAMA DELL'OPERA*, 03/10/2019
<https://www.scuolazoo.com/info-studenti/copiare-a-scuola/otello-shakespeare-trama-riassunto>

Irene Giardini, *Otello e le Aree del Cervello della Gelosia*, 09/05/2013
<https://www.stateofmind.it/2013/05/aree-del-cervello-gelosia/>

Alessandra Marzola, *RIASSUNTO “OTELLO PASSIONI” (Otello le Sfide dell'immaginario)*
<https://www.docsity.com/it/docs/riassunto-otello-le-sfide-dell-immaginario-otello-passioni-di-a-marzola/8364407/>

Rocco Coronato, *La manipolazione del linguaggio: la modernità di Shakespeare*, 24/07/2021
<https://www.sistemacritico.it/la-manipolazione-del-linguaggio-la-modernita-di-shakespeare/>

Gli Ipocriti, *La Celestina- personaggi* <https://www.ipocriti.com/la-celestina-personaggi/>

Maria Sara Bernardini, *DONNE E RIVOLUZIONE FRANCESE*, 07/06/2021
<http://www.museoalexandroroccavilla.it/2021/06/07/donne-e-rivoluzione-francese/>

Gritta von Toll, *Ecco come l'affare della collana di diamanti rovinò Maria Antonietta*, 09/03/2023
<https://www.barnebys.it/blog/ecco-come-laffare-della-collana-di-diamanti-rovino-maria-antonietta>

Redazione Digital, *Marie Antoinette: chi era la regina più chiacchierata di Francia*, 22/02/2022
<https://www.elle.com/it/magazine/storie-di-donne/a39129791/maria-antonietta-curiosita/>

Giovanni Ferrari, *la rivoluzione francese e l'emancipazione femminile*, 19/01/2022
<https://www.edscuola.eu/wordpress/?p=151842>

Mary Lyndon Shanley, *Marital Slavery and Friendship: John Stuart Mill's The Subjection of Women* <https://www.jstor.org/stable/190714>

Franca Giansoldati, *L'emancipazione femminile soffocata sotto il Fascismo, alle donne ruoli subalterni «perché poco intelligenti»*, 21/01/2020
https://www.ilmessaggero.it/politica/fascismo_duce_mussolini_donne_lavoro_archivi_storia_e_mancipazione_diritti_voto_mind_the_gap-4998223.html

Loredana Massaro, *Femministe ante litteram*, 06/04/2012
<https://noidonne.org/articoli/femministe-ante-litteram-03970.php>

Redazione MAM-e, *ENTE NAZIONALE DELLA MODA*, 21/04/2021
<https://moda.mam-e.it/ente-nazionale-della-moda-2/#:~:text=Nel%201935%2C%20alla%20fine%20d,scatenata%20la%20guerra%20d'Etiopia.>

La città delle donne, *Lo sciopero del pane*, 2024
<https://www.csmovimenti.org/lacittadelledonne/tappa/tappa2/>

Focus, *Quali sono state le tappe dei diritti delle donne in Italia?*
<https://www.focus.it/cultura/storia/quali-sono--tappe-dei-diritti-delle-donne-in-italia>

Castelvecchi editore, *Il lungo cammino delle donne*
https://www.castelvecchieditore.com/prodotto/il-lungo-cammino-delle-donne_x000d_il-lungo-cammino-delle-donne/

Laura Libbi, *DONNE CHE SCRIVONO: DAGLI PSEUDONIMI MASCHILI ALLO (STRAORDINARIO) CASO FERRANTE*, 29/04/2022 <https://www.thewom.it/culture/wompower/scrittrici-pseudonimi-maschili-caso-ferrante>

Elena Meriana, *Una stanza tutta per sé di Virginia Woolf*, 01/12/2021
<https://maremosso.lafeltrinelli.it/recensioni/una-stanza-tutta-per-se-virginia-woolf-libro>

Adriano Sofri, *Una Stanza tutta per sé. O un retrobottega, come suggeriva Montaigne*, 23/05/2024
<https://www.ilfoglio.it/piccola-posta/2024/05/23/news/una-stanza-tutta-per-se-o-un-retrobottega-come-suggeriva-montaigne-6569700/>

Owen Gleiberman, *Film Review: 'La La Land'*, 31/08/2016
<https://variety.com/2016/film/reviews/la-la-land-review-venice-ryan-gosling-emma-stone-1201846576/>

Il Sublimista, *Sebastian. La scelta tra arte e amore in La La Land*, 01/07/2021
<https://variety.com/2016/film/reviews/la-la-land-review-venice-ryan-gosling-emma-stone-1201846576/>

Altervista, *Turandot, riassunto e trama dell'opera*
https://semprelibera.altervista.org/giacomo-puccini/turandot/turandot-trama-dell-opera/#google_vignette

Riccardo Viagrande, *Giacomo Puccini (1858- 1924): "Turandot" e alcuni dei suoi finali*, 27/02/2019
<https://www.gbopera.it/2019/02/giacomo-puccini-160-turandot-e-alcuni-dei-suoi-finali/>

Una parola al giorno, *Leitmotiv*, 24/08/2014
<https://unaparolaalgiorno.it/significato/leitmotiv>

NOMINATION ITALY, *Il significato del simbolo della farfalla e i gioielli Nomination che rappresentano rinascita e cambiamento*, 06/05/2024
https://www.nomination.com/ch_it/blog/il-significato-del-simbolo-della-farfalla-e-i-gioielli-nomination-che-rappresentano-rinascita-e-cambiamento-/#:~:text=La%20farfalla%20come%20simbolo%20di,la%20rinascita%20e%20la%20trasformazione

Carlaita, Juan Ramón Jiménez (España), 15/07/2023
<https://cctm.website/juan-ramon-jimenez-espana/>

Salvatore Galeone, *“Mariposa” la canzone poetica femminista di Fiorella Mannoia a Sanremo*, 07/02/2024 <https://libreriamo.it/intrattenimento/mariposa-fiorella-mannoia-sanremo/>

Riccardo Michelucci, SORELLE MIRABAL fondatrici del Movimento 14 giugno, guidarono la resistenza alla dittatura di Rafael Trujillo <https://it.gariwo.net/giusti/diritti-delle-donne/sorelle-mirabal-26685.html>

Valentina Giampieri, *La storia di resistenza di Mariposa, la canzone di Fiorella Mannoia per Sanremo 2024*, 06/02/2024
<https://www.gqitalia.it/article/fiorella-mannoia-mariposa-significato-canzone-sanremo-2024>

Save the Children, *Giornata contro la violenza sulle donne: perché si celebra e tutto quello che c'è da sapere*, 23/11/2023
<https://www.savethechildren.it/blog-notizie/giornata-contro-la-violenza-sulle-donne-perche-si-celebra-tutto-quello-che-c-e-da-sapere>

Antonella Inicorbaf, *L'attivista e creativa Elina Chauvet torna in Italia con le sue Scarpe Rosse*, 21/06/2023 <https://www.lacnews24.it/cultura/lattivista-e-creativa-elina-chauvet-torna-in-italia-con-le-sue-scarpe-rosse-uf0ysj5y>

Redazione Web, *16 marzo di Achille Lauro, il significato del brano e il testo spiegato dal cantante*, 16/03/2022 <https://www.deejay.it/articoli/16-marzo-achille-lauro-significato-testo/>

RINGRAZIAMENTI

Rinnovo il mio ringraziamento ad Alice. Due anni fa, Alice, parlavo di te, come la “mia anima gemella”, con quella folle felicità propria dei bambini, ma che non ci abbandonerà mai. Ora ti dico, Alice, ciò che ti raccontavo è OGGI diventato realtà.

Sono cresciuta, ho aperto gli occhi e ho capito che la vita ha tante sfaccettature e ostacoli, in amore poi si gioisce, ma si soffre ANCHE.

L'importante è amare senza annullare se stessi, non permettere di essere calpestati. Solo così, Alice si può costruire un rapporto sereno e duraturo.

E devo a te ciò che ora sono: CONSAPEVOLE di voler volare come una FARFALLA.

VORREI RINGRAZIARE:

I miei genitori che hanno sempre creduto nelle mie capacità, mi hanno sempre sostenuta economicamente e moralmente e mi hanno incoraggiata a dare il massimo.

Un ringraziamento va anche ai miei due amici universitari, Tony e Chiary che hanno seguito con me il mio stesso “percorso”.

UN GRAZIE SPECIALE va soprattutto ai Professori Fabio Matassa e Carlos Medina e alla Professoressa Maggie Paparusso.

Un ultimo grazie va a chi è stato disponibile nei miei momenti difficili e mi ha supportata e mi ha incoraggiata a portare a compimento il mio corso di studi.