



**Io-Governo**  
di  
**Mauro Scardovelli**

*Ed. Libero di scrivere - 2007*

**Presentazione**

...Genitori, educatori, insegnanti, insomma tutti noi, finiremmo davvero nei guai. Perché i bambini ci porrebbero domande a cui sarebbe ragionevole rispondere in modo onesto. Ma noi non sappiamo farlo.

... Oggi siamo finalmente diventati i predatori più feroci e cruenti della terra. Senza rivali. Nulla sfugge più alla nostra ingordigia. Piccolo inconveniente: la nostra psiche un po' ne deve aver risentito. Così, accanto alle doti indiscusse di animali intelligenti e creativi, abbiamo sviluppato anche una capacità rara in natura: quella di generare al nostro interno uno stato di infelicità indipendente dalle circostanze esterne. Impresa che nessun altro essere vivente sembra in grado di realizzare.

... Il presente scritto nasce come dispensa ad uso dei counselor e dei loro clienti. Ma può interessare anche a psicologi e terapeuti che praticano un approccio attivo. Inoltre può essere utilizzato come manuale di crescita personale.

**Breve estratto dal testo**

**LAMENTELA**

1. Spargimento di veleno e tossine

Nel codice penale sono previsti il furto, la rapina, la diffamazione, la truffa, la frode alimentare. Nei codici morali sono definiti come comportamenti non etici l'avidità, la menzogna, il tradimento. In entrambi i codici non si parla della lamentela.

Eppure la lamentela è gravemente dannosa al be-nessere e alla salute: è spargimento di veleno e tossine intorno a sé e dentro di sé. È furto di energia altrui. È un comportamento socialmente pericoloso.

## 2. La lamentela è una manifestazione di maschera

La lamentela è una manifestazione di maschera, sostenuta da emozioni non autentiche o secondarie, dirette a manipolare l'ascoltatore (Hellinger, I due volti dell'amore, Crisalide).

La lamentela è una forma di menzogna e di prevaricazione, camuffata da reazione legittima e giustificata.

Mentre di fronte al tradimento e all'offesa diretta, l'interlocutore in genere sa come reagire, di fronte alla lamentela rimane confuso. A livello inconscio, la sente come prevaricazione e gli provoca rabbia. A livello sociale, è abituato, dalle convenzioni condivise, a non riconoscerla per quello che realmente è. La lamentela ottiene in tal modo il suo effetto: bloccare la reazione istintiva del ricevente, renderlo passivo, e attrarlo dentro il gioco distruttivo.

La lamentela è espressione di abdicazione dalle re-sponsabilità di governo. L'io, come governo della persona, dice: la mia popolazione è infelice a causa di questi eventi o dei comportamenti di quelle persone. Io non c'entro, non ho responsabilità. Il governo, di fronte al fallimento della sua politica, continua a darsi ragione. Questo è orgoglio e falsità.

## 3. L'umiltà

Umiltà è ammettere di aver sbagliato, riconoscere che altri possano capire alcune cose meglio di noi, ammettere che possiamo imparare dagli altri. Umiltà è dedizione alla verità. È essere allenabili.

Senza umiltà non è possibile fare un lavoro di trasformazione. La persona orgogliosa è molto competitiva: si sente migliore, più intelligente. Non si fida. Vuol fare tutto da sola. Sa lei che cosa le serve, di che cosa ha bisogno, e senza rendersene conto, impedisce a chiunque di aiutarla.

## 4. L'orgoglio: l'ostacolo più grande

L'orgoglio è il più grosso ostacolo sul cammino evolutivo e spirituale. Talvolta è necessario che la persona sperimenti una sofferenza sempre più grande, fino a contattare il fondo della disperazione. Solo allora si arrende all'evidenza: comincia ad ammettere di aver sbagliato, si fa umile ed accetta l'aiuto.

Freud riteneva che le resistenze svolgessero la funzione di proteggere l'io dall'angoscia. Se l'io, contaminato dal super-io e dal moralismo, avesse potuto vedere che cosa giaceva sotto la superficie perbenista (sé inferiore, pulsioni secondarie distruttive), sarebbe stato sopraffatto.

Questa teoria non è sbagliata, ma è parziale, spiega solo alcune resistenze, e nemmeno le più pervasive.

## 5. La fonte delle resistenze è l'Ego

La vera fonte delle resistenze è l'Ego (Eckhart Tolle, Il potere di adesso, Armenia), cioè una struttura di tipo narcisista che ha acquisito potere nel governo della persona, e che, per la sua natura separativa, genera dolore.

L'Ego cerca in tutti i modi di sopravvivere, e si sente minacciato da qualunque serio progetto evolutivo (non da quelli fasulli, ai quali può dare il suo benessere).

Per questo ricorre alla menzogna e alla truffa. Il racket (ricatto, manipolazione) è una classica espressione dell'Ego.

Ego significa attaccamento alla propria immagine narcisistica, di persona buona, corretta, intelligente, autosufficiente. Ogni tentativo di toccare questa immagine provoca le reazioni sdegnate dell'Ego.

Il problema non è l'Ego: tutti ce l'hanno. Il problema è la contaminazione dell'Io. Quanto più grave è questa contaminazione, tanto più lavoro c'è da compiere per aiutare una persona.

L'Ego punta il dito sugli errori degli altri, in primo luogo dei genitori. Giudica, sentenzia, e lo fa in modo spietato. Ciò che non fa è di guardare ai propri errori, alla propria falsità e cattiva fede.

#### 6. La sofferenza nasce dalla reazione ai tradimenti

Le persone non soffrono tanto per i traumi e i tradimenti subiti, quanto per la loro reazione ai tradimenti stessi (Hillman, Puer aeternus, Adelphi):

- punire gli altri e in primo luogo i genitori (spesso attraverso la punizione di sé)
- svalutare i genitori
- diventare nichilisti
- tradire se stessi
- diventare paranoici (cioè non aprirsi più all'amore per paura del tradimento)

La lamentela è recriminazione dell'Ego, e produce molta sofferenza non necessaria. È pretesa che le cose siano diverse da come sono. È una forma di orgoglio e rifiuto di accettare la realtà così come è, nel qui ed ora.

La lamentela è rifiuto della responsabilità coperto da indignazione o richiesta legittima.

La lamentela non è solo una forma subdola di prevaricazione e di scarico della responsabilità.

È anche una forma di droga e di dipendenza: offre piacere e sollievo immediato e a buon mercato. Fa sentire nel giusto, nella ragione. Dà falsa conferma al proprio valore, alla propria identità.

Rinunciarvi è molto difficile, finché non si è capito a fondo il meccanismo perverso, e non si ha a disposizione un'alternativa più gratificante e sana.

MAURO SCARDOVELLI, ricercatore, musicoterapeuta,  
trainer di PNL e fondatore di PNL Umanistica Integrata.

Illustrazioni di Arianna Ruffinengo

Autore: Mauro Scardovelli  
Titolo: IO-GOVERNO  
Genere: Saggistica  
Collana: Quaderni di Aleph 2  
ISBN: 978-88-7388-111-7  
Pagine: 126  
Prezzo: 10,00 Euro  
Liberodiscrivere edizioni

Il libro è acquistabile su [www.Liberodiscrivere.it](http://www.Liberodiscrivere.it)