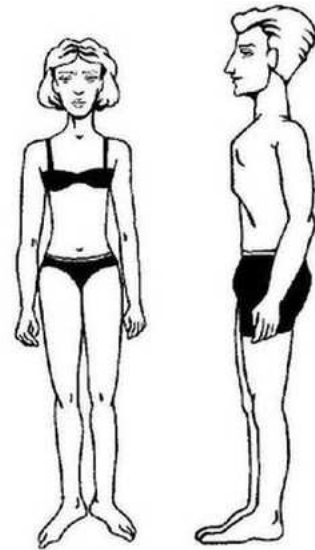


## Il carattere Rigido

*Ti capita di subire delle frustrazioni legate al piacere erotico, sessuale e d'amore? Hai paura di cedere e di abbandonarti al tuo partner? Hai difficoltà ad esprimere i tuoi sentimenti? Hai paura di essere tradito? Hai l'impressione che il tuo amore non venga apprezzato? Hai timore di perdere il tuo self control? ...*



### **Il carattere Rigido: dalla paura di amare, al piacere e all'amore.**

E' una struttura articolata e comprende quattro tipi di forme: **fallico-narcisista**, **isterico**, **coatto e compulsivo**. Sono tutte strutture post-edipiche (3-6 Anni) e sono caratterizzate dal fatto che la libido (energia) è ancorata nei genitali, dopo aver attraversato le fasi di sviluppo psicosessuale orale e anale.

Secondo il punto di vista psicoanalitico questa struttura deriverebbe dal trauma sessuale descritto dai drammi di Edipo e di Elettra. Il bambino s'innamora della mamma, la bambina del papà. Con il loro rifiuto, i genitori suscitano nel figlio irrigidimento e compressione, nonché senso di colpa. Una sessualità scissa dall'amore per via dei divieti incestuosi.

Normalmente, il genitore di sesso opposto se non riesce ad accettare e distinguere nel figlio i naturali e prorompenti bisogni di espressione d'amore e di sessualità, se non riesce ad aiutarlo in questa importantissima esperienza di scoperta e di distinzione di cosa è sesso e cosa è amore, rischia di reprimere, biasimare e rifiutare il figlio lasciandolo senza armi per scalare la sua montagna d'amore: **l'accettazione di sè, l'amore per l'altro e la sessualità connessa all'amore.**

Se hai vissuto questa esperienza molto comune, hai imparato precocemente a vivere la sessualità come il capro espiatorio di una scissione dolorosa tra amore e sessualità.

Se durante l'adolescenza hai negato la tua capacità di amare e hai iniziato ad usare la sessualità come un'arma per trasformare il tuo dolore in aggressività ed ottenere ciò che desideri dal sesso opposto avrai sviluppato un modo **fallico-narcisista**, orgoglioso e arrogante. Se al contrario l'aggressività è stata inibita o rimossa, come maschio avrai sviluppato la paura di castrazione e il tuo modo caratteriale sarà **isterico**.

I sentimenti che liberi, usando in modo manipolativo la tua sessualità, riguardano la difesa contro i tuoi sentimenti d'amore.

A ogni modo, come struttura rigida, sei ben integrato. Le braccia sono proporzionate e le gambe armoniose. Ti muovi in modo aggraziato e affascinante, anche se talvolta dai l'impressione di essere rigido, con una struttura, come la definì W. Reich, a **lamine** (con gruppi muscolari che si muovono simultaneamente) e a **rete** (con gruppi muscolari che si muovono in modo fluido e fluttuante).

Sovente sei molto attraente ed hai un alto livello energetico: sai procedere molto bene in società.

Ad un livello più profondo, però, le tue relazioni, sono basate sulla sessualità e sulla convenienza, più che sull'amore. Da sposato puoi trovarti a vivere relazioni extraconiugali, coprendo la tua infedeltà con una facciata di accordo e felicità familiare.

Quale carattere rigido, farai fatica ad ammettere la sconfitta, specialmente nel campo delle relazioni sociali, perché la sconfitta equivale a un rifiuto che riattiva il tuo trauma primario. Ti difendi dal rifiuto prima di venir rifiutato e agendo in modo 'perfetto' eviti di poter essere respinto. Compensi l'amore perduto accumulando considerazione, successo o denaro, e ti difendi dall'essere sottomesso e fallito.

Quale **struttura coatta**, invece, funzioni come un orologio e vivi secondo un preciso programma prestabilito. Ogni piccolo mutamento o imprevisto, ti provoca angoscia e caos.

Sei una persona precisa, pignola, rimuginatrice, ordinata, parsimoniosa, sovente avara e pedante.

Il tuo stile di sopravvivenza deriva da un'educazione rigida ed ossessiva, soprattutto riguardo all'educazione alla pulizia e al controllo.

La tua vita è caratterizzata da un enorme impiego di energie e di concentrazione. Il tuo campo di attenzione è talvolta ristretto e limitato, se fissi attenzione su un solo aspetto, nulla ti può distogliere.

Per il tuo modus operandi, ossessivo-coatto, qualsiasi cosa è compiuta in modo deliberato e il lavoro è il tuo spazio vitale preferito. Vivi per il lavoro e ti manca al sabato e alla domenica, oppure continui a lavorare a casa nel tempo libero. Agisci e vivi come se qualcuno o qualcosa ti costringesse a farlo.

Funzioni come un detective che indaga su se stesso, si dà ordini, sollecitazioni, imposizioni riguardo a ciò che devi fare, volere, pensare e sentire. Il tuo senso della vita è il dovere.

La tua struttura compulsiva e arrogante e prepotente è però un po' diversa dal fallico: è meno vitale.

Il tuo corpo tende ad essere grande, la faccia inespressiva, le spalle molto ampie e la schiena ipertrofica. Mostri solitamente molta dignità e sentimenti di superiorità. Cuore e genitali sono separati. Funzionano come macchine e naturalmente sono molto produttivi. Hai bisogno di far le cose per bene, per essere inconsciamente approvato dai tuoi genitori interiori e solitamente questo ti frutta nella vita: hai successo sia negli affari che nella vita sociale.

### **Cosa si può fare?**

Molto, sia da un punto di vista individuale che di gruppo. Il grado di maturazione organismica dei caratteri rigidi è elevato e le possibilità di intervenire sono individualizzate in base alla tipologia predominante. Tutti gli interventi terapeutici debbono concorrere alla reintegrazione del sentire unitario di cuore, bacino e testa, per riaffermare l'esperienza del sé naturale in ogni aspetto della vita.

Lorenzo Manfredini

Per approfondire:

A. Lowen, Bioenergetica, Astrolabio

S. M. Johnson, Stili caratteriali, Ed. Crisalide

L. Marchino, M. Mizrahi, Il corpo non mente, Frassinelli

L. Marchino, Bioenergetica, Feltrinelli

A. Lowen, Il tradimento del Corpo, Astrolabio

E. Baker, L'uomo nella trappola. Le cause del blocco dell'energia sessuale, Astrolabio

M. Brown, K. Hannis, Il contatto terapeutico, Melusina Editrice