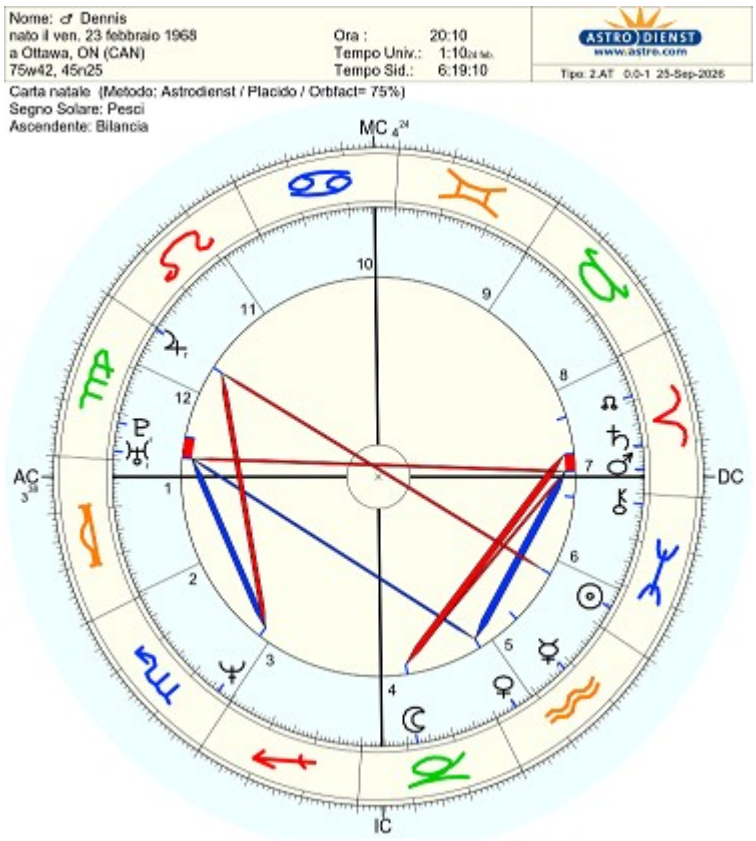

Se vogliamo esperire una lettura delle proprie modalità affettive utilizzando il **METODO DELLA VISTA** (una creatura di Alfio Strano, illustrato nell'opera Attraverso gli Occhi di Venere, OM Edizioni, 2017), va rilevato che il soggetto in questione VEDE:

MARTE (I casa in Bilancia - VII casa in Ariete, Marte in VII casa, VENERE in aspetto a MARTE)
VENERE (Parte della VII casa in Toro)
LUNA (Venere in IV casa)
GIOVE (Parte della II casa in Sagittario)
SATURNO (Saturno in VII casa)
URANO (Venere in aspetto a URANO)
NETTUNO (Nettuno in II casa)
PLUTONE (VIII casa in Toro)

In questa sezione ci si limita alla presentazione dell'aspetto **IO VEDO MARTE** applicato all'affettività.

L'aspetto **VEDO MARTE** rappresenta l'incontro tra il principio venusiano e quello marziano.

Venere simboleggia l'affettività, i sentimenti, il matrimonio, le relazioni, la bellezza e, in senso più ampio, tutto ciò che produce armonia, piacere e benessere.

Marte rappresenta invece l'energia, l'azione, l'iniziativa, il coraggio, la passione, la sessualità, il combattimento, lo scontro.

Quando questi due simboli si incontrano, la vita affettiva del soggetto tende a svilupparsi attraverso un continuo dialogo fra attrazione e tensione, **armonia e conflitto**, **desiderio e conquista**.

Dennis conferma di vivere i rapporti affettivi in maniera intensa e passionale. L'attrazione fisica costituisce la reazione primaria nei confronti dell'altro: prima ancora dell'intesa mentale o emotiva, emerge una forte componente istintiva e sessuale.

N.B. Le cose cambierebbero se il soggetto vedesse anche MERCURIO (si rimanda alla lettura del libro per i contenuti di tale aspetto)

Dennis tende a non lasciarsi dominare dal partner. Avverte infatti il bisogno di conservare una propria autonomia e una posizione di forza all'interno della relazione. Parallelamente è attratto da persone energiche, coraggiose, intraprendenti, determinate e capaci di prendere iniziative. Una persona eccessivamente remissiva o con un carattere debole, finirebbe col provocargli rapidamente noia o disinteresse.

Non è raro che questa configurazione richiami il noto proverbio: ***"L'amore non è bello se non è litigarello."***

Infatti il rapporto sentimentale può alternare periodi di intensa armonia ad altri caratterizzati da discussioni, confronti accesi e momenti di tensione. Nelle relazioni di coppia può quindi manifestarsi una certa discontinuità emotiva. Alla serenità possono alternarsi fasi di contrapposizione, nelle quali ciascuno cerca di affermare la propria volontà. Qualora il rapporto giunga ad una separazione (sarebbe necessario l'aspetto IO VEDO URANO), l'aspetto IO VEDO MARTE si manifesta attraverso controversie particolarmente animate. Poiché Venere governa anche il diritto, la mediazione e la giustizia, non è raro che tali conflitti assumano anche una dimensione legale, coinvolgendo avvocati, magistrati e tribunali.

La manifestazione meno evoluta dell'aspetto IO VEDO MARTE si ha quando l'energia marziana, che non trova un canale costruttivo attraverso cui esprimersi, conduce a un'espressione impulsiva. Il soggetto può diventare facilmente provocatorio, litigioso o aggressivo, reagendo con immediatezza alle situazioni percepite come minacciose.

L'aggressività può esprimersi a diversi livelli in ambito relazionale: si parte dagli scontri verbali per arrivare al conflitto di coppia e, non è da escludere, alla violenza.

Attraverso il metodo della vista otteniamo altre conferme sul fatto che Dennis è sempre stato attratto da persone coraggiose, dinamiche e combattive ma, proprio per questo, il rapporto è sempre convolato verso il conflitto.

IO VEDO MARTE con un funzionamento evitante

Se integriamo l'aspetto **IO VEDO MARTE** con un funzionamento affettivo prevalentemente **insicuro-evitante**, l'elemento centrale non riguarda più le caratteristiche dell'aspetto, già analizzate, ma la funzione che esse possono assumere nella regolazione della vicinanza emotiva.

Nel funzionamento evitante il problema non consiste necessariamente nella difficoltà del soggetto a provare attrazione, desiderio o coinvolgimento. La difficoltà emerge soprattutto quando il legame diventa sufficientemente importante da rendere necessaria una maggiore dipendenza reciproca. Finché il soggetto mantiene la propria autonomia e controllo sulla propria esposizione emotiva, la relazione può essere vissuta intensamente. Quando, invece, l'altro comincia a diventare essenziale, aumenta anche la vulnerabilità: avere bisogno di qualcuno significa infatti riconoscere che quella persona può mancare, rifiutare, deludere o abbandonare.

È proprio in questo passaggio che è interessante vedere come l'aspetto **IO VEDO MARTE** possa integrarsi con una strategia evitante. In termini molto semplici, può essere più facile dire «**ti desidero**» che riconoscere «**ho bisogno di te**». Nel primo caso il soggetto rimane nella posizione di chi agisce e prende l'iniziativa, mentre nel secondo deve riconoscere quanto l'altro diventa importante per il proprio equilibrio affettivo.

Quando il sistema di attaccamento viene minacciato, questa dinamica può farsi ancora più evidente. Una distanza del partner, una mancata risposta, una percezione di disinteresse o una possibile separazione possono produrre inizialmente paura, tristezza, senso di rifiuto o bisogno di rassicurazione. Tuttavia, se questi stati emotivi vengono vissuti come eccessivamente "vulnerabilizzanti", possono essere rapidamente sostituiti da una risposta più marziana: irritazione, opposizione, conflitto, orgoglio o presa di distanza.

La sequenza può quindi essere:

minaccia al legame → vulnerabilità → attivazione difensiva → rabbia o conflitto → distanziamento → recupero della sensazione di autonomia.

La rabbia, in questo caso, non è necessariamente un'emozione falsata. Può essere autentica, ma contemporaneamente svolgere una funzione protettiva nei confronti di emozioni più difficili da esprimere. Dire «***non ho bisogno di te***» può risultare psicologicamente più tollerabile che dire «***la possibilità di perderti mi fa paura***».

In questa prospettiva anche il conflitto può assumere una funzione particolare. Non rappresenta soltanto una contrapposizione tra due persone, ma può diventare inconsapevolmente un modo per regolare la distanza affettiva. Quando l'intimità aumenta, e con essa cresce la sensazione di dipendere dall'altro, lo scontro può ristabilire una distanza percepita come più sicura. Il paradosso è evidente: il soggetto desidera la relazione, ma proprio quando la relazione diventa molto importante può mettere in atto comportamenti

che aumentano la distanza.

Si crea così un possibile circuito:

«Mi lego a te → diventi importante → divento vulnerabile → la vulnerabilità mi spaventa → reagisco → creo distanza → torno a sentirmi autonomo».

Il problema non è dunque l'intensità affettiva in sé, ma la capacità di rimanere emotivamente presente quando l'intensità si trasforma in bisogno. Da questo punto di vista il lavoro evolutivo consiste innanzitutto nel riconoscere ciò che precede l'attivazione marziana. Di fronte alla rabbia, alla provocazione o all'impulso ad allontanarsi, la domanda fondamentale diventa: «C***he cosa ho sentito immediatamente prima?***» Potrebbero allora emergere vissuti come: «***Mi sono sentito trascurato», «Ho avuto paura di non essere più importante***», «***Mi sono sentito rifiutato***», «***Avevo bisogno che mi rassicurassi***».

L'evoluzione consiste quindi nel riuscire progressivamente a esprimere l'emozione primaria senza doverla trasformare in un'emozione difensiva. Non si tratta di eliminare la rabbia, ma di permettere alla rabbia di diventare informazione: se sono arrabbiato perché mi sono sentito escluso, posso comunicare il mio essermi sentirmi escluso anziché limitarmi ad attaccare chi mi ha escluso.

Allo stesso modo occorre distinguere l'autonomia dall'autosufficienza difensiva. L'autonomia permette di avere bisogno dell'altro senza perdere sé stessi; l'autosufficienza difensiva impone invece di dimostrare a sé stessi di non averne bisogno proprio quando il bisogno diventa più intenso. La posizione evolutivamente più sicura diventa pertanto: «***Posso essere autonomo e contemporaneamente permettermi di dipendere affettivamente da qualcuno***».

Un altro passaggio fondamentale riguarda il conflitto. Nel funzionamento **insicuro-evitante** la tensione può facilmente concludersi attraverso l'allontanamento.

Conoscere il proprio funzionamento all'interno della relazione può aiutare ad apprendere che si può essere arrabbiati senza necessariamente interrompere il legame; si può manifestare il dissenso senza utilizzare aggressività o violenza; si può ritornare sull'accaduto e comunicare ciò che realmente ha ferito. In questo modo si produce progressivamente una nuova esperienza interna: il conflitto non produce più l'allontanamento dalla relazione e la vulnerabilità non fa conseguire necessariamente la perdita dell'autonomia.

La trasformazione fondamentale può quindi essere rappresentata attraverso queste due sequenze:

<u>Nel funzionamento difensivo</u>:

vulnerabilità → attivazione marziana → conflitto → distanza → autosufficienza

<u>Nel funzionamento evolutivamente più sicuro</u>:

vulnerabilità → riconoscimento del bisogno → comunicazione → confronto → riparazione → maggiore intimità.

Il punto evolutivo dell'aspetto IO VEDO MARTE quando incontra un modello insicuro-evitante, consiste pertanto nel non utilizzare la forza per sottrarsi alla vulnerabilità, ma nell'utilizzarla per sostenerla. Il soggetto deve poter riconoscere anche il bisogno dell'altro. In questa prospettiva Marte acquista il suo significato evolutivo più interessante: il coraggio di rimanere nella relazione quando l'istinto difensivo suggerirebbe di creare tensione o allontanarsi; il coraggio di dire «***sei importante per me***» proprio nel momento in cui sarebbe più facile dire «***non ho bisogno di te***».