Possa la felicità venire per tutti a condizione che io ne sia escluso

Agli amici del Cartel laico

I.

Una breve panoramica su internet ci fornisce un quadro della situazione.

Digito su un motore di ricerca (per l'occasione: duckduckgo) quella che dovrebbe essere considerata una palese *contradictio in adiecto*, o contraddizione in termini: "gestire l'inconscio".

Riporto la prima pagina dei risultati (tra decine di migliaia), e le prime righe[1]. Incoraggio a leggerle: è la parte più importante del mio scritto, a cui avrei potuto limitarmi.

La Meditazione per Conoscere e Gestire l'Inconscio

La Meditazione per Conoscere e Gestire l'Inconscio è un audiolibro di Ferrini, Marco pubblicato da Centro Studi Bhaktivedanta a 8.49: entra nel sito e risparmia online con le offerte Feltrinelli!

Come liberare la tua mente dal potere dell'inconscio?

Come si estende la propria coscienza per vivere meglio e più felici? Liberare il proprio inconscio è una pratica che può cambiare in meglio la nostra vita. Liberare il proprio inconscio è un obiettivo ambizioso, ma non per questo irraggiungibile. Per conseguire questo successo...

Come riprogrammare l'inconscio e realizzare i propri sogni

14 ago 2026. Dato che i pensieri negativi sono spontanei perché nascono nell'inconscio come effetto di vecchie programmazioni collegate a credenze limitanti, è necessario riprogrammare l'inconscio: questa è la chiave delle guarigioni emotive!

L'Inconscio: Comprendere la Mente per Vivere Meglio

Durante le sedute di psicoterapia, uno psicologo ti aiuta a esplorare il tuo inconscio. Attraverso il dialogo e l'auto-riflessione, puoi iniziare a identificare i pensieri e i sentimenti che operano sotto la superficie della tua consapevolezza.

Riprogrammare l'Inconscio: Tecniche Efficaci - Essere Felici Blog

20 gen 2025. L'inconscio forma i nostri pensieri e comportamenti attraverso credenze limitanti e schemi disfunzionali. Riprogrammarlo con tecniche come ipnosi, PNL e affermazioni positive permette di sostituire queste credenze con convinzioni potenzianti, aprendo a una vita più soddisfacente.

Come RIprogrammare l'Inconscio - Belproblema

Per ottenere successo e superare le limitazioni imposte dall'inconscio, è essenziale riprogrammare l'inconscio. Questo è il primo passo per affrontare le convinzioni limitanti e l'auto-sabotaggio che possiamo sperimentare nella vita.

Come sbloccare l'Inconscio ed essere padroni della Mente

Sbloccare l'inconscio significa liberare le emozioni e i ricordi che vi sono imprigionati, rielaborandoli in modo da trasformarli da ostacoli a risorse. Ci sono diverse tecniche e strategie che possono essere utilizzate per sbloccare l'inconscio:

---

[1] Scrivo questo testo alla fine di ottobre 2026, e tra qualche mese probabilmente molti link non saranno più reperibili.

Come imparare a dialogare con l'inconscio e riprogrammarlo
L'inconscio, è il vero regista della nostra esistenza, poiché gestisce le nostre "scelte emotive". Capire come comunicare e interagire con esso ci aiuterà a comprendere meglio le nostre istanze profonde, quelle che hanno plasmato la nostra vita.

Come funziona l'inconscio: sfruttare il potere della mente per ...
13 mag 2025. Scopri il funzionamento dell'inconscio, il suo impatto sulle nostre emozioni, comportamenti e decisioni quotidiane. Impara come riconoscere e modificare i programmi mentali dannosi, usando l'immaginazione e le emozioni per creare nuove soluzioni.

Diventarefelici.it

Inconscio: come prendi le decisioni che non sai di prendere
Oggi ti spiego come l'inconscio prende le tue decisioni e come riuscire senza l'aiuto di nessuno a prendere il controllo su di lui e sulla tua vita.

Come gestire le emozioni grazie all'inconscio - Lara Finocchi
Come gestire le emozioni utilizzando l'inconscio? Dobbiamo cambiare gli stimoli che gli forniamo: meno emozioni negative e più felicità.

Carica Vincente

Come riprogrammare il subconscio: 5 tecniche davvero efficaci
Come riprogrammare il subconscio? In questo articolo ti presento delle utili tecniche per riprogrammare l'inconscio ed essere più felici!

Inconscio: cos'è, come funziona e perché ci orienta
Inconscio: cos'è, come si manifesta e perché ci orienta L'inconscio orienta emozioni, sintomi, relazioni e scelte senza essere immediatamente accessibile alla coscienza. Questa guida spiega cos'è l'inconscio, come si manifesta e come viene letto da Freud, Jung, Lacan e dalle neuroscienze, con un focus clinico chiaro e rigoroso.

L'inconscio, come conoscerlo per vincere - Dott.ssa Pisanello
L'inconscio conoscerlo per vincere. L'inconscio è la parte più profonda di noi di cui non abbiamo consapevolezza. Corrisponde a quella parte del cervello che definiamo mente inconscia e ci guida costantemente nelle scelte della nostra vita.

Cos'è e come funziona l'inconscio? - GuidaPsicologi.it
Quali sono le sue funzioni e come agisce? L'inconscio è una funzione imprescindibile della mente umana, forse la più importante, e Freud ebbe il piglio intellettuale di capirne il funzionamento e descriverlo attentamente.

Emozioni: cosa sono e come gestirle - Lara Finocchi
Cosa sono le emozioni? E qual è il loro legame con l'inconscio? Scopri come gestire la tua emotività dialogando direttamente con l'inconscio.

Le strategie dell'inconscio - Le Scienze
20 mag 2026. Siamo in grado di gestire la rabbia in modo costruttivo? Secondo la psicoanalisi disponiamo di meccanismi inconsci che ci permettono di respingere emozioni e pensieri indesiderati. Ma è davvero così?

Come comunicare con l'inconscio - D.ssa Viviana Chinello
Come riprogrammare l'inconscio. Qualcuno si chiede come riprogrammare l'inconscio ma la domanda giusta da porsi è: come comunicare con l'inconscio? Il dialogo con l'inconscio presuppone una conoscenza, una esplorazione preventiva, una consapevolezza delle strutture da illuminare.

4 Modi per Controllare il proprio Subconscio - wikiHow
Sebbene la mente conscia sia straordinaria, quella subconscia è ancora più maestosa! Ogni volta che la tua mente conscia elabora una scelta o un'azione, quella subconscia processa simultaneamente scelte e azioni inconsce. Una volta attivi, scelte, azioni e obiettivi inconsci persistono finché non vengono realizzati.

Esplorare l'Inconscio: Teorie e Applicazioni Pratiche
Analisi approfondita delle teorie dell'inconscio: Freud, Jung, Sheldrake e le loro applicazioni nella psicogenealogia e sistemica familiare.

Scopri Come Dialogare con l'Inconscio per Trasformare la Tua Vita in ...
31 mar 2026 - Oprah Winfrey Comunicare con l'Inconscio attraverso le Affermazioni La ripetizione di affermazioni positive è un metodo efficace per dialogare con il subconscio. Esistono numerose tecniche e meditazioni guidate che lavorano in profondità attraverso affermazioni mirate, spesso collegate ai centri energetici del corpo, come i chakra.

Altri risultati

Ricerche correlate a gestire l'inconscio
1. come riprogrammare l'inconscio
2. programmazione dell'inconscio

Tex Willer, fucile puntato, direbbe: *Chiara la situazione?*

Di fronte a "circa 737.000 risultati in 0,56 secondi" – questa volta sono sul motore Google – cosa si può fare se non alzare le mani in una resa definitiva e senza condizioni?

II.

Mi incontro con una certa regolarità con degli amici, psicanalisti e non, senza altro fine che quello di parlare tra noi. Non li chiamo "colleghi" perché nessuna professione ci collega – la psicanalisi è tutto meno che una professione –, e neppure ci collega una causa da sostenere, o un progetto, o un programma, o un'associazione, o una scuola. Ci parliamo da anni "per niente", e parlandoci, "viene fuori qualcosa" che può sorprenderci, farci meditare, forse cambiarci un po'. Spesso ci capita di parlare della tragedia antica, che consideriamo imprescindibile per la formazione di uno psicanalista (è terribile che la si confonda con una competenza acquisita mediante dei corsi didattici), ma parliamo anche della tragedia contemporanea, quella della psicanalisi per esempio, perfettamente mostrata dal florilegio delle citazioni sopra riportate.

Di fronte a loro mi sento come il *kagemusha* del film di Kurosawa, quando assiste alla totale disfatta del clan Takeda, lance e spade contro armi da fuoco. Ma dopo aver visto cadere anche l'ultimo guerriero, il *kagemusha* ha compiuto la sua formazione, ha terminato la sua "analisi", finalmente conosce l'ombra e può dire: sono pronto.

Ecco cosa ci offre la psicanalisi.

Che cosa ci offrono invece tutte quelle psicoterapie? Una promessa di felicità.

Freud ha scritto *Unbehagen in der Kultur*, il disagio nella civiltà, ma nel primo titolo al posto di *Unbehagen* c'era *Unglück*, infelicità, parola ritenuta troppo "forte" da Jones, che da accorto uomo d'affari della psicanalisi quale era, la sapeva lunga sulle parole politicamente scorrette.

Di fatto, con quel libro Freud ha brutalmente distrutto, per tutti, il fantasma della felicità.

Freud non ha fatto altro che toglierci tutte le illusioni che ci permettono di stare aggrappati alla vita e rendercela sopportabile. I primi a non sopportarlo sono stati proprio

gli psicanalisti[2]. Che oggi tornano a prometterci la felicità. E non si può dire che non siano stati avvertiti: «Se la felicità è accordo senza rottura del soggetto con la sua vita […], è chiaro che essa si rifiuta a chi non rinuncia alla via del desiderio»[3].

Che peso dev'essere questo desiderio, che sostiene il gesto di Orfeo sceso all'Ade, di quale incredibile tiro mancino ci parla questo mito, dove il desiderio sorprende Orfeo, ne annienta la promessa ormai quasi realizzata di felicità, per farlo uscire dall'Ade con qualcosa di ancora più prezioso.

Gesto che annienta di colpo – come il clan dei Tekada – tutto l'impero del sogno, perché il desiderio di *risvegliarsi* è ancora più prezioso di quello di trarre Euridice fuori dall'Ade.

È Blanchot a enunciare il desiderio che è al centro della psicanalisi, che è una cosa sola col suo sapere.

Puisse le bonheur venir pour tous à condition que j'en sois exclu[4].

Moreno Manghi

[2] Stupisce che Élisabeth Roudinesco, in occasione della pubblicazione del *Libro nero della psicanalisi*, si chieda: perché tanto odio? Quale analista non ha fatto un giorno la scoperta, le mani lorde di sangue fresco, che una seduta "riuscita", dove è stato possibile che l'inconscio si aprisse un pertugio, ha come corrispettivo un fuggevole sguardo d'odio che l'analizzante gli lancia mentre si appresta a congedarsi?

Chi può essere all'altezza dell'etica della psicanalisi, se non chi la vive non come tale – e tanto meno come un ideale da raggiungere –, ma come una riconquista, fondata su rinnovate privazioni, che ha come sola ricompensa la gioia (*Freude*) sommessa di una strana e desolata degnazione, condizione ontologica, piena e non graduabile, in cui l'uomo è posto dal suo inconscio, e insieme il rispetto che per tale condizione gli è dovuto e che egli deve a sé stesso? Nelle sue *Massime e riflessioni*, Goethe l'aveva espresso con queste semplici parole: Chissà se anche da me verrà fuori qualcosa di buono?

[3] J. Lacan, *Scritti*, Einaudi, Torino 1974., p. 785 sg.

[4] M. Blanchot, *L'écriture du désastre*, Gallimard, Paris 1980, p. 40.