

## **Conferenza** **tenuta dal dott. Giuliano Franzan**

### **L'AMORE:** **LA CAPACITÀ DI ESSERE SE STESSI**

#### **- Che cos'è l'amore?**

Da sempre, da quando esiste, l'uomo si è interrogato su quel sentimento che va sotto il nome di «amore».

Realtà misteriosa e nello stesso tempo affascinante, l'amore è capace di trasformare la vita. Nessuno lo giudica superfluo o non necessario. Ognuno ne è sfiorato. L'amore costituisce uno dei temi più attraenti, di cui maggiormente si parla. Non se ne ha mai a sufficienza e ha occupato, di conseguenza, la riflessione delle varie scienze umane. Ci tocca veramente da vicino se è vero, come pare, che la maggior parte delle sofferenze, delle gioie, delle speranze, dei desideri, delle ansie umane, soprattutto giovanili - ma non solo - sono proprio legate all'amore.

Se tutto ciò corrisponde alla realtà, ci interessa allora approfondire questo tema.

Il titolo che volevo dare a questo nostro incontro era *Il colore del grano*, fa riferimento inevitabile a quel piccolo ma prezioso volumetto di Antoine de Saint-Exupéry, *Il Piccolo principe*, in cui ci imbattiamo nella storia della relazione che si stabilisce tra una volpe e un bambino.

*«No», disse il piccolo principe. «Cerco degli amici. Che cosa vuol dire "addomesticare"?»*

*«È una cosa da molto dimenticata. Vuol dire "creare dei legami"...»*

*«Creare dei legami?»*

*«Certo», disse la volpe. « Tu, fino ad ora, per me, non sei che un ragazzino uguale a centomila ragazzini. E non ho bisogno di te. E neppure tu hai bisogno di me. Io non sono per te che una volpe uguale a centomila volpi. Ma se tu mi addomestichi, noi avremo bisogno l'uno dell'altro. Tu sarai per me unico al mondo, e io sarò per te unica al mondo.»*

*«Comincio a capire», disse il piccolo principe. «C'è un fiore... credo che mi abbia addomesticato...»*

*«È possibile», disse la volpe. «Capita di tutto sulla Terra»...*

*Ma la volpe ritornò alla sua idea:*

*«La mia vita è monotona... E io mi annoio perciò. Ma se tu mi addomestichi, la mia vita sarà come illuminata. Conoscerò un rumore di passi che sarà diverso da tutti gli altri. Gli altri passi mi fanno nascondere sotto terra. Il tuo, mi farà uscire dalla tana, come una musica. E poi, guarda! Vedi, laggiù in fondo, dei campi di grano? Io non mangio il pane e il grano, per me, è inutile. I campi di grano non mi ricordano nulla. E questo è triste! Ma tu hai i capelli color dell'oro. Allora sarà meraviglioso quando mi avrai addomesticata. Il grano, che è dorato, mi farà pensare a te. E amerò il rumore del vento nel grano...»*

*La volpe tacque e guardò a lungo il piccolo principe: «Per favore... addomesticami», disse.*

*«Volentieri», rispose il piccolo principe, «ma non ho molto tempo, però. Ho da scoprire degli amici, e da conoscere molte cose.»*

*«Non si conoscono che le cose che si addomesticano...» «Che bisogna fare?», domandò il piccolo principe. «Bisogna essere molto pazienti», rispose la volpe. «In principio tu ti sederai un po' lontano da me, così, nell'erba. Io ti guarderò con la coda dell'occhio e tu non dirai nulla. Le parole sono una fonte di malintesi. Ma ogni giorno tu potrai sederti un po' più vicino... »*

*Il piccolo principe ritornò l'indomani.*

*«Sarebbe stato meglio ritornare alla stessa ora», disse la volpe. «Se tu vieni, per esempio, tutti i pomeriggi alle quattro, dalle tre io comincerò a essere felice. Col passare dell'ora aumenterà la mia felicità. Quando saranno le quattro, incomincerò ad agitarmi e a inquietar-*

*mi; scoprirò il prezzo della felicità! Ma se tu vieni non si sa quando, io non saprò mai a che ora prepararmi il cuore... Ci vogliono i riti»...*

*Così il piccolo principe addomesticò la volpe. E quando l'ora della partenza fu vicina:*

*«Ah!», disse la volpe, «...piangerò».*

*«La colpa è tua», disse il piccolo principe, «io non ti volevo far del male, ma tu hai voluto che ti addomesticassi...»*

*«È vero», disse la volpe.*

*«Ma piangerai! », disse il piccolo principe.*

*«È certo», disse la volpe.*

*«Ma allora che ci guadagni?»*

*«Ci guadagno», disse la volpe, «il colore del grano».*

*Poi soggiunse: «Va' a rivedere le rose. Capirai che la tua è unica al mondo. Quando ritornerai a dirmi addio, ti regalerò un segreto... Ecco il mio segreto. È molto semplice: non si vede che col cuore. L'essenziale è invisibile agli occhi».*

In questo brano è descritto dunque un incontro. La volpe chiede al piccolo principe di «addomesticarla», di insegnarle, cioè, ad avere un rapporto personale. Essa vuole imparare ad amare!

Dal dialogo emergono alcune scoperte, di cui tutti in qualche modo facciamo esperienza.

- L'amore suscita inevitabilmente *turbamenti* di cuore: per questo la volpe raccomanda la puntualità, perché ci vogliono i «riti», abitudini o *regole* che creano sicurezza e danno stabilità al rapporto. Il turbamento nasce dall'aver toccato una fibra del cuore molto delicata: la fiducia. Quando ci si lega a qualcuno, sorge immediatamente in noi la domanda: Mi vorrà bene davvero? E, subito dopo: Mi sarà pienamente fedele?

- Viene presentata anche un'altra grande verità: la scoperta della *preziosità*, del *segreto misterioso* dell'altro, che illumina la propria vita. Questo è «il colore del grano».

La volpe afferma che la sua vita è monotona. Riflette così l'esperienza di chi vive il peso del quotidiano con un senso di opacità e pesantezza che grava su ogni cosa. Tutto appare senza senso se non si può contare su un rapporto significativo e, in esso, sull'amore. Tuttavia, soggiunge la volpe: «Se tu mi addomestichi, la mia vita sarà come illuminata». All'interno di un rapporto profondo, la realtà acquista nuova luce. Ci si vede da un'angolazione completamente rinnovata. Ci si accorge che non si è più come prima.

- Il rapporto allora diviene *unico*: «Conoscerò un rumore di passi che sarà diverso da tutti gli altri. Gli altri passi mi fanno nascondere sotto terra. Il tuo mi farà uscire dalla tana, come una musica». La diversità, nella cadenza dei passi, sta nella fiducia, che contraddistingue il rapporto personale rispetto al sospetto e all'ansia sperimentata di fronte a quello vago e non rassicurante degli estranei.

- «E poi guarda! Vedi, laggiù in fondo, dei campi di grano? Io non mangio il pane e il grano, per me, è inutile. I campi di grano non mi ricordano nulla. E questo è triste! Ma tu hai i capelli color dell'oro. Allora sarà meraviglioso quando mi avrai addomesticata. Il grano, che è dorato, mi farà pensare a te. E amerò il rumore del vento nel grano». È chiaro, dalle parole della volpe, come l'amore sia *illuminazione*. È l'occasione che viene offerta per acquisire ulteriori significati. Si aprono di fronte a noi spazi prima sconosciuti. La vita cambia. Si scopre una nuova possibilità di percepire se stessi. L'altro viene visto in modo diverso e anche la realtà assume un significato differente, noto soltanto a coloro che partecipano a riti comuni ed esclusivi. I poeti parlano dell'amore come di un evento che trasfigura e colora di nuovo ciò che prima era familiare ma non ancora colto nella sua essenzialità.

Come non restare colpiti dalla poesia ispirata dall'amore, presente in uno dei libri più poetici della Bibbia, il Cantico dei cantici? La natura stessa partecipa di una luce particolare. Tutto è trasfigurato dall'amore:

*Alzati, amica mia,  
mia bella, e vieni!  
Ecco, l'inverno è passato,  
è cessata la pioggia, se n'è andata;  
i fiori sono apparsi nei campi,*

*il tempo del canto è tornato  
e la voce della tortora ancora si fa sentire  
nella nostra campagna.  
Il fico ha messo fuori i primi frutti,  
e le viti fiorite spandono fragranza.  
Alzati, amica mia,  
mia bella, e vieni!  
O mia colomba, che stai nelle fenditure della roccia,  
nei nascondigli dei dirupi,  
mostrami il tuo viso,  
fammi sentire la tua voce,  
perché la tua voce è soave,  
il tuo viso è leggiadro (2,10,14).*

- L'amore ha in sé anche una realtà dolorosa: la *separazione*. Di fronte alla meraviglia del piccolo principe, che non riesce a comprendere come mai si possa cercare un rapporto, pur sapendolo dolorosamente destinato al distacco, la volpe risponde: «Io ci guadagno il colore del grano». Qualcosa di personalissimo e di segreto rimane, al di là di ogni possibile separazione. L'assenza non distrugge il rapporto per chi, come la volpe, sa che «non si vede bene che con il cuore. L'essenziale è invisibile agli occhi». Soltanto l'occhio di chi ama sa cogliere ciò che veramente conta, l'essenziale, il mistero inesprimibile e duraturo dell'altro, la sua preziosità, la sua bellezza, la sua unicità. È in nome di questa esperienza che si possono accettare i rischi dell'amore. Ogni amore è inevitabilmente «pericoloso», in quanto può causare difficoltà e dolore. Reca però con sé un qualcosa di indescrivibile, che permette di accettare anche le inevitabili difficoltà e fatiche. L'amore vale più di ogni sofferenza a esso collegata. E il cuore di ogni persona ne ha un estremo bisogno per vivere.

Nulla è gravoso per chi sa di amare e di essere amato.

### **- Ad amare si impara**

Il termine «amore» è spesso usato in modo generico per esprimere una realtà che, contemporaneamente, raccoglie esperienze radicalmente diverse. Per definirlo - benché si tratti di una realtà indescrivibile, di cui forse hanno diritto di parlare soltanto i santi e i poeti -, sono possibili differenti modalità. Qui sottolineeremo soprattutto l'aspetto *evolutivo*, che aiuta a comprendere come l'amore si sviluppa, matura. Questo ci permetterà di evidenziare e di valorizzare il significato e l'importanza della *crescita* in questo ambito fondamentale della nostra vita.

L'amore infatti non è una realtà statica, ferma, immutabile. Noi tutti, spesso senza rendercene conto, *impariamo* ad amare. Questa idea di apprendimento ben evidenzia il cambiare, il maturare dell'amore nelle sue molteplici sfumature: legarsi, affezionarsi, farsi dono, ecc.; ci fa comprendere come esso sia un dinamismo, una forza in movimento, una realtà che, come l'intelligenza, cresce secondo tappe ben definite. Esse comportano un cammino graduale, ordinato, con scadenze precise e successive, tra loro concatenate. Scrive a questo proposito Romano Guardini:

«Queste fasi costituiscono insieme la totalità della vita; ma non nel senso che la vita si compone di queste; la vita è sempre presente: all'inizio, alla fine e in ogni momento... Ogni fase esiste in funzione della totalità, e di ciascun'altra fase; danneggiando una fase si danneggia la totalità e ogni singola parte. Così, il giovane porta dentro di sé un'infanzia vissuta bene o male; l'adulto, lo slancio del giovane; l'uomo maturo, la ricchezza delle opere e dell'esperienza; il vecchio, il patrimonio della vita intera, la quale, in un lungo cammino, ha assunto la propria forma» (R. GUARDINI, *Le età della vita*, p. 67).

La presenza di queste scadenze ben definite, che chiameremo «tappe», ci svela inoltre un ulteriore aspetto del mistero umano: il nostro sviluppo psicologico, come d'altronde quello intellettuale, non è casuale, ma ordinato. E questo ordine, questa armonia ci rimandano a un mistero più grande: alla mano di un Creatore che ci ha fatti «come un prodigio» (cfr. Salmo 138) e si è compiaciuto quando ha ammirato la sua creatura, «cosa molto buona» (Genesi 1,31).

## **- Che cos'è, allora, l'amore?**

Un primo tentativo di risposta lo descrive come un'*emozione*, un sentimento. Definizione molto diffusa, che ci pare tuttavia un po' riduttiva. Uno dei drammi del nostro tempo, infatti, risiede proprio nella convinzione che l'amore sia soltanto un'emozione, per cui, quando questa si modifica o si sposta su un'altra persona o sparisce, di fatto cadono anche l'amore e la relazione. È esperienza di tutti i giorni: se esco con un ragazzo e, dopo un po' di tempo, non provo più nulla, ne cerco subito un altro che susciti il mio amore, le mie emozioni.

Se vogliamo comprendere in modo più preciso che cos'è l'amore, non possiamo fermarci alla dimensione del sentimento ma dobbiamo includere anche la *volontà*. L'amore è quindi un atto, in base al quale la persona si dirige verso una realtà esterna, personale, valutata come un bene. È una tensione di tutto il nostro essere, della psiche e del cuore, che ci spinge, fin dai primissimi mesi di vita, verso l'altro.

Con il trascorrere della vita questo «altro» man mano cambia fisionomia. All'inizio l'altro non sarà ben identificato, in quanto il bambino non è ancora in grado di distinguere, anche a livello percettivo, le varie persone. Ciò che conta è che sia un essere umano diverso da lui, senza volto e senza nome, ma pronto a prendersi a cuore la sua persona e a farsi carico delle sue difficoltà.

Da un generico «altro» la relazione passerà a interessarsi di «quella» persona specifica, quell'unico altro - in genere la madre - con cui creerà il primo legame, fatto di calore, di affetto, di tenerezza. Un altro con un volto e un nome, che diverrà indispensabile e insostituibile, tanto che, se venisse a mancare, lascerebbe una traccia indelebilmente dolorosa e frustrante nella vita del bambino.

Crescendo, il ragazzo troverà «gli altri», gli amici, i coetanei, i compagni di giochi, finché il giovane, fra le persone care, scorderà *lei*, che sarà la persona amata. L'amore, dunque, è una realtà che matura, si modifica, tende a una pienezza: quella dell'età adulta. Questo cammino, che spinge il soggetto verso le forme più alte dell'amore, può tuttavia venire turbato, e qualche volta bloccato, da diversi motivi.

## **- Cosa impedisce all'amore di svilupparsi?**

*Un primo limite* è di tipo cronologico, relativo all'età, al tempo necessario perché la persona maturi e cresca; infatti lo sviluppo della capacità di amare è alquanto lento. Un dato, questo, di cui tutti ci rendiamo conto. Nessuno esige dal bambino la generosità e la dedizione che ci attendiamo invece dall'adulto. Il bambino e l'adolescente devono ancora crescere e, maturando, imparare ad amare. Questo comporta un lungo e faticoso cammino, raramente raggiunto prima dei vent'anni.

*Un secondo limite* è costituito dal fatto che la nostra libertà non vuole, non si dispone ad amare. Abbiamo detto che l'amore non è soltanto un'emozione, ma implica volontà, impegno. Se la volontà non si apre all'esperienza dell'amore, lo sviluppo si blocca, perché il soggetto si ripiega su se stesso, sul proprio narcisismo<sup>1</sup> infantile, pur avendo magari la capacità di vivere l'amore in maniera matura. Ci riferiamo qui a tutte quelle forme di egoismo, di «amore» possessivo, pretenzioso, immaturo, che impediscono al nostro cuore di dilatarsi e lo rinchiudono in orizzonti angusti e limitati. Usiamo l'altro, esigiamo attenzione e affetto, ci stanchiamo di lui o di lei quando non risponde alle nostre aspettative e non ci impegniamo nella ricerca del bene, del dono di noi stessi, nel superamento di ciò che può impedire la comunione.

*Un terzo ostacolo* è costituito dal «limite umano inconsapevole», da ciò che ci è sconosciuto ma che ci abita, agisce, crea difficoltà e blocca la crescita nello sviluppo dell'amore. Le debolezze in

---

<sup>1</sup> Con il termine «narcisismo» si designa la tendenza ad avere come esclusivo punto di riferimento e di attenzione la propria persona, i cui limiti vengono negati e nascosti a sé e agli altri. Esso deriva dal mito greco di Narciso, bellissimo giovane innamorato di se stesso che, per contemplarsi, finì in un lago dove annegò. Il mito vuole significare che la chiusura in se stessi non porta alla vita ma allo svuotamento di sé e all'esperienza del fallimento.

questo ambito non sono infatti da addebitarsi sempre e soltanto a cattiva volontà. Spesso non ci rendiamo nemmeno conto di non amare l'altro in quanto condizionati da aspetti della nostra personalità che ci sfuggono, ci sono sconosciuti e, proprio per questo motivo, ci dominano. Siamo spinti al dono di noi stessi, ma siamo abitati anche da resistenze che provengono dal non conoscere la presenza di immaturità personali che ostacolano questo dono, per cui facciamo fatica ad amare profondamente, mettendo da parte noi stessi. Vogliamo donarci, ma spesso pretendiamo dall'altro. Pensiamo di essere generosi, ma in realtà prestiamo attenzione soprattutto a noi stessi. Questo è il dramma della vita umana, combattuta tra il desiderio di amare l'altro e un falso amore di se stessi.

*Un altro elemento* che impedisce la crescita nella capacità di amare è la grande confusione a livello terminologico ed esperienziale. Tutti parliamo di amore, però ognuno ne ha un'esperienza particolare, e questa può essere più o meno matura, più o meno valida e, in un certo senso, più o meno soddisfacente e realizzante la persona. Lo stesso termine esprime realtà molto diverse. Per amore si può compiere un delitto, spinti dalla gelosia; per amore ci si può sacrificare altruisticamente per un altro o per un ideale. Usiamo lo stesso termine, ma dimentichiamo che ciò che conta è scoprire come, nella nostra esperienza personale, lo valutiamo e, soprattutto, lo viviamo.

### **- Amare chi?**

Un ultimo aspetto da ricordare riguarda le *direzioni* dell'amore. Esso infatti ha sempre due punti di riferimento, due mete verso cui tende.

La prima è data dal soggetto stesso. Non c'è amore pieno, maturo, nella persona che non sa amare prima di tutto se stessa. Il Vangelo ci ricorda questa verità quando afferma: «Ama il prossimo tuo come te stesso» (Matteo 22,39b). In questo «come» ci viene presentato un sapiente criterio per valutare la qualità del nostro amore.

Questo «amore di sé» assume forme diverse, secondo il livello di sviluppo raggiunto dal soggetto nel cammino dell'amore. Deve essere tuttavia sempre presente, anche quando sono stati raggiunti gli stadi più maturi.

Non esiste infatti vero dono di sé che non sia accompagnato dalla nostra capacità di accogliere il bene che gli altri ci vogliono. L'amore vero o sa riconoscersi povero, bisognoso delle attenzioni, dei sentimenti e dell'amore dell'altro, permettendogli così di sperimentare la gioia di donarsi, o rischia di trasformarsi in superbia.

Perché ci sia amore però - ed è questa la seconda meta - occorre che la tensione del soggetto non si diriga soltanto verso se stesso ma anche verso un oggetto d'amore, verso una realtà esterna, personale, significativa, che egli valuta come importante per la propria vita.

### **- Quali sono le caratteristiche di questi due amori?**

L'«amore di sé» comporta sempre la ricerca di un bene per se stessi. Ciò potrebbe farlo apparire come un amore che non cambia, non si evolve. In realtà anch'esso è sottoposto a un processo di sviluppo perché, pur rimanendo immutata la meta e pur cercando sempre un bene per la propria persona, è vero che, maturando, il soggetto cambia il modo di valutare ciò che costituisce un bene per se stesso. Il neonato ha bisogno di un contesto accogliente, il bimbo dell'amore dei genitori; l'adolescente cerca, oltre alla ragazzina, la stima e la valorizzazione da parte del gruppo a cui appartiene; il giovane desidera una donna da amare per farne la compagna di vita.

L'«amore per l'altro» risponde invece a caratteristiche diverse. Il suo punto di partenza è il bisogno di qualcuno che ci voglia bene, ma il suo punto di arrivo è la ricerca del bene dell'altro, indipendentemente dal proprio vantaggio, dalla soddisfazione personale. Sono proprio queste due parole-chiave, il «per me» e l'«indipendentemente da me», che ci permettono di abbozzare, a grandi linee, il faticoso percorso della crescita nella capacità di amare.

---

## **Bibliografia**

- A. BISSI, *Il battito della vita. Conoscere e gestire le proprie emozioni*, Paoline, Milano 2007.
- A. BISSI, *Il colore del grano. Crescere nella capacità di amare*, Paoline, Milano 2004.
- C.S. LEWIS, *I quattro amori. Affetto, Amicizia Eros, Carità*, Jaca Book, Milano 1990.
- D. GOLEMAN, *Intelligenza emotiva. Che cos'è perché può renderci felici*, BUR, Milano 2008.
- J. POWELL, *Perché ho paura di amare*, Gribaudi, Milano 2004.
- R. GUARDINI, *Le età della vita*, Vita e Pensiero, Milano 1987.