

## **«Tutti aneliamo all'amore...»**

**dott. Giuliano Franzan**

Proprio tutti anelano all'amore. Basta che ascoltiamo le canzoni di musica leggera o sfogliamo le riviste televisive. Dappertutto l'argomento di cui si tratta è come le persone cerchino l'amore, come quest' amore dovrebbe renderle felici e di come spesso, invece, le lasci infelici. In primo piano c'è il desiderio ardente di essere amati da un'altra persona, di venire accettati incondizionatamente da qualcun altro. Molti sono d'accordo con l'equazione «Sono amato, dunque sono». Percepiscono se stessi come preziosi se vengono amati da un' altra persona. Chi ha sperimentato questo amore può essere in equilibrio con se stesso. Per chi, però, è stato deluso nel suo desiderio d'amore, il desiderio può trasformarsi in dipendenza. Questa persona rimugina allora continuamente sull'interrogativo se piaccia agli altri, se l'uomo o la donna che ama ricambino il suo amore o se esso cada nel vuoto.

Spesso nello struggimento d'amore si infiltrano anche altri desideri. C'è il desiderio di essere sistemati, di non rimanere soli, di fondare una famiglia, di trovare un senso alla propria esistenza. Senza amore ci si sente soli, si ha paura del futuro, dell'invecchiare. Non si tratta solo d'amore, ma anche della questione del proprio valore. Ma in fondo in ogni amore conta l'interrogativo se sono degno di essere amato da un' altra persona. Nell'amore si cela il desiderio di essere unici agli occhi di un'altra persona, perché l'altra persona ama soltanto me. L'esperienza della propria dignità è collegata all'esperienza di un amore che è rivolto a me nella mia unicità, in cui posso essere me stesso e in cui scopro per la prima volta quali capacità e potenzialità siano racchiuse in me.

Le numerose canzoni che celebrano l'amore trattano in fondo sempre del desiderio profondo di una relazione felice, di un amore che duri per sempre, che appaghi tutti i desideri, in cui ci si possa riposare, che ci doni eterna felicità. Anche se le canzoni spesso cantano questo amore in modo molto semplicistico, pure mostrano che cosa muova le persone nell'intimo.

Nel desiderio d'amore non è soltanto l'essere amati da un'altra persona a contare. Molti vivono l'innamoramento stesso come fonte di rigenerazione e incanto.

Le persone mature sanno che lo stadio dell'innamoramento non dura molto a lungo. Anelano ad amare una persona per sempre. In questo anelito verso un amore duraturo si cela anche il desiderio profondo di affidabilità e fedeltà, di sicurezza e di una prospettiva per il futuro. L'amore che matura oltre lo stadio dell'innamoramento accetta l'altro in tutte le sue evoluzioni. Gli è fedele. È rivolto all'altro così com'è. È libero dalle proiezioni che hanno un ruolo tanto importante nell'innamoramento. Non vincola l'altro alla condizione in cui era all'inizio dell'amore, ma percorre con lui ogni sviluppo e trasformazione. Rimane a fianco dell'altro anche quando questi diventa debole e malato,

insignificante e vecchio. In un amore del genere l'essere umano guarisce, viene per così dire ricreato.

Esiste anche un amore rivolto a tutto, a ogni essere umano, agli animali, ai fiori, a un'attività. Esiste l'amore per l'attimo. Evidentemente l'amore è qualcosa di più dell'essere innamorati di un'altra persona. Amore significa affetto benevolo per ogni cosa. Una persona che è tutta amore tratta se stessa con dolcezza, tocca delicatamente i fiori nella sua stanza, accarezza il cane che incontra, è in grado di osservare con amore il paesaggio. Sprigiona un calore e un amore che fanno bene a chiunque le giunga vicino. Il suo amore non è simulato. Non deve strapparlo a forza alla propria aggressività. Una persona così è comprensiva nei confronti di chi le sta intorno. Reagisce in modo mite e misericordioso, rinunciando a giudizi duri.

### ***Complicazioni d'amore***

Per quanto gli esseri umani anelino al vero amore, fanno spesso l'esperienza che il loro amore si tramuta in odio e gelosia, in vendetta e persino nella disponibilità a uccidere la persona amata. Anche quando l'amore è ben solido, gli si mescolano i dubbi se l'altra persona ami proprio soltanto me o non mi preferisca piuttosto altre persone. E non è affatto facile ricacciare indietro pensieri del genere. Possono annidarsi nel cuore e rabbuiarlo. Percepriamo che non è ovvio che l'amore abbia un lieto fine. È sempre minacciato anche dai dubbi sull'amore dell'altro e dalla propria incapacità di amare davvero.

Molti, inoltre, confondono l'amore con il possesso. Vorrebbero avere la persona amata tutta per sé. La vedono come una loro proprietà, che non sono pronti a condividere con nessun altro. La tengono stretta, in modo che possa amare soltanto loro. La gelosia può trasformarsi in una prigione in cui rinchiodiamo il *partnèr*. Non gli è consentito fare niente che potrebbe renderci gelosi. Ma quanto più teniamo stretta la persona amata, tanto più la limitiamo e generiamo in lei aggressività e spesso persino odio.

Un fenomeno di cui soffrono molti innamorati è la trasformazione dell'innamoramento in disinganno e spesso in distacco. Ecco che due innamorati si giurano fedeltà eterna. E già poche settimane dopo si urtano reciprocamente a tal punto che i sentimenti si arenano. Si stupiscono che non rimanga più nulla dell'esaltazione dell'innamoramento. Rimproverano all'altro di essere così cambiato, di non avere più niente di amabile. Non riescono semplicemente a spiegarsi che l'amore si sia dileguato in loro. Dev'essere per forza colpa dell'altro. Il pensiero che forse ciò possa anche avere a che fare con le proiezioni di ciascuno dei due lo ricacciano lontano da sé.

Ma un rapido dileguarsi dell'amore rivela per lo più che si è amata soltanto un'immagine dell'altro, ma non l'altro per come è davvero. Quando l'immagine va in pezzi e l'altro appare come è ve-

ramente, si volatilizza anche l'amore che andava all'immagine e non all'altra persona. Il vero amore fa a meno di immagini dell' altra persona. È rivolto all' altro così com'è.

Ogni persona ha le sue esperienze nel campo dell'amore. Tutti, almeno una volta, hanno amato e sono stati amati. E tutti hanno sperimentato in ciò il miracolo dell' amore, ma non di rado anche il fallimento, le complicazioni a cui li può condurre l'amore. Evidentemente l'amore è una delle forze più potenti nell'essere umano, o perlomeno una forza che nessuno può ignorare. E in ogni esperienza di amore felice e infelice l'essere umano anela al vero amore, a un amore che non ferisce e distrugge, ma rianima e conforta, che non controlla e limita, ma lascia liberi e apre uno spazio di vita. In fondo anela all'amore divino, che lo fa davvero vivere in libertà. Anela a essere amato incondizionatamente in tutto ciò che è. Ed è evidente che un'altra persona è, in grado di farlo sempre soltanto in maniera parziale. L'amore assoluto e incondizionato è caratteristica di Dio. A questo amore puro anela chiunque abbia sperimentato su di sé le complicazioni dell' amore.

### ***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 (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.) 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

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**

BISSI A., *Il battito della vita. Conoscere e gestire le proprie emozioni*, Paoline, Milano 2007.

BISSI A., *Il colore del grano. Crescere nella capacità di amare*, Paoline, Milano 2004.

GOLEMAN D., *Intelligenza emotiva. Che cos'è perché può renderci felici*, BUR, Milano 2008.

GRÜN A., *Apri il tuo cuore all'amore*, Queriniana, Brescia 2005.

GUARDINI R., *Le età della vita*, Vita e Pensiero, Milano 1987.

JAZMÌN GULÌ L., *Amore in armonia. La coppia nell'era dello Zapping*, Ed. Accademia, Roma 2008.

LEE R. G., *Il linguaggio segreto dell'intimità. Un modello gestaltico per liberare il potere nascosto nelle relazioni di coppia*, Ed. FrancoAngeli, Milano 2009.

LEWIS C.S., *I quattro amori. Affetto, Amicizia Eros, Carità*, Jaca Book, Milano 1990.

POWELL J., *Perché ho paura di amare*, Gribaudi, Milano 2004.

TIPPING COLIN C., *Il perdono Assoluto. Perdonare per crescere*, Ed. Essere Felici, Cesena (FC) 2010.