

I disastri nell'amore

Aldo Carotenuto

Docente di psicologia della personalità

Università di Roma "La Sapienza"

**"INformazione Psicologia Psicoterapia Psichiatria", n° 44/45, settembre –
dicembre 2001 gennaio – aprile 2002, pagg. 10-15, Roma**

<http://www.in-psicoterapia.com>

Una madre accogliente, accondiscendente, che risponda prontamente ad ogni vagito: forse è questo il presupposto necessario non soltanto per una strutturazione completa ed equilibrata della personalità, ma anche e soprattutto per l'instaurarsi di una vita relazione, interpersonale che non risenta di lacune infantili, e non richieda ricompense pregresse.

E' la prima relazione, in sostanza, a scrivere il copione di tutte quelle che verranno poi e che tratteranno il percorso della nostra capacità di 'con – vivere'.

La solitudine, infatti, è condizione imprescindibile all'essere uomini, ne è anzi il presupposto che segna la nostra appartenenza al genere umano quali esseri pensanti che possono dirsi tali soltanto quando aprono la propria anima al silenzio. Tuttavia, non è la forma di vita più adeguata, se vista nella sua interezza.

E siccome nella propria mente, nel proprio cuore ogni uomo sente costantemente il peso della propria 'singolarità', egli cerca un contatto con l'esterno, un

‘legame’. E legame è tutto ciò che finisce per stabilire dei ruoli, o comincia basandosi su una forma di dipendenza, o si evolve, successivamente, in essa.

D’altro canto ogni ‘animale sociale’ ha bisogno del suo simile, se non altro per fronteggiare quella situazione di inferiorità specie specifica che Adler vede alla base di ogni comportamento umano. Allo stesso tempo sarebbe impensabile immaginare un neonato che provveda autonomamente alla propria sussistenza. E allora la necessità del legame, di affidarsi ‘ad occhi chiusi’ ad un abbraccio con l’altro è il primo segnale della natura della vita umana. Quello materno è poi l’abbraccio più importante, quello che decide per ogni altro futuro. Perché la sollecitudine con la quale riesce a sostenerci, la cura ed il calore con le quali ci culla inoltrandoci nel terreno del sogno, sono quelli che conforteranno ogni malinconia o che chiederanno riscatto. Ciò che conferisce colore e tepore alla relazione è, infatti, quell’atmosfera intermedia che vi si crea, che rende un sorriso il migliore balsamo per la nostra anima e una carezza l’unico lenitivo al dolore dell’esistenza. E questo è amore, quell’amore che ogni madre dovrebbe incondizionatamente trasfondere nel bambino che nutre. ‘Dovrebbe’ perché non sempre quelle braccia che ci cingono sono in grado di non farci cadere.

A volte non v’è calore nell’abbraccio, né melodia nel sorriso dei genitori. Altre volte, ancora, è il freddo a dissiparsi nel nido familiare. Una freddezza che l’anima sente più pungente perché, in qualche modo, non è predisposta a ricevere, perché attende ancora con fiducia l’arrivo di un seno materno gratificante che dia gioia e sostentamento.

Ma quando ciò non accade, quando l’amore si trasforma in aperta ostilità, o ancor peggio, in sprezzante e acuta indifferenza, allora quell’abbraccio confortante lo cercheremo altrove. O, addirittura, crederemo che non esista. Percorrendo senza sosta le tappe della relazione, affidandoci, amando, ma anche esigendo.

Quando, però, le richieste verranno deluse, o quando ve ne saranno di altre, rivolte anche nei nostri confronti, allora la frattura tra l’immagine idealizzata

dell'amore perfetto che ci portiamo dentro, e le possibilità del reale diverrà insanabile. L'unica soluzione apparirà, allora, quella di fuggire via alla ricerca incessante e coatta di qualcosa che in realtà non esiste, ma riecheggia incestuosi desideri di affetto completo. Come immagini astratte e impalpabili di figure genitoriali perfezionate e idealizzate cui l'anima tende, come ultimo anelito risolutivo. Quali controparti, come sostiene Jung, della nostra stessa costellazione inconscia che forma 'Animus' ed 'Anima' come precipitati di figure reali, che al calore del tempo, consunte dai ricordi, colorate dalle proiezioni dei desideri, si sono sedimentate alterando la loro originaria imperfezione.

Non basteranno, per questo, dedizione e conforto di alcun compagno di vita a raggiungere visioni dell'anima, perché qualcosa mancherà sempre, qualche elemento sarà sempre insufficiente al raggiungimento del livello relazionale desiderato, agognato, vagheggiato.

La fiducia non sarà mai completa, e il timore di 'cadere', di essere lasciati proprio quando ci si abbandona alle braccia dell'altro interverrà a raffreddare ogni rapporto. O a colorarlo di gelosia e timori, di sospetti e di accuse. Perché nell'altro, in quell'altro che ha promesso di amarci ed accudirci, quasi fosse una madre amorevole – sperando che sia una madre amorevole – si depone tutta l'esistenza. Tutta la fiducia. E affidarsi significa abbandonarsi, delegare al partner la responsabilità della propria esistenza, il peso di essa, la complessità delle sue scelte, la difficoltà delle sue inevitabili sconfitte. L'abbraccio diventa simbiotico, diventa eterno e concluso. Non può sciogliersi né deve farlo, perché la fiducia di base deve essere mantenuta, mai delusa, mai tradita.

Pena l'annichilimento, pena la rabbia, pena il disprezzo, pena la gelosia e l'aggressività, pena la distruzione.

E allora quando di colpo ci si sente abbandonati, traditi di nuovo, come quando nessuno rispose al nostro pianto di bimbi, allora la colpa è soltanto dell'altro, e questi pagherà per tutti. Perché qualcuno deve pur essere colpevole di ogni cosa.

Non bisogna allora sorprendersi di fronte ai folli gesti, di fronte a violenza e ossessione. L'altro ci ha traditi e nulla varrà quanto il dolore di una ferita riaperta, un dolore mai sopito, ma sempre più pungente. Perché l'altro quando ha promesso di amarci si è legato alla nostra persona. Perché chi depona se stesso nel cuore e nella mente di un altro in realtà sente di possedere quell'altro. Crede che il legame che lo trattiene a sé, la responsabilità assunta, le carezze profuse non possano essere rescisse, ma siano, invece, un contratto vincolante, la vendita dell'anima.

Inoltre, per mantenere l'altro avvinto a sé non saranno risparmiate 'tattiche' più o meno consce, che condurranno fino ai limiti della salvaguardia della propria dignità, fino alla comunicazione 'paradossale', dove l'altro viene inchiodato da continue, contraddittorie richieste. Quando ad essere poste sono domande che presuppongono risposte molteplici, quando si nega e si afferma, quando si esige tutto e il contrario di tutto, mostrando il bisogno incoercibile che l'altro faccia qualcosa di qualunque genere – eppure qualsiasi cosa faccia essa sarà comunque ritenuta sbagliata e offensiva – allora il disorientamento si fa maggiore. Nessuna risposta è valida, non esiste quella 'giusta', permane soltanto il costante timore di ferire comunque, di lacerare comunque un tessuto umano già liso e consunto da paura e timori. E la mente, come Bateson ha evidenziato nei suoi studi sulle dinamiche schizofrenogene, si corrompe lacerata dall'incertezza e dall'ambivalenza, proiettata contemporaneamente in due direzioni opposte, che si escludono, ma che sono richieste contemporaneamente.

Nell'animo umano convivono sentimenti ambivalenti, ambigui, fatti di luci e di ombre. Fatti di speranze e tremori, di convinzioni incrollabili e inesauribili angosce. E il dubbio imperversa quale fosse l'unica intuizione possibile ad un animo non completamente equilibrato. Con l'amore convive l'odio, con la fiducia la diffidenza. Anzi, a ben vedere, chi da bambino non ha potuto affidare se stesso ad una madre amorevole, come direbbero Winnicott e Bowlby, avvertirà sempre

la sensazione di aggirarsi su delle sabbie mobili, e mai muoverà passi sicuri nella noncuranza del gesto. Sempre procederà a tentoni nell'angoscia infinita di essere inghiottito nella delusione dell'abbandono.

Perché quando si ama con questi presupposti si ama senza protezioni, ci si tuffa nel buio senza limiti o riserve. E tutto diviene più difficilmente gestibile. Si perdono i confini tra l'uno e l'altro componente della coppia, si perde autonomia. Anzi, ci si rimette alla volontà dell'altro. Quando la percezione di se stessi si destruttura in un afflato unico, dove soggetto ed oggetto hanno perso ogni cesura che ne mantenga la singola identità, la percezione stessa della realtà relazionale viene sconvolta. Si è allo stesso tempo se stessi e l'altro, parti della propria personalità migrano nella visione dell'interlocutore, pregi difetti vezzi e atteggiamenti del viso si fondono e trasfondono. Le colpe si sfumano e resta soltanto un indistinto dispiegarsi di sensazioni e tremori.

A quel punto distacco non è più possibile, in quel frangente, barricati in una stretta e coatta 'follia a due', i componenti della diade non vivono più se stessi come elementi di una coppia, ma come parti complementari di un unico processo. Adesso il rischio è maggiore.

Provate ad immaginare un elemento unico che basi la sua esistenza sulla sua simmetria, sulle componenti complementari, sulle ombre e proiezioni di alcune parti, sulla rispondenza della altre. Questo elemento non esisterebbe senza la sua controparte, come un'ombra non sussiste priva del corpo che la proietta.

Allo stesso modo un individuo che abbia fuso la propria identità con quella del suo partner non può sopravvivere al distacco da esso. Non può sopravvivere perché non soltanto ha incorporato degli aspetti dell'altro nella dinamica della propria psiche, non soltanto ha costruito la propria quotidianità esistenziale intorno ad esigenze comuni, non soltanto ha sostituito il 'noi' all' 'io', ma ha anche proiettato parti del proprio essere sul volto dell'altro.

Contemporaneamente, però, ha anche assorbito alcune sue caratteristiche, alcuni pregi – soprattutto – che gli forniscono l'alibi dell'innocenza in ogni discussione, in qualsiasi diatriba. Ci si identifica, in altri termini, con le componenti della personalità dell'altro che si desidererebbe fossero le proprie. Quando i confini si perdono ciò è illusoriamente possibile, e fornisce la convinzione proiettiva che in realtà sia l'altro ad averci depauperato delle nostre particolarità.

L'Io di ogni membro si frammenta, in tale dinamica, rendendo l'altro depositario di alcuni aspetti del proprio assetto costitutivo. E ciò è male, perché se l'altro scompare porta via con sé anche parti della personalità dell'altro. E questa è la perdita maggiore, intorno alla quale il senso di abbandono, il rancore e la disperazione si aggregano creando rabbia e sconforto. Ad attivarsi a questo punto sono proprio quei vissuti depressivi che conducono spesso all'immobilità, vitale ed esistenziale, che svuotano la mente e lasciano che il passato preceda e anticipi il futuro. La progettualità viene bandita dalle possibilità del pensiero, perché non può che reiterarsi un passato già catastrofico, più nulla è possibile se non la ricomparsa di illusioni e sofferenze.

Ne consegue l'immobilità, quasi fosse l'unica soluzione ad una vita non più vivibile. Anzi, forse è stata tale soltanto in un attimo di illusione, nel quale si è creduto di poter alleviare sofferenze pregresse. Ma la madre che, da piccoli, ci abbandonò – e non ha importanza discriminante se ella lo abbia fatto nella realtà o principalmente nelle nostre fantasie infantili – ci continua ad abbandonare e continuerà a farlo. Inutile illudersi.

Su questo livello la mente può arrestarsi, non andare oltre, credere che niente possa essere agito che valga la pena di riscuotere dalla pace della sosta, dalla pienezza del ricordo, dal conforto della disperazione.

Può anche andare oltre, spingersi ancora più in basso e affondare in paure, timori visioni inconse e collettive, può giungere alle immagini arcaiche dell'essere uomini. O può cercare un motivo a tanto dolore. Ma anziché trovarlo nella

ciclicità della vita, nell'equilibrio doloroso di inizi e di fini, di circoli che si concludono con esiti diversi, anziché rintracciarlo nell'imprevedibile caleidoscopio della vita umana, con calde passioni e rapidi raffreddamenti, lo trova nella ricerca di un colpevole. E questi può essere l'altro, l'altro 'cattivo', perché noi 'bravi bambini' gli abbiamo 'dato tutto noi stessi'. Oppure no, la colpa è nostra: non meritiamo. Non meritiamo amore, non meritiamo rispetto. In un percorso delirante si può giungere fino alla presunta verità: si può credere che l'altro meriti una punizione, per aver tradito la nostra fiducia; si può ritenere di meritare noi stessi quella punizione.

Le passioni si alzano in un turbinio di polvere, le istanze più arcaiche emergono e la depressione porta con sé proprio quello di cui sembra far difetto: un'energia insospettata. E l'aggressività trionfa. Inseguimenti, ossessioni, punizioni psicologiche e materiali, tutto, tutto quello che l'inconscio, nelle sue istanze più istintuali, può produrre. Tutto fino al delirio.

Perché l'abbandono della persona amata è esperienza devastante. E soltanto chi abbia una personalità sufficientemente integrata, chi crede innanzitutto nella sua forza vitale, chi abbia sviluppato una pietà e una conoscenza delle proprie ambivalenze tanto equilibrata da rispettare il pensiero e i sentimenti dell'altro, soltanto quegli potrà reggere all'urto. Non perché non ne senta il dolore e la vertigine, ma perché saprà comprenderlo e contestualizzarlo. Perché sentirà la necessità dell'altro, la riconoscerà come legittima.

Una necessità che può diventare vitale proprio in quei casi in cui il partner si sia completamente abbandonato tra le braccia dell'altro. In quei casi in cui il sospetto di dover fungere da immagine riflessa di una madre fluttuante si insinua con sempre maggiore pressanza. La sensazione di non essere a fuoco, allora si verticalizza, mentre la soffocante percezione di avere dei doveri che travalicano i propri spinge alla fuga. Una fuga necessaria e necessitata per ritrovare il proprio

equilibrio, il proprio sentire, per respirare nuovamente e avvertire la congruenza dell'esistere.

E dal momento che, come sosteneva Giordano Bruno, “ogni amore procede dal vedere”, l'individuo cercherà di riacquistare le proprie facoltà, la lucidità del suo sguardo offuscata dalle polveri dei sentimenti. Purtroppo però quando la ragione riprende il suo posto, quando il pensiero che discrimina e discerne riprende il suo lavoro, i sentimenti si stemperano in una valutazione globale. Si attutiscono e mutano di posizione, divengono degli elementi da valutare e non più delle istanze immanenti e indeformabili. Dei tasselli, non il mosaico completo. Perché quest'ultimo può essere rappresentato soltanto dal benessere dell'uomo, dalla sensazione di poter gestire e creare, dall'ebbrezza di aver impiegato il proprio tempo nel miglior modo possibile, dilatando l'attimo e arrestando il rutilante scorrere delle passioni.

Per vivere si ha bisogno dell'altro, ma di un altro che ci accompagni, non che ci legghi ad una immobilità inconcludente. Poiché dare e trasfondere all'esterno è ciò che l'anima necessita di fare, ma è anche ciò che richiede venga fatto dall'altro. Tutto in un mutuo scambio, nel quale i sentimenti non siano riedizioni di vecchi fantasmi, ma genuine passioni che nascano e, forse, si esauriscano, ma nel tempo del loro divenire. Perché l'eternità di un legame amoroso può essere dato soltanto dalla “collezione d'attimi” cui si appellava Heinrich Boll e non da un mefistofelico patto stipulato col sangue.