



Sull'Amore di Maurizio Stupiglia¹

PAURA E AMORE

Ho lavorato per molti anni nelle scuole, ho incontrato nel tempo centinaia e centinaia di studenti e dalle mie esperienze sono emerse alcune interessanti osservazioni: mentre dieci anni fa il valore più importante per i ragazzi era l'amore, seguito da altri valori, oggi l'amore occupa solo il terzo posto. Al primo posto troviamo l'amicizia e al secondo il denaro.

Qui vorrei parlare di questo, l'**Amore**, e del suo rapporto con la **Paura**. Questi due sentimenti sono sempre profondamente connessi e bilanciati tra loro.

La paura nasce dal sentirsi isolati, anche al proprio interno, esclusi. In preda alla paura, siamo diffidenti, percepiamo gli altri distanti, il mondo ostile, il destino avverso. Concentrati sui nostri problemi, siamo anche indifferenti a quelli altrui.

La paura nasce dalla separazione e genera separazione e isolamento.

L'amore nasce dal sentirsi connessi, interi, parte del tutto. Ci sentiamo in contatto con gli altri, proviamo simpatia ed empatia. Abbiamo fiducia nel mondo e nel destino. Di fronte alla sofferenza nostra o altrui, proviamo compassione e desiderio di aiutare e donare noi stessi.

L'amore nasce dalla connessione e genera partecipazione.

Una conseguenza di questo è che anche il desiderio ne può venir intaccato: più ho paura, meno sento il mio desiderio, e viceversa.

In questa bilancia di sentimenti, le nuove generazioni sembrano aver invertito i ruoli dei due elementi: la paura pesa più dell'amore e del desiderio. Se siamo in preda alla paura, tutte le nostre strategie diventano contorsioni per fermarla. Ma di cosa abbiamo tanta paura, tanto terrore? Abbiamo paura di vivere, di perderci, di non esistere. Fino a qualche decennio fa la paura era paura di non essere amati, di essere traditi, di essere abbandonati: erano paure passionali. Adesso la paura si è radicalizzata, diventando paura dell'inesistenza, paura di non esserci; una paura radicale che sposta l'amore in secondo piano. Infatti, lo troviamo al terzo posto in questa graduatoria adolescenziale.

Guardando alla psicologia come possibile strumento di comprensione dei fenomeni amorosi, ci accorgiamo che non abbiamo molte teorie, unanimemente condivise, che ci aiutino in questa direzione, e che l'unica teoria finora generalmente accettata dalla comunità scientifica è la teoria dell'Attaccamento.

Forzando un po' i termini, possiamo dire che questa teoria descrive essenzialmente una cosa: le reazioni del cucciolo d'uomo alla paura della separazione; ma non si occupa di tutto ciò che riguarda la costruzione della relazione fuori da queste situazioni, se non come forma di ripetizione di schemi antichi cronicizzati. Il che è come dire che tale teoria si occupa della differenziazione e non della connessione, e che può descrivere i rapporti d'amore solo dal punto di vista del bisogno di sicurezza e di modulazione dell'angoscia di separazione. Tutto ciò può sembrare addirittura un paradosso, perché pensando all'amore come forza naturale di attrazione e spinta verso l'altro, diventa quasi svalutativo descriverlo in termini così opposti al vissuto soggettivo universale.

ATTACCAMENTO

È stata elaborata una situazione sperimentale per determinare il tipo di attaccamento tra madre e figlio: la madre si presenta con il figlio – di meno di un anno di età – in una stanza del laboratorio, dove rimangono soli per qualche minuto. Dopodiché entra un ricercatore, dunque uno sconosciuto, e i tre restano nella stanza senza far nulla di particolare. Poi la madre esce e il bambino resta da solo con il ricercatore. Nella

¹ Il testo è la trascrizione di una conferenza tenuta dall'autore nel 2012.

fase successiva la madre ritorna e si osservano nel bambino varie forme di ricongiungimento, di ri-attaccamento alla madre. In base al tipo di reazione del bambino si stabilisce il modello operativo interno che egli stesso utilizzerà ogni qualvolta, in futuro, vivrà simili esperienze. Dunque la reazione del bambino sarà predittiva del suo modo di vivere le relazioni, il suo mondo e quello dell'adulto.

Esistono diverse tipologie di attaccamento: nell'attaccamento sicuro il bambino vede la madre, si dispera leggermente, si agita, piange, ma poi la abbraccia e si calma. Questo attaccamento chiamato "sicuro" secondo gli psicologi dovrebbe costituire la base su cui sviluppare relazioni sicure, mature, relazioni d'amore.

Nell'attaccamento insicuro-evitante il bambino vede la madre, si gira dall'altra parte e continua a giocare, come se volesse dire "io non ho bisogno di te". Questo tipo di attaccamento è una forma di costruzione delle relazioni in cui la persona cerca di far sentire all'altra che non ha bisogno di lei. Si tratta di una forma di negazione del bisogno attraverso l'esaltazione dell'indipendenza personale.

Nell'attaccamento ansioso-ambivalente il bambino, all'arrivo della madre, la guarda, piange, e va verso di lei. Ci si aspetterebbe che l'abbracciasse e si calmasse, invece continua ad agitarsi, piangendo ancora di più. Questa reazione è tipica delle persone ansiose: chiedono, gli viene dato e loro si disperano ancora di più. Ci troviamo di fronte all'esaltazione della dipendenza.

In campo psicologico finora si è arrivati al massimo a condividere questo tipo di definizione, cioè la capacità di attaccamento e di consolazione oppure l'incapacità in questo. Le due principali strategie psichiche che ostacolano la costruzione dell'amore sono, secondo questa teoria, l'eccesso di indipendenza e l'eccesso di dipendenza.

Come si può osservare, questo tipo di schema psicologico è basato sulla paura e sull'idea che l'essere umano di fronte a situazioni di minaccia e di pericolo abbia bisogno di avvicinarsi alla figura di accudimento. Dal punto di vista del consenso della comunità scientifica internazionale, la psicologia è riuscita a costruire fundamentalmente solo questa teoria. Rimangono però da esplorare altre questioni, che fanno parte del vissuto delle persone e che vanno reintrodotti per cercare di comprendere le nuove patologie, le nuove situazioni e il nuovo disagio di cui ho detto più sopra: il disagio di fronte all'inesistente, al nulla. Il terrore fondamentale non è più la paura della sofferenza d'amore, ma la paura della sparizione di sé.

L'ESSERE E IL NULLA

Qualche secolo fa Leibniz si interrogava: "Perché qualcosa piuttosto che nulla?", e "perché l'essere piuttosto del nulla, del non essere?" Un grande dilemma, perché il nostro terrore è il terrore del nulla. Heidegger afferma che l'essere umano è un "**progetto in-fondato**", nel senso che nessuno di noi decide di nascere e di fondarsi, e l'uomo, non essendo un essere auto-fondantesi, può fare una sola cosa, cioè **progettarsi, gettarsi in avanti**. Questa è la grande, semplice idea di Heidegger: avendo l'uomo il vuoto, un vuoto di fondamenta, una specie di peccato originale, sotto di sé, l'unica cosa che può fare è pro-gettarsi, andare avanti, verso l'altro. Ed è proprio qui che troviamo il punto fondamentale dell'esistenzialismo di Heidegger: siamo spinti dal terrore del nulla. Che è poi la nuova forma di terrore sociale.

Heidegger nelle sue domande va oltre e si chiede come ci progettiamo. "L'uomo" – dice – "è esserci per la morte"; "L'esserci" – afferma – è autentico quando riconosce come ultima possibilità esistenziale l'esserci per la morte, il costruirsi ogni volta come essere per la morte". Qual è il senso dell'esserci? "È la cura", dice Heidegger, cioè l'amore come *Agape*, come mantenimento, come conservazione.

È difficile curare, per esempio, una casa, quando sappiamo che fra qualche giorno ce ne dobbiamo andare, come è difficile curare una persona quando vediamo che sta per morire, ma questo è il senso dell'amore profondo, della cura, dell'esserci come cura dell'altro e cura di sé.

Ma dall'altra parte Heidegger ci mostra altro, e ci dice che "in fondo noi non parliamo, alle nostre parole non corrispondono le cose; noi, in realtà, siamo parlati dall'essere", e proprio perché c'è questo vuoto di fondamento, Heidegger dice: "*L'uomo è il pastore del nulla*". Un pensiero drammatico.

Heidegger scrive fra le due guerre, nel '27, in un periodo in cui la situazione mondiale porta a riflessioni di questo tipo. Pochi anni dopo, i grandi pensatori e poeti si domanderanno dov'era l'amore nei campi di concentramento. L'uomo è sempre in relazione con la distruzione; Winnicott dice: "L'amore è ciò che rimane dopo che tutte le forze distruttive hanno operato." È quello che vediamo quando le coppie vengono in terapia o anche con le nostre stesse coppie in crisi, che l'amore è ciò che rimane alla fine del lavoro di distruzione: dalle macerie può emergere qualcosa.

LA VULNERABILITÀ

Due potenti forze, **l'essere e il nulla**, il grande tema dell'esistenzialismo. E l'uomo per sfuggire e per emanciparsi dal vuoto del non-fondamento di sé deve pro-gettarsi, gettarsi innanzi, e al tempo stesso è il custode, il pastore del nulla.

Citando fedelmente Heidegger: "La **Cura**, nella sua stessa essenza, è totalmente permeata dalla nullità. Perciò la Cura, cioè l'essere dell'Esserci in quanto progetto gettato, significa: il nullo esser fondamento di una nullità."

Questa cosa è drammatica. E noi terapeuti la vediamo ogni giorno, poiché vengono persone che portano il loro disagio, le loro patologie. Ascoltiamo persone che fuori dalle etichette, dopo aver elaborato le loro parole ed essere andate a fondo delle loro vicende, si domandano: "Ma io chi sono?" La risposta spesso è "Non lo so, non sono nessuno, non sono niente". Pare che quando la persona riesce ad abbandonarsi e a calarsi nel proprio nucleo entri in contatto con questo grande problema del vuoto profondo, dell'assenza di fondamento. L'amore diventa il problema centrale, l'apertura di una vulnerabilità in senso etimologico, dove *vulnus* significa apertura, fessura. **La nostra vulnerabilità può aiutarci invece a incontrare l'altro.** Quando l'uomo è auto-centrato funziona come un sistema chiuso in un eccesso di indipendenza, si chiude all'altro; è la cultura nord-americana del *self-made man*, dell'uomo che si fa da solo, l'uomo insicuro-evitante, l'uomo che è stato quel bambino che quando la madre tornava, si girava dall'altra parte e mostrava di non avere bisogno. Contemporaneamente troviamo però anche l'eccesso di dipendenza, l'insoddisfazione cronica e la costituzione dell'altro come costantemente frustrante.

Tra i due estremi, cioè la costituzione dell'altro come costantemente inutile oppure costantemente frustrante, perché fonte di sofferenza, vediamo in mezzo la possibilità del progetto verso l'altro, della vulnerabilità, dell'aprirsi all'altro attraverso la nostra progettualità.

Come dice Lacan: "L'amore è dare qualcosa che non si ha a qualcuno che non si conosce", e di nuovo vediamo un paradosso dell'amore. Intanto l'amore non è più la carenza e la mancanza di cui abbiamo parlato finora, ma è dare. Per Maslow c'è l'amore carenza (*Eros*) e l'amore come essere (*Agape*), cioè due forme dell'amore: l'amore inteso come un bisogno, un cercare, un chiedere, e l'amore come un dono, un dare, offrire, un darsi. La parola inglese *Love* pare derivi dal sanscrito *Lova*, che significa "avidità" e notiamo nuovamente una connessione tra l'amore e il bisogno, la carenza e la mancanza.

DARE E AN-DARE

Nella definizione di Lacan l'amore è dare, non solo chiedere, e con questo si stacca dalla teoria dell'attaccamento, in cui il bambino ha bisogno di attaccarsi e di ricevere conforto dalla madre. Molti di noi alla base hanno probabilmente questa forma di amore, che ci caratterizza quando siamo bambini ma che può rimanere immutata anche durante l'adolescenza o per tutta la vita. Ma qualcuno di noi, fortunatamente o sfortunatamente, per le difficoltà di questo mondo, riesce ad accedere anche all'altro tipo di amore, quello del dare.

Ma dare cosa? Secondo Lacan è un "dare qualcosa che non si ha"; potremmo dire, parafrasando Heidegger, che diamo una mancanza, qualcosa che partecipa e risuona del nostro vuoto di fondamento. E l'altro è qualcuno che noi non conosciamo, che non possiamo conoscere. Quindi l'innamoramento, cioè l'*incipit* dell'amore, ha a che fare con il dare, con un'immaginazione, forse con una speranza di trovare nell'altro

quello che noi non abbiamo e di trovarlo nella persona che non conosciamo e sulla quale proiettiamo questa mancanza.

Questa formula lacaniana mostra che l'amore è un progetto, è andare verso l'altro che non conosco: è un **"dare"** nel senso di protensione verso l'altro, un vero e proprio **"an-dare"**!

È una forma di conoscenza, la conoscenza dell'altro attraverso la proiezione sull'altro di quello che non abbiamo. In questo modo riusciamo a saldare una parte della carenza col dono, il nostro offrire con la ricerca e il bisogno, il vuoto con il progetto di essere; l'altro nell'amore diventa attraverso il donare il progetto di essere della nostra carenza interna, del nostro vuoto, ed è questo il punto di possibile unione dei criteri.

Questo modo di vedere l'amore è più ottimista. Dobbiamo poi considerare anche altri aspetti, come per esempio il fatto che l'amore è stretto parente del nulla, ed è forza rivoluzionaria in senso proprio, cioè profondamente decostruttrice.

Essere vittima dell'amore per esempio può portare via dalla consuetudine, dall'ordinarietà. È un po' come tornare a casa dopo un incontro amoroso e guardare i mobili e gli oggetti senza riconoscerli più. Ci si chiede a tale punto se si è impazziti. Sotto un certo punto di vista oserei dire di sì, perché l'amore ha anche a che fare con la follia. Secondo Platone l'amore è il tentativo dell'essere umano di esplorare attraverso l'altro la propria follia. Le parole degli innamorati sono sciocche: "ti amo, ti amo, mille volte...". Frasi senza contenuto, senza problema... frasi e basta. Gli innamorati parlano non per problemi ma per enigmi, come dice Platone. Essi parlano attraverso l'incontro della propria follia. Ed è proprio questo il punto, l'amore come contenitore della forza distruttrice, ma profondamente rigeneratrice del nulla. Secondo Heidegger, quando siamo nell'angoscia o profondamente in crisi, ci perdiamo; passato questo momento ci chiediamo cosa è successo, e la risposta è "nulla". Heidegger dice che non è vero che nulla è successo, ma che invece è accaduto e si è rivelato "Il Nulla". L'angoscia non è altro che l'esperienza del nostro contatto col vuoto, col nulla profondo. Anche l'amore ci mette in contatto con questo tipo di nulla che ci strappa all'ordinarietà.

PEAK EXPERIENCE

Abraham Maslow parla di *Peak experience*, esperienza di picco: l'amore come esperienza di picco in cui non vediamo più l'altro nelle sue determinazioni. Dire "ti amo perché hai gli occhi verdi" non ha senso. Si dice invece "ti amo e hai gli occhi verdi", oppure "ti amo e amo i tuoi occhi verdi", oppure "il tuo brufolo orrendo mi piace perché ti amo". L'amore risemantizza gli aspetti parziali dell'esistente: non sono più gli aspetti parziali dell'esistenza che concorrono a formare la globalità dell'amore. Parliamo perciò di un'inversione e possiamo trasformare la famosa frase di Leibniz "Perché qualcosa piuttosto del nulla" in "Perché tutto piuttosto che qualcosa". Ecco la grande forza dell'amore: l'amore stravolge, inverte questo tipo di paura del nulla, fa sì che noi veniamo strappati all'ordinarietà e alla consuetudine per vedere l'assoluto nell'altro. Quando siamo innamorati, non semplicemente invaghiti, vediamo l'altro come assolutamente privo di particolarità. Per questo motivo, secondo molte persone, rappresenta un periodo psicotico. Ma possiamo anche vedere l'amore come un'esperienza al limite, di picco, che fa sì che possiamo tornare mutati, trasformati profondamente all'esperienza ordinaria.

Ora sì che l'amore diventa progetto, un progetto di conoscenza dell'altro attraverso la sua assolutizzazione, e di trasformazione rivoluzionaria della nostra vita grazie alla nullificazione di ciò che fino a ora avevamo detto, fatto e pensato. È una forza critica, decostruttiva, ma è rivoluzionaria e quindi ne abbiamo paura, perché è una forza che ci fa cambiare vita, e ci fa fare un salto di livello, ci fa comprendere la frase che noi innamorati diciamo, **"senza di te muoio"**, e che possiamo trasformare in **"attraverso di te posso esplorare la morte"**.