

SUGGERIMENTI

L'amore non esiste?

*Patrizia Costante**

Abstract

La letteratura da sempre si interroga sull'essenza dell'amore. È sempre complesso chiudere in una definizione, in un concetto un sentimento che sfugge, per sua natura, a qualsiasi linguaggio digitale.

Eppure sembra inevitabile per l'essere umano provare e riprovare a dare un senso ad amori difficili, impossibili, dolorosi e tormentati.

Nessuno dei grandi poeti è mai stato immune all'amore: Leopardi si struggeva per la sua Silvia, Catullo per la sua Lesbia, Petrarca per la sua Laura, in qualche modo ognuno di noi, almeno una volta nella vita ha sofferto per questo.

Ma allora che cos'è quest'amore che rifugge ogni controllo e ogni possibilità di trasformarlo in parole che possano dargli, almeno lontanamente, un senso?

A partire dalla raccolta accurata che ne fa Barbara Castiglioni nel suo libro *Amore e Psiche*, proviamo a ripercorrere i tentativi fatti da scrittori, musicisti, psicologi per cercare di significare "questo folle sentimento".

*Patrizia Costante, Psicologa e Psicoterapeuta, Didatta dell'Istituto Dedalus.

Abstract

Literature has always questioned the essence of love. It is always complex to close in a definition, in a concept a feeling that, by its nature, escapes any digital language.

Yet it seems inevitable for human beings to try and try again to make sense of difficult, impossible, painful and tormented loves.

None of the great poets has ever been immune to love: Leopardi pined for his Silvia, Catullo for his Lesbia, Petrarch for his Laura, in some way each of us, at least once in our lives, has suffered for this.

But then what is this love that eschews all control and any possibility of transforming it into words that can give it, at least remotely, meaning?

Starting from Barbara Castiglioni's careful collection of it in her book *Love and Psyche*, we try to retrace the attempts made by writers, musicians, psychologists to try to explain "this crazy feeling".

*“Tu sola puoi salvarmi, tu sola e te lo scrivo
Dev'esserci, lo sento, in terra o in cielo un posto
Dove non soffriremo e tutto sarà giusto
Non ridere, ti prego, di queste mie parole
Io sono solo un'ombra e tu, Rossana, il sole
Ma tu, lo so, non ridi, dolcissima signora
Ed io non mi nascondo sotto la tua dimora
Perché oramai lo sento, non ho sofferto invano
Se mi ami come sono
Per sempre tuo
Per sempre tuo
Per sempre tuo
Cirano”
(F. Guccini)*

L'amore che salva, l'amore che uccide, l'amore che fa soffrire, l'amore che si rincorre e l'amore da cui si fugge, ma l'amore esiste davvero?

Questa non vuole essere una trattazione sull'Amore perché dell'amore in quanto tale forse non si può favellare.

Siamo però cresciuti con il mito dell'amore che supera ogni limite: se pensiamo ad Orfeo che salva dagli inferi Euridice, sua amata sposa, non possiamo non pensare che Amore sia davvero la soluzione a tutti i mali, perfino alla morte.

Ma come in tutte le “storie che si ripetono”, anche quella di Orfeo assume caratteristiche diverse a seconda dell'autore che lo canta, così come ogni relazione d'amore è propria dei protagonisti che ne fanno parte.

I versi di Virgilio per esempio sono attraversati da una grande commozione e da un profondo senso di grandezza dell'amore; in Ovidio prevale la punteggiatura sulla “scelleratezza” di Orfeo che per qualche incomprensibile ragione fa fallire il suo progetto d'amore.

Mentre per Virgilio è l'essere vinto dalla bramosia per la sua sposa a farlo voltare, per Ovidio è il timore che lei non lo segua. In entrambe le versioni si fa sentire “la parte oscura” e incomprensibile dell'amore.

A tal proposito, interessante è la trattazione che ne fa Cesare Pavese nel suo “L'inconsolabile”, dai Dialoghi con Leùco, in cui emerge in modo chiaro e struggente l'ambivalenza che ogni amore porta in sé.

“ORFEO: È andata così. Salivamo il sentiero tra il bosco delle ombre. Erano già lontani Cocito, lo Stige, la barca, i lamenti. S'intravedeva sulle foglie il barlume del

cielo. Mi sentivo alle spalle il fruscio del suo passo. Ma io ero ancora laggiù e avevo addosso quel freddo. Pensavo che un giorno avrei dovuto tornarci, che ciò ch'è stato sarà ancora. Pensavo alla vita con lei, com'era prima; che un'altra volta sarebbe finita. Ciò ch'è stato sarà. Pensavo a quel gelo, a quel vuoto che avevo traversato e che lei si portava nelle ossa, nel midollo, nel sangue. Valeva la pena di rivivere ancora? Ci pensai, e intravvidi il barlume del giorno. Allora dissi "Sia finita" e mi voltai. Euridice scomparve come si spegne una candela. Sentii soltanto un cigolio, come d'un topo che si salva.

BACCA: Strane parole, Orfeo. Quasi non posso crederci. Qui si diceva ch'eri caro agli dèi e alle muse. Molte di noi ti seguono perché ti sanno innamorato e infelice. Eri tanto innamorato che - solo tra gli uomini - hai varcato le porte del nulla. No, non ci credo, Orfeo. Non è stata tua colpa se il destino ti ha tradito.

ORFEO: Che c'entra il destino. Il mio destino non tradisce. Ridicolo che dopo quel viaggio, dopo aver visto in faccia il nulla, io mi voltassi per errore o per capriccio.

BACCA: Qui si dice che fu per amore.

ORFEO: Non si ama chi è morto.

BACCA: Eppure hai pianto per monti e colline - l'hai cercata e chiamata - sei disceso nell'Ade. Questo cos'era?

ORFEO: Tu dici che sei come un uomo. Sappi dunque che un uomo non sa che farsi della morte. L'Euridice che ho pianto era una stagione della vita. Io cercavo ben altro laggiù che il suo amore. Cercavo un passato che Euridice non sa. L'ho capito tra i morti mentre cantavo il mio canto. Ho visto le ombre irrigidirsi e guardar vuoto, i lamenti cessare, Persefone nascondersi il volto, lo stesso tenebroso-impassibile, Ade, protendersi come un mortale e ascoltare. Ho capito che i morti non sono più nulla."

Chi ha scelto la fine di Euridice, l'amore o la ragione?

Una lontana malinconia avvolge quella che per tutti i poeti è stata la dannazione dell'animo, l'eterna lotta tra gli opposti.

In psicologia, a proposito dell'amore, spesso si fa riferimento alla suddivisione di Clive Staples Lewis: *agape*, l'amore per l'altro e che corrisponde in qualche modo al concetto di "B-Love" di Maslow contrapposto al "D-Love" quello promosso dai bisogni personali; *affetto*, ha le sue radici nell'attaccamento e che corrisponde al bisogno di vicinanza; *philia*, basata sull'aspettativa della gratificazione dei bisogni da parte dell'altro; *eros*, pone le sue radici nel desiderio sessuale.

Ma allora l'amore che cos'è?

Se pensiamo alla parola Psichè non possiamo non collegarla al concetto di Ombra così come lo declina Omero nell'Odissea quando Ulisse scende nell'Ade. Molto intenso infatti è il racconto dell'incontro con sua madre e di quando, al momento del congedo, Ulisse prova ad abbracciarla per ben tre volte senza mai riuscirci perché ella gli sfugge come fosse "un'ombra".

Jung del tema dell'Ombra ne ha fatto parte integrante della sua teorizzazione e Mario Trevi studiando l'archetipo junghiano aveva individuato dei processi dinamici connessi ad esso: la proiezione dell'ombra, gli aspetti vissuti non coscientemente dalla psiche vengono proiettati sull'altro che ben si adatta, di solito, ad assimilare queste proiezioni; la ricognizione dell'ombra che avviene attraverso l'analisi delle sue proiezioni; la scissione dell'ombra che consiste in un suo rifiuto e nella sua negazione perché l'Io non riesce ad ammettere che funzioni primitive e immature possano appartenergli e *"il soggetto amputa allora, per così dire, da sé la propria Ombra, condannandosi a vivere una vita psichica parziale"* (Trevi, 2008); l'identificazione con l'Ombra; l'integrazione dell'Ombra che consiste nell'accettazione della parte negativa della personalità e diventa la condizione necessaria per approdare all'individuazione.

Scrivendo Jung *"l'inconscio di un individuo si proietta sempre sugli altri, ossia noi rinfacciamo agli altri ciò che vediamo in noi stessi. Questo principio è di una validità così generale da far riflettere: tutte le volte che si ha qualcosa da rimproverare a qualcuno, si farebbe bene ad aspettare un momento e a chiedersi con scrupolo che cosa significa per noi ciò che stiamo per rimproverare a un altro"*. (Jung, 1918)

Nella relazione di coppia spesso ritroviamo nell'altro le proiezioni dell'Ombra e sarebbe tutto più semplice se si potesse usare il buon senso di Jung. Tuttavia, Canevaro, che a questo concetto sembra in qualche modo rifarsi con la terapia interpersonale di coppia, utilizza una tecnica molto suggestiva con la quale aiuta i partner a riappropriarsi delle proiezioni che ognuno di loro ha depositato sull'altro ricapitolando una relazione significativa della vita del passato.

Accade spesso, continua ancora Canevaro, che tutte quelle cose che mal sopportiamo nel partner non sono altro che caratteristiche che appartengono, o che vengono attribuite, a importanti figure di riferimento come quelle genitoriali.

Ad ogni modo, per noi terapeuti è sempre complesso lavorare con le coppie che in qualche modo ci mettono di fronte a varie criticità, una su tutte è il confronto con il fantasma della separazione e quindi della morte.

Il tema della perdita è strettamente legato alle narrazioni che riguardano le storie d'amore: Orfeo perde Euridice così come Psiche perde Cupido per "la ferita d'amore" sostiene Apuleio *"Sed dum bono tanto percita saucia mente fluctuat, lucerna illa, sive perfidia pessima sive invidia noxia sive quod tale corpus contingere et quasi basiare et ipsa gestiebat, evomuit de summa luminis sui stillam ferventis olei super umerum dei dexterum / ma mentre nel turbamento di una felicità così grande la sua mente vacilla per la ferita d'amore, la lucerna, sia che ve la spingesse una malvagia perfidia o una colpevole gelosia, sia che anch'essa bramasse di toccare e baciare quasi un tal corpo, lasciò cadere dalla sua fiamma lucente una stilla d'olio bollente sopra la spalla destra del dio."* (Apuleio, 1997)

Apuleio sembra cogliere appieno la difficoltà di separare l'amore dal tradimento del patto di coppia allo stesso modo in cui Caillè ne fa un fondamento della terapia.

Il patto, in terapia, è un intreccio inconsapevole della scelta reciproca e può essere definito un incastro di bisogni, desideri, paure, speranze che i coniugi si aspettano di ottenere nel rapporto di coppia.

Caillè ritiene che sia possibile estrapolare l'incastro di coppia (l'Assoluto), ossia capire perché ciascun partner è funzionale all'altro, perché l'ha scelto, quali erano le illusioni, i desideri e cosa sceglierebbe ora, cosa non ha funzionato, cosa è mancato, di cosa avrebbe bisogno adesso e dunque dove si sono incistate le delusioni attuali.

La Malagoli - Togliatti parla di "contratto di coppia" ed ha costruito su di esso il Modello Integrato dei Contratti: la formazione di una coppia implica la sottoscrizione di un contratto che di solito include due componenti, uno visibile determinato dagli accordi espliciti e quindi consapevoli, e uno sommerso che invece contiene vincoli e postille non consapevoli che a volte si legano all'idealizzazione dell'altro, di se stessi e della coppia. Secondo questo modello l'illusione che i bisogni verranno soddisfatti dal partner finisce con la fase dell'innamoramento ed è allora che si apre la crisi di coppia.

Come uscirne?

L'autrice suggerisce una strada molto simile a quella percorsa da Orfeo ed Euridice e Amore e Psiche: bisogna attraversare l'angoscia delle disillusione e della delusione per poter ri-conoscere l'altro come qualcosa di diverso dall'immagine cristallizzata con cui solitamente lo guardiamo, è necessario cambiare le lenti.

Come possiamo vedere mentre per Psiche e Cupido, il tradimento del patto è una conseguenza dell'azione del terzo, le sorelle invidiose della protagonista, nella pratica clinica accade spesso che, come ci dice Cirillo (2006), il tradimento è la risposta che "sgretola il legame coniugale lasciando che vi si insinui un terzo".

Quindi il tradimento come risposta a cosa?

È difficile spesso processare questo concetto anche per noi terapeuti: il tradimento come sintomo è un pensiero complesso e articolato perché spesso tradire e amare sono gli estremi che se messi insieme diventano un paradosso. Tuttavia cosa sarebbe la psicoterapia senza paradosso?

I miti sopra narrati sembrano suggerire l'idea che nell'amore struggente l'Io si annulla al servizio del "noi" e di fatto "muore", non è anch'esso un paradosso?

Psiche, sacrifica la propria vita per salvare la sua famiglia dalle ritorsioni degli dèi: rinuncia alla sua felicità, accontentandosi di vivere rinchiusa in un castello con un marito che, per quanto ne sapesse, poteva essere un mostro. Rinuncia una seconda volta quando commesso il reato di aver visto il suo sposo, prova più volte a mettere fine alla sua vita.

L'amore sembra abbattere le barriere divisorie tra amante e amato, per cui l'uno è l'altro senza interruzione alcuna. Nella letteratura amorosa c'è un passo dello scritto di Goethe che ben descrive tutto questo *"nei sentimenti come nelle azioni di Edoardo non c'è più misura. La coscienza di amare e di essere amato lo trasporta nell'infinito. Com'è mutato per lui l'aspetto di tutte le stanze, di tutti i dintorni! Nella sua stessa casa non si ritrova più. La presenza di Ottilia assorbe tutto: egli è immerso in lei, nessun'altra considerazione gli si presenta, nessuna cosenza gli parla; ogni freno della sua natura è spezzato, tutto il suo essere si espande verso Ottilia"*. (Goethe, 1982)

Oggi in queste parole potremmo leggere caratteristiche di quella "patologia dell'amore" che va tanto di moda definita a più voci, relazione tossica o amore tossico. Si parla di co-dipendenza, di narcisisti e di dipendenti affettivi, eppure ogni relazione d'amore non si può definire tale se non è prevista una buona quota di

dipendenza reciproca. Dopotutto ogni essere vivente nasce dipendente e se è vero che nell'amore cerchiamo le nostre prime relazioni oggettuali è facile comprendere come questi aspetti siano inscindibili.

Mi trovo spesso con i pazienti a discorrere sulla loro relazione d'amore e spesso mi trovo di fronte all'arcano dubbio: stiamo insieme perché ci amiamo o ci amiamo perché stiamo insieme? Difficile a dirsi.

Ho visto tempo fa un interessante film di Almodovar che ad una prima lettura potrebbe trovare ragion d'essere nella ormai diagnosticata sindrome di Stoccolma ma che, ad uno sguardo più attento, si affaccia una lettura drammatica ma intensa allo stesso tempo.

Il film narra la storia di un giovane che si innamora perdutamente di una donna che rapisce e tiene legata al letto per far sì che anche lei si innamori perdutamente di lui. Il finale è sorprendente e conferma in qualche modo l'esistenza del dubbio e dell'impossibilità di scioglierlo.

Il titolo diventa un invito, un grido che la protagonista rivolge al suo "carnefice" affinché la aiuti a restargli vicina per preservarla da una società che al malessere offre cure disastrose e paradossali come la tossicodipendenza e la solitudine.

È qui che si inserisce in modo interessante la raccolta "Amore e Psiche, l'enigma dell'amore" a cura di Barbara Castiglioni. Nel suo libro che narra le variazioni sul mito di Apuleio, l'autrice sembra voler affermare con grande forza quanto spazio e in quanti modi diversi può essere narrato l'amore. Di quanto in fondo esso sia universale e trasversale ai diversi approcci, sia che ne parli uno scrittore, un poeta, un musicista o un regista, in fondo sembra dire la Castiglioni che è "l'amor che move il sole e le altre stelle".

A me piace pensare che l'amore in qualche modo ha sempre un primato sulla morte poiché nella relazione duale l'altro esiste eternamente, perché ciascuno di noi può morire come individuo ma non come Tu o Noi per l'altro. Nell'amore il Tu che si incontra non è solo un Tu tangibile ma è la scoperta stessa della dualità, fondamento stesso dell'esistenza. Credo che parlare d'amore rappresenti comunque una scommessa, che sia difficile tradurre con le parole un pensiero sull'amore poiché nel momento stesso in cui esso diventa parola sembra perdere il suo senso di ineffabilità ma allo stesso tempo credo che sia assolutamente

necessario per noi esseri relazionali parlare dell'amore e di tutte le sue contraddizioni.

*L'amore non esiste è un cliché di situazioni
Tra due che non son buoni ad annusarsi come bestie
Finché il muro di parole che hanno eretto
Resterà ancora fra loro a rovinare tutto
L'amore non esiste è l'effetto prorompente
Di dottrine moraliste sulle voglie della gente
È il più comodo rimedio alla paura
Di non essere capaci a rimanere soli
L'amore non ha casa, non ha un'orbita terrestre
Non risponde ai più banali meccanismi tra le forze,
È un assetto societario in conflitto d'interesse
L'amore non esiste
Ma esistiamo io e te
E la nostra ribellione alla statistica
Un abbraccio per proteggerci dal vento
L'illusione di competere col tempo
Io non ho la religiosa accettazione della fine
Potessimo trovare altri sinonimi del bene
L'amore non esiste, esistiamo io e te
L'amore se poi esiste è quest'idea di attaccamento
Che ha l'uomo del mio tempo per le tante storie viste
Non esiste fare i conti accontentarsi piano piano
Di una vita mano nella mano
L'amore non esiste è un ingorgo della mente
Di domande mal riposte e di risposte non convincenti
Vuoi tu prendere per sposo questa libera creatura
Finché Dio l'avrà deciso o solamente finché è dura?
Ma esistiamo io e te
E la nostra ribellione alla statistica
Un abbraccio per proteggerci dal vento
L'illusione di competere col tempo
E non c'è letteratura che ci sappia raccontare
I numeri da soli non riescono a spiegare
L'amore non esiste, esistiamo io e te
Io non ho la religiosa accettazione della fine
Potessimo trovare altri sinonimi del bene
L'amore non esiste.
(Fabi-Silvestri-Gazzè)*

BIBLIOGRAFIA

Apuleio (1997). *Le metamorfosi o l'asino d'oro*. Biblioteca Universale Rizzoli

Caillè, P. (2007). *Uno e uno fanno tre*. Armando Editore

Canevaro, A. (2023). *Terapia esperienziale profonda. Il lavoro in chiave emozionale con la coppia e l'individuo*. Luigi Guerriero Editore

Castiglioni, B. (2024). *Amore e Psiche. L'enigma dell'amore*. Marsilio

Cirillo, S. (2006). *Maschi e femmine. Diventare coppia*. Ancora

Galimberti, U. (2018). *Nuovo dizionario di psicologia*. Feltrinelli

Goethe, J. W. (1982). *Le affinità elettive*. Garzanti

Jung, C. G. (2000). *L'io e l'inconscio*. Universale Bollati Boringhieri

Malagoli - Togliatti, M., Angrisani, P., Barone, M. (2016). *La psicoterapia con la coppia. Il modello integrato dei contratti. Teoria e pratica*. Francoangeli

Omero (2014). *Odissea*. Einaudi

Pavese, C. (2020). *Dialoghi con Leùco*. Einaudi

Trevi, M. (2008). *Studi sull'ombra*. Raffaello Cortina Editore