

L'innamoramento

L'innamoramento... si dice che è un sogno quando lo si vive, una magica sintonia che fa palpitare il cuore, fa sentire un'attrazione fortissima che dà crampi allo stomaco e scombussola il nostro consueto modo di pensare e di agire. Dalla routine si passa alla vita sognata degli angeli.

Il periodo dell'innamoramento corrisponde ad una fase meravigliosa, contraddistinta da forti tinte emotive in cui tutto è vissuto secondo una dimensione magica nella quale il partner è un essere perfetto e sembra possedere quasi tutte le caratteristiche del compagno ideale. Difatti l'estasi caratterizza l'innamoramento.

L'innamoramento che duri un minuto, una notte, una intera vita, trasforma la vita quotidiana in una fiaba.

Perché anche se incontriamo migliaia di persone ne amiamo una sola? In realtà l'incontro non nasce per caso : ogni partner è già predisposto inconsciamente a quel tipo di persona.

Secondo Freud incontriamo solo ciò che nel nostro inconscio esiste già: "Trovare l'oggetto del desiderio in realtà è solo ritrovarlo. E in questo ritrovamento entrano in gioco anche stimoli acustici (la voce) e visivi (l'immagine).

Alcuni psicologi sostengono che l'innamoramento è l'incastro di due nevrosi complementari: siamo attratti dall'altro perché questo entra in risonanza con il bambino che siamo stati.

L'uomo di cui ci innamoriamo risuona perfettamente con i nostri vissuti emotivi.

L'amore ci riporta ad un confronto con l'infanzia: "Se una persona ci piace è perché con il suo modo di fare ci riporta inconsciamente al primo rapporto d'amore della nostra vita: quello con nostra madre".

L'altro può rappresentare lo specchio del meglio di noi: si proiettano nell'altro le aspettative ed i sogni. La perfezione che si vede all'inizio del rapporto non è altro che il riflesso dei propri desideri.

L'idealizzazione è il fondamento dell'amore. Non ci sono incontri d'amore senza questa sorta di sopravvalutazione del partner, senza questa euforia capace di dissipare l'ansia. Chi è privo di questo entusiasmo non è capace di invischiarsi in una relazione di tipo fusionale. Ogni incontro d'amore tende alla fusione con l'altro. All'inizio della relazione la demarcazione tra me e l'oggetto d'amore tende a cancellarsi: " tu ed io non siamo che una cosa sola".

Questa fusionalità può spaventare al punto di indurre uno dei due partner a difendersi attraverso la fuga.

Quindi innamorarsi è anche fuggire?

Un altro meccanismo sotteso all'innamoramento è il complesso d'Edipo. Se lui o lei mi attrae è perché per certi versi mi ricorda mio padre o mia madre. Una teoria accreditata è che l'amore nasca sempre da un tabù, a cominciare da quello dell'incesto. Gli ostacoli che impediscono di infrangerlo sono voluti e talvolta ricercati.

Ecco il segreto delle coppie estreme, miste, con uno scarto di età notevole: più l'altro è vietato più ci attira.

Desideriamo ciò che non possiamo avere: gli oggetti di attaccamento del passato.

Sulla scelta del partner pesano anche fattori “ereditari”: nessuno nasce dal nulla, ognuno di noi è prigioniero di un mito familiare, scegliamo quella persona che è più adattabile alla realizzazione di esso. Se una persona ci piace è perché ha una storia parallela alla nostra e custodisce un segreto di famiglia identico o equivalente al nostro.

Sono particolarmente predisposte all’innamoramento, nella sua fase più irrazionale, quei soggetti che hanno un vissuto carenziale nelle esperienze affettive con il primo oggetto d’amore e quindi con una bassa autostima e un grosso bisogno di dipendenza.

Anche il fattore tempo è una componente significativa. Possiamo perdere un incontro per una frazione di secondo. Magari è la persona giusta ma non è il momento giusto. Pensiamo di essere pronti per un’altra storia ma basta a volte un piccolo dettaglio per farci allontanare perché in realtà non siamo pronti all’accoglienza.

Come facciamo a capire che è amore?

Innanzitutto è importante distinguere l’innamoramento dall’amore.

All’inizio i sintomi sono sempre gli stessi: un profondo turbamento che coinvolge l’intero essere e si manifesta con tremori, rossori, ansia.

La prima fase può essere di due tipi: a partenza lenta, quando ci si innamora un po’ alla volta, e allora i tempi possono essere lunghi.

Oppure tipo “colpo di fulmine”: si parte in quarta ma poi tocca per forza scalare le marce.

In ogni caso solo in un secondo momento il sentimento appare nella sua sostanza, quando questo sconvolgimento si trasforma e noi spostiamo l'attenzione da noi stessi al nostro partner, a questo "altro" che diventa d'importanza vitale, quasi una ragione d'esistere. Con il tempo capiremo se si tratta di amore oppure no.

Questo perché l'innamoramento si rinchiude in se stesso, nella sua illusione di esistere e si nega alla sua esigenza di evolversi.

Quando si è innamorati ci si sente diversi, cambiati rispetto agli altri partner avuti: tutto quello che una persona faceva da anni per abitudine o convinzione può improvvisamente essere interrotto o dimenticato, come se neppure fosse esistito.

Per la persona amata si è pronti a stravolgere le proprie abitudini e a fare cose che normalmente costerebbero fatica senza sentirne affatto il peso.

L'amore è magia, non ha niente a che vedere con una definizione razionale.

Quando capiamo di essere innamorate?

Quando passiamo tutto il nostro tempo nel tentativo di capire quale posto occupiamo nella vita dell'altro e non riusciamo più a vivere se non abbiamo dall'altro le prove tangibili del fatto che ci ama.

E poi parla il corpo, un corpo impaziente che aspetta la persona amata, che ha bisogno della sua voce, del suo sguardo, della sua presenza.

Sarebbe quello strano brivido tra le spalle a farci rendere conto del fatto che siamo innamorati, che l'altro ci manca, e con lui i suoi gesti, i suoi modi di essere le sue espressioni, il suo odore.

Un altro aspetto che ci fa capire di essere innamorati è la sensazione di mancanza quando non lo vediamo.

Quello che cerchiamo nell'amore è qualcosa che ci manca, anche se non sappiamo esattamente di cosa si tratta.

L'uomo convive per sua natura con un vuoto esistenziale legato all'angoscia primaria di separazione che solo la persona amata è in grado di colmarlo.

Per quello quando si è innamorati si prova una sensazione di pienezza, ci si sente svagati, sovrappensiero, il quotidiano si carica di una tensione emotiva che coinvolge il corpo e la mente.

Comunque al di là di queste tracce che cercano di comprendere l'amore essa rimane sempre un mistero.

Ce lo insegna il mito di Psiche, l'eroina della mitologia greca innamorata di Eros con il quale trascorre intense e felici notti d'amore.

La sola condizione posta dal dio a salvaguardia del loro amore è che la fanciulla non cerchi mai di vederlo.

Istigata dalle sorelle gelose della sua felicità e che insinuavano che Eros fosse in realtà un orribile mostro, Psiche una notte si procura una lucerna e approfittando del sonno dell'amante l'accende. Ma rimane talmente abbagliata dalla bellezza del dio dell'amore che lascia cadere una goccia di olio bollente sul suo corpo. Eros risvegliatosi, scompare.

Psiche paga con la perdita dell'amore il suo desiderio di conoscere.

Il significato della metafora è chiaro: è bene non cercare di approfondire troppo questo sublime stato di grazia sottomettendolo alle regole della conoscenza e della ragione perchè si corre il rischio di vederlo scomparire per sempre.

Anche Fromm dice che tra due persone esiste, prima che s'incontrino, un mistero che è dato dalla personalità dell'altro che noi non conosciamo e vogliamo conoscere e penetrare. E nella misura in cui noi entriamo in questo mistero della persona prima sconosciuta questa stessa persona finisce di essere interessante per noi e finisce l'innamoramento.

Tra innamorarsi e amore c'è questa sostanziale differenza: il rapporto d'amore quando è conseguenza di tutto uno sviluppo e di tutta una maturazione della personalità è un rapporto che tende a restare duraturo. L'amore maturo preserva l'integrità e l'autonomia di ogni partner, non annulla un partner a beneficio dell'altro, ma consente a ciascuno dei due di sentirsi realizzato nelle sue potenzialità, rispettato nelle sue esigenze.

Invece l'unione simbiotica, fusionale, che caratterizza per l'appunto la fase dell'innamoramento, anche se per alcuni aspetti già espressi, è esaltante e travolgente per altri è pericolosa perchè tende ad attivare meccanismi legati all'idealizzazione, confusione e dominio in relazione alla perdita dell'oggetto amato, non rispettando l'integrità e l'individualità di ogni partner.