

LEZIONE SULL'AMORE – Parte Prima*

D.ssa Graziella Maria Lopez**

Ciò che vi dirò, è una esposizione di concetti tratti dal libro “Amore e persona” di Antonio Mercurio. Un libro molto interessante e pieno di spunti di riflessione, in cui l'autore commenta il libro di Fromm “L'arte di amare”, esponendo la sua teoria dell'amore e della coppia.

Siamo in piena crisi della capacità di amare, anche quando vorremmo amare.

Eppure si sente sempre parlare dell'amore, ma **che vuol dire amare** ?

Cerchiamo di affrontare in profondità il problema dell'amore.

Fromm nel libro “L'arte di amare” dice che **l'amore è un'arte**, quindi per impararla c'è bisogno di allenamento, di impegno, di pazienza.

Invece gli esseri umani sono persuasi che, così come si cresce, così automaticamente si diventa capaci di amare.

Questa opinione è basata su **tre pregiudizi**.

PRIMO PREGIUDIZIO : “La maggior parte della gente ritiene *che amore significhi essere amati, anziché amare*, di conseguenza per loro il problema è come farsi amare”.

Dunque noi non poniamo l'accento sullo sforzo attivo che dobbiamo fare per amare una persona, ma come farci amare, ovvero ci preoccupiamo di renderci attraenti, cioè belli, ricchi, intelligenti.

Invece dovremmo sviluppare, per renderci “amabili”, la fiducia, il coraggio, la disponibilità profonda, che sono tutte facoltà che ci predispongono all'incontro con l'altro.

SECONDO PREGIUDIZIO : la supposizione *che amare sia un problema di trovare la “persona giusta”*. Tutta la preoccupazione e l'attenzione è spostata fuori di noi, nella persona da amare o da cui essere amati. Non pensiamo affatto che dobbiamo sviluppare invece la “nostra” capacità di amare.

TERZO PREGIUDIZIO : dice Fromm che tra due persone esiste, prima che si incontrino, un mistero, che è dato dalla personalità dell'altro, che noi non conosciamo, e che desideriamo conoscere e penetrare. Molte volte *si scambia per amore questo desiderio di penetrare in un'altra persona*. Quindi l'innamoramento sarebbe l'incontro con un'altra persona che ci attrae per motivi che spesso noi non conosciamo a livello cosciente e che noi vogliamo penetrare e possedere. Nel momento in cui avviene questo incontro, noi siamo “innamorati”. Ma nella misura in cui noi entriamo in questo mistero della persona prima sconosciuta, questa stessa persona finisce di essere interessante per noi e finisce anche l'innamoramento.

Dunque abbiamo questa **differenza tra innamorarsi e amare** :

il rapporto di 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 personale 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** non rispetta l'integrità e l'individualità di ogni partner, ma è sempre una tensione a rendere prigioniero l'altro, a togliergli la libertà, o mettere l'altro in uno stato di continua totale dipendenza.

Il modello biologico di questa unione simbiotica è la relazione tra la madre e il figlio o la figlia, sia nella fase intrauterina che nei primissimi anni di vita.

Successivamente, nel corso del suo sviluppo, il bambino deve vivere una fase di possesso della madre, o del padre se si tratta di una bambina. Questo possesso del genitore dell'altro sesso gli consente di acquistare sicurezza e di sentirsi valorizzato. In questo senso, le varie fasi del possesso sono necessarie per lo sviluppo del bambino.

Nell'unione simbiotica che si stabilisce tra adulti, si ripete, proprio perché non vissuta esaurientemente, la totale dipendenza che c'è nel rapporto tra il figlio e la madre.

Questo bisogno di simbiosi può essere vissuto consapevolmente e dialetticamente all'interno della coppia, affinché sia possibile passare da uno stadio all'altro dell'incontro, cioè da quello simbiotico a quello più maturo e autentico.

L'essere umano deve **superare la fase dell'amore come possesso per passare a quella dell'amore come dono.**

Il possesso dà senso di sicurezza e di soddisfazione, ma non dà gioia. Il possesso dell'altro, anzi, della vita dell'altro, se non è superato, genera l'odio, e l'odio scatena la distruttività, sia nella coppia che tra genitori e figli, che nella società.

Nel film "Ladyhawke" Isabeau è vittima di quest'amore come possesso da parte del vescovo, che ha un bisogno così esasperato di lei da sentenziare: "O con me o con nessun altro". Non c'è nessuno spiraglio di libertà di ricambiare o di non accettare l'amore.

Nell'essere umano ci sono due dimensioni, la dimensione psichica e la dimensione esistenziale.

La prima è l'insieme delle tappe necessarie per costruire un essere umano maturo e autonomo.

La seconda è lo spazio nel quale si muove l'essere umano maturo e autonomo per situarsi di fronte alla realtà di un tu e del mondo.

Se la dimensione psichica non è stata vissuta pienamente o non è stata vissuta affatto, questa tappa si sposta necessariamente nell'età adulta. Abbiamo visto che il bisogno di vivere il **possesso edipico** sia il primo fattore che porta all'amore passione.

Se la dimensione psichica è stata vissuta bene, alla piena realizzazione esistenziale (cioè all'amore) si oppongono: la paura di perdersi ed il rifiuto di amare per orgoglio ed egoismo. Un esempio di amore passione della dimensione psichica. Un uomo può sposare una donna perché, senza saperlo, è spinto da un amore passione per cui proietta la madre sulla donna. Una volta vissuto questo rapporto, la proiezione si esaurisce, la passione scompare, l'uomo lascia la donna.

Nell'**unione simbiotica** ugualmente agiscono due aspetti.

Il primo aspetto si riferisce alla parte "psichica" dell'uomo.

Un secondo aspetto a quella "spirituale" o esistenziale dell'uomo.

Nel primo aspetto, quello dello psichismo, mettiamo i bisogni psichici dell'infanzia non completamente vissuti.

Nel secondo aspetto, che abbiamo chiamato spirituale, mettiamo come conseguenza che porta all'unione simbiotica, la volontà di dominare l'altro.

A causa di questa volontà di potere non si stabilisce un rapporto d'amore "autentico", ma si stabilisce semmai una unione simbiotica, dove l'uno cerca di dominare l'altro.

In una concezione esistenziale dell'uomo perciò, la volontà di dominio viene non soltanto dallo psichismo, ma anche dall'aspetto spirituale esistenziale, per cui si ha la

possibilità di un potere esercitato su di un altro essere per finalizzarlo a se stesso. Dopo aver perso la possibilità di amare, non resta piacere più grande che esercitare il potere per il potere. Nel film che vedremo il vescovo incarna il potere negativo, assoluto, che annienta e uccide.

Il potere in sé non è affatto un male. Io posso utilizzare questo potere per la mia realizzazione e per la realizzazione dell'altro ; o invece posso utilizzare il potere non per il bene mio e dell'altro, ma solo per il mio egoismo.

Un altro concetto è che **l'amore è un potere attivo e non passivo, è azione e non passione.**

Secondo la teoria personalistica di Antonio Mercurio, nell'essere umano ci sono quattro componenti essenziali : l'Io Fisico - l'Io Psicico - l'Io Persona ed il Se'.

L'IO FISICO racchiude tutto ciò che si riferisce alla percezione di avere un corpo.

L'IO PSICHICO racchiude tutte le istanze della psiche (rapporto madre-bambino : fase preedipica ; rapporto del bambino col genitore dell'altro sesso : fase edipica, ecc.)

L'IO PERSONA rappresenta la parte decisionale di noi stessi. Ogni persona è capace di decidere in libertà per la propria realizzazione o per rimanere invece in un progetto di odio distruttivo e vendicativo.

IL SE' è la parte più profonda della persona, dove sono racchiusi tutti i nostri progetti.

Ripetiamo.

Fromm dice : **“in contrasto con l'unione simbiotica, l'amore maturo è unione a condizione di preservare la propria integrità, la propria individualità”.**

Libertà, autonomia e sicurezza sono collegate e strettamente unite, formano l'integrità dell'Io. Se non c'è la sicurezza personale, non possiamo essere liberi di oscillare tra rapporto di unione e rapporto di distacco. Nel momento in cui dobbiamo affrontare il distacco, se non siamo sicuri non ne saremo capaci. La concretezza massima di questa sicurezza l'abbiamo nella capacità di autonomia dai genitori. Lì dove l'essere umano è capace di essere padre e madre a se stesso, l'essere umano è integro, maturo, sicuro e libero, quindi disponibile per l'altro.

Fromm dice : **“l'amore è un potere attivo dell'uomo, è una capacità di scegliere liberamente”.**

L'amore passione è invece spesso o addirittura quasi sempre legato ad una persona impossibile da raggiungere. L'amore passione non è altro che l'amore verso il padre per la bambina e verso la madre per il bambino, quando nell'infanzia non si è potuto realizzare questo, oppure si ha bisogno di rivivere questo rapporto simbiotico e possessivo per distaccarsene. Attraverso il possesso della madre l'Io del bambino e della bambina si accrescono e si affermano. La bambina, dopo aver vissuto la fase che si chiama preedipica con la madre, cioè quella fase in cui la madre accoglie e accetta la sua bambina nella sua totalità e nella sua femminilità, deve distaccarsi dalla madre e deve possedere il padre, ovvero deve avere quel rapporto esclusivo con lui in cui ella diventa molto importante e valorizzata dal padre. Questa fase viene chiamata edipica.

Se le cose non sono andate come dovevano andare, come si possono risolvere i problemi che ne conseguono ?

Prendiamo ad esempio la situazione della donna che non ha vissuto serenamente il rapporto con il padre. Ella deve prendere consapevolezza di questa sua grossa mancanza e successivamente deve accettare la sofferenza ed il dolore. Vivendo fino in fondo questo, la donna arriva ad una situazione di maggior serenità in se stessa e di disponibilità verso gli altri. Nella misura in cui è possibile, ella si rivive oggi la situazione edipica che non è stata

possibile vivere ieri, la supera e vive la sua vita. La donna ora può chiedere in dono all'uomo l'amore che non ha avuto, abbandonando la pretesa.

La nascita della persona richiede il superamento delle fasi psichiche, cioè il superamento del possesso simbiotico e di quello edipico, dopo averlo realizzato, goduto e integrato.

Alla fase del possesso deve seguire la fase della separazione e del distacco. Il bambino e la bambina devono diventare autonomi, devono possedere in loro tutto quello che è loro essenziale, non devono più dipendere dal padre e dalla madre. Tra l'io di un uomo e il Tu di una donna pienamente maturi, c'è totale alterità. L'uomo deve donarsi perché la donna possa riceverlo attualmente come dono, e la donna deve donarsi perché l'uomo possa riceverla come dono.

L'amore azione, a differenza dell'amore passione, si caratterizza per una fedeltà vissuta come scelta, proprio perché si tratta di un amore che opera, che crea. Colui che ama, crea il partner come persona, ed allo stesso tempo crea se stesso come persona. Anzi, non può creare se stesso come persona se non crea il partner come persona. Qual'è questo concetto di persona? Cosa intendiamo noi quando parliamo di persona?

PERSONA e' colui che si realizza come capacita' di amare se' e di amare gli altri, come capacita' di dare e ricevere amore.

Don Giovanni che entra in rapporto con tante donne senza mai amarne una in particolare, sfugge completamente alla realizzazione della densità di un incontro per disperdersi invece nella molteplicità.

Creiamo l'altro come persona quando vogliamo il bene dell'altro anche a costo di sacrificare il nostro bene particolare. "Particolare" perché, in definitiva, il bene della persona amata non può mai essere contro il nostro bene personale: torna a noi ciò che l'altro ha realizzato per sé.

L'ultimo stadio della realizzazione della persona è il superamento della coppia passando dal rapporto esclusivo Io-Tu al rapporto donativo Io-Tu-Figlio per estendersi al Io-Tu-gli Altri, perché l'amore autentico è sempre fecondo e creativo di nuovi rapporti e di nuove esistenze.

**Conferenza tenuta a S. Martino al Cimino nell'aprile 1998 per una iniziativa del Centro Eunomos, insieme ad altre associazioni, su tematiche della coppia.*

***Psicologa, Psicoterapeuta, co-fondatrice del Centro Eunomos.*

LEZIONE SULL'AMORE - Parte Seconda*

D.ssa Graziella Maria Lopez**

Questa relazione prosegue l'approfondimento delle tematiche sull'amore svolte nello scorso week end, che si ispiravano al libro "Amore e Persona" di Antonio Mercurio.

Prima di addentrarmi nell'esposizione di alcune mie riflessioni ed elaborazioni sulle tematiche dell'amore, voglio riassumervi brevemente come, secondo la Teoria Personalistica Esistenziale di Antonio Mercurio, si struttura l'essere umano.

Nell'essere umano vi sono quattro componenti essenziali.

L'IO CORPOREO: racchiude tutta la nostra realtà biologica.

L'IO PSICHICO : racchiude tutte le istanze psichiche (percettive, affettive, pulsionali), relative alla formazione della struttura della nostra psiche. Queste istanze provengono già dalla fase intrauterina, sono presenti poi successivamente nella fase preedipica (rapporto simbiotico *duale* figlio/a - madre) ed in quella edipica (rapporto di attrazione del bambino/a verso il genitore dell'altro sesso e costruzione di un rapporto *triadico*).

L'IO PERSONA : rappresenta la parte decisionale di noi stessi, in quanto ogni persona è capace di decidere in libertà o per la propria realizzazione o per rimanere in un progetto di odio distruttivo e vendicativo.

IL SE' : la parte più profonda della nostra persona, in cui sono racchiusi i propri progetti di libertà, di sviluppo delle proprie possibilità e la capacità di trasformarsi e di amarsi. E' una fonte inesauribile di energia positiva per la propria vita. Lì c'è la propria verità da scoprire e ciò che è bene per sé.

Viene detto *esistenziale* tutto ciò che si riferisce al Sé e all'Io Persona.

Viene detto *psichico* tutto ciò che si riferisce all'Io Psicico.

Questi quattro principi possono essere utili come riferimento per comprendere le situazioni e i vari passaggi di cui vi parlerò.

Il rapporto di 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 personale di ognuno dei partners, non annulla un partner a beneficio dell'altro, ma consente a ciascuno dei due di sentirsi realizzato nelle sue potenzialità, rispettato nelle sue esigenze.

L'amore è una attività che noi rivolgiamo verso l'altro, non possiamo aspettare passivamente di essere amati.

L'amore è una forza che ci dà il coraggio di essere e dare il meglio di noi stessi. Una delle parti più gratificanti è constatare che la persona oggetto del nostro amore può migliorare se stessa grazie al nostro sentimento di amore e di fiducia nei suoi confronti. Nulla è più spiacevole che amare qualcuno che non vuole crescere mai e che vuole rimanere nelle proprie paure vanificando così la forza del nostro amore.

L'unione simbiotica non rispetta l'integrità e l'individualità di ognuno dei partners, ma è sempre una tensione a rendere prigioniero l'altro, a togliergli la libertà, o mettere l'altro in uno stato di continua totale dipendenza.

L'unione simbiotica è un possesso reciproco, il modello biologico di questa unione simbiotica è la relazione tra la madre e il figlio o la figlia, sia nella fase intrauterina che nei primissimi anni di vita.

E' questa una fase fondamentale per la costruzione della persona, crea i fondamenti per la sicurezza di base.

Successivamente, nel corso del suo sviluppo, il bambino deve vivere una fase di possesso della madre, o del padre se si tratta di una bambina (fase edipica). Questo possesso

del genitore dell'altro sesso gli consente di acquistare sicurezza e di sentirsi valorizzato. In questo senso, le varie fasi del possesso sono necessarie per lo sviluppo del bambino.

La simbiosi ed il possesso si rivivono anche da adulti in un rapporto di coppia, ovvero si ripete quella totale dipendenza che c'è nel modello biologico nel rapporto tra il figlio/a e la madre, in cui ognuno ha assolutamente bisogno dell'altro.

L'amore simbiotico e l'amore passione sono diversi, anche se confusi insieme in uno stesso rapporto.

L'amore simbiotico è quello che ripete la fase prenatale e preedipica, mentre l'amore passione ripete la fase edipica.

L'amore di Don Juan che lo lega alla sua educatrice doña Lucia possiamo supporre che sia amore passione perché rivive in questo rapporto tutto l'amore che ha avuto o che avrebbe voluto avere da sua madre, ma in rivalità col padre. "L'essere Don Giovanni è un fatto che appartiene alla dimensione psichica in cui ci si può perdere o rimanere incastrati senza via di uscita, ma può essere il punto di partenza dopo aver vissuto la possessività e la seduzione, per realizzare il proprio progetto creativo, ovvero amare ed essere amati. Dell'amore possessivo si può rimanere prigionieri se non si decide di raggiungere la verità, la verità che proviene dal sé." (riflessioni dal IV Week End di Cosmo-art della SUR).

Facciamo qualche esempio di amore simbiotico: a volte accade che la madre cerchi di realizzare la fusione non con il marito, ma con i figli e in particolare con il figlio maschio. La madre che cerca di risolvere il problema della propria solitudine legando a sé i figli, non permette la loro crescita.

Questo per due motivi : essendo la madre non matura, non separata lei stessa, non può dare ai figli quello che lei non ha ; inoltre, essendo la madre preoccupata di restare sola, cercherà in tutte le maniere di legare i figli a sé, in particolare il figlio maschio.

Può succedere allora che il figlio maschio, diventato adulto fisicamente ma rimasto infantile a livello affettivo, quando entra in un rapporto con una donna, ripete l'unione simbiotica che ha avuto e che mantiene con la madre.

Ci possono essere due possibilità:

- a) il figlio/a ripete l'unione simbiotica, la vive fino in fondo e se ne libera e raggiunge con l'aiuto del partner la maturità affettiva e la capacità di amare in modo maturo ;
- b) oppure il figlio/a è interessato/a soltanto a ripetere il rapporto affettivo in forma simbiotica e non vuole assolutamente uscirne.

L'uomo di questo secondo esempio, legato profondamente alla madre, sceglierà una donna che è lei stessa profondamente legata al padre o alla madre, così in questa unione nessuno dei due disturba l'altro. La stessa cosa si può dire per una donna nella stessa situazione.

Come abbiamo detto, il possesso è una fase necessaria dello sviluppo, ma il possesso spesso non viene vissuto serenamente dal bambino o perché l'esperienza del possesso non è stata completa e soddisfacente per mancanza di un genitore o perché si è vissuto il possesso in modo distorto. Si pensi ad esempio ad una bambina che perde il padre (per morte o per abbandono, ecc.). Questa, diventata madre, può proiettare la figura del padre nel figlio, stabilendo con lui un rapporto intensissimo di possesso che renderà difficile al figlio il potersi separare per andare verso una donna. In sintesi, il bambino o la bambina, diventati adulti, rispondono al problema del possesso cercando di possedere a propria volta l'altra o l'altro. La soluzione per poter superare il possesso è nel vivere intensamente oggi ciò che non è stato vissuto ieri. Si deve viverlo però in condizioni ottimali. La condizione ottimale è poter vivere il possesso senza senso di colpa. Se l'esperienza del possesso viene vissuta con senso di colpa, non viene goduta e quindi non soddisfa il bisogno del possesso che ci fa sentire valorizzati, ci dà sicurezza e ci fa crescere.

Nel film Don Juan ama doña Lucia, ma il suo amore-passione è avvelenato dal senso di colpa, perché è come se lo rubasse, in quanto doña Lucia è sposata. Non è possibile vivere immediatamente il possesso senza senso di colpa. C'è una gradualità anche in questo.

All'inizio abbiamo un possesso vissuto con senso di colpa, poi viene affermato il diritto al possesso e finalmente il possesso viene goduto. Se noi accettiamo di vivere fino in fondo la nostra possessività e accettiamo di sentirci colpevolizzati, per questo motivo, noi esauriamo sia il senso di colpa che la possessività. Non basta un atto di volontà per non essere possessivi, perché di fatto noi continuiamo ad esserlo. Se invece noi accettiamo di essere possessivi e accettiamo di sentirci in colpa vivendo fino in fondo questa consapevolezza, questo ci porta al superamento della possessività.

L'amore-passione trae origine dalla situazione edipica non risolta., L'amore-passione non è veramente l'amore di un Io verso un Tu, non è veramente amore dell'altro, ma è un amore di se stessi, o un amore dell'amore (Dénis de Rougemont).

Don Juan, spinto dall'amore-passione per doña Ana, non può più vivere senza di lei, non ha più senso vivere perché doña Ana per lui è tutto.

Nell'innamoramento ciascuno ritrova se stesso, ovvero ciascuno ritrova quella parte che stava cercando e di cui ha bisogno per sentirsi integro.

In una coppia che si unisce può scattare l'amore-passione. E' chiaro che in questa situazione non c'è rapporto alla pari uomo-donna, ma è un rapporto misto, uomo-donna, figlio-madre, figlia-padre.

Queste proiezioni si possono vivere per alcuni anni. Finché un giorno le proiezioni vissute, i bisogni soddisfatti, cadono inesorabilmente, e con essi cade inesorabilmente ogni interesse per il partner.

Se la proiezione del padre o della madre su un partner è totale, non è più possibile mantenere il rapporto. Se invece, pur essendo stato attratto da un amore-passione tuttavia è rimasto spazio anche una scelta valida di questo tu, un domani, cadute le proiezioni materne o paterne, questa donna o questo uomo potranno essere interessati a stare ancora insieme.

Per rivivere oggi in coppia quello che non si è avuto ieri, bisogna fare **alcuni passaggi a livello esistenziale**, altrimenti si potrebbe strumentalizzare l'altro. Si strumentalizzo una persona quando la si usa come oggetto per soddisfare i propri bisogni. Ma se si vive il rapporto di proiezione paterna o materna che permette di maturare consapevolmente e si chiede al proprio partner di farci vivere i propri bisogni, allora noi non lo strumentalizziamo. Nella misura in cui si chiede con umiltà, con coraggio e con fiducia al proprio partner l'aiuto, questo è un atto di amore, non è più un atto di strumentalizzazione. La profonda differenza sta tutta qui, nella autenticità del rapporto che si stabilisce con l'altro come persona.

Una volta vissuto il possesso, viene il momento del distacco. A quel punto bisogna necessariamente affrontare la solitudine. Vivendo la solitudine fino in fondo, cioè rinunciando a cercare altre figure paterne o materne, si diventa capaci di amare veramente.

L'amore-azione

L'amore-azione non è una forza che ci trascina e ci costringe ad amare, ma è una scelta che nasce dalla libertà e si esprime attivamente nei confronti della persona amata.

L'amore-azione, in quanto amore autentico, opera e crea. Colui che ama, crea l'altro come persona e nel creare l'altro crea contemporaneamente se stesso come persona al più alto grado.

E' bene a questo punto parlare di cosa intendiamo con il **concetto di persona**. Persona è colui che si realizza come capacità di amare sé e di amare gli altri, come capacità di dare e ricevere amore. La Persona non è non è fine a nessuno, ma solo a se stessa.

Essere capaci di amare vuol dire darsi in dono a qualcuno che possa gioire di questo dono. Ma donare a qualcuno che si ama vuol dire anche donare senza perdere niente, perché quanto io dono mi verrà ridonato. Il Dr. Mickel contagia con la sua fantasia e con il suo ardore la moglie. Ella, dapprima è incredula, un po' spaventata, ma poi si lascia andare, si affida e sperimenta un rapporto nuovo e sconosciuto. Tutto quello che lei riceve, lo può reciprocamente donare al marito, raggiungendo insieme la piena fusione.

E' chiaro che noi diventiamo persona gradualmente, che gradualmente aumentiamo la nostra libertà, la nostra capacità di amare e di essere amati. L'amore-azione non esclude il possesso, ma lo include e lo supera.

Gli ostacoli che possono impedire la disponibilità ad amare sono essenzialmente due :

- 1) nella dimensione psicologica, come già abbiamo visto : l'amore passione e l'amore simbiotico ;
- 2) nella dimensione esistenziale : l'egoismo, cioè mancanza di disponibilità di aprirsi all'altro, cioè a donarsi.

Il primo ostacolo cioè la mancanza di disponibilità psichica, è presente in ogni coppia, in coppia ci sono sempre delle zone oscure che sfuggono alla disponibilità, perché sono possedute dalle immagini parentali o del padre o della madre.

Nella dimensione esistenziale dobbiamo rinunciare ai limiti individualistici ed egoistici del nostro Io. Ciò si attua ad esempio quando bisogna accettare che il partner vive la libertà di essere se stesso anche quando questa libertà può entrare in contrasto con i nostri bisogni.

Tutti i rapporti di coppia presentano dei problemi, ma la volontà di risolverli è la prova più grande di amore.

L'amore maturo presuppone la fedeltà. La fedeltà può nascere solo da una situazione di libertà personale, di maturità e di autonomia personale. La fedeltà è quell'impegno ad essere fedeli profondamente a se stessi e all'altro e a non fuggire dinanzi alle difficoltà. Per avere un rapporto al più alto livello con l'altro è necessaria la fedeltà, altrimenti ad ogni intralcio, ad ogni difficoltà ad incontrare l'altro si potrebbe essere tentati di fuggire. La fedeltà qui non è intesa nel senso di un valore a se stante, ma è intesa come la forza che ci rende capaci di restare all'interno di un progetto che è quello di realizzarsi come persona al più alto livello possibile, insieme al proprio partner. Qui la fedeltà è strettamente ancorata alla libertà.

La fedeltà al progetto comune può richiedere la presenza di "divergenze" per una maggiore realizzazione personale. Questa divergenza, che spesso porta anche delle sofferenze all'interno di una coppia, è necessaria in quanto porta ad una convergenza ad un livello più alto. Nella vita di una coppia vi sono infinite divergenze. Un esempio di divergenza può essere quello di una donna che in un periodo della sua vita sente il bisogno di uscire dalla famiglia per una propria realizzazione personale (un lavoro, degli studi, un hobby...) e così anche per l'uomo.

L'amore autentico è tale per cui nel momento in cui l'altro ha bisogno del nostro dono, sappiamo rinunciare a noi stessi e sappiamo donarci totalmente a un Tu. Il bene della persona amata non può mai essere contro il nostro bene personale. Torna a noi ciò che l'altro ha realizzato per sé.

L'ultimo stadio della realizzazione della persona è il superamento della coppia, passando da un rapporto esclusivo della coppia, al rapporto donativo verso i figli e infine a un amore circolare che include anche gli altri.

**Conferenza tenuta ad Anzio nel novembre 1998 per una iniziativa del Centro Eunomos, insieme ad altre associazioni, su tematiche della coppia.*

***Psicologa, Psicoterapeuta, co-fondatrice del Centro Eunomos.*