

EDUCARE ALL'AMORE

Aspetti psico-pedagogici

LORENZO MACARIO

1. Alcune considerazioni preliminari

Premetto alcune considerazioni di natura piuttosto generale per aiutare a meglio comprendere il taglio di questa riflessione.

1.1 *Ogni vita è vocazione*

Ogni uomo che nasce è portatore di una sua missione. Nasce con dentro di sé una forte tensione a svilupparsi, a crescere, a raggiungere la capacità di essere uomo, di vivere da uomo, di vivere, cioè, nella razionalità e libertà.

In un documento molto impegnativo e oggetto di attenzioni e studio a livello internazionale Paolo VI parla dello sviluppo dei popoli. Prima, però, di parlare delle condizioni dello sviluppo delle nazioni e dei popoli, il Papa si rivolge ai singoli e scrive: "Nel disegno di Dio ogni uomo è chiamato ad uno sviluppo, perché ogni vita è vocazione. Fino dalla nascita è dato a tutti in germe un insieme di attitudini e di qualità da far fruttificare: il loro sviluppo, frutto ad un tempo dell'educazione ricevuta dall'ambiente e dello sforzo personale, permetterà a ciascuno di orientarsi verso il destino propostogli dal suo Creatore.

Dotato di intelligenza e di libertà, egli è responsabile della sua crescita, così come della sua salvezza. Aiutato, e talvolta impedito, ciascuno rimane, quali che siano le influenze che si esercitano su di lui, l'artefice della sua riuscita o del suo fallimento" (*Populorum Progressio*, n. 15).

Giovanni Paolo II, a sua volta, specifica la natura di questa

vocazione. Si legge nella Esortazione Apostolica *Familiaris Consortio*: “Dio ha creato l’uomo a sua immagine e somiglianza: chiamandolo all’esistenza per amore, l’ha chiamato nello stesso tempo all’amore.

Dio è amore e vive in se stesso un mistero di comunione personale d’amore. Creandola a sua immagine e continuamente conservandola nell’essere, Dio iscrive nell’umanità dell’uomo e della donna la vocazione, e quindi la capacità e la responsabilità dell’amore e della comunione. L’amore è, pertanto, la fondamentale e nativa vocazione di ogni essere umano.

In quanto spirito incarnato, cioè anima che si esprime nel corpo e corpo informato da uno spirito immortale, l’uomo è chiamato all’amore in questa sua totalità unificata. L’amore abbraccia anche il corpo umano e il corpo è reso partecipe dell’amore spirituale.

La Rivelazione cristiana conosce due modi specifici di realizzare la vocazione della persona umana, nella sua interezza, all’amore: il Matrimonio e la Verginità. Sia l’uno che l’altra, nella forma loro propria, sono la concretizzazione della verità più profonda dell’uomo, del suo ‘essere ad immagine di Dio’” (F.C., n. 11).

Amore e comunione sono due parole che vengono costantemente coniugate nel linguaggio di Giovanni Paolo II.

1.2 *Ogni vita è vocazione: vocazione all’amore*

Il linguaggio attuale in tema di amore è molto spesso equivoco, usa termini simili con significati diversi. Per molte persone amore indica un sentimento, un atteggiamento spontaneo carico di sfumature diverse. Quando una persona viene presa dal sentimento trova difficile gestire quanto avverte dentro di sé, e pensa che la cosa più giusta e personale sia quella di accettare e di lasciarsi trascinare da quella forza che si può avvertire come ineludibile.

L’uomo può diventare schiavo di un sentimento; può non rendersi padrone di questa forza per orientarla al servizio di quel disegno che Dio ha su di lui. Il sentimento sta diventando la re-

gola del vivere. Quando si parla di amore, quindi, molti intendono parlare di un sentimento che occupa il cuore, che sorge improvviso di fronte a una persona ed esige di essere accolto e soddisfatto, che diventa il padrone della persona e la conduce a scelte e a decisioni di un certo peso.

L'amore viene percepito, sperimentato anzitutto come un sentimento. È, però, un sentimento da coltivare, da educare. È un sentimento fondamentale nell'esperienza umana. Si legge nell'Enciclica *Redemptor Hominis* di Giovanni Paolo II: "L'uomo non può vivere senza amore. Egli rimane per se stesso un essere incomprendibile, la sua vita è priva di senso, se non gli viene rivelato l'amore, se non s'incontra con l'amore, se non lo sperimenta e non lo fa proprio, se non vi partecipa vivamente. E perciò appunto Cristo Redentore... rivela pienamente l'uomo all'uomo stesso... L'uomo che vuole comprendere se stesso fino in fondo non soltanto secondo immediati, parziali, spesso superficiali, e perfino apparenti criteri e misure del proprio essere deve, con la sua inquietudine e incertezza ed anche con la sua debolezza e peccaminosità con la sua vita e morte, avvicinarsi a Cristo" (n. 11).

È l'essere umano la ricchezza del mondo. È il giovane nella sua storica concretezza la prima e fondamentale via attraverso cui passa l'amore dei genitori, passano i valori, passa l'intera storia della vita personale e sociale.

"L'uomo, nella sua singolare realtà (perché è 'persona')", continua Giovanni Paolo II, "ha una propria storia della sua vita, e soprattutto una propria storia della sua anima. L'uomo che conformemente all'interiore apertura del suo spirito ed insieme a tanti e così diversi bisogni del suo corpo, della sua esistenza temporale, scrive questa sua storia personale mediante numerosi legami, contatti, situazioni, strutture sociali, che lo uniscono a altri uomini, e ciò egli fa sin dal primo momento della sua esistenza sulla terra, dal momento del suo concepimento e della sua nascita. L'uomo, nella piena verità della sua esistenza, del suo essere personale e insieme del suo essere comunitario e sociale nell'ambito della propria famiglia, nell'ambito di società e di contesti tanto diversi, nell'ambito della propria nazione, o

popolo (e, forse, ancora del suo clan o tribù), nell'ambito di tutta l'umanità quest'uomo è la prima strada che la Chiesa deve percorrere nel compimento della sua missione: egli è la prima e fondamentale via della Chiesa" (n. 14).

Per questo motivo la costruzione e continua ricostruzione della propria identità nell'amore e con l'amore è per ogni uomo un dovere, un impegno di assoluta priorità. "L'uomo non può rinunciare a se stesso, né al posto che gli spetta nel mondo visibile; non può diventare schiavo delle cose, schiavo dei sistemi economici, schiavo della produzione, schiavo dei suoi propri prodotti" (n. 16).

1.3 L'uomo non può vivere senza un altro uomo

Nel racconto biblico dell'origine dell'uomo si legge un particolare di grande importanza: "l'uomo non trovò nessun essere simile a sé che gli fosse di aiuto" (Gn. 2,20). Questo sta ad indicare, pur nella fantasia del racconto, come la completezza dell'uomo non sta nel suo dominare le cose e sentirsi al centro dell'universo, quanto nel trovarsi con qualcuno che gli sia simile.

È il bisogno di confrontarsi, di rispecchiarsi in qualcuno che come lui possiede le stesse qualità e gli stessi desideri. È avvertire che tutta la propria grandezza e potenza non servono a nulla se non trovano l'occasione di esprimersi e di rivelarsi in chi può recepire e valorizzare il dono, il proprio dono.

Da solo, l'uomo non vale nulla, non trova nessun elemento di crescita, si chiude in se stesso e diventa sterile e affievolisce, muore. La natura stessa mostra come la vita nasce dall'incontro di due esseri uguali e diversi, e questa diventa la regola essenziale della vita umana, non solo sul piano biologico ma su quello totale.

2. Il significato dell'amore nei processi educativi

L'amore da sentimento, da desiderio a decisione, ad impegno. La nativa vocazione dell'essere umano, dice Giovanni Paolo II, è

quella di amare tutte le persone. Questo significa che ognuno deve cercare di fare per ogni altra persona con la quale interagisce tutto quello che può per promuoverne la crescita e la felicità.

Tuttavia, non posso entrare in una reale relazione d'amore con chiunque. Devo, quindi, decidere, educare a decidere e questa dovrebbe essere una scelta attenta a chi ed a quale livello di impegno desiderare di offrire il proprio amore.

Tale decisione impegna, per libera scelta, alla felicità, alla sicurezza ed al benessere della persona che si ama. Sentirò, mi sentirò impegnato a fare tutto quello che posso per aiutare quella persona a costruire, a realizzare i suoi sogni, le sue aspirazioni, il disegno che Dio ha su di lei.

È, precisamente, questo l'impegno che io mi assumo quando offro il mio amore. Quando mi domando che posto abbia l'amore nella mia vita, devo anche chiedermi se c'è qualche persona la cui crescita e felicità mi sta a cuore quanto la mia stessa, e, in alcuni momenti, anche di più. Se è così, l'amore è realmente entrato nella mia vita; *da sorgente è diventato guida e norma delle mie scelte.*

Posso anche arrivare a chiedermi e a fare chiedere all'altro se c'è una persona o una causa per la quale io possa offrire la mia vera vita. Gesù ha detto che questo è l'amore più grande: "Nessuno può dare una prova più grande di amore di colui che dà la sua vita per i suoi amici" (Gv. 15,13).

Per rendere più chiara, ai fini di un intervento educativo, la mia riflessione, voglio ora indicare alcune condizioni dell'impegno dell'amore.

2.1 Ascolto

Ovviamente il mio impegno ad amare si traduce in un ascolto attento e partecipe. Io voglio essere veramente tutto quello che tu vuoi che io sia per te, fare qualunque cosa della quale tu hai bisogno; desidero dire qualunque cosa possa promuovere la tua felicità, la tua sicurezza ed il tuo benessere. Per scoprire i tuoi bisogni, devo essere attento, affettuoso e disponibile sia a ciò che dici, sia a quello che tu non riesci a dire. Tuttavia, la decisione finale riguardo all'"oggetto d'amore" deve essere mia.

Questo significa che *l'educazione all'amore può essere educazione ad un amore "pensato", illuminato dalla ragione e non solo spinto, attrazione, forte desiderio, tenerezze e carezze.*

Tu potresti chiedermi un altro bicchiere quando sei già alticcio, o potresti chiedermi di unirmi a te in qualche inganno. Naturalmente, se io ti amo veramente, dovrò rispondere con un chiaro e deciso "No!" a queste richieste. Se tu sei avviato, o mostri di volerti incamminare verso qualche tipo di autodistruzione, ricorrendo alla costante ribellione, alla persistente pigrizia, alla mancanza di rispetto alla tua dignità personale, alla tua salute psichica e fisica, tu troveresti in me un amore fermo e deciso, che si esprimerebbe nell'impedirti di continuare su quella strada. Non troveresti certo un alleato o un debole che per non perdere affetto e sorriso, permetterebbe la tua progressiva distruzione.

Ma, quando è necessario, il mio amore sarà anche "tenero". Se tu hai tentato di fare qualcosa, se hai provato a impegnarti, se hai lottato per il bene e poi hai fallito, e se hai bisogno di sentirti stringere una mano nei momenti di difficoltà, tu puoi contare su di me. Il mio amore si esprime con l'essere presente, con l'esserci.

In un processo educativo e in una relazione di amore, tuttavia, può succedere di interpretare male, qualche volta, e fraintendere bisogni dell'altro. E, allora, non far giungere il vero amore. Ma ognuno deve sapere che la decisione è e rimane certamente quella di amare, e l'impegno è per una felicità reale e duratura dell'altro. Il costante impegno è quello di trovare ragioni ravvicinate per mettere in sintonia la felicità propria con quella altrui. Questo è amore. È ripetendo questo esercizio di sintonizzazione che si cresce nell'amore.

Ognuno dovrebbe dire, ma soprattutto lo dovrebbe dire ogni educatore: "io sono dedicato alla tua crescita e alla tua completezza personale; se dovessi sbagliare con te, per mancanza di fiducia o a causa della mia eccessiva debolezza, per favore dimentica, cerca di riconoscere la mia intenzione, e sappi che io cercherò di fare ancora meglio".

2.2 Il vero amore è gratuito e incondizionato

Non esiste una terza possibilità: *l'amore è o condizionato o incondizionato gratuito o ricompensato*. O la mia decisione di amarti è legata a delle condizioni, oppure non lo è. Tuttavia, a qualunque livello io stabilisca queste condizioni, io non ti amo veramente. Sto soltanto offrendoti uno scambio; non ti sto facendo un dono; tutt'al più ti faccio un prestito. Un amore vero è e deve sempre essere un dono elargito liberamente e gratuitamente. La mia vita è dono dell'amore di Dio. All'origine del mio esistere c'è un atto di amore. Questo dono è per sempre; Dio non lo riprende perché pentito del suo gesto, oppure perché io non lo apprezzo più, lo trascuro.

Così il dono del mio amore significa questo: io voglio condividere con te qualunque cosa buona che ho. Non devi vincere una gara o dare prova di meritare questo dono. Non è questione di meritare il mio amore. Non voglio avere né dare l'illusione che entrambi siamo le persone migliori che esistono al mondo. Non do nemmeno per scontato che, di tutte le persone che ci sono, noi siamo le più compatibili, le più adattabili e sintonizzabili. Io sono certo che in qualche posto potrebbe esserci qualcuno che saprebbe fare meglio sia per me che per te. Tuttavia non è questo l'essenziale. Il punto cruciale è che io ho scelto di farti dono del mio amore e tu hai scelto di amare me. Questo è l'unico terreno nel quale l'amore può crescere: "facciamolo insieme!".

L'amore gratuito e incondizionato corrisponde ad una delle più profonde aspirazioni, non solo del bambino, ma di ogni essere umano; d'altra parte, sentirsi amato per i propri meriti, perché uno è degno, lascia sempre qualche dubbio; potrebbe essere che io non piaccia più alla persona dalla quale desidero essere amato, oppure potrebbe essere questo o quell'altro il motivo per cui ho paura di non meritare più; c'è sempre il recondito timore che l'amore possa scomparire. Inoltre, l'amore "meritato" lascia facilmente l'amara sensazione che uno non sia amato tanto per se stesso, ma che uno sia amato solo perché piace, che uno sia, in ultima analisi, non amato ma piuttosto usato.

2.3 Il messaggio dell'amore gratuito

Il messaggio principale dell'amore gratuito è rappresentato dalla liberazione: tu puoi essere qualunque cosa, manifestare tutti i tuoi pensieri e tutti i tuoi sentimenti con assoluta fiducia. Non devi vivere con il timore che l'amore ti venga tolto. Non sarai punito per la tua apertura o per la tua onestà. Non c'è un prezzo d'ingresso per il mio amore; niente pedaggi o pegni da pagare. Potranno esserci certamente giorni nei quali il disaccordo o delle emozioni disturbanti potranno intervenire nel nostro rapporto. Ci saranno forse giorni nei quali avvenimenti di natura fisica o psicologica renderanno difficile il cammino, la comprensione e perfino la vicinanza. Ma io ti ho dato la mia parola di impegno. Voglio dare alla mia vita una certa direzione. Non ho intenzione di recedere mai dalla parola che ti ho dato. Quindi sentiti libero di essere te stesso, di potermi manifestare sia le tue reazioni negative che quelle positive, sia i tuoi sentimenti di calore che di disappunto. Io non posso prevedere sempre le mie reazioni o garantire la mia forza d'animo; ma di una cosa sono certo e voglio che tu la sappia: io non ti rifiuterò mai! Io sono impegnato a favorire la tua crescita e a collaborare alla tua felicità. Ti amerò comunque.

2.4 Amore gratuito e crescita personale

Non esiste nient'altro al di fuori di un amore gratuito che sia in grado di espandere l'animo umano, di elevarne il potenziale di crescita, o condurre una persona al più completo possesso della sua vita.

Per tanto tempo, nonostante il diffondersi del Sistema Preventivo, molti educatori si sono attardati a credere che le correzioni, la critica e le punizioni stimolassero le persone a crescere. Hanno razionalizzato tutti questi modi distruttivi per realizzare la infelicità ed incompletezza di molti giovani. Recenti ricerche hanno evidenziato che l'80% dei carcerati è stato maltrattato da bambino. Solo recentemente gli studi sul comportamento hanno evidenziato che l'amore incondizionato e gratuito è l'unico terreno nel quale il seme di un essere umano può crescere.

Naturalmente, la libertà e la razionalità sono fattori essenziali nella vita di ogni essere umano. Ognuno deve dire il suo "sì" alla crescita e all'onestà. Ma ci sono delle condizioni. Ed una di esse è che qualcuno deve autorizzarmi a credere in me stesso e ad essere me stesso. E solo qualcuno che mi ama gratuitamente può farlo.

Quando penso all'amore condizionato, immediatamente penso ai genitori e agli educatori manipolativi. Penso ai genitori che elargiscono ai loro bambini affetto e riconoscimento solo quando certe condizioni vengono assecondate: quando il bambino riporta buoni risultati a scuola, obbedisce agli ordini impartiti, rende i suoi genitori fieri di lui e così via. Penso a quei coniugi che fanno la stessa cosa tra di loro. Sono i giochi ai quali si dedica la maggior parte di quelle persone che devono comprarsi il diritto di vivere, di esistere. Baci e abbracci quando la casa è pulita; manifestazioni di tenerezza, di comprensione come risposta alla puntualità o ad un bel pranzo. Le scale di valutazione psicologica spesso mostrano quanto l'amore sia condizionato: è uno scambio, un contratto reciproco, non un dono gratuito.

Spesso, inoltre, trascuriamo una forma più sottile di amore condizionato: il "condizionamento operante", di cui parlano gli psicopedagogisti di orientamento comportamentista. Gli educatori danno a coloro che vogliono manipolare appropriate indicazioni su come vogliono che essi siano con loro. Assegnano loro una identità scelta da essi. Li dipingono in una piccola cornice di vita, permettendo loro di essere solo quello che gli educatori hanno deciso che dovrebbero essere.

L'amore gratuito, invece, è liberatorio. Esso dà a colui che ne è oggetto la libertà di essere autentico e reale. Il condizionamento operante lascia a colui che ne è oggetto solo la libertà di essere conforme a quanto già prescritto e deciso.

L'amore gratuito non richiede nessun biglietto di ingresso. L'amore viene dato liberamente. È il dono del genitore per il figlio, del ragazzo per la ragazza, del coniuge per il coniuge. Non ci sono clausole o riserve, non firme in fondo al contratto. L'amore è il più puro e semplice dei doni.

La maggior parte delle persone, invece, vuole essere rassicu-

rata che il proprio amore non richiede garanzie. L'amore gratuito dice esattamente il contrario: "prendi me, e prendi il mio amore in pegno".

2.5 Dare e ricevere amore

Quando parliamo del tipo di amore che vorremmo ricevere, la maggior parte di noi desidererebbe chiaramente sottolineare e specificare che questo dovrebbe essere anzitutto gratuito, anche se impegnativo e reciproco.

Io non voglio essere amato per quello che posso fare per te o perché corrispondo alle tue aspettative. Io non voglio svilupparmi secondo i tuoi tempi e ritmi. Io voglio che tu mi ami per il bene e per il male, nella malattia e nella salute, nei momenti buoni ed in quelli difficili, nella ricchezza e nella povertà, senza condizioni. Io non devo dover vendere la mia persona per poter comprare il tuo amore.

Tuttavia, quando noi parliamo del tipo di amore che vorremmo dare, non è tutto così chiaro. La maggior parte di noi vuole avere delle garanzie nel caso che le cose non funzionino bene. Nel dare la mia parola e nel promettere fedeltà incondizionata a quella parola c'è sempre qualche piccolo o grande timore. Vogliamo lasciare una porta posteriore aperta, una via di scampo. È molto più facile essere una farfalla leggera, che svola di fiore in fiore. È molto più difficile restare ancorati ad un impegno incondizionato. Sembra molto meno minaccioso viaggiare con una tenda che costruire una casa stabile e permanente.

2.6 L'impegno sempre anche nella paura e nel timore

Di che cosa abbiamo paura promettendo un amore incondizionato e gratuito? Certamente ci sono molte incognite. Io penso quasi sempre ai matrimoni dove due persone fanno un meraviglioso atto di fiducia reciproca su se stessi quando promettono che nulla avrà il potere di separarli. Quando essi fanno le loro promesse, certamente fanno almeno qualcosa di quello che un simile impegno comporta. Ci saranno giorni nei quali il desiderio di teneri sentimenti verrà meno, quando la decisione di

fedeltà reciproca verrà messa alla prova. Ci saranno lunghi e grigi giorni nei quali le ricompense dell'amore sembreranno lontani ricordi o fatue speranze. Eppure essi hanno il coraggio di dire davanti al mondo intero: "fin quando io vivrò... sarò il tuo uomo...la tua donna".

È una vera professione di appartenenza, un impegno di vita, una scelta che cambierà due vite e unirà due persone per sempre nell'amore.

Quando una coppia si scambia gli anelli nel giorno del matrimonio, io penso al simbolismo. Il cerchio dell'anello è il simbolo dell'amore senza fine. Ci sono ovviamente, altri giovani che manifestano scetticismo nei confronti del matrimonio, sostenendo che questo è solo "un pezzo di carta". Io provo molta compassione quando sento queste cose, poiché presumo che queste persone non hanno mai avuto la possibilità di sperimentare un amore impegnato ed incondizionato. Ma mi sento anche molto rattristato poiché vedo che questa, insieme alla verginità consacrata, è l'unica professione pubblica di amore incondizionato, a servizio della comunione, che ancora esiste nella nostra società.

Ci sono anche delle persone dubbiose. Per queste provo una reale simpatia. Come in molte altre questioni del genere, l'esperienza sembra essere al centro del problema. Noi tendiamo a generalizzare partendo dalla nostra personale esperienza. Se io non ho mai fatto esperienza dell'amore incondizionato, nel contesto dell'amore gratuito — sia come colui che lo dà che come colui che lo ha ricevuto — tendo a dubitare della sua esistenza. Non riesco a credere a coloro che sostengono di aver fatto quella esperienza. D'altro canto, se io ho sperimentato, almeno una volta con certezza, un amore incondizionato, non ho bisogno di ulteriori spiegazioni o prove.

2.7 La paura che pervade il rapporto

Forse la più penetrante di tutte le paure è che il mio impegno all'amore incondizionato potrebbe rivelarsi pericoloso o trasformarmi in un essere passivo provocando un senso di separazione nella mia identità. Io temo di dover rinunciare ai miei interessi

individuali e gusti personali. Infatti, se queste paure si concretizzano, non può instaurarsi alcuna relazione d'amore perché una relazione presuppone la partecipazione di almeno due persone.

È vero, l'amore incondizionato e gratuito non dovrebbe essere concepito come la trasformazione di due isole in un solo pezzo di terraferma. Una relazione d'amore dovrebbe essere piuttosto come due isole che rimangono separate e distinte, ma le cui rive sono bagnate da comuni e condivise acque d'amore.

Si potrebbe quasi dire che l'amore consiste in questo: due solitudini si proteggono, si toccano e si salutano a vicenda. Una persona può annullare la propria identità a favore di un altro indipendentemente dal rispetto per se stessa o indipendentemente dalla necessità di approvazione, ma uno non può farlo in nome dell'amore vero.

Più precisamente, amare te non significa che io cessi di amare me stesso. Al contrario, l'idea che io non possa amare senza amare me stesso è universalmente accettata dagli psicologi. Coloro che non amano se stessi sono tristi, perseguitati da un costante senso di vuoto che cercano in ogni modo di riempire. Come una persona che soffre per un doloroso mal di denti, non può fare a meno di pensare solo a se stessa ed essere costantemente alla ricerca di un dentista, o di qualcuno che sia in grado di farla sentire meglio. Se non amo me stesso, posso solo usare gli altri; non posso amarli.

Un figlio non potrà mai essere una abdicazione del proprio genitore. Il genitore non potrà mai dimettersi dal suo ruolo. Il partner non potrà mai essere l'abdicazione del proprio partner. Un partner potrà dare la sua vita senza amore, ma non potrà mai negare la sua identità come persona. Uno potrà cercare di essere quello che l'altro ha bisogno che sia, di fare quello che ha bisogno che venga fatto, di dire qualunque cosa abbia bisogno di sentire. Nello stesso tempo può essere impegnato in una onesta ed aperta relazione d'amore.

Come parte del proprio dono d'amore, una persona offrirà sempre i suoi pensieri, le sue preferenze, e tutti i suoi sentimenti, anche quando penserà che essi potrebbero essere spiacevoli o perfino potrebbero ferire i sentimenti dell'altro. Se noi siamo reciprocamente impegnati nella onestà totale e nella totale di-

sponibilità, la nostra relazione non sarà mai vischiosa, caratterizzata da richieste sibilline, da sentimenti repressi, da emozioni spostate, reazioni adolescenziali delle quali non abbiamo il coraggio di parlare. Ma se non siamo d'accordo sull'onestà e sulla disponibilità, non saremo mai sicuri l'uno dell'altro. La nostra relazione sembrerà più una sciarada che una reale rappresentazione della vita.

2.8 *Io ti prometto una persona*

Infine, con il mio impegno di amore gratuito e incondizionato io ti prometto una persona, non un pezzo di stucco, un vaso di cristallo che riempie il vuoto di una stanza. Una "persona" significa che anche io ho dei diritti, così come delle responsabilità. Ho il diritto, ad esempio, di manifestare i miei pensieri ed i miei sentimenti, di avere le mie preferenze e la libertà di seguirle. Ho anche un'area di scelta personale che è solo mia, e io devo insistere per mantenerla riservata a me stesso. Prendere autonomamente delle decisioni assumendosene la responsabilità è una delle componenti essenziali del processo di maturazione umana. Naturalmente, io non prenderò mai da solo decisioni che ci coinvolgono entrambi, ma ci sono decisioni che io devo prendere da solo e in prima persona. Esse comprendono i diritti inerenti all'essere una persona, e io devo affermare questi diritti ed esigere che tu li rispetti. Certamente potrai trovare in me una persona con la quale scontrarti. Naturalmente, tu hai una corrispondente serie di diritti, ed io cercherò di essere molto attento nel rispettarli. Io non rispetterò solo i tuoi diritti, ma mi aspetto da te che tu eserciti la tua personalità affermando questi diritti ed esigendo che io li rispetti.

E per favore abbi il coraggio di dirmi in ogni momento quello che pensi e quello che senti. Io non ho i raggi X per conoscere i tuoi pensieri e i tuoi sentimenti reconditi. Non posso indovinare le tue preferenze. Devi dirmele. Fare supposizioni è un gioco pericoloso. Non pensare di amarmi giocando al camaleonte o costringendo te stesso ad arrotolarti per formare una ciambellina cercando di piacermi. Se lo fai, probabilmente mi stan-

cherò di te o mi annoierai. Certamente io mi sentirò spronato da te e dalla tua relazione.

Infine, non posso lasciare che tu mi usi o mi manipoli. Noi dobbiamo amare le persone ed usare le cose. Io sono una persona, non una cosa. Permetterti di usarmi non sarebbe un atto d'amore, sia verso di me che verso di te. Per favore cerca di comprendere che io non sarò mai tuo giudice. Io non lo sono adesso e non sarò mai capace di leggere le tue intenzioni. Io posso sapere le tue intenzioni solo chiedendotele. Ma io non permetterò mai ai tuoi sbalzi d'umore o alle tue lacrime di compromettere la mia comunicazione. Se io sospetterò di te, mi confronterò con te manifestandoti i miei sentimenti. Se io mi sentirò urtato da qualcosa che tu hai detto o hai fatto, io dirò: "quando tu mi confermi, mi consoli o ti congratuli con me, io ti manifesterò sempre la mia gratitudine. Il me stesso che diventerà tuo sarà una versione inedita ed integrale".

Io sono attore protagonista, non semplice reattore. Questo significa che io devo sempre decidere come dovrò agire. Non posso mettere questa responsabilità nelle tue mani. Io cercherò di combinare per quanto possibile il tatto e la gentilezza con la mia onestà e la mia disponibilità, ma non potrò mai permettere di venire manipolato in un compromesso, sia nella condotta che nelle parole. I miei pensieri ed i miei sentimenti non sono a noleggio. Io non sarò mai usato.

Tra le tantissime e svariate cose che l'amore ci potrebbe chiedere non ci chiederà mai di essere degli zerbini o persone compiacenti in modo ossessivo o fautori della pace ad ogni costo. Il primo dono dell'amore è l'offerta della parte più onesta di se stessi attraverso l'onesta rivelazione di se stessi.

3. Le dinamiche dell'amore

3.1 Tre stadi dell'amore

Nel processo d'amore ci sono tre stadi o fasi importanti:

(1) Cordialità, misericordia: la calorosa assicurazione che "io sto dalla tua parte; ho cura di te".

(2) Incoraggiamento, sostegno: una forte conferma della tua forza e della tua autosufficienza.

(3) Stimolo, lancio: una amabile ma decisa esortazione ad agire.

È stato detto che amare è un'arte e questo significa che non ci sono formule scientifiche che applicate diano la garanzia di risultati certi. Si deve mantenere una costante consapevolezza della situazione relazionale e cercare di stabilire che cosa è necessario, quando è opportuno fare una cosa, e quanto intervenire nella direzione scelta. Proprio come un artista che mescolando i vari colori agli oli cerca di ottenere alcuni effetti desiderati, allo stesso modo l'artista dell'amore deve intuire quando c'è bisogno di maggiore gentilezza, incoraggiamento, o più incitamento. E non è mai facile.

3.1.1 *Cordialità, misericordia*

Qualcuno ha saggiamente osservato che alle persone non interessa tanto ciò che sapete quanto piuttosto sapere ciò che vi interessa.

Sono certo che questo è il fondamento dell'amore: un interesse esplicito per la felicità di colui che è oggetto d'amore ed una sincera affermazione del valore dell'amato. Costruire una relazione su ogni altro fondamento significa costruire sulla sabbia.

Io devo sapere che tu realmente vuoi la mia felicità e la mia crescita, che tu sei realmente "per me", o io non mi aprirò mai ad una relazione con te.

Io devo comprendere che tu per me sei una persona e non solo una cosa. Io devo sapere che non sono semplicemente "un caso" da trattare, o "un problema" da risolvere. E così, la prima cosa che l'amore deve fare è comunicare queste tre cose: io sono realmente interessato a te; io voglio realmente la tua felicità; farò tutto il possibile per assicurartela. Tu sei una persona unica nel suo valore.

Devo sapere che il tuo cuore è accanto al mio, che sei benevolo nei miei confronti.

3.1.2 *Incoraggiamento, sostegno*

Per molto tempo nella mia vita, mi fa piacere ammetterlo, ho pensato che l'amore consistesse nel compiere atti di gentilezza, di benevolenza nei confronti degli altri. Anche io sono stato vittima della illusione che fare per gli altri cose che avrebbero potuto o voluto fare da soli fosse veramente amore; è un aspetto dell'amore; è l'inizio dell'amore; è la spinta all'amore. Se le persone erano dolorosamente schive, io le spingevo all'azione, salvandole dall'angoscia di una scelta consapevole e decisa autonomamente. Per l'indeciso, io ero un forziere pieno di risposte. Qualunque persona che mi sottoponesse un problema veniva immediatamente ricompensata con una soluzione istantanea. Io non ho mai permesso agli altri di sforzarsi abbastanza per ottenere una vittoria per se stessi o con le loro sole forze.

Gradualmente una verità si è fatta strada dentro di me. Il chiarimento è cominciato quando qualcuno mi ricordò un vecchio proverbio cinese: "dai ad un uomo un pesce ed egli potrà mangiare per un giorno; insegnagli a pescare ed egli potrà mangiare per tutta la vita". Ho incominciato a fare anch'io quello che i miei nonni e i miei genitori avevano fatto con me e i miei fratelli: insegnare ad assolvere i propri doveri ed impegni.

L'applicazione era ovvia. I dubbiosi, gli indecisi, quelli in conflitto con se stessi possono darci il benvenuto o perfino invitarci ad occuparci di loro. Possono persino dire "io non posso" quando essi intendono in realtà "io non voglio tirare fuori ciò che è necessario". Essi possono escogitare e mettere in atto diverse forme di manipolazione per approfittare della stabilità, della decisione o dell'assertività degli altri.

E noi persone medie siamo tentate. Siamo molto vulnerabili, infatti, a questo tipo di manipolazione; è immediatamente molto gratificante dire "naturalmente, lo farò io per te", oppure offrire il proprio aiuto, il proprio consiglio: "quello che hai bisogno di fare è questo...".

La risposta giusta in questi casi normalmente fornisce una gratificazione meno immediata. "Oh sì coraggio; tu puoi farlo... Io penso che ce la puoi fare; hai una ottima intelligenza e sei cer-

tamente in grado di prendere decisioni. Che cosa pensi che sarebbe meglio fare?”.

Quando noi cediamo e permettiamo agli altri di essere soltanto persone per procura, noi li costringiamo in qualche modo ad aver bisogno di noi. Essi devono passare attraverso di noi per poter fare ciò che devono e per vedere risolti i loro problemi. Sviluppiamo clientele di persone deboli che hanno bisogno di un punto di riferimento; li addestriamo a diventare dipendenti da noi. Questo non è assolutamente amore.

Una delle caratteristiche più difficili da accettare dell'amore vero è che esso è liberatorio. L'amore offre ad una persona “radici” (senso di appartenenza) ed ali (senso di indipendenza e di libertà). Quello di cui le persone hanno realmente bisogno è di credere in se stesse, di avere fiducia nella propria capacità di affrontare i problemi e di saper cogliere le opportunità che la vita offre. Questo è quello che si intende come secondo stadio dell'amore: incoraggiamento.

Incoraggiare significa metter il coraggio dentro. Consiste nell'instillare nel recipiente una nuova e piena consapevolezza dei suoi poteri, della sua forza e della sua autosufficienza. L'incoraggiamento dice: Tu puoi farcela!

3.1.3 *Stimolo, lancio*

Lo stadio finale dell'amore è lo stimolo, il lancio nell'azione. Dopo aver comunicato fiducia, serenità, sicurezza attraverso la benevolenza (“io sono dalla tua parte”) ed aver impiantato il coraggio attraverso il sostegno (“tu puoi farcela”), l'amore vero dovrebbe invitare l'amato a “sforzarsi”, a lanciarsi, ad andare oltre quelli che lui ritiene i suoi limiti, a tentare di realizzare quello che veniva sempre considerato troppo difficile, a spezzare un atteggiamento auto-distruttivo che è stato fin troppo opprimente, a riscattarsi da una paura recondita, a liberarsi di un rancore, a manifestare un sentimento represso, ad affrontare una situazione difficile, a sottomettersi ad un doloroso rimprovero.

Se l'incoraggiamento rende colui che è amato consapevole della sua forza, lo stimolo, la sfida e il lancio sono la spinta

dell'amore a fare uso di essa: "prova; sforzati; fallo. Se ci riuscirai, io sarò ad aspettarti al traguardo per battersi le mani, per sorriderti; se non ce la fai, io sarò seduto al tuo fianco. Tu non sarai mai solo. Vai avanti adesso. Dai il meglio di te stesso. Tu puoi farcela!".

3.2 *Amare e crescere*

Dell'amore si possono dire molte cose gradevoli e belle. Per esempio: "l'amore divide il peso di ognuno in due". Un vecchio detto monastico diceva che "dove c'è amore non c'è fatica". Talvolta ci capita di deridere le persone che amano, ma noi abbiamo sempre bisogno dell'amore: "Se solo avessimo l'amore..."; l'amore dovrebbe sempre essere la componente essenziale di una vita piena e realizzata, ma non gli rendiamo un buon servizio vedendolo in modo troppo romantico.

La verità sull'amore, credo sia un profondo conforto, ma sia anche una grossa sfida. L'amore mi costringe immediatamente a staccarmi da me stesso. Mi spinge sempre a staccarmi dal mio egoismo infantile per trasformarmi in un dono completo per una causa o una persona mediante una offerta libera di me stesso.

L'amore mi chiede di imparare a concentrare la mia attenzione sui bisogni di colui che io amo. Mi chiede, inoltre, di diventare un ascoltatore attento e sensibile. Talvolta l'amore mi costringe a rimandare le mie gratificazioni per assecondare i desideri, e più ancora i bisogni di colui che amo. Il tipo di comunicazione che è la linfa vitale dell'amore mi chiede di mantenermi in contatto con i miei sentimenti più profondi, i miei pensieri più reconditi e di dividerli in quel delicato atto della rivelazione di sé. L'amore mi rende vulnerabile. Mi apre alle sincere reazioni degli altri ai quali ho dato il permesso di penetrare nelle mie difese. Se ho costruito mura protettive attorno ai miei punti vulnerabili, l'amore le demolisce.

L'amore mi insegnerà a dare ed a ricevere senza bilancia, in altre parole senza misura. L'amore trascende la giustizia della bilancia. Se l'amore divide i pesi della vita mediante la condivisione, raddoppia anche le responsabilità. Due non mangiano

quanto una persona sola, a meno che uno dei due non mangi. È anche vero che due non riescono a prendere decisioni rapidamente come uno da solo. Due non sono così mobili come uno solo e così via.

In altre parole, se tu non vuoi:

- rompere la fissazione con il sé e rinunciare ad essere il centro di ogni cosa,
- imparare come avere cura di un altro ed essere sinceramente interessato alla realizzazione di un altro,
- diventare un ascoltatore sensibile, che ascolta sia quello che viene detto che quelle cose che non possono essere espresse a parole,
- rimandare la gratificazione personale per andare incontro ai bisogni di un altro,
- rimanere in contatto con i tuoi sentimenti più profondi e i pensieri più reconditi,
- condividere la parte più vulnerabile di te come atto d'amore,
- accettare un sincero feedback da qualcuno che ti conosce realmente attraverso la sincera apertura di se stessi,
- rinunciare alla bilancia ed essere pronto a dare il 100%,
- assumerti le maggiori responsabilità che comporta un "noi",
- lavorare alla delicata arte del dialogo e del prendere decisioni insieme,
- se non vuoi tutte queste cose, allora evidentemente non vuoi l'amore.

Se preferisci essere un'isola, un recluso, un narcisista, preferendo vivere in un mondo che ha una popolazione globale composta da una sola persona, l'amore ti strapperà dalle mani ogni cosa che hai caro e stringi fortemente.

Inoltre, mi sembra ovvio, così come credo che risulti anche a voi, che questi concreti rischi di una vera relazione d'amore, che minaccia il nostro essere al centro di tutto, sono in realtà il ponte verso la maturità umana ed il suo completo appagamento.

Mi sembra di poter, allora, affermare che la verità è che

l'amore è l'obiettivo ultimo e più elevato al quale l'uomo possa aspirare: la salvezza dell'uomo passa attraverso l'amore e si trova nell'amore. L'amore cura. Cura chi lo dà e chi lo riceve. Quando a Freud venne chiesto di definire la salute mentale ed emotiva, egli rispose: è la capacità di lavorare e di amare. Analogamente, Alfred Adler disse che tutti i fallimenti umani sono il risultato di una mancanza d'amore.

Un numero crescente di psicologi si stanno orientando verso la valutazione della capacità di stringere legami intimi. Le persone con limitate capacità di stringere relazioni d'amore sono dieci volte più a rischio di ammalarsi cronicamente e cinque volte più a rischio di ammalarsi psicologicamente.

Il comandamento di Gesù di amarci reciprocamente sembra essere un imperativo umano più che una scelta. L'evidenza sperimentale degli effetti devastanti di una vita senza amore può essere verificata nello studio di uno psichiatra, o in un consultorio psicopedagogico pieno di bambini e adulti che non hanno alcuna consapevolezza del loro valore come persone, del loro senso di identità, che sono pieni di odio e paura e sono torturati dall'ansia. L'amore costa molto, ma le alternative sono mortali.

Più amore viene dato ai giovani, più li aiutiamo a essere loro stessi veicolo d'amore. Ovviamente più amore hanno dentro di sé, più saranno capaci di amare. E viceversa, non possono dare ciò che non hanno. Analizzando le cause di quasi tutti i maggiori problemi cui ci troviamo di fronte oggi, scopriamo che le risposte a questi problemi sono così manifestamente ovvie e semplici che è sbalorditivo che non vengano risolti e che non si educi alla possibilità di risolverli. La risposta è amarci l'un l'altro il più possibile, dal momento del concepimento, senza mai abbandonare questa via.

Sì, l'amore è la vera risposta. Non si tratta di una abusata espressione da ingenuo idealista. È la risposta autentica. Consideriamo in primo luogo le persone che si mettono in difficoltà, che finiscono in case di correzione, in prigione, o in condizioni di perdere la vita (droga, alcol, prostituzione, ecc...). La storia dei disadattati, che si scontrano violentemente con i principi necessari a una società per funzionare, può essere sempre

ricondata alla mancanza di amore, amore da ricevere e da coltivare.

Il giovane teppista della strada che comincia scippando, rubando auto e finisce tossicodipendente e con una pistola in pugno, una volta era un adorabile piccolo bambino, che aveva l'opportunità di crescere e diventare una persona libera, adulta, produttiva e utile al prossimo. Il guaio, in qualche punto del suo percorso evolutivo, è stato la mancanza d'amore. Non ritengo che un detenuto possa sedere nella sua cella accusando gli altri per la sua situazione, dal momento che assumersi la responsabilità della propria vita è l'essenza di una persona adulta che agisce con razionalità e libertà; penso, tuttavia, che con sane dosi di amore, col sentirsi importanti, e con la capacità di dare amore, anziché odio agli altri, ci sarebbe davvero poco bisogno di case di correzione.

Sin dall'inizio, quando un ragazzo comincia ad agire nei confronti degli altri senza amore, indipendentemente dalle cause, quello di cui ha bisogno più di ogni altra cosa è capire che una condotta del genere porta a delle conseguenze. Deve imparare che agire con odio è assolutamente inaccettabile, sin dalla prima volta che dà uno schiaffo alla sorellina, o impreca contro la mamma, ruba caramelle o una macchinina. Il messaggio deve essere: "Ti amiamo tanto da farti capire che queste cose non si possono fare". Comportarsi con odio verso gli altri deriva da una mancanza d'amore dentro di sé. Lo sforzo comune deve essere diretto ad aiutare i nostri giovani ad avere dentro di sé solo amore in modo che anche quando saranno in qualche modo messi alle strette, sarà l'amore che esprimeranno.

3.3 Gioie e sofferenze; timori e serenità

C'è una società naturale, la famiglia, la cui legge è l'amore; tale legge potrebbe essere anche espressa in questi termini: "io voglio condividere con te"; "voglio cercare le ragioni ravvicinate per mettere in sintonia la mia felicità con quella degli altri membri della famiglia".

Questo che si dice della famiglia, penso che si possa applicare a qualunque altro impegno d'amore.

Nella società occidentale e nord-americana, naturalmente, sembra non ci sia alcuna necessità di diventare adulti. Uno può restare, e anzi ogni giorno viene esortato a farlo, un bambino per sempre, che non si interessa di altri. In questo tipo di vita, da bambini e immaturi, lo scopo principale è la soddisfazione personale. Il matrimonio, allora, diventa principalmente un tipo di alleanza, una convivenza basata sul sentirsi attratti e sullo stare bene insieme, comportando quel tanto di intimità che un partner può permettere. Ci si fida, ci si mette insieme, non per un progetto di famiglia, ma principalmente perché si sta bene insieme, perché si trova un certo benessere fisico, spirituale. I bambini non sono accolti come una gioiosa responsabilità, come dono e impegno, poiché avere bambini significa evidentemente, smettere di essere bambini a propria volta. Uno cerca invece di vivere come si credeva un tempo che vivessero gli angeli, volando leggeri, liberi, senza pesi.

Molte persone dicono che il matrimonio è una cosa terribile. Queste persone veramente dicono questo perché certi legami del matrimonio e le responsabilità ad esso legate li terrorizzano: l'idea di un legame indissolubile, di una fedeltà per tutta la vita, di una dedizione totale al partner e ai figli è probabilmente fonte di profonde e brucianti scoperte: le proprie inquietudini, le proprie nostalgie, la poche rinuncie fatte, i troppi legami ancora in atto...

Ci sono coloro che sostengono che il matrimonio è mortificante. Probabilmente la vera paura che hanno queste persone è quella di dover uscire dalle fantasie adolescenziali e sogni romantici, per vivere la realtà dell'uomo adulto. Essi dicono che i bambini sono pesci pirana, monelli, mocciosi, forse perché consapevoli della reale importanza dei genitori nei confronti del futuro dei bambini. La maggiore consapevolezza di ciò che comporta la crescita di un figlio forse spaventa quelle persone ancora chiuse in se stesse, incapaci di apertura, restie a donare la vita.

L'aver incontrato coniugi, genitori è stata per me l'occasione di profonde riflessioni su me stesso, e occasione di apprendimento. Ho dovuto imparare, mio malgrado, che nell'animo umano (nel mio animo) c'è sempre una notevole quantità di egoismo,

che sembra alcune volte insormontabile. Questi incontri per me sono una fonte senza fine di meraviglia. Mi sono accorto che non voglio essere disturbato, stuzzicato, tormentato. Le regioni più profonde di me stesso appartengono solo a me. Vedere me stesso attraverso gli occhi non estasiati, perché mi trova lontano, chiuso e insensibile, di una persona che mi ama, può essere umiliante. Cercare di agire gentilmente con i bambini, ognuno dei quali ha un temperamento diverso dal mio e da ogni altro può essere disorientante. I legami familiari di un genitore lo tengono lontano da numerose opportunità di successo, di affermazione e di carriera. E tuttavia questi legami sono, lo si sa bene, la sua liberazione. Tutti questi legami costringono un genitore ad essere un essere umano diverso dal modo in cui vorrebbe e di cui forse ha bisogno.

È il prezzo dell'amore. Qualcuno lo vede negativo, esageratamente negativo.

È, però, necessario dire che è una menzogna, è un arbitrario riduzionismo, parlare solo delle difficoltà e non della bellezza dell'amore, dell'amore coniugale. Infatti, io penso che resistere alle tempeste dell'amore sia l'unico modo per sperimentare gli arcobaleni della vita. Il conforto che si può trovare sulla "via pure accidentata strada" dell'amore non lo si può trovare attualmente altrove. La vita ha un significato più profondo quando io amo sinceramente un altro. La solitudine di un mondo che ha una popolazione composta da un singolo è riempita da una nuova e calorosa presenza quando l'amore entra in quella vita. L'alienazione del sé che subisce l'anziano che non può interagire con qualcuno è sostituita nella persona rinnovata dall'amore che dà un senso di valore di sé e di appartenenza. È quello che attualmente definiamo un senso di "identità". È diventata una verità lapalissiana che noi possiamo conoscere ed amare soltanto quanto di noi stessi siamo disposti a condividere con un altro in una relazione d'amore. Il vagabondare senza meta della persona senza amore trova nell'amore un senso di appartenenza ed un luogo chiamato casa.

Uscire allo scoperto per amare un altro significa rischio, il rischio della apertura di sé, del rifiuto, dell'incomprensione.

Significa anche dolore, che va dalle separazioni temporanee, psicologiche o fisiche, fino alla separazione definitiva della morte, in attesa di ritrovarci di nuovo nella casa del Padre. Chiunque insista sulla sicurezza personale e la propria salvezza come le condizioni non negoziabili della vita non sarà disposto a pagare il prezzo dell'amore e non potrà sperimentare gli arricchimenti che esso produce. Chiunque rinchiude se stesso nel bozzolo delle autodifese, mantenendo gli altri sempre a distanza di sicurezza e tenendo stretti i possedimenti personali e la propria interiorità, troverà il prezzo dell'amore sempre troppo alto e resterà per sempre prigioniero della paura.

Una cosa è evidente: essere amati ed amare, richiede coraggio, il coraggio di considerare alcuni valori come se fossero i nostri interessi principali, e spiccando il salto puntare tutto su questi valori.

4. Educare il cuore

Ad amare si impara. È questa la conclusione della riflessione fin qui condotta. Si impara ad amare attraverso l'educazione del cuore.

È necessario che io educi il cuore: educarsi a gestire i propri sentimenti rendendoli elementi costruttivi di una completezza e di un'armonia che non nascono da sole; è necessaria una azione lunga e severa, che generi una capacità di dominio di me stesso, del mio sé, per potermi esercitare nel donare.

Educare il cuore significa, perciò, comprendere l'importanza, il valore e il senso dei sentimenti che sbocciano nell'interiorità di ogni uomo; significa, ancora, saperli ascoltare, interpretare e classificare per ordinarli nella piena armonia della persona.

Per educare il cuore, devo richiedere momenti di riflessione personale, di esercizio della razionalità, di critica leale per discernere nei sentimenti e nelle emozioni gli elementi positivi da quelli negativi. Per educare il cuore devo richiedere una disciplina di me stesso, per dare al sentimento il suo vero valore di richiamo, di invito, di apertura verso il senso completo del vivere.

Purtroppo, oggi, sembra che non ci sia molta preoccupazione per educare il cuore; sembra prevalga la tendenza ad avallare ogni comportamento, ad accettare ogni situazione; si è portati a scusare ogni scelta, in nome della spontaneità, della sincerità, della propria realizzazione. Prevale in molti la paura di educare, di guidare verso traguardi sicuri, ben definiti, che richiedono impegno, sforzo, costanza, rinuncia. Questa paura è, forse, il peggiore frutto di una civiltà debole, trascinata dal suo stesso ritmo verso traguardi autodistruttivi: consumo, chiusura, indifferenza.

Tornare a voler educare, ed educare soprattutto il cuore, è il dono più grande e più urgente che l'adulto può e deve fare alle giovani generazioni.

4.1 *Amare tutti*

Amare tutti può sembrare una espressione falsa o solamente un desiderio inutile, un proposito adolescenziale dettato da qualche imperativo moralistico, oppure ricordo di qualche predica.

L'esperienza del contatto con genitori e giovani mi insegna quotidianamente che bisogna saper scegliere le amicizie, tenere, alcune volte, le distanze, difendersi da alcune persone dalle quali si potrebbero ricavare soltanto dei guai. Ho incontrato tanti genitori che insegnano ai loro figli a difendersi, ad essere furbi, invece che addestrarli alla scelta, a decidere nella razionalità, libertà e bontà. Anzi, per questi genitori sembra che obbligare ad amare sia un controsenso e si voglia solamente coprire con parole affettuose una realtà di scontro, di invidia e di indifferenza.

Invece, è ancora l'esperienza che mi suggerisce l'idea, il desiderio di un amore universale che non lasci nessuno fuori del proprio cerchio e che allarghi il cuore a dimensioni sconfinite.

L'amore non è un episodio della mia vita, un momento del mio esistere felice ed emotivamente gratificante; l'amore, come ho detto precedentemente, è una dimensione, o meglio è un dono, cioè il modo stesso di intendere tutta la vita, tutto il rapporto con me stesso, con gli altri e con le cose; è l'interpretazione del proprio esistere.

Non posso, perciò, accontentarmi di un momento o di un rapporto solo con poche persone: non arriverò mai a quella comple-

tezza di umanità per cui sono stato creato, e che desidero e che nessuno in particolare può offrire, perché nessuno è così ricco da offrire tutto ciò che vado cercando.

Dicendo che amore è un dono, una dimensione, voglio sottolineare che l'amore nasce da un terreno fecondo, da un animo aperto, da una disposizione perenne che rende la mia persona sicura e contenta di sé e quindi desiderosa di donarsi senza esclusioni e senza riduzioni, senza nemmeno aspettare quella certezza della risposta che il più delle volte trattiene e diminuisce lo slancio del dono, e lo rende meno ricco, meno entusiasmante.

Devo imparare ad accogliere tutto e tutti con un senso di libertà, di serenità, superando urti e incomprensioni, cercando sempre il buono e il bello che si nasconde in ogni realtà umana; devo insegnare ai giovani ad essere ottimisti, non nel senso di vedere tutto roseo, ma superando dentro di sé l'aspetto negativo e completando ciò che si vede manchevole.

Questo è il senso dell'amare tutti: non livellare ogni cosa o non saper distinguere il bene dal male, né l'illusione di riuscire a cambiare tutto, ma la gioia di essere sempre protagonisti, sempre gestori e mai schiavi o gregari di persone e di cose: collaboratori sì, partecipanti anche.

D'altra parte, quando non si ama, ci si sente spesso obbligati, quasi schiavi delle situazioni, chiusi in strettoie soffocanti, costretti in rapporti non voluti.

Vivere senza amare è una situazione di sofferenza, dove la propria personalità è mortificata: tutto mi diventa noioso, obbligato, in un grigiore sterile; tutto mi diventa anonimo, abitudinario e genera nell'animo un senso di pesantezza dalla quale cerco di scappare dimenticando, non pensando, riducendo il mio vivere a una sequela di cose fatte per forza.

Se poi volutamente escludo qualcuno, lo elimino dalla mente e dal cuore, se voglio restringere il mio cerchio a un piccolo numero di affezionati, respingendo o ignorando gli altri, forse mi sento più libero e credo di avere guadagnato un po' di soddisfazione, ma di fatto ho tagliato dei legami da cui attingere succhi vitali; avverto una debolezza che mi obbliga a erigere dei muri di difesa che, alla lunga, diventano muri di una prigione.

È facile sentire persone che si vantano di aver rotto i ponti con qualcuno: ma è vantarsi di una sconfitta, di una debolezza, della incapacità di stabilire rapporti e della paura di essere condizionati da altri.

Educare il mio cuore vuol dire imparare ad amare tutti, a liberarmi da ogni esclusione, a condurre il mio animo verso aperture sempre più vaste.

Se voglio godere il dono dell'amore (comunque lo si intenda e in qualunque tipo di rapporto, e non solo quello coniugale), ho bisogno di *allargare il cuore*, impegnarmi in una lotta senza fine contro l'egoismo pigro e pavido che elimina e cancella, rifiuta e ignora, riducendo via via la capacità di donarsi.

Più il cuore è grande, più si ama, e più si gode il dono di sé, tanto più si sperimenta la propria grandezza che si espande e si esprime nel rapporto cordiale e sereno con l'altro.

Il fatto è che questo impegno di allargare il cuore non si avvera senza fatica, senza sofferenza, senza operare dei tagli per meglio aprire e accogliere con una disponibilità mai finita.

È questa fatica che spesso si vuole evitare, nella illusione di godere di più e di soffrire di meno: ma è una illusione, perché si avverte sempre la strettezza, la durezza che prima o poi si rivela come chiusura a se stessi, come sconfitta, come ostacolo al proprio io desideroso di una dimensione sempre più vasta.

Purtroppo è quasi inevitabile che l'innamorarsi diventi di fatto chiusura al gruppo, agli altri amici, tesi come si è verso la persona che in quel momento attira tutto il nostro interesse: è un fatto che si ripete sempre, quasi come un rito obbligato, ma se non si tratta solo di un momento iniziale, è un segno di immaturità, di non libertà, di un rapporto che non è amore ma è ancora la ricerca dell'io soddisfatto.

Razzismi e classismi non sono un prodotto della civiltà attuale, di ideologie perverse o di giochi di potere: sono il frutto di una concezione egoistica dell'amore e quindi di una contraddizione che nasce nel concreto e poi diventa teoria.

L'individualismo, imperante oggi, sta conducendo alla incapacità di amare, tanto da avallare il divorzio o la libera convivenza, e da rendere sconosciute persino le persone nell'ambiente

di lavoro, di scuola, di caseggiato: poi ci si accorge che vivere così non è piacevole come sembra, ma genera squilibri psicologici, depressioni, solitudini invincibili.

Quello che viene presentato come furbizia o come affermazione di sé, quel chiudersi nel piccolo gruppo omogeneo affermando di amare di più perché si è più pochi e più simili, si rivela prima o poi come perdita, come rassegnazione, come resa, e non impedisce di sentire dentro di sé un vuoto incolmabile.

La mentalità moderna offre anche dei surrogati per nascondere la sconfitta di un amore così ridotto, e sono i cosiddetti divertimenti, le distrazioni, o quelle feste dove la noia e l'indifferenza vengono coperte con complimenti obbligati o con esagerazioni grossolane.

Il cuore dell'uomo è fatto per amare, per donarsi, per aprirsi all'infinito, e nulla e nessuno possono ridurre lo slancio vitale che ciascuno si porta dentro: quando ciò avviene è già una morte, una sconfitta, un capovolgimento dei veri valori umani.

4.2 Servire il prossimo

Per educare il cuore, per imparare ad amare, l'unica cosa da farsi è cercare di amare, rendersi utili agli altri, spendere un po' di se stessi per il prossimo, dedicare spazi di tempo per migliorare la vita altrui.

L'amore è sempre e solo un dono e ci si abitua a donare facendo doni senza attendere risposte uguali e riconoscimenti ufficiali: se ci si vuole educare a questa caratteristica essenziale della persona umana non c'è che da guardarsi intorno, scoprire necessità impellenti anche se non sempre appariscenti, ascoltare il grido (spesso silenzioso) dell'uomo bisognoso.

Non c'è altro mezzo.

Se si vuole essere certi di saper amare (una certezza mai esaurita e mai collaudata del tutto), la garanzia viene dalla capacità e dalla effettiva esperienza di gesti, attività, atteggiamenti di concreta utilità per chi vive con noi vicino o lontano.

In altre parole, si impara ad amare mettendosi a servizio degli altri.

La parola servizio può generare un senso di rifiuto o di perplessità, come se significasse schiavitù, alienazione, perdita della propria personalità: c'è sempre la paura di dare troppo, di esagerare, di farsi coinvolgere e rimanere incastrati, senza più dignità né libertà. Invece, è proprio il servizio che ci fa toccare con mano sia le necessità spesso drammatiche presenti nel nostro ambiente, sia la reale portata del nostro interesse, della nostra apertura verso il prossimo.

Finché non si serve, finché non si ha un metro per misurare la effettiva capacità di dono che pensiamo di avere, ci illuderemo di essere buoni e di saper amare solo perché in alcuni momenti ci si commuove verso particolari situazioni o perché ci si innamora di una persona.

Il servizio è l'occasione concreta, spesso violenta, che mette alla prova le nostre buone intenzioni e valuta quella capacità di amare che sembra essere così radicata in noi e che spesso, invece, si manifesta come uno squallido egoismo camuffato.

Servizio significa impegno e non azione sporadica, rapporto costruttivo e non episodio gratificante, ed esige perciò un animo generoso, una capacità di uscire da se stessi per offrire all'altro qualcosa di sé, qualcosa non di posticcio ma efficace per trasformare situazioni e realtà scorrette o difficili.

Servizio esige il coraggio di una continuità metodica, di una presenza continuativa, esige l'impiego di forze e di possibilità sottratte ad altri scopi, esige anche la capacità di accettare l'altro come è, con le sue difficoltà e le sue pretese: è il modo più coraggioso e più efficace per rompere ogni spessore di egoismo, di pigrizia, di orgoglio e per costruire invece un animo capace di donarsi con gioia e con positività.

Chi non si impegna in un servizio (adatto alle proprie forze, ma pur sempre servizio) non è capace di amare e inganna se stesso quando pensa di voler bene a qualcuno confondendo il sentimento immediato (cioè il piacere) con il dono serio di sé.

È vero che il servizio pone spesso in situazioni difficili, pesanti, apparentemente insolubili, e quindi si presenta come un insieme di ostacoli: anzi, spesso sembra che sia tempo sprecato o solamente illusione di fare del bene.

Ma è anche vero che proprio il servizio esige che si riesca a superare barriere di abitudini, di sensibilità, di tradizioni, di diversità culturali, economiche, sociali e anche religiose, per raggiungere chi ha bisogno e modificare la realtà immediata.

Anzi, l'amore che nasce e che cresce nel servizio esige di riuscire a cambiare le strutture dalle quali derivano quelle ingiustizie che gravano sulle persone, esige che ci si confronti con idee, modalità, progetti, interessi altrui da superare e da combattere per raggiungere uno stato di maggiore giustizia.

Qui, si impara ad amare, a oltrepassare tutti quei limiti posti dalla nostra debolezza, dall'egoismo, dall'eccessiva pretesa del piacere gratuito, che spesso impediscono una leale relazione di amore e con l'andare del tempo la distruggono.

Si costruisce a poco a poco un animo nuovo, generoso, aperto, forte, deciso a vincere tutto ciò che dentro o fuori impedisce il dono vero di sé, un cuore che accetta la sfida di un desiderio senza confini e che pur deve crescere e realizzarsi in stretti limiti personali.

L'amore, quando è vero, mette addosso la voglia di cambiare il mondo, di generare realtà umane dove la gioia fiorisca e si dilati: il sogno d'amore comincia a diventare realtà quando si incarna in persone che hanno imparato ad amare spendendosi generosamente.

Cambiare il mondo: ecco il sogno dell'amore umano.

Io e te, insieme, faremo un mondo nuovo, una famiglia, un cerchio di persone dove regna la comprensione, l'aiuto reciproco, la condivisione totale, dove ciascuno capisce se stesso e riesce a fiorire nella pienezza della propria verità.

Ma resterebbe solamente sogno, se chi ama non avesse già provato l'efficacia di questa immensa forza del cuore umano, se il servizio non avesse già collaudato la verità del desiderio e la possibilità della sua realizzazione, e non avesse insegnato la pazienza, l'umiltà, la sommità di un dono a fondo perduto.

Troppi sogni hanno illuminato il mondo per pochi secondi, lasciando poi una scia di delusione e di sfiducia; troppi amori non hanno avuto l'allenamento di una decisione vissuta nel sacrificio di se stessi, e sono rimasti sogni, senza incarnarsi nel tessuto del

vivere, generando quantità enormi di dolore e sradicando dal cuore ogni senso di fiducia e di impegno costruttivo.

Cambiare il mondo, invece, è e resta lo scopo finale e sempre presente di ogni autentica relazione amorosa, sognato nei momenti iniziali carichi di emozione e realizzato giorno dopo giorno nel suo concretarsi familiare e sociale.

Ci si ama per amare, si è in due per unire le proprie capacità e inondare il mondo di amore, per far fiorire giustizia, fratellanza, comprensione dappertutto: altrimenti non è amore, è ancora un povero egoismo che, prima o poi, si rivela per quello che è.

4.3 *Affinarsi*

Se educare il cuore comporta una continua tensione di attenzione a se stessi e agli altri cercando di imparare ad amare, cioè a donare senza aspettare ricompense, comporta anche uno stile di vita, un atteggiamento di finezza che diventa quasi abitudine, carattere, personalità.

Un altro aspetto di questa educazione è perciò tendere a una finezza di spirito che spesso non è istintiva e spontanea ma esige dominio di sé, volontà attenta e decisa, lotta contro tutto ciò che attorno a noi induce e conduce a modalità grossolane.

Però, già usare questi termini grossolanità, finezza, sembra volersi escludere da una tendenza attuale, quasi isolarsi sdegnosamente da un costume oggi accettato generalmente.

Che valore ha, allora, la finezza, e come giudicare la grossolanità?

Sembra che oggi usare termini crudi che si riferiscono a membra del corpo umano (quasi sempre maschili) o a funzioni organiche, sia segno di libertà di spirito, di superamento di ogni inibizione, di sincerità... Anzi, sembra che nel contesto attuale l'uso di questi vocaboli, l'intercalare frequente di espressioni che nulla hanno a che fare con quanto si sta dicendo, sia un costume normale, recepito da tutti senza più nessun fastidio: giornali, radio e televisioni, film e teatri, fanno a gara per riempire il discorso con frasi a doppio senso e con parole che una volta si dicevano volgari.

In più, è entrato nelle abitudini generali un comportamento così disinibito da accettare forme, posizioni, gesti che, come appaiono, indicano il trionfo dell'animalità dell'uomo, del suo lato materiale e istintivo, che gli appartiene e lo segna, ma che non è l'unico né il più caratteristico della sua personalità.

È forse il segno di un disprezzo di sé, quasi di un rifiuto latente che esplose in forme così vistose volute come rivincita, come espressione di un superamento che in effetti è solo apparente?

Non è facile dare una risposta generale: certo è che oggi più che in altri tempi ci si trova di fronte a un senso di delusione generale presente anche nei giovani, delusione che apre a tanti comportamenti negativi, più o meno mascherati sotto atteggiamenti disinvolti.

Si capisce che in un simile contesto diventi ancora più difficile custodire la propria intimità e difenderla dagli assalti degli istinti e dalle provocazioni esteriori: anche la perdita del senso del pudore, l'aver spinto la rivelazione della propria corporeità fino al punto di non riservare nulla per il segreto della propria realtà, è forse un segno non di libertà e di serena padronanza di sé, ma di qualcosa di rassegnato e di dato come già perduto.

La violenza di certe esibizioni nei vari spettacoli non aiuta la relazione interpersonale, né fa crescere la personale grandezza, anzi diffonde una aggressività che non conosce nessun limite.

Qui, interviene l'impegno a una finezza che non è puritanesimo ma la difesa della propria dignità e la volontà di garantire a se stessi l'equilibrio di tutto se stessi.

Che poi, da questa grossolanità si giunga alla violenza, non è una conseguenza inimmaginabile: sembra anzi una conseguenza logica, una continuazione di ciò che si è iniziato in forme meno appariscenti.

Parlando di violenza, non si accenna solamente a quella più vistosa di cui si ha paura, ma anche e soprattutto di quel modo di trattare il prossimo inteso come rivale da superare o come elemento da sfruttare per una propria affermazione. Sono innumerevoli i casi di sopraffazione e di sopruso con cui si fa torto al proprio simile: stanno diventando quasi forme normali di

comportamento, o furbizia, o mezzi di cui non si può fare a meno.

L'antica espressione dell'uomo lupo all'altro uomo ha fatto fortuna, e oggi sembra essere l'imperativo generale.

Basta pensare alla pubblica amministrazione, all'impegno politico, alle raccomandazioni necessarie per ottenere ciò a cui si ha diritto, alle lungaggini burocratiche date per scontate e accettate passivamente: è un insieme di violenze che dominano la vita e che insegnano alla persona ad arrangiarsi con qualunque mezzo, prolungando così l'ingiustizia e la violenza.

Ci vuole una buona dose di coraggio e di speranza per non lasciarsi dominare da questa corrente così forte e così generale; ci vuole la certezza che l'animo umano è fatto in un altro modo e che solo in un altro modo può raggiungere quella serenità e quell'ordine a cui ognuno aspira.

In questo aiuta la fede cristiana, che assicura la vittoria dell'amore sull'egoismo, della verità sulla falsità, del rispetto sulla violenza: è la sicurezza fondata sulla vittoria che Gesù risorto riporta sulla morte e quindi su tutto il male dell'uomo.

Si può quindi desiderare e coltivare dentro di sé quella sensibilità che è un pregio, una qualità positiva e preziosa per la persona umana: sensibilità che non è debolezza né cedimento passivo, e neppure una esagerazione di sentimenti, ma che è solamente la capacità di recepire tutta la realtà e cogliere ogni risvolto dell'agire proprio e altrui.

Essere sensibili vuol dire capire se stessi e la realtà circostante, le persone, le cose, gli avvenimenti e trovare un valore sempre presente o la mancanza di ciò che è necessario; vuol dire anche saper godere delle più piccole manifestazioni di bellezza, di amore, di armonia, di dolcezza, di cui è piena la vita e di cui raramente ci si accorge e di cui si può essere generatori.

Coltivare la finezza d'animo è un segreto per vivere bene, per cogliere tutta la realtà, per realizzare tutta la propria vita senza trascurare o ignorare neppure una briciola del grande banchetto al quale siamo continuamente invitati.

È la finezza d'animo che renderà capaci di capire la persona a cui si vuole voler bene, di coglierne le più riposte attese, le

urgenze, i desideri e quei sogni che attendono soltanto un aiuto per diventare realtà.

Se manca questa sensibilità, ben presto si spegne il fuoco del sentimento, e cominciano gli urti, le incomprensioni, le rivalità e tutto finisce o nella monotonia di convivenze obbligate o nella ricerca di sensazioni più forti che riempiano la distanza cresciuta tra i due: ma è la peggiore illusione perché in questo modo non si fa che coprire un vuoto che ben presto diventa un tranello in cui si cade.

Anche questa finezza d'animo non si improvvisa, ma esige una lunga azione, per fare affiorare da sé quella ricchezza che ciascuno si porta dentro e per lottare contro le facili illusioni che dappertutto richiamano e invitano a lasciarsi andare e a fare come tutti.

Quando si è iniziato ad amare, questa lotta nasce dalla ricerca di una gioia sempre più grande e di una intimità sempre più profonda: è una lotta che affina l'animo e lo conduce verso quella verità totale a cui ciascuno aspira e che troppo spesso si mette da parte pensando di non poterci arrivare.

Ancora una volta, la fede incoraggia e offre la certezza che tutto è possibile perché, nonostante tutto, l'uomo è creato da Dio a sua immagine e somiglianza e può quindi raggiungere la sua piena dignità.

5. La lunga marcia del dono di sé

Per acquistare la capacità di amare in modo adulto è necessario un lungo cammino di addestramento per superare alcuni momenti di crescita.

5.1 L'amore di sé

La prima persona che l'essere umano impara ad amare è se stesso. Al bambino viene insegnato a prendersi cura di sé, attraverso le cure date dai genitori. Impara a godere delle tenerezze, del calore, della morbidezza del contatto. Piange quando non sta bene. Questa tendenza ad amare se stessi dura tutta la vita.

L'adulto non smette di amare se stesso: accetta di essere così com'è, conosce le proprie qualità e i propri limiti; è contento di essere quello che è. Ma sa di avere anche un'altra dimensione, un altro compito: il prendersi cura degli altri, l'amore degli altri. E quindi cammina.

5.2 *L'amore dell'altro per sé*

Chi meglio del bambino impara subito ad amare la mamma. È, però, un amore camuffato. L'amore per la mamma è essenzialmente un amore per sé. Il bambino non ama la mamma per le sue caratteristiche, ma perché soddisfa un suo bisogno. È un amore in sostanza molto egocentrico; è un amore funzionale: ho bisogno di te per raggiungere un mio equilibrio.

Sarà, però, l'amore disinteressato della mamma, dei genitori a suscitare nel figlio risposte disinteressate, inducendolo a donare un sorriso, poi una carezza, poi un atto di obbedienza, e via via. Il figlio scopre il piacere di donare piacere, di fare piacere.

Anche l'adolescente ama ancora di un amore funzionale. Il ragazzo ha bisogno della ragazza, come la ragazza ha bisogno del ragazzo. Non si conosce bene se non attraverso lo specchio che è l'altro. Le prime amicizie, i primi amori sono spesso avvolti di egoismo, rispondono a una funzione di crescita, di conoscenza, di conferma della propria identità. L'altro è certamente amato, ma soprattutto come colui che risolve dei problemi, risponde a delle domande, ci rende felici.

È facile in questa situazione diventare schiavi l'uno dell'altro. Ma attraverso l'esercizio del dono, l'adolescente diventa sempre più capace di una dedizione disinteressata e di un'autentica generosità. Impara sempre più ad accostarsi all'altro per individuare di che cosa ha bisogno.

Per amare da adulti non è necessario liberarsi completamente dall'aspetto egoistico che mi porta a cercare nell'altro la risposta ai miei bisogni. Assapora il piacere che gli dà il suo compagno e accetta volentieri le gioie che l'altro gli procura. Ma sa anche frenare e moderare il suo egoismo con ripetuti atti di generosità. Adulto nell'amore è chi è capace di integrare un certo egoismo misurato all'interno di atti di carità, bontà e generosità.

5.3 *L'amore dell'altro*

Più l'essere umano cresce e più è in grado di accorgersi dell'altro, delle sue necessità, e più è capace di rinunciare per l'altro, di donare. Diventare adulti significa arrivare a un amore in grado di donarsi, di essere disinteressati; significa, ancora, aver affinato occhi, orecchie e cuore per sentire il grido, il sospiro dell'altro, senza ossessionare, imprigionare, uccidere ciò che si ama.

5.4 *Con l'altro amo gli altri*

Quando l'amore è profondo è del tutto naturale che porti coloro che si amano alla fecondità. L'amore teme la chiusura, tende a risplendere e a diffondersi. L'uomo e la donna che si amano desiderano un figlio, riflesso vivente del loro amore, segno permanente della loro comunione. Chi ama desidera incontrare gli altri, sente il richiamo della vita; sente il gemito di chi aspira a un po' più di umanità, ad una maggiore tenerezza e bontà.