

 Abbandonerai Aderirai

 Consultorio per la Famiglia - Onlus

 Commissione per la pastorale familiare
DECANATO di BUSTO ARSIZIO

EVENTI 2009

tra crisi globale e passioni tristi
c'è posto per la felicità?



22 Novembre 2009

6° Seminario – La comunicazione nella coppia e nella famiglia

Cinema Teatro Manzoni – Busto Arsizio.

Interventi di:

Chiara De Luca (Cittadella di Assisi) ... pag. **1**

Mons. Franco Agnesi (Decano della città di Busto Arsizio) ... pag.**1**

Alfonso Colzani e Francesca Dossi (responsabili del Servizio per la Famiglia della Diocesi di Milano) ... pag. **2**

Rosanna Virgili (Biblista) ... pag. **6**

Rosella De Leonibus (psicologa) ... pag. **11**

CHIARA DELUCA

Si può forse dire che la radice di questi seminari è nata in Cittadella, quando i primi che sono venuti a frequentare i seminari primaverili hanno condiviso con noi quanto era importante impegnarsi nel campo della famiglia.

A noi procura molta gioia questa condivisione di progetti, ideali, esperienze.

Oggi, per la liturgia romana, è la festa di Cristo Re. Per me è sempre stata una cosa importante, perchè il Signore ha detto che il suo è un Regno non di questo mondo, ma un Regno di giustizia, di verità e di pace ed io ho pensato che la famiglia può essere l'esempio più vero e più bello di questo regno di verità, giustizia e pace e, aggiungiamo noi, di felicità.

Mons. FRANCO AGNESI

Come è stato detto questo seminario diventa sempre più realtà condivisa nel decanato.

Nasce dalle intuizioni dell'associazione "*Abbandonerai, aderirai*" che si è messa subito al servizio della Chiesa locale e questo mi sembra un dono prezioso.

La presenza della prima coppia nella storia della diocesi di Milano che dirige il servizio pastorale familiare è il simbolo per la nostra chiesa del fatto che Essa può guardare in modo più articolato le diverse vocazioni e comprendere come ciascuno può portare un contributo al bene di tutti anche a partire dal Sacramento e dal Carisma che hanno ricevuto.

La loro presenza ci ricorda anche delle attenzioni particolari che il nostro decanato ha nei confronti

della famiglia : del cammino dei fidanzati, della costituzione dei gruppi familiari nelle loro caratteristiche e specificità di cammino spirituale e riscoperta della vocazione, ma anche con tutte le domande che ne possono derivare : dove sbocca quella fraternità che nasce?

Infine l'attenzione alle famiglie in difficoltà. Anche nel nostro decanato c'è un gruppo che sta avviando la riflessione.

Il seminario di quest'anno segnala il fatto che la creatività e le istituzioni possono andare assieme. La creatività che nasce dalla riflessione culturale, dalla conoscenza, dalle esperienze, dall'allargare gli orizzonti, si lega anche alle istituzioni intese come quella realtà che non mi costringe tutti i giorni a chiedermi : "chi sono e dove vado" , "da dove vengo" , "a chi appartengo" , ma che mi garantisce una continuità di legame , alleanza, di trasmissione delle cose importanti e nuove.

Questo seminario mi sembra che rappresenti questo spozalizio fra creatività e istituzione, e dobbiamo sentirci sempre stimolati a guardare le cose in questo modo.

Ci sono doni, caratteristiche peculiari che lo Spirito suscita nella Chiesa, in primis le famiglie, ma anche queste intuizioni creative e di riflessione che aiutano l'istituzione a ringiovanirsi e rinvigorirsi. Ma l'Istituzione porta al servizio, ad una stabilità e continuità che permette di trasmettere e continuare quanto si è sperimentato.

Il tema del convegno mi pare possa richiamare questo concetto : la "felicità" sorprende sempre, non è mai costruibile, però apre subito al futuro, e qui sta la scommessa o la fatica, tema su cui rifletterete oggi.

Certamente è un tema che tocca la famiglia ma anche l'esperienza di ogni cristiano, anche di noi preti, tocca anche il cammino di una Chiesa, di una città.

Grazie per il contributo che darete.



ALFONSO COLZANI

Ci è sembrato bello svolgere la stessa riflessione, sulla felicità e matrimonio, dal punto di vista di due sensibilità differenti.

Io sono partito da una frase di Socrate ricorrente sul web a proposito del matrimonio : *"Sposatevi; se vi capita una buona moglie sarete felici, se ve ne capita una cattiva diventerete filosofi!"*

E' interessante perchè ripropone due luoghi comuni :

- 1) una buona moglie può solo capitare, e, solitamente, capita agli altri,
- 2) se la moglie non è buona, la prendo con filosofia, mi ritaglio comunque i miei spazi, prendo le distanze.

La seconda sembra essere l'opzione più frequentata.

La sintesi di questo aforisma è che, in entrambi i casi, si può essere felici.

Come mai si è arrivati a questo punto? Molti individuano il "colpevole" nel Romanticismo, periodo nel quale il sentimento umano viene enfatizzato e diventa importantissimo; in campo amoroso il sentimento corrispondente è quello della "passione".

Da qui ci siamo abituati a pensare che una delle ragioni per sposarsi, anzi, la migliore, è di provare un sentimento molto forte, una vera passione.

Certo, il romanticismo è una componente della relazione, ma è abbastanza chiaro che avere individuato solamente nell'intensità del sentimento amoroso la ragione del matrimonio, ha condotto molti matrimoni a consumarsi in fretta.

Infatti, venuta meno l'intensità degli inizi, non si riconosce più la ragione fondante del matrimonio. L'amore passionale è tanto intenso quanto fragile.

Molti autori hanno espresso il pensiero che l'idea dell'amore romantico è un po' sorpassato. Ad es. Umberto Galimberti : *"Il sospetto non è più tale, ma è una certezza : ,forse l'amore-passione non è mai stato, per davvero, un' esperienza, ma, in prima istanza, una faccenda letteraria che a poco a poco ha sedotto la religione, la filosofia, l'antropologia, la psicologia e, più in generale, le scienze umane, per poi calarsi nelle onde mediatiche della musica classica e leggera, infine negli inserti pubblicitari, per aiutare le merci ad entrare nei carrelli degli acquirenti."*

E' diventata un' atmosfera talmente avvolgente che, parlando con i ragazzi, si capisce che per loro è quella la prima idea di amore.

Un'altra testimone critica è la scrittrice Katrin Ann Porter, la quale, sottolineando con rammarico la situazione, scriveva : *"L'amore romantico, nel corso dei secoli, si è introdotto furtivamente nel letto coniugale recando i suoi assurdi presupposti dell'amore come eterna primavera, e del matrimonio come una avventura personale volta a conseguire una personale felicità."*

In realtà questa scrittrice è convinta che nella vita dire "coppia" abbia un obiettivo più modesto, cioè quello "di salvare le nostre briciole di felicità dalle inevitabili sofferenze", Quindi, *"se alle basi del rapporto c'è solo la visione romantica del matrimonio, una giovane donna può perdere la serenità, teme che il suo matrimonio fallirà perchè certe volte prova un penoso senso di ostilità verso suo marito ma non può ammetterlo, perchè una tale ammissione minerebbe ai suoi occhi l'immagine di quello che dovrebbe essere l'amore."*

Il romanticismo, quindi, non ci propone un ideale molto alto, soprattutto ci propone un ideale falso.



La tradizione cristiana ha guardato con un altro realismo, almeno fino a prima del romanticismo.

Essa si mette sulla sponda opposta, cioè misurando il matrimonio non sul lato del soddisfacimento, ma sul lato del soprannaturale, della ricerca della salvezza, della santità. S. Francesco di Sales scriveva nel XVII sec. rispondendo ad una donna che era combattuta fra il desiderio di sposarsi e il consiglio di un' amica di rimanere nubile per accudire il proprio padre e, dopo la cui dipartita, consacrarsi interamente a Dio :

"Ben lungi dall' essere un compromesso, il matrimonio sarebbe stato il più faticoso ministero che lei avrebbe potuto intraprendere. Il matrimonio è uno stato che richiede più virtù e più costanza di qualunque altro.

E' un costante esercizio di umiltà, ma da questa pianta di timo, nonostante la natura amara del suo succo, potrete ottenere il più dolce miele della vostra vita."

La motivazione di Francesco, a prima vista, potrebbe apparire un po' scostante, sembra quasi che il matrimonio debba essere scelto perchè più faticoso, quindi in una prospettiva di santità. E' il rovesciamento della motivazione socratica e a noi non piace molto.

Ma, se leggiamo bene, possiamo capire che S. Francesco parla della natura umana, del succo del matrimonio, cioè il più dolce dei mieli lo si trova già in questa vita non dopo, quindi introduce un invito a guardare con attenzione il matrimonio e scorgere una dialettica interessante, cioè quella fra la natura amara e il più dolce del miele, relativo già a questa vita. Ci invita a pensare che la questione del matrimonio non possa essere cercata che in questa dialettica, quella delle parole di Gesù, espresse da Luca: " *Non cercate cosa mangerete e berrete, perchè il Padre Vostro sa che ne avete bisogno. Cercate, piuttosto, il Regno di Dio e queste cose vi saranno date in aggiunta."*

E' un invito a trascorrere la vita del matrimonio guardando in alto e lasciando perdere l'ansia per le cose che potrebbero essere troppo amare perchè queste ci saranno tolte.

Dalle parole di S. Francesco possiamo concludere che, per trarre un beneficio spirituale dal matrimonio, dobbiamo essere onesti, accettare le delusioni, ammettere i nostri atteggiamenti sbagliati, affrontare la nostra tendenza naturale ad essere auto-centrati.

Dobbiamo anche abbandonare l'idea che le difficoltà del matrimonio possono essere superate semplicemente pregando di più o facendo nostri alcuni principi basilari di tipo generale e astratto. Abbiamo ormai capito tutti che questi rimedi agiscono solo in superficie.

Occorre guardare con coraggio dentro al matrimonio, capire come l'amaro e il dolce agiscono insieme, come piano, piano è possibile far scomparire il primo aspetto in favore del secondo.

Constatare con franchezza che, dopo un po' di tempo, gli alti e bassi della passione hanno lasciato il posto ad un percorso più tranquillo, non più passivi e portati dalla passione. E' tempo di agire e camminare con le proprie gambe, bisogna volere l'amore, cercare evangelicamente il Regno di Dio e la sua Giustizia o, almeno, disporsi a volerla vedere, attenderla nella libera manifestazione del coniuge al di là dei nostri tentativi di prefigurarcelo a nostra immagine e somiglianza.

Riusciremo a distillare il più dolce dei mieli? Non sappiamo. Forse, come dice la Porter, riusciremo a " *salvare le nostre briciole di felicità dalle inevitabili sofferenze della vita."*

Ma, in concreto, nella vita quotidiana cosa accade?



FRANCESCA DOSSI

Io parto dalla "felicità. Parlare di felicità significa rivolgersi alla pienezza della vita. S. Giovanni evangelista scrive : *"La vostra gioia sia piena"*.

La felicità allude a qualcosa che oggi sembra quanto mai improbabile, allude ad un appagamento e coinvolgimento totale, quasi assoluti.

Mi pare che la felicità si possa avvicinare ad una situazione di "paradossale coincidenza" tra quello che sono e quello che vorrei essere, tra quello che desidero e quello che ho, tra dove sono e dove vorrei essere, senza sensi di colpa.

Tra ciò che faccio e ciò che vorrei fare, tra il matrimonio che hai e quello che vorresti avere.

La felicità sembra essere una situazione alla quale non c'è più nulla da aggiungere.

Nel matrimonio certamente non è così, ma qualche barlume lo possiamo trovare.

La nostra vita si svolge in larga misura in una atmosfera più opaca, confusa.

Spesso la nostra vita si svolge anche nella riserva : potrei essere altrove, fare altro, sposarmi diversamente, avere altri figli, il mio matrimonio potrebbe essere diverso....Questa riserva nella vita preclude quella coincidenza di cui parlavo prima. Ci rende incapaci di godere di quello che è nostro e ci appartiene per quello che è e come è.

Ci perdiamo il "bello della diretta" che consiste nello stare nella nostra vita semplicemente perchè è l'unica che abbiamo.

Così oggi appare allettante la possibilità di cambiare vita, di cambiare affetti, di trovarne altri più appaganti. Magari è un'idea che ci seduce solo nella fantasia, ma anche questo fa il suo danno. Sempre di più assistiamo a cambi di legami, di affetti, che non sempre garantiscono quello che stiamo cercando, cioè un po' di felicità. Perché, comunque, il dolore da qualche parte scava e la composizione in cui "non occorre più nulla" si perde in lontananza.

Uno stare nella propria vita e lasciarsi alle spalle la riserva, accettare il mio punto di partenza, stare nel proprio matrimonio per quello che è, sono tutte premesse necessarie per la "felicità". Ma, forse, non bastano.

La felicità richiede altro. Se ce la poniamo come obiettivo e non la diamo troppo facilmente per persa, ci interpella ad un livello più profondo, spirituale.

Per la felicità ci vogliono anche occhi e cuore, richiede ricerca, desiderio, una disposizione interiore un po' più sofisticata rispetto alle "giuste strategie", cioè cuore per affetti gustati nel profondo, per uno sguardo di bene per dove mi trovo, cuore per un po' di gratitudine, occhi per tutte le piccole cose che dischiudono un mondo "altro", una dimensione diversa, occhi per tutti gli sprazzi di bene che accadono nelle nostre famiglie, occhi buoni verso se stessi e verso gli altri. Ci vogliono anche occhi attenti, limpidi, luminosi.

Ci vuole un cuore per regalare a ciascuno, non da ultimo a se stessi, il diritto di esistere per quello che è e che siamo.

Niente mi sembra più imparentato con la felicità della percezione profonda e convinta che abbiamo il diritto di esistere per quello che siamo, per come siamo, che siamo al posto giusto nel mondo e nella vita.



Sentirci al mondo unici, voluti, attesi : sentire gli affetti che ho nella loro grandezza, gustarli in quel loro aspetto di rimando all'eternità. L'autorizzazione ad esistere che fa Gesù con tutti coloro che incontra. Sentire di stare al mondo proprio per regalare agli altri questa certezza : è per questo che ogni atto di bene, di gratuità, di attenzione generosa, ci dà la felicità. Il bene dice sempre all'altra, o altro, "gratitudine per la tua esistenza."

Forse il matrimonio è la decisione di mettere in comune questi intenti, cercare di sostenersi a vicenda nel cammino difficile della vita nonostante tutto e farlo confidando nell'alchimia degli affetti.

La felicità nel matrimonio sta nel credere che gli affetti ce la fanno, pur fra mille difficoltà, a farci assaporare la vita eterna.

C'è un punto misterioso degli affetti vissuti fino in fondo che sfugge ad ogni definizione : è una "Grazia", appunto. E' un aspetto che non si può dire, ma che è fatto di tenerezza, vicinanza, gratitudine.

E' un punto che ha il sapore dell'Eternità : "non manca nulla, sono con te e sono esattamente dove vorrei essere".

Questo, nel matrimonio, lo puoi sentire non solo nel vissuto dell'intimità, ma ogni volta che senti la presenza grata dell' altro-altro, il suo passarti accanto un po' complice, discreto, a volte un po' provocatorio, ma leggero. A volte lo puoi sentire nel perdono che ti viene dato inaspettato, o quando sappiamo sorridere con ironia su noi, sulla nostra coppia, sui nostri ridicoli meccanismi.

La felicità si gusta in queste piccole cose che, pure, tengono in vita e ci incoraggiano a vedere il bello e il grande dalla nostra storia insieme.

Più a fondo ancora ci aiutano ad avere uno sguardo di benevolenza e di gratitudine sull'esistenza dell'altro-altra, a percepire il nostro come un cammino grande e benedetto. L'amore, nel matrimonio, richiede capacità di tirarsi indietro, di lasciare all'altro il suo mistero. Non si tratta di distanza, ma di meraviglia sempre nuova di fronte a colui o colei che pure conosciamo da tempo.

Un piccolo pensiero anche ai nostri figli: ad esempio un caffè preso insieme, un momento leggero, scherzoso. Sono momenti che dobbiamo saper cogliere. Una schermaglia in famiglia per le solite banalità, che finisce in una risata. Anche questo potrebbe essere un'allusione a un mondo futuro. Una composizione felice e grata delle riserve di cui parlavamo prima. Anche questo è un momento semplice di coinvolgimento e appagamento della nostra sete di relazione.

Non si tratta di accontentarsi, ma di avere l'occhio sulle cose grandi che, pure, sono seminate nella nostra vita di famiglia.

ROSANNA VIRGILI

Voglio prima di tutto precisare che sono una biblista. Il biblista è un lettore, è qualcuno che si pone dinanzi a una scrittura che allaccia perfino tre religioni: prima di tutto quella ebraica, poi quella cristiana e perché no, quella islamica.

La mia lettura sarà in una prospettiva molto aperta, come quella che ho potuto imparare da questo mondo aperto, complesso, non riducibile a delle linee molto stringate, molto chiare, molto nette. E per questo un mondo vero, quello in cui viviamo assomiglia alla bibbia; è un mondo articolato, c'è la diversità, ci sono i nemici, ci sono gli altri, ci sono i fratelli, ci sono gli sconosciuti, ci sono tante lingue.

Ecco, mi piace molto della bibbia il fatto che parli molte lingue; c'è l'ebraico, c'è l'aramaico, c'è il greco. Per noi poi, per i cattolici c'è il latino e poi ci sono le lingue volgari; e tutto ciò mi parla dell'uomo, mi parla della storia, mi parla dell'evoluzione e del progresso, della diversità che ancora una volta si mette in relazione.

Allora, fatta questa premessa che per me è di metodo, una deformazione professionale; è importante sapere "chi parla" e "da quale prospettiva" altrimenti diventiamo fondamentalisti, prendiamo tutto alla lettera. Con beneficio di inventario prendete ciò che vi voglio dire sulla felicità.

Un'altra piccola premessa è che questo tema mia ha messa in crisi, cosa che non capita spesso; mi ha messa in crisi perché non c'è nella bibbia, la parola astratta "felicità", non c'è, casomai ci sono i felici e quindi vedete come la bibbia è terra terra, molto popolare, frutto di scritture antiche (forse uno dei primi scritti biblici è il proverbio), l'uomo biblico osserva la realtà. Anche Gesù ha un modo semplicissimo di parlare, ma molto profondo, inclusivo, pensate alla parabola; ad esempio parlando di un seminatore può parlare perfino di Dio.

La semantica è quella della pienezza (ringrazio Francesca perché lo ha anticipato); la felicità è una pienezza e come tale è qualcosa che si aspetta, che mai ci potrà essere, perché la pienezza è qualcosa che si attende e quindi il sentimento della felicità è l'attesa; e un altro aspetto di questa felicità è l'alleanza. Cioè non c'è felicità senza speranza. La pienezza cos'è? E' la condizione di Dio, della divinità, solo Dio ha questa pienezza. Allora l'uomo è un concetto mutuato, cioè l'uomo può pensare di essere felice solo in un rapporto, in maniera più precisa o quasi tecnica, di alleanza.

La felicità è un contagio; se io sono in contatto con chi è felice, Dio in questo caso, allora anch'io sono felice, io assaporo, sto dentro, è un luogo. Però ovviamente il contraccolpo sull'essere umano è veramente quello dell'attesa, della ricerca.

Io direi che, quando vediamo i felici, vediamo "una visione", c'è un velo tra noi e la felicità, ma questo velo è la vibrazione della stessa, non è la negazione. L'assaporare è una vibrazione, accende il desiderio, è il motore di tutta la parola biblica, e dell'uomo biblico, e del mondo, forse, addirittura del cosmo insieme con l'uomo.

Dunque nella bibbia c'è una grande metafora della felicità: è la terra promessa che io ho definito *l'abito dei sogni*. Che cos'è la terra promessa. E' quella terra verso la quale si anela, è la sponda di quella quotidianità di cui parlava Francesca; lei diceva *non è un accontentarsi, possiamo cogliere tanti aspetti positivi, però ci vuole una sponda*. Per poter



cogliere tutte queste cose buone, per esempio della famiglia, ci vuole una sponda; questa sponda è una visione che va sempre oltre e che è indispensabile.

Tutta la bibbia tende verso questa terra promessa, comincia con l'eden che poi diventa una terra perduta e quindi una terra ri-promessa o comunque attesa e poi ovviamente l'esodo.

Di cosa si colora la felicità? (se la terra promessa è la felicità). Si colora innanzi tutto di un patto. Il patto è questo: io ho ricevuto da qualcuno un ascolto, un orecchio, Dio. Dio ha porto l'orecchio e ha fatto un patto con me: prende nelle sue braccia tutta la mia giustizia, Chiara parlava di giustizia libertà e verità, questa è la felicità!

Da questo patto cosa nasce? nasce la promessa di questa terra e in questa terra c'è // *Cristo re*, non ci saranno più i faraoni; è questa la felicità, un luogo dove non ci sono padroni. I Battezzati sono re, profeti e sacerdoti; prima di tutto siamo re, tutti i battezzati. Re che significa? non c'è nessuno che ti comprime e quindi tu sei veramente nato libero (Israele in questa visione nasce libera; per diritto divino, non per diritto naturale, la bibbia non si occupa mai di diritto naturale). Allora tu nasci libero e la libertà è l'onda della felicità; non c'è beatitudine senza libertà.

Si può essere poveri ma liberi (beati i poveri), si può essere poveri anche schiacciati come Abele ma liberi; questa è la grande sfida che attraversa tutta la bibbia fino alla nuova Gerusalemme.

La nuova Gerusalemme è il ricamo della libertà.

Invece la giustizia, quella retributiva, non permette la felicità, quella ci sembra giusta.

La grazia è un'ingiustizia, è una cosa che sconcerta e proprio per questo, per essere accolta chiede molta incoscienza e chiede certe volte un po' di crudeltà.

Il linguaggio biblico chiede più l'intuizione che l'elaborazione teorica e logica.

Questa terra è gratuita (sappiamo tutti quanto è costata, il sacrificio, la legge dell' oherem, cioè il sacrificio dello sterminio di tutti i popoli che vi abitavano. Questa è anche la grazia, il passaggio da Eros ad Agape; l'agape chiede un sacrificio, chiede il sangue, è caustica e tutto ciò è anche la grazia.

La felicità quindi non è certo *acqua di rose*; non è solo star bene, la felicità nella bibbia è una cosa molto dura, è come i diamanti; è la cosa più luminosa più dura e più trasparente e la più preziosa, cerciamola! Ci farà molto male? E' una cosa che ci prende da dentro e soprattutto che chiede un corpo aperto, cioè un patto. Chiede quel corpo di Gesù sulla croce aperto a due dimensioni, quella del cielo e quello della terra; è una ferita che può infettarsi facilmente perché ci sono molti germi.

La felicità nella bibbia si costruisce, come diceva Alfonso. E' qualcosa che si vuole, che si deve volere, perché non può prescindere da un atto di libertà.

La passione invece, magari in un primo momento ci travolge ma chiede un SI.

Una passione per essere vissuta chiede un *esserci*, un *andare verso*; costruire vuol dire entrare in un patto, entrare in una relazione, dire di sì. Cioè si riconosce che in questa relazione c'è una questione di vita o di morte. Il mondo biblico non concepisce un mondo individualistico come il nostro. E' una lettera antica da cui però possiamo ricavare molto facendo un passo in avanti.

Li c'è una parola che forse nella costruzione della felicità è la più coinvolta: la fedeltà; una nuova fedeltà. La fedeltà è spesso vista come l'essere sempre uguali; la fedeltà invece è altro, è il rimettersi in gioco e ricominciare.

Ricominciare è la fede; all'uomo non si può chiedere di non ricominciare, anzi: io dico che la profezia è l'arte del ricominciare; il perdono è un atto di ricominciamento.

Ricominciare significa essere fedeli. La fedeltà è stare dentro una relazione, dove c'è qualcosa che tu non puoi controllare, tu non sai quello che sarà domani, dove non sai nemmeno fino in fondo quello che è oggi; c'è sempre questa istanza della felicità che è *bere* al mistero; bere al mistero vuol dire costruire la fedeltà, la fedeltà è come la stanza della felicità; devi costruire questa stanza per potervi giocare dentro. Felicità è muoversi dentro un ambiente, respirare in un luogo ossigenato.

E poi c'è l'altra grande categoria della costruzione della felicità in cui la bibbia è assolutamente maestra: tutta la bibbia è letteratura sapienziale, ci sono anche testi che vengono chiamati appunto sapienziali cioè dove si costruisce proprio la felicità.

La sapienza è l'arte del governare, cioè l'arte del costruire le cose e di tenerle insieme e, se c'è una finalità nella sapienza biblica è proprio la felicità che sta dentro quelle categorie che abbiamo detto; allora lì non si dimentica nessun aspetto, c'è proprio l'aspetto minimalista di una educazione alla felicità, cioè a vivere in un patto, a vivere in una relazione.

Il terzo punto è questo: la felicità è una visione, ci si prepara verso.., si impara vivendo dentro una relazione ma c'è qualcosa che ci fa assaporare questa felicità; nella bibbia è il vocabolario della gioia.

La gioia si può pensare come *stille della felicità*.

(Immaginate quell'effetto che si usa nei presepi dove la luce passa attraverso una carta scura in cui vengono fatti dei fori e da lì esce la luce)

La gioia ha delle metafore; l'olio, la dolcezza (*come è bello e soave che i fratelli vivano insieme*) *lo stare insieme, godere insieme*, senza "insieme" non c'è gioia; questo insieme è morbido, è qualcosa che tocca il corpo (*è come olio profumato che scende sulla barba*).

L'olio è una categoria teologica; i re, i profeti, i sacerdoti sono unti, Gesù è "l'unto". Le promesse messianiche sono promesse di felicità.

Un'altra metafora è il vino; il vino rallegra il cuore dell'uomo, il vino è il segno della terra promessa, il vino è l'abbondanza, il vino è l'anticipo della felicità, il vino inebria, il vino è quello che sposta i paletti di ciò che a ciascuno è dovuto, il vino è un'esuberanza.

La gioia per eccellenza è il matrimonio e la famiglia, la voce dello sposo e della sposa, cioè di due persone in relazione. La coppia è privilegiata anche come simbolo dell'alleanza tra Dio e il popolo. Dio si rivela nella coppia in Israele, si rivela come patto, alleanza, fedeltà, come luogo in cui diversità si toccano; e nel toccarsi, nello sfiorarsi della voce, nasce il concerto. Non è il sovrapporsi delle voci, è che le due voci vengono a concertarsi e creano la gioia e l'allegria.

Allora che cos'è la gioia?

E' la sentinella della vita, e la felicità è la vita, la pienezza della vita.



Già e non ancora diciamo noi cristiani; sarebbe troppo *già*; non ce la faremmo a resistere con il nostro corpo; Paolo cerca di spiegare: un corpo assolutamente libero, pneumatico, spirituale: il corpo del risorto, che anche noi viviamo *già e non ancora*.

E' una parola che attraversa tutta la fede biblica.

La rugiada del mattino è la felicità.

La felicità chiede una intimità, chiede una consegna di sé. Altrimenti non è possibile viverla, perché chiede un abbandono, un esserci dentro, un andare verso..

Un'altra metafora deriva dalla benedizione

Le benedizioni di Dio vanno tutte nel verso della gioia perché portano la sua realtà di beatitudine e di pienezza; le tre benedizioni classiche dell'uomo giusto, dell'uomo pio sono la salute, la ricchezza, i figli.

L'uomo che non ha dei figli è l'uomo più infelice della terra.

L'espressione della gioia nelle metafore in famiglia è il massimo nel banchetto.

Pensate all'eucaristia.

L'eucaristia è il momento della gioia per eccellenza nella nostra liturgia.

il banchetto porta la pienezza. Il banchetto nella sapienza è qualcosa in cui non ci si sazia solo di pane ma anche di acqua, vino; è il banchetto della gioia e l'anticipo della felicità perché si mangia anche carne e si beve vino.

Carne e vino sono la sapienza, l'intelligenza.

Approfitto allora per collegare anche un'altra parola alla gioia e alla felicità: la conoscenza. Felicità non è quella della droga. Il fenomeno non è marginale e va trattato con molta serietà proprio a partire da qui. Chi usa stupefacenti stimola i neurotrasmettitori in maniera artificiale che fanno provare il piacere (se ascoltiamo un tossicodipendente dirà che è felice); quindi oggi è molto ambiguo parlare di felicità, di star bene, perché la felicità me la posso costruire.

La bibbia invece non ci parla mai di una felicità che non sia sapienza, che non sia cogliere il senso profondo delle cose; e il senso profondo sta nel confronto con l'altro.

Non può esserci beatitudine se non c'è conoscenza e la conoscenza non può passare se non attraverso il rapporto con l'altro (*figlio ascolta i consigli di tuo padre*).

Dio ha messo nell'uomo la percezione dell'infinito, questa è la porta della felicità.

Non c'è felicità senza uno spazio infinito; perché è un allargamento, è un respiro, perché c'è l'anima di mezzo, non c'è solo il cuore.

Io vorrei mettere in gioco la parola anima. L'anima è il passaggio tra ciò che è fuori e tra ciò che è dentro; Gesù dice: purificate ciò che è dentro.

La felicità è un esodo, è guardare verso... . Siamo troppo autoreferenziali; pensiamo a come noi potremmo essere felici mettendo sempre noi stessi, la nostra casa, la nostra famiglia come il contenitore ma non è così, e l'esatto contrario.

E' un po' come il rapporto con i figli. E' un rapporto molto dinamico. I figli sono altro da noi e ci obbligano a uscire da noi stessi.

I nostri figli vanno consegnati alla felicità e in questa consegna c'è un'altra parola: la castità.

Vi do delle suggestioni: non è il risparmio del corpo, anzi, è un corpo aperto che rimane sospeso, sono mani che non toccano e questa è la gioia.

E' come se dovessi schermirti dalla gioia, perché se ti attraversa è più forte di tutto. Non puoi tollerare una gioia, un dolore magari lo tieni per te la gioia la devi comunicare. La gioia è un attraversamento e in questo attraversamento non può mancare la speranza. La speranza nella bibbia è un annuncio di ciò che verrà. Il kerigma è il vangelo, è l'annuncio, il buon annuncio. E' l'annuncio della salvezza, è il miele che supererà l'amarezza. Non c'è annuncio se non in una serie di alleanze e questa è la salvezza, cioè la vita, la vita eterna, è questa salvezza che ci vede riconciliati. La felicità è la riconciliazione, è la cicatrice della pace. La famiglia nella bibbia è piuttosto un godimento, è un piacere. Dice Isaia ... è scoprirsi nel cavo della mano di Dio, tornare bambini (non "restare" bambini! Tante volte noi cattolici sembriamo essere rimasti bambini)

La felicità ha bisogno di un attraversamento. La felicità è una consapevolezza nel dono. Oggi credo sia fuori moda la parola felicità, circa l'attesa. Forse è una parola che appartiene di più alle grandi ideologie, alla modernità, oggi siamo in post-modernità. Tutto deve realizzarsi nell'immanenza, adesso. Viviamo in un mondo in cui tutto sembra già realizzato e quindi cosa attendiamo? E' una bella domanda! Come si fa a costruire la felicità in un mondo così diviso dove ognuno costruisce per se? La crisi della coppia c'è anche quando non c'è.

E ancora la gioia, questi puntini nel cielo, queste stelle, stille e stelle chiedono la percezione e l'esperienza della trascendenza. E la trascendenza va restituita. La trascendenza è il senso sacro dell'altro. L'altro è un terreno dove io devo mettere i piedi ma senza le scarpe. A proposito poi di passioni tristi, io sono un'ottimista, ci vogliono le passioni! Io le definirei passioni miti, che si propongono, passioni dolci, passioni sussurrate ma che devono portare in alto. Ci vuole tempo per costruire. Impegniamoci e pretendiamo che ci venga dato il tempo per costruire la felicità.

I ringraziamenti sono i miei per voi, e per tutti quelli tra voi che, con tanta cura e con tanta passione, hanno organizzato questo incontro e, nell'arco di lunghi mesi, hanno affinato e distillato questo tema. È un tema, come diceva prima Rosanna, di straordinaria vastità e di grande respiro, al quale occorre avvicinarsi davvero con passi felpati. Che cosa ci racconta questo tema? Ci racconta, come viene sottolineato anche nel titolo del nostro incontro, che viviamo in un'epoca di *passioni tristi* e, per arrivare alle *passioni miti* che Rosanna ci fa intravedere, ci sono alcuni passaggi.

Io credo, spero tanto di poter essere una di quelle persone che portano passioni miti nell'epoca delle passioni tristi.

Sicurezza in cambio di felicità

La felicità oggi è in vendita, in molti modi.

Come si vende oggi la felicità? Non solo sotto forma di merci, ma anche sotto un altro profilo, perché c'è di mezzo una forma di rinuncia che la rende tutto sommato più simile a qualcosa di cui si può pensare una commerciabilità.

Spesso, nei nostri contesti quotidiani, assistiamo alla rinuncia ad una felicità più globale, ad una felicità più condivisa, più mondiale, più interpersonale, per arrivare invece ad avere in cambio una felicità privata.

Quella che più comunemente viene considerata felicità nelle nostre vite individuali (sul tram, piuttosto che nel posto di lavoro, piuttosto che nei condomini) è quest'aspetto purtroppo molto più privato, fatto di consumi, di egoismi, di un *particolare*, fatto anche di un attaccamento a moltissime sicurezze. Invece, come ci ha appena detto Rosanna, forse tutto ciò che è sicurezza ci allontana un poco dalla felicità.

Io credo che felicità e sicurezza viaggino insieme soltanto fino ad un certo punto, mentre oltre un certo limite devono distinguersi.

Invece il mondo che ci circonda, il panorama dentro il quale viviamo ogni giorno, è un panorama connotato da una profonda insicurezza: forse anche per questo la felicità viene abbinata alla sicurezza, perché è la sicurezza quello di cui sentiamo la mancanza. Vedremo strada facendo come felicità e mancanza siano legate da una relazione piuttosto intensa ed imprevedibile...

Nell'arco di alcuni decenni siamo passati da *un futuro definito come promessa*, un futuro che attivava l'energia, la progettualità, anche gli investimenti, insomma anche l'economia, come anche Rosanna ci ha già raccontato, ad *un futuro-minaccia*. Un futuro che non è più visto come qualcosa verso il quale ha senso andare, verso il quale ha senso muoversi, piuttosto, al contrario, come qualcosa da schivare, da collocare nella categoria dei rischi, dei pericoli.

La categoria del rischio è molto presente nelle nostre vite quotidiane: il rischio di perdere il lavoro, il rischio di diventare persone che faticano a far parte del contesto sociale, il rischio di perdere alcune delle cose che abbiamo. E' quindi piuttosto comprensibile che ci sia questo baratto fra felicità e sicurezza. Tra l'altro questa è una vecchia storia: lo diceva anche Freud che gli umani sono ben disposti a barattare un po' di felicità in cambio di un po' di sicurezza e che questa forse è anche un po' una inevitabile conseguenza della nostra natura umana limitata.

Questa natura umana limitata, piena di paura intrinseca verso la vita, contiene dentro un nucleo profondo di paura che viene dalla nostra fragilità. Questo nucleo nascosto di

angoscia riceve dal mondo esterno risposte che ci dirottano, ci fanno male, molto male, perché dentro un'ideologia utilitaristica qual è quella che intorno a noi così massicciamente respiriamo (e la respiriamo in modo talmente massiccio che le generazioni che ci sono nate dentro non la percepiscono forse neanche più così chiaramente, così come il pesce non percepisce più l'acqua dentro cui nuota), i criteri di felicità sono diventati dei criteri quantitativi. Non solo, ma respiriamo anche un'aria di rischio, un'aria connotata da un'ideologia dell'emergenza, e l'ideologia dell'emergenza ha a che fare con il concetto di tempo.

Tutto ciò che viene vissuto sotto la bandiera dell'emergenza ha un tempo corto, ha un tempo accelerato, concitato, un tempo che è quello dell'adesso o mai più, del tutto e subito, e questo accorcia il respiro: quella aspirazione che Rosanna citava diventa una respirazione affannosa e nella respirazione affannosa mi manca l'aria, la voglio subito, non posso aspettare.

E allora, chiaramente, se noi mettiamo insieme tutte queste cose, la perdita di futuro, il futuro vissuto come minaccia, l'ideologia dell'emergenza e l'ideologia utilitaristica, ecco che l'unico imperativo diventa: "Come faccio a cavarmela?" Cavarsela vuol dire che tutto sommato mi posso rifugiare bene nella mia vita privata, costruire una bella barricata intorno al mio privato, eventualmente se lavoro per la felicità ci lavoro in termini di benessere che è, se volete (adesso uso un termine un po' pesante), la parte un pochino più "depressiva" della felicità, perché è la parte dove il respiro è corto e lo sguardo non ha orizzonti lontani, ma è in qualche modo concentrata sul presente.

E allora che succede? L'umano trasforma il motore principale della sua vita, che è il desiderio, che è questo guardare un poco più in là, un poco più oltre, questo stare con la mancanza, lo commuta in voglia.

Dai desideri alle voglie

Attenzione però: tra la voglia e il desiderio, per l'appunto, c'è di mezzo il tempo, ci sono di mezzo gli altri, c'è di mezzo la volontà, l'impegno, una certa capacità di tenuta di fronte agli eventi... Ci sono di mezzo tutti gli elementi che sostengono i legami tra le persone: Quando tutti i desideri si saranno trasformati in voglie, i legami saranno le prime cose che ne soffriranno, questa è l'inevitabile conseguenza..

Se le persone non trovano quello che desiderano, finiscono per accontentarsi di desiderare quello che trovano e vanno a desiderare quello che è accessibile. Cosa è accessibile oggi? Qualcosa di qualità veramente bassa rispetto al profilo alto della felicità.

C'è una filosofa molto interessante, vive non lontano da queste parti, Luisa Muraro, sicuramente la conoscerete, che parla del "mercato della felicità": laddove la nostra vita quotidiana è connotata da intolleranza, precarietà, solitudine e ora anche da frustrazione per i mancati consumi a cui eravamo abituati, l'infelicità e la delusione chiaramente sono la cifra dentro la quale la maggior parte delle persone vive la propria vita quotidiana.

L'infelicità attuale è fatta di questa distruzione degli orizzonti ideali, è fatta del rimpicciolirsi della speranza, è fatta di questa mancanza di un'idea di futuro e l'equazione che Francesca prima tracciava, la felicità come risultato di ricerca più desiderio, più apertura del cuore, Luisa Muraro la allarga ancora, la allarga al mondo e dice che la felicità è fatta di libertà e di giustizia.

Andiamo un poco a recuperare altre angolature ancora, e pur non dimenticando che viviamo nell'epoca delle passioni tristi, cerchiamo qualche ulteriore chiave di lettura, stavolta più centrata sul mondo interiore, e sulle vicende delle relazioni che stanno a fondamento della nostra vita.



Cercherò adesso di condividere con voi una nuova chiave, interessante a mio parere, che riguarda il modo in cui nella nostra vita personale, come esseri umani, attraversiamo diverse vicende circa la felicità, sempre a ponte tra questa grande tematica della mancanza e l'altra grande tematica appunto del desiderio.

Come se la felicità fosse per l'appunto un sottile ponte, anche un poco oscillante, anche non molto solido qualche volta, ma è quello che dobbiamo attraversare tra la mancanza e il desiderio. Vi racconto per prima cosa una storia molto breve, poi andremo verso quest'area, e da ultimo parlerò di come tutto questo si può leggere, raccontare, declinare all'interno della vita di coppia. Metteremo il nostro sguardo proprio su questo.

Costruire e creare

La storia che vi racconto è la storia dei tre spaccapietre.

C'erano dei pellegrini (ricordiamo i pellegrinaggi che nei secoli scorsi si svolgevano lungo la via Francigena, fino a Santiago de Compostela) lungo questa via tuttora molto praticata (per molte persone quest'esperienza è ancor oggi particolarmente forte). Allora, c'erano dei pellegrini che percorrevano la via Francigena. Durante il viaggio incontravano delle città nelle quali trovavano alcune persone all'opera, operai che stavano lavorando. Il viandante di cui ci occupiamo incontrò per primo uno spaccapietre: era sudato, agitato, arrabbiato. Scalpellava i pezzi di pietra con astio, gli andavano dei frammenti negli occhi e lui malediceva la pietra che stava lavorando. Allora il nostro viandante domandò allo spaccapietre: "Buon uomo, ma cosa sta facendo?" – "Eh, sto facendo una cosa terribile, non vede? Sotto questo sole, sto male, soffro! Vede cosa mi tocca fare, vede cosa succede nella mia vita? Guardi che orrore, tra poco mi ferisco e forse mi farò male e non potrò più neanche lavorare!". Il viandante, turbato, continuò a camminare. Dopo pochi chilometri trovò un altro spaccapietre, anche questo sudato e affaticato, provato dal peso di quello che stava facendo, ma mentre lavorava stava a testa alta e sul suo viso non c'era forse un sorriso vero e proprio, ma c'era un'aria forse un pochino più serena, un pochino più calma, tant'è che il nostro viandante domandò allo spaccapietre: "Buon uomo, cosa sta facendo?" E lo spaccapietre gli rispose: "Guardi, io sto lavorando perché ho una famiglia e attraverso questo lavoro molto duro, molto faticoso, sto cercando di guadagnare il pane per la mia famiglia. So che è piuttosto impegnativo, ma lo faccio perché ho uno scopo e quindi anche questa fatica la accetto". Il nostro viandante continuò ed arrivò ad incrociare un terzo spaccapietre. Anche costui come gli altri due stava spaccando pietre, era ugualmente impolverato, era stanco, affaticato da quello che stava facendo, ma mentre lavorava sorrideva e cantava, e cantando si dava un ritmo. I suoi gesti erano pieni di energia, e il suo lavoro aveva un che di elegante, armonioso. E allora il nostro viandante, molto sorpreso, gli chiese: "Buon uomo, ma cosa sta facendo?". Il viaggiatore si era ormai fatta un'idea un poco diversa di questa fatica di vivere, e invece il terzo spaccapietre alla domanda rispose: "Ma non vede? Io sto lavorando per la costruzione di una cattedrale!". Ecco, questa felicità che noi possiamo costruire in che modo è collegata a questa idea, a questa tensione, a questo essere parte di qualcosa, collegata in qualche modo a questo senso profondo, a questa trascendenza, a questo sviluppo del nostro sé, che va oltre il contingente? Laddove la nostra vita quotidiana è iscritta solo nel circuito della contingenza, la felicità non è possibile perché è tutta dentro il cerchio della sopravvivenza. Perfino laddove la nostra felicità ha un orizzonte relazionale anche carico di amore, anche potente, come una famiglia, darsi da fare per una famiglia, forse neanche questo è sufficiente, perché quello che io faccio è volto ad un fine esterno che non è racchiuso nel mio fare stesso. Il fine è spostato al di fuori della mia azione, nella famiglia, per esempio,



io faccio quella data cosa come mezzo per perseguirne un'altra, non sono totalmente lì, non posso essere totalmente felice.

Invece il terzo spaccapietre era felice perché stava lì era se stesso nell'atto che compiva, era felice perché, anche se faticava, lo sforzo che faceva aveva immediatamente dentro un senso, viveva la sensazione di partecipare a qualche cosa di più grande, di importante, di significativo; gli dava la possibilità di essere artefice di qualcosa che avrebbe trasceso la sua persona, di partecipare ad un progetto (e ad un processo) creativo, diremmo oggi.

Evento, fortuna o creazione

Questa è una delle dimensioni di senso che troviamo già dentro l'etimo della parola felicità. Marco Noli questa mattina ha anticipato un primo riferimento a questa lettura, perché felicità in italiano viene dal latino *felix*, il quale deriva da questa radice *fe-* che vuol dire *fecundus* e che poi ritroviamo anche in *filius*, *femina*, *foetus*, *ferax* (*ferax* era la terra piena di frutti). Allora se la felicità non dà frutti non è tale, se non è l'inizio di qualche altra cosa, se non è dentro un qualche cosa di più grande, come fa ad essere felicità? Se è tutta chiusa dentro il suo cerchio, non sviluppa, non produce. Vedete che la parola *fe-* ha proprio questo slancio, questo andare verso qualche altra cosa. C'erano anche molte altre parole nelle lingue antiche (Rosanna aveva riportato la sua ricerca in questo senso): nella lingua greca c'era *eudaimonia* e poi ce n'era un'altra, che era *eutichia*. Erano due tipi di felicità differenti: la *eudaimonia* era il buon demone (demone inteso nello stato d'animo, il mood, lo spirito che ci abita), mentre *eutichia* era la buona sorte. Quindi abbiamo due angolature di felicità nell'antica Grecia, o come qualcosa da acchiappare, o come qualche cosa che io invece posso in qualche modo costruire, perché un buon *daimon*, un buono stato d'animo, forse lo posso un po' costruire. Però c'è anche l'altro verso. Che cosa acchiappo, con che cosa mi connetto (quelle stelline bucate sul cielo di carta del presepe citate da Rosanna), in che modo posso alzare gli occhi e cogliere qualche cosa?

Ci sono anche altre angolature interessanti; anche la lingua tedesca parla di felicità, come *Gluck*, e la collega così alla fortuna; quindi è un po' come l'*eutichia*. La lingua inglese (*happiness*) la collega a *to happen*, accadere; nell'accadere c'è questa ottica un po' a ponte tra ciò che posso afferrare e cosa posso invece costruire. In francese è bellissimo perché le *bonheur*, è la "buona ora"; forse il francese è l'unica lingua che collega la felicità al tempo. Chiaramente se la felicità è in vendita non può essere altro che immediata, privata, consumata, consumistica, egoistica e *particolare*. E se invece fosse socializzata, allora sarebbe collettiva e globale, e forse un poco più di futuro lo potrebbe avere? Chissà?

Tra la nostalgia e l'anelito

Se andiamo dentro la psiche, se andiamo dentro i passaggi più centrali, più profondi di noi stessi, di felicità non ne esiste un solo tipo, non ne esiste solo un'angolatura, Finora abbiamo un po' connesso la felicità a qualche ambiente esterno, oppure a qualche filo che ci porti un poco oltre il contingente; adesso facciamo un passo indietro, entriamo dentro. Seguiamo un percorso tracciato da uno straordinario psicoanalista argentino, Luis Chiozza, che ha ricercato la radice della felicità negli interstizi che si producono tra la nostalgia e l'anelito.

Che cosa ci racconta questo percorso?

Nella nostra vita quotidiana ci sono giorni in cui ci sentiamo di malanimo, scontenti nel profondo di noi stessi, e ci sono giorni in cui tutto sembra meraviglioso e i nostri limiti



personali, così come le difficoltà del vivere sembra improvvisamente che non abbiano più tanta importanza. Ci sono anche giorni in cui viviamo un senso di benessere, siamo contenti nel nostro animo: sono giorni magici in cui non siamo più così interessati a percepire noi stessi e i nostri bisogni, ma siamo in profondo contatto col mondo, con gli altri, con la forza della vita che scorre...

Sono sfumature diverse del vivere, connotate da sentimenti di fondo assai differenti: c'è la tristezza, c'è la gioia, ma c'è anche un'altra condizione dell'anima (quello cui accennavano sia Rosanna che Francesca), più leggera, più in contatto con l'universo, nella quale ci dimentichiamo per un po' di questo io individuale che ci impaccia e ci impegna tanto con i suoi bisogni e le sue istanze.

Nella nostra vita come persone umane, che cos'è la felicità? E' una grande domanda che ci poniamo fin da bambini, e forse la risposta a volte la troviamo nell'avere dei beni, nell'immaginarci una fortuna, ma probabilmente questo non ci porta da nessuna parte. La felicità umana sta piuttosto nell'attraversare questo ponte che stabiliamo tra il passato e il futuro, tra la nostalgia, la mancanza di qualcosa, e l'anelito, il desiderio di qualcos'altro.

Stiamo indagando un territorio che ci permette di compiere, rispetto alla ricerca della felicità, un rovesciamento di paradigma. Di solito si pensa che la felicità consista nel colmare una mancanza, o nel perseguire un'obiettivo. Invece, come umani, forse possiamo intravederla anche nei passaggi tra una mancanza e un desiderio.

Prima felicità e prima mancanza

C'è una stagione nella nostra vita, quando siamo molto piccoli, in cui abbiamo il lusso straordinario di vivere, per parecchi mesi, una sensazione totale, meravigliosa, benefica, di fusione completa col primo nostro contenitore di amore, che è la mamma. In quel momento, siccome io e la mamma siamo una cosa sola, e siccome di conseguenza il seno della mamma è un prolungamento di me stesso, io penso come bambino che tutto il bene stia dentro di me e che tutto il male stia fuori. Questo lo pensiamo qualche volta anche da grandi, lo pensiamo ogni volta che nel lavoro, in uno sport, in una impresa che compiamo insieme agli altri, incontriamo un elemento negativo: allora cominciamo a pensare che tutti i problemi dipendano dagli altri.

E' questo un tipo di felicità abbastanza particolare; è fisiologica, è normale nella nostra vita una felicità di questo tipo in quel passaggio, ma vedremo poi come ce la portiamo dietro in alcuni momenti da grandi, da adulti: quando nostro figlio fa qualcosa di buono pensiamo "mio" figlio, mentre quando fa qualcosa di sbagliato diventa "tuo" figlio. Questo confine della felicità riguarda se stessi.

Appena nati, dunque, attribuiamo a noi stessi, alla grande unità di amore mamma-bambino, tutto ciò che è buono. E' così che possiamo creare l'immagine del nostro io primitivo.

Fermi un attimo: non è esattamente la stessa cosa che accade all'inizio della relazione di coppia? Nell'epoca magica dell'innamoramento, non siamo forse di nuovo così totalmente fusi-confusi-spalmati l'uno nell'altra, e tutto il bene è qui, e del resto del mondo ci importa così poco che siamo un cuore ed un'anima sola, e una capanna ci basta ed avanza? Questa è la felicità, all'inizio, per gli innamorati, chiusa nel cerchio del loro abbraccio. Tanta felicità da azzerare di nuovo il confine del proprio sé, come da neonati con la mamma, tanta felicità che quella di dopo, quella dell'amore adulto, a volte ci può sembrare più pallida, in confronto.

Ma torniamo ai tempi della nostra infanzia, tanto tutto è cominciato lì.

Un bel giorno (anzi un brutto giorno), scopriamo che il seno materno che credevamo parte



di noi stessi si allontana, e ci accorgiamo con angoscia che si allontana e ritorna indipendentemente dalla nostra volontà. Per la prima volta nella vita ci assale questo tremendo sentimento di mancanza, questo vuoto, la pancia vuota e il richiamo gridato e pianto, la matrice di tutte le mancanze successive, quelle che poi la persuasione mediatica tenta di colmare, fornendoci a pagamento (in abbonamento o in comode rate) seni finti di tutti i tipi.

Seconda felicità e seconda mancanza

Questa nostra prima esperienza di mancanza è la radice del bisogno degli altri: fin quando l'altro non lo percepiamo staccato da noi, non avvertiamo un vero e proprio bisogno dell'altro, semplicemente perché l'altro è già dentro di me, l'altro sono io. Un cuore e un'anima sola, ci si capisce al volo, senza parlare, in presa diretta, desideriamo le stesse cose per definizione, non c'è discontinuità tra me e te, non c'è distinzione. Lo sguardo che si scambiano una mamma col suo neonato è uno sguardo di felicità, è lo sguardo degli innamorati al tempo dei violini.

Ma appena percepiamo che la presenza affettiva dell'altro e la disponibilità a prendersi cura di noi non dipende dalla nostra volontà (anche questo è un aspetto interessante all'interno della coppia), allora sì che ne sentiamo la mancanza. Allora cosa ci inventiamo quando siamo molto piccoli? Ci consoliamo con la convinzione di essere il centro dell'universo: "Sì, l'altro mi manca, ma non mi interessa l'altro; sono io il centro del mondo in cui vivo e sono il protagonista di tutto quello che avviene, della storia migliore possibile".

Questo stadio è fisiologico nella nostra vita. Se non lo abbiamo attraversato ci mancherà per sempre, e comunque non c'è scampo, anche se solo un poco, resta in noi questo bisogno di essere al centro dell'universo, anche rispetto al partner. Soffriamo moltissimo per questo motivo quando qualcun altro, diverso dalla nostra augusta persona, realizza qualcosa di molto bello: chiaramente ci sta rubando la scena! Eccoci che tentiamo di sminuire questa persona che realizza queste cose così belle.

E la felicità appena riconquistata, appena riacchiappata per la coda dopo aver sperimentato l'angoscia della prima mancanza, si ritrasforma di nuovo in infelicità: la mancanza della certezza di restare al primo posto. Allora cerchiamo di ignorare l'altro e di prendere il suo spazio, occupare la sua posizione. In fondo questa è una delle ragioni per cui ci dispiace un po', in fondo al nostro egoismo umano, prestare attenzione ai meriti altrui, stimarli e godere di essi. In realtà, quando siamo dentro questa esperienza di infelicità, diventiamo abbastanza incapaci di percepire i bisogni, le emozioni e i punti di vista altrui e soffriamo quando sentiamo che gli altri non ci considerano e non ci applaudono abbastanza.

Con questo secondo passaggio abbiamo cercato di riconquistarci la felicità, abbiamo cercato di compensare la sofferenza sperimentata con la prima mancanza: abbiamo cercato di compensare quel vuoto originario prodotto dalla scoperta di essere uno, separati, distinti, non più fusi nella sicurezza totale dell'abbraccio, non più avvolti da un legame d'amore assoluto.

Cerchiamo allora di essere i primi, di ricevere almeno l'applauso, gli altri ci devono almeno questo, visto il terribile dramma della mancanza che abbiamo sperimentato...

Con questa soluzione di essere felici attraverso l'essere sul podio del vincitore abbiamo però ben presto anche fatto un'altra dolorosa scoperta: i nostri simili ci contendono il centro del mondo e quindi neanche questa è una felicità.

Oggi è molto diffuso questo tipo di felicità, c'è una spinta fortissima verso la competizione,

a qualunque prezzo, a vincere e sbaragliare gli avversari, a cercare ogni mezzo per emergere, anche sulle pagine dei giornali per ragioni poco onorevoli, bene o male, purché se ne parli. Viene contrabbandata la fama, la notorietà, l'applausometro, con "la" felicità. E invece questa è una felicità fragilissima perché, appena qualcuno ce la contende, dal primo posto possiamo finire molto facilmente all'ultimo. E scoprire questo altro tipo di infelicità, dove ci è stato tolto qualcosa, una infelicità da cui scaturiscono gelosia, rivalità, invidia, risentimento, amarezza.

Se da grandi cerchiamo la felicità soltanto qui, certamente si tratta di una delle più fragili, con alto rischio di generare, quando sperimenteremo la mancanza, tutti questi altri sentimenti, così diversi dalla felicità.

Nonostante tutti i modi in cui possiamo conquistarci il primo posto, è quasi inevitabile che prima o poi qualcosa di meno piacevole accada. Lo sapevano bene la matrigna di Biancaneve, le sorellastre di Cenerentola, il regista che quest'anno non prende di nuovo l'oscar, i funzionari delle grandi Banche fallite nel 2008...Lo sa bene quello/a dei due partner che era felice di essere più bello, più ricco, più famoso, più intelligente, più sexy dell'altro/a, e che, ove non sia riuscito a bloccarlo per sempre, non sa capacitarsi del cambiamento dell'altro/a, lo/a rivorrebbe come prima, in eterna adorazione e sudditanza.

Terza felicità e terza mancanza

Non si riesce ad essere per sempre sul podio, anche gli atleti migliori lo sanno, e allora andiamo a cercare una terza strada per il benessere.

Il percorso che abbiamo fatto è questo: prima gli altri non li consideravamo perché erano un tutt'uno con noi, poi scopriamo però che non sono in nostro potere.

Allora prendiamo noi il potere e ci assestiamo al primo posto.

Non c'è pace neanche qui, ecco la concorrenza! Bene, allora mi arrendo, gli altri esistono!

Tanto vale allora che li consideri. Tanto vale che mi attrezzi per capirli, per intuire i loro pensieri, per connettermi con i loro sentimenti, per cogliere i loro bisogni.

Faccio tutto questo sforzo, e allora ad un certo punto voglio che mi vedano, che mi accolgano, che mi riconoscano i miei meriti. Per ottenere questo riconoscimento cerco qualcuno che mi dica quanto sono bello, quanto sono bravo, quanto sono importante, quanto sono intelligente, quanto sono sexy, etc. Non voglio l'applauso per essere riconosciuto il migliore, voglio il tuo plauso perché mi piace vederti felice, perché voglio gratificarti affinché tu possa amarmi... Per raggiungere questo risultato, da piccoli facciamo delle cose: cerchiamo di compiacere gli altri impegnandoci ad indirizzare le nostre attività verso quei risultati che immaginiamo possano gradire.. Così si prenderanno cura di noi, in tutti i modi in cui per noi sarà desiderabile, e finalmente saremo molto felici. E' un passaggio di crescita molto bello, perché la necessità di essere riconosciuti ed amati ci insegna a tener presente l'altro, quell'essere originario che una volta, un tempo lontano, sentivamo totalmente in nostro potere.

In questo modo sentiamo di avere almeno un po' di potere verso questo legame: "Se io faccio questa cosa, la persona cui io tengo mi amerà".

Da bambini questo ci porta a sviluppare tutte le emozioni di tipo sociale, a riconoscere i bisogni degli altri, ci fa uscire dall'egocentrismo, ci rende abili nel comunicare e nel costruire attivamente relazioni. E ci fa sperimentare quella profonda sensazione di felicità che deriva dal sentire una circolazione d'amore alla quale come soggetti un pochino abbiamo dato il nostro contributo, possiamo amare, non solo essere amati... Vedere gli altri come oggetti del nostro d'amore ci apre la possibilità di essere attenti ed attivi, di proporci e di imporci, di offrire e investire nel rapporto, e anelare, in conseguenza, allo

sguardo, al gesto, alla parola, alla cura amorevole di cui abbiamo così tanto bisogno. Ecco una nuova felicità, quella di amare quelli da cui vogliamo essere amati.

Però questo porta anche verso qualche deriva, ci rende vulnerabili, perché gli altri non sempre sono attenti a noi come noi ci aspettiamo.

E per quante cose belle e gradite possiamo fare, l'amore e le cure di chi amiamo non sono affatto automaticamente garantite.

Questo ci espone di nuovo all'infelicità, perché possiamo arrivare a vivere dei sentimenti di inautenticità in quanto il nostro darci da fare può arrivare a perdere spontaneità, può non essere più motivato dall'interno o da un qualcosa di grande che sta appena all'orizzonte.

Possiamo ben presto arrivare ad essere motivati dal bisogno di compiacere gli altri. Quante volte in questo modo perdiamo perfino il nostro Sé autentico, e ne sviluppiamo uno fittizio: sarò come tu mi vorrai! Quante volte si finisce, a proposito di amore romantico, ad immaginare che, dedicandoci in maniera totale a compiacere l'altro, questa cosa poi ci porti felicità! Quante volte dopo 15 anni di matrimonio ci si accorge che ci si è annullati, ci si è distrutti! Sembrava generosità, ma in realtà era egoismo o comunque una difficoltà, una incapacità, a capire come essere felici.

In questa maniera, dedicando agli altri il nostro amore, avevamo pensato di diventare automaticamente la persona "eletta", quella prescelta da chi amiamo, e così avremmo recuperato quella perdita di protagonismo che avevamo sperimentato nel passaggio precedente.

Naturalmente, anche questo riconoscimento di essere importanti per gli altri, di avere la loro benevolenza, non dura mai quanto vorremmo, non dura mai per sempre.

L'altro, a cui faccio così tanta attenzione, può essere stanco, distratto, occupato da altre faccende, può perfino essere incapace di amarmi...

In fondo anche se tutto filasse liscio si porrebbe comunque un problema, a questo punto. Se io ho bisogno del riconoscimento degli altri, devo rinunciare all'idea che il bene sta tutto dentro di me e il male stia tutto fuori. Questo ci crea, da bambini, un dilemma molto grave: se gli altri sono buoni, allora sono io quello cattivo? Come si fa? Se ho fatto di tutto per farmi amare da papà, e lui è assente e sempre nervoso, allora sono io che sono sbagliato, che non sono abbastanza buono, o forse sono proprio indegno del suo amore? Da piccoli, e anche più tardi, in coppia, da grandi, queste sono domande molto angosciose, che rendono molto fragile questa felicità dell'essere nello sguardo dell'altro.

Scopriremo presto, da bambini, di non essere solo buoni, di avere dentro di noi anche sentimenti "cattivi", forse ne avremo paura ma, se possiamo riconoscerci anche in essi, col tempo impareremo a capire che è così, che sia noi stessi che le persone che amiamo sono buone e cattive, e non c'è una felicità assoluta che duri per sempre, ma una felicità per la quale darsi da fare, e forse non basterà ancora del tutto.

Da grandi avremo bisogno di vedere noi stessi e il partner per quello che è realmente, e forse amarlo lo stesso, e magari vivremo in certi momenti la meravigliosa esperienza di essere amati per come siamo, buoni e cattivi, e questa sì è felicità. Da ricordare anche quando ci saranno i giorni grigi, dove manca quello slancio, quella cura del legame che magari unilateralmente stiamo continuando ad avere, ma di là per adesso làtita... E da ricostruire con attenzione ogni volta, se si fosse deteriorata.

Quarta felicità e quarta mancanza

Andiamo avanti e vediamo qual è la quarta strada, quella che abbiamo bisogno di praticare quando siamo un pochino più adulti, un pochino più grandi per realizzare un'altra



forma di felicità.

Finalmente siamo cresciuti, e siamo ormai in grado di fare qualcosa di bello per noi stessi, per il mondo, non solo per essere riconosciuti ed amati.

Siamo in grado di produrre una opera in cui ci riconosciamo, di cui sappiamo il valore e la qualità a prescindere dal riconoscimento esterno.

Che bello, possiamo essere felici di quello che abbiamo realizzato, che sia un bell'orto o una pubblicazione, una competenza professionale o un problem solving a livello di bricolage. Ma cantarcela e suonarla da soli non è propriamente il massimo. Che gli altri siano importanti, anche se da una nuova angolatura, ora lo teniamo ben presente.

Allora vorremmo sperimentare la felicità della condivisione.

La quarta strada per essere felici è questa: avere qualcuno col quale condividere il piacere e la soddisfazione per le nostre opere.

Assicurarci che qualcuno ci protegga, che si occupi di noi, che ci dica "grazie", "bravo"; sono tutti elementi che appartenevano alla terza strada per il benessere, per la felicità. Ancora, nella terza strada, c'era questo bisogno degli altri, con questa sfumatura ancora un poco dipendente.

Qui invece siamo sulla quarta strada. Quando noi chiedevamo agli altri di farci da garanti rispetto alla nostra felicità stavamo facendo un baratto, una contabilità dei sentimenti, anche se non ce ne accorgevamo. Ci sentivamo però perennemente in credito.

Allora l'umano trova questa quarta possibilità: realizzare qualcosa di ben fatto, di prezioso, anche oltre la ricerca del riconoscimento. Questo è un passaggio che riempie la vita di senso: ci fa sentire bene, finalmente siamo adulti. Riusciamo a cogliere che esiste una possibilità di essere felici al di là della necessità che l'altro faccia qualcosa per noi e al di là della nostra necessità di indurlo ad essere benevolo nei nostri confronti.

Cercando questa quarta strada, riusciamo a realizzare le cose che desideravamo, e così scopriamo che le azioni che compiamo hanno un significato, che ci riconosciamo nelle cose che appartengono alla nostra vita. Scopriamo che ogni opera ben riuscita ci trascende e quindi ci fa uscire fuori dalla nostra esistenza individuale.

Ecco allora che, puntuale, arriva la quarta mancanza, perché la nostra vita è fatta di questo: ponti tra mancanze e desideri. La quarta mancanza, quella che anche da adulti, felici e realizzati, a volte sperimentiamo: non sempre riusciamo a condividere il valore di ciò che abbiamo realizzato con le persone che amiamo. Magari proprio le persone che amiamo di più sembrano non comprenderci, o comunque non ci sono sempre vicine come noi vorremmo. Noi siamo felici perché abbiamo realizzato qualcosa, però a volte manca questa condivisione, questo goderne insieme.

Spesso succede che siamo magari di più degli estranei quelli con cui riusciamo a condividere qualche nostra bella realizzazione, rispetto alle persone che amiamo.

Anche se la nostra relazione di coppia viaggia a gonfie vele, non sempre riusciamo ad essere in sintonia su questo livello, sul gioire della gioia dell'altro, sul godere della sua soddisfazione, sul condividere la bellezza della traccia, piccola o grande, che l'altro ha lasciato nel mondo. Piccoli egoismi, piccole rivalità, (sì, certo, tu riesci bene in tutto, ci sudi, chissà, sarebbe lo stesso se non ci fossi io a mandare avanti la famiglia?...), piccole sensazioni di essere abbandonati o di essere trascurati, piccole accuse e colpevolizzazioni (certo che sono felice del tuo concorso superato, ma quanti mesi sono che non si mangia decentemente in questa casa?)

Imparare la felicità nella mancanza

Allora, alla fine di tutto questo percorso, tra quattro mancanze e quattro possibilità di



recuperarle, noi arriviamo a capire che la nostra felicità umana funziona solo se impariamo a riconoscere e a tollerare qualche mancanza.

Siamo andati molto più avanti della trasformazione del desiderio in voglia! Se noi riuscissimo a stare con quello che ci manca e a trasformare questo in qualche tipo di energia che ci porti un po' più lontano, forse potrebbe essere questa la strada. Chissà quante grandi opere saremo riusciti a condividere!

Lungo il percorso della nostra esistenza, abbiamo modo di scoprire che questo gioco, tra le mancanze ed il modo che troviamo per colmarle, è semplicemente il vivere, non è un'altra cosa.

Ecco le passioni miti. Allora la prima mancanza è l'impossibilità di avere il controllo sulla cosa più importante, l'amore totale di qualcuno, e da qui naturalmente può sorgere un vuoto, un conflitto, che ci fa cercare dei surrogati di tutti i tipi. Ma questa è una mancanza che dobbiamo considerare non verrà mai più colmata su questa terra, in questa vita. Ma impariamo che abbiamo la nostra individualità.

La seconda mancanza è l'impossibilità di conservare per sempre il ruolo di protagonista (il primo della classe magari matura un paio di debiti formativi al primo anno della scuola superiore: che disastro!). Quando si esce dal palcoscenico, questo ci dà un grande dolore, che dà origine ad un'amarezza, ad un conflitto interno, che spesso ci fa sentire falliti, ci fa sentire di aver perso senso nella nostra vita. Ma impariamo che ci sono gli altri.

La terza mancanza è l'impossibilità di ottenere un riconoscimento grande e duraturo da parte delle persone che sono intorno a noi per quello che siamo, non per quello che facciamo. Questo dolore produce un altro vuoto. Questo vuoto può essere molto amaro da sperimentare. Ma impariamo a riconoscerci anche da soli.

La quarta mancanza è l'impossibilità di condividere sempre il senso di ciò che facciamo con le persone molto vicine, importanti, e questo dolore ci fa percepire un vuoto d'affetto, una solitudine. Ma impariamo che possiamo sopravvivere, e condividere qualcosa anche con un mondo più vasto, e nonostante questo continuiamo ad amare teneramente anche chi non riesce sempre a condividere in modo generoso le nostre gioie.

Tutte le mancanze che attraversiamo sono anche passaggi di crescita dove impariamo pian piano a rapportarci all'altro. Non sempre si riesce a crescere in modo armonioso, a volte si resta incastrati nell'idea di qualcuna delle felicità degli inizi, non c'è stata la possibilità di sperimentare le successive, e si è bloccati dentro una delle mancanze che abbiamo percorso.

Le antiche mancanze e le vicende amorose

Cosa succede quando tutto questo lo viviamo nella relazione di coppia? La psicologia ha studiato molto questo argomento. Che paralleli ci sono tra come attraversiamo il nostro sviluppo come esseri umani da infanti ad adulti e il modo in cui poi ci rapportiamo nella relazione di coppia?

Cerchiamo di arrivare a cogliere qualcosa di importante per la felicità in coppia. Quando si rimane molto legati alla prima mancanza, e quindi a questo totale bisogno di fusione, di essere con l'altro, pelle dentro l'altra pelle, e questa mancanza guida la ricerca del partner, noi cerchiamo di arrivare alla felicità attraverso la ricerca di quella persona che ci provoca una attrazione irresistibile; laddove sentiamo scattare quella sensazione di resa totale verso l'altro, lì pensiamo che la felicità sia già fatta, già pronta, non da costruire.

Viceversa, se noi siamo connessi alla seconda mancanza, cioè a quella dell'applauso, di essere al centro dell'universo, di sentirci importanti, naturalmente andremo a cercare in modo automatico, senza rendercene conto, la persona che ci fa essere protagonisti sulla

scena della vita, che ci lascia il passo, che ci mette al primo posto, che si mette un passo dietro di noi. Allora pensiamo che questa sia la felicità.

Quando invece siamo legati alla terza mancanza, quella del riconoscimento, quella di essere accuditi e curati da qualcuno, la persona che andiamo a cercare, quando siamo vincolati in modo abbastanza serio a questa terza mancanza, è una persona che dobbiamo compiacere perché non ci abbandoni, perché continui a sceglierci. Quel timore, quella paura di essere abbandonati che abbiamo sperimentato da piccoli a volte rimane dentro di noi e allora, all'interno del legame, continuiamo a dire con i sottotitoli: "Non mi abbandonare; farò qualunque cosa".

La quarta mancanza, invece, è mancanza di condivisione. Se noi siamo arrivati nella nostra evoluzione a vivere la quarta mancanza, saremo già arrivati a stabilire dei vincoli profondi e duraturi, perché siamo individui che già esistono nel mondo, che già hanno sperimentato le prime tre mancanze, le hanno recuperate, le hanno trasformate in desideri, le hanno trasformate in una ricerca interiore, in un'evoluzione interiore personale ed hanno nelle loro mani la loro bella opera.

A questo punto abbiamo voglia di qualcuno con cui condividere le cose belle che facciamo e le nostre qualità personali per cui, attraverso questa ricerca, noi possiamo stabilire dei legami un po' più duraturi, non costruiti sotto l'egida del bisogno totale di fusionalità né sotto l'egida dell'applauso, del protagonismo, né sotto l'egida del non essere abbandonati; si tratta piuttosto di legami che possiamo costruire perché abbiamo qualcosa da condividere, perché siamo pieni, siamo ricchi.

Questo tipo di legame ha dentro una possibilità straordinaria, perché può recuperare anche tutte le altre valenze della felicità, recuperarle tutte intere.

Possiamo recuperare momenti di fusionalità profonda dove ci diamo l'uno o l'altro quell'attimo di estasi, di infinito, che abbiamo sperimentato solo molti anni fa.

La felicità possiamo anche scambiarcela nel darci reciprocamente anche quell'accudimento all'orgoglio dell'altro che permette di sentirsi sostenuti ed anche approvati dall'altra persona; e dio sa quante volte ce n'è bisogno! Ognuno di noi ha delle flessioni nella propria autostima e sappiamo quanto sia importante in certi momenti la conferma che ci viene dal partner.

E poi possiamo muoverci anche su questo: possiamo, ad esempio, chiedere al nostro partner di accudirci, di darci qualcosa di buono rispetto a quella terza mancanza, che però non è l'unica bandiera sotto la quale viviamo. E' un passaggio che recuperiamo, che possiamo sempre recuperare: prendersi reciprocamente cura. Prendersi cura dell'altro quando sta male, quando è triste, quando ha avuto una giornataccia; non abbandonarlo quando il legame comincia a mostrare qualche segnale di crisi, starci insieme, perché noi lo cerchiamo come lui (o lei) ci cerca, perché stiamo in attenzione rispetto all'altro.

Finalmente, l'ultimo passaggio, bellissimo, che possiamo svolgere se siamo arrivati a percepire la quarta mancanza è condividere qualcosa di molto bello, di molto importante, e invece che farlo da soli lo possiamo fare insieme.

Naturalmente, ogni volta che la vita ci pone davanti a difficoltà che ci indeboliscono, che ci fanno sentire più fragili, rischiano di riemergere tutte le mancanze precedenti che in qualche modo sono state soltanto attraversate ma dove non abbiamo compiuto una vera elaborazione.

Questo mette parecchio in crisi i legami; è uno degli elementi che li mette più in crisi, perché non siamo pronti ad accorgerci che l'altro in questo momento sta rivivendo una mancanza profonda, che sta andando in onda il *remake* di un suo antico film, e noi nel cast non c'eravamo... Faccio solo un esempio: immaginiamo una grossa frustrazione sul

piano lavorativo, sul piano esterno, quindi, e riflettiamo su quanto poi la persona porta il bisogno di essere considerata sul piano della coppia. E come questa vicenda fa *pendant* con altre sconfitte più antiche, le quali ai tempi andati forse avrebbero fatto percepire il pericolo di perdere legami d'amore perfino più importanti di quello attuale. Ecco, se tutti e due non abbiamo fatto questo percorso tra mancanze e desideri, probabilmente non riusciremo ad accogliere quel temporaneo bisogno di essere accolto, di essere riconfortato, che il partner ci porta, quel bisogno che ha di sentirsi dire: per me sei sempre comunque il migliore del mondo, ti amo in ogni caso e sarò con te comunque!

Un amore per ogni mancanza

Ecco alcune angolature dell'amore e forse la felicità sta nell'attraversarle tutte oppure nell'averle tutte a disposizione da poter accogliere ed accendere e da mettere in funzione quando ci piace farlo.

Una prima forma dell'amore è il desiderio appassionato, che nasce dalla prima mancanza. Se non abbiamo sperimentato e risolto quella, forse il desiderio appassionato è incolmabile o è volto all'indietro, non è adesso, non riusciamo a viverlo pienamente con l'altra persona. L'ex sarà sempre il migliore, o magari sarà migliore il prossimo, quello che non abbiamo ancora conosciuto: c'è qualcuno che non ci ha dato abbastanza latte, da qualche parte nella notte dei tempi, ed è quello l'abbraccio appassionato e totale che ancora cerchiamo.

Altra forma dell'amore: la reciproca espressione di un'approvazione, di una stima, di una valutazione positiva, l'uno rispetto all'altro. Questo nasce dalla seconda mancanza. Se abbiamo superato questa seconda mancanza, siamo capaci di dare approvazione, non solo di riceverla, altrimenti pensiamo solo a riceverla e non cogliamo mai che l'altro forse ha lo stesso bisogno.

Terza angolatura dell'amore: l'affetto, l'amicizia, l'intimità emozionale, la tenerezza, il prendersi cura, i progetti condivisi, quella familiarità dell'accudimento reciproco che nasce dall'aver attraversato la terza mancanza. Siamo in grado di dare cura, non solo di aver bisogno di cura. E allora ce la possiamo anche scambiare.

Infine la quarta angolatura: l'entusiasmo, la dedizione che destano l'attività creativa della coppia.

Se entrambi abbiamo attraversato la quarta mancanza, e io faccio una cosa molto bella e mio marito, mia moglie, non se ne accorge neanche, io continuo a farla lo stesso perché ci credo; allora la prossima volta posso aprire i miei occhi e vedere nell'altro questo stesso bisogno e posso agganciarli al sentimento di solitudine che ho conosciuto su di me ed elaborato, e così io sono in grado di riconoscere quello che l'altro sta facendo, appassionarmi insieme a lui (o lei) e darci insieme questa spinta creativa.

Da dove vengono le difficoltà più gravi nei conflitti affettivi? Vengono dalle mancanze cui non ci siamo potuti rassegnare, dalle frustrazioni che viviamo adesso rispetto al partner perché gli stiamo chiedendo di saldare conti vecchi che non gli appartengono, gli stiamo andando a chiedere che ci dia la felicità, invece che costruirla insieme.

Costruire insieme la felicità

In fondo il senso di costruire insieme una felicità deriva da alcuni passaggi abbastanza interessanti. Recentemente sono state studiate le coppie durature. Le coppie in crisi sono state molto studiate, ma ora finalmente si stanno studiando le coppie che reggono nel tempo. Un po' come le specie in estinzione, per capirle prima che scompaiono, ma i risultati sono interessanti.



Questo delle coppie di lunga durata è, dal punto di vista statistico, anche un problema nuovo, che ha a che fare con elementi demografici, perché la vita è più lunga e molto facilmente si arriva a 50 anni di matrimonio.

Come essere felici a lungo in due? Una delle cose più paradossali rispetto a questo gioco delle mancanze che ho appena raccontato è questa: le coppie durature spesso non risolvono i conflitti, ma li gestiscono con una certa eleganza. Le coppie durature non arrivano ad una conclusione su chi ha ragione e chi ha torto, su quali decisioni devono essere prese, ma rimangono invece attente al come, volta per volta, si alterna, si modula, si discute, si dà il torto e la ragione; rimangono nel conflitto, ma con una qualità buona di dialogo.

L'altra cosa che i ricercatori hanno scoperto è che le coppie durature continuano un po' a sanare la seconda mancanza l'uno dell'altro (quella dell'applauso). In qualche modo i componenti delle coppie durature continuano a rispecchiarsi l'uno rispetto all'altro un'immagine di sé un pochino migliore di quella oggettiva. Invece di diventare crudamente realisti, continua ad esserci un po' l'attenzione al profilo migliore dell'altra persona. E' come se continuassimo a nutrire quel poco di mancanza di protagonismo, di orgoglio, di narcisismo che comunque un po' ci hanno caratterizzato nella nostra storia.

L'altro aspetto molto interessante delle coppie durature è la capacità di amicizia, cioè quel sentimento del prendersi cura attentamente l'uno dell'altro, ma anche di dirsi le cose con chiarezza, così come fa un amico, questo essere accanto, questo tenersi a braccetto, ma anche darsi di gomito. Allora questo fa parte della terza mancanza.

Un altro elemento che caratterizza le coppie durature è il non chiudersi all'interno della vita di coppia, ma avere una prospettiva esterna, fare insieme cose belle, importanti e significative che possono essere le più piccole come le più grandi: possono essere il curarsi di far attraversare la strada ai bambini davanti alla scuola oppure possono essere cose più grandi, più importanti.

La cosa straordinaria di tutta questa faccenda è che come esseri umani la nostra felicità è fatta del nostro stare con le mancanze. Non c'è una felicità umana che prescindere da questo. Ecco le passioni miti. Ecco la possibilità che abbiamo di respirarcela, la felicità, nel senso dell'“aspirare” ma anche di “espirare” quello che si ha dentro. Dentro qualcosa posso riconoscermi, e in due è molto meglio.

Grazie al dottor Luis Chiozza, che dall'Argentina ci ha accompagnato nel viaggio tra le quattro felicità e le quattro mancanze, e grazie soprattutto a voi, che con tanta attenzione mi avete ascoltato.