

Amare è una dura fatica!

Le relazioni interpersonali

In ognuno di noi è forte il desiderio di amore: la fame e la sete di amicizia, di intimità di unione e di comunione sono immense, ma sperimentiamo contemporaneamente quanto sia difficile soddisfare questi desideri.

In tutto questo, se guardiamo bene, la parola centrale è “relazione”. Noi desideriamo rompere l'isolamento e la solitudine ed entrare in un rapporto che ci offra il senso della casa, l'esperienza di appartenere a qualcuno, un senso di sicurezza e il sentimento di avere un buon rapporto con gli altri. Ogni volta, però, che ci impegniamo in un rapporto di questo genere, scopriamo rapidamente la difficoltà di stare vicino a qualcuno e la complessità dell'intimità tra le persone. Più grande è la nostra attesa che un altro essere umano adempia i nostri desideri più profondi, e più grande è la sofferenza quando ci troviamo di fronte alle limitazioni delle relazioni umane. Allora il nostro desiderio di intimità diventa esigenza. Ma appena cominciamo a esigere amore da un'altra persona, l'amore si trasforma in violenza, in fraintendimento.

Possiamo dire che esistono 4 forme di essere in relazione—comunione con le persone:

1. "Essere tra" gli altri.

Questa è la modalità più povera della relazione umana, perché prevede di essere in mezzo alle persone, alle cose e agli oggetti senza interazione o reciprocità.

Si sta in mezzo alle persone come se fossero cose, con una distanza emotiva tale per cui ignoro le altre persone che stanno intorno a me. Non voglio male alle persone, semplicemente le ignoro, passo accanto senza fermarmi, nessuna relazione mi tocca.

2. "Essere con" gli altri.

Qui entra la dimensione relazionale affettiva. In questa dimensione quando ci si incontra ci si riconosce e si è contenti di incontrare l'altra persona. Si fa esperienza dell'altro come essere diverso da noi, con le sue doti e i suoi difetti per cui anche il conflitto non è mai insanabile perché diventa la scoperta delle diversità dell'altro fino ad arrivare alla negoziazione di un significato comune. Per essere con gli altri è necessario entrare "in intimità" con loro, un'intimità fatta di attenzione, ascolto, tenerezza, silenzio, capace di cogliere la profondità dell'essere dell'altro

3. "Essere per" gli altri.

Questo non significa rinunciare alla propria individualità, ma sentire che non si può essere felici da soli. E' il superamento dell'egoismo, significa collocare il proprio baricentro fuori di se stessi, nell'incontro con l'altro. "Durante uno dei suoi molteplici viaggi in Australia Frankl ricevette in regalo un boomerang. Gli fu spiegato che tale oggetto ritorna verso colui che l'ha lanciato quando ha sbagliato mira, quando non ha colpito la preda. Proprio come la vita dell'uomo. Egli si chiude in se stesso quando ha fallito, quando ha sbagliato nel compito da realizzare, quando ha dimenticato qualcosa al di fuori di se stesso. In fondo, la maniera migliore per dimenticare le nostre preoccupazioni consiste nel darsi agli altri. La forma più sicura per ottenere la gioia e la pace è quella di fare qualcosa per gli altri. E questo può deciderlo solo il singolo. L'uomo è libero di costruire il proprio futuro. Sta a lui arricchirlo o deformarlo".

4. "Essere in". Questa modalità di relazione riguarda il rapporto con l'Assoluto, con Dio. "L'essenza dell'esistenza umana sta nella sua auto-trascendenza. E per auto-trascendenza si intende il fatto che essere uomo vuol dire fundamentalmente essere orientato verso qualcosa che ci trascende, verso qualcosa che sta al di là e al di sopra di noi stessi, qualcosa o qualcuno, un significato da realizzare, o un altro essere umano da incontrare e da amare. Di conseguenza, l'uomo è se stesso nella misura in cui si supera e si dimentica".

Amarsi l'un l'altro non significa aggrapparsi all'altro per essere sicuri in un mondo ostile, ma vivere insieme in modo tale che chiunque possa riconoscerci come persone che rendono visibile l'amore di Dio nel mondo. La fonte dell'amore che sostiene i rapporti umani non sono coloro che li vivono, ma Dio che chiama insieme tali persone. Non soltanto ogni paternità e maternità vengono da Dio, ma anche ogni amicizia, ogni associazione nel matrimonio e ogni comunità.

La nostra vita, soprattutto quella spirituale, è una vita di continue scelte. Una delle scelte più importanti è la scelta delle persone con le quali vogliamo intrecciare stretti e intimi rapporti.

Nella nostra esistenza abbiamo soltanto una limitata quantità di tempo: con chi lo passiamo e come? Questa è probabilmente una delle questioni più decisive della nostra vita. Non è senza ragione che i genitori si preoccupino molto di chi i loro figli portano in casa come compagni, amici o fidanzati, perché molta della loro felicità dipenderà da coloro che scelgono di avere vicino.

Talvolta parliamo o agiamo come se avessimo poca scelta in materia di persone con cui relazionarci.

Talvolta agiamo pensando che siamo fortunati se vi è qualcuno che vuole esserci amico. Non possiamo aspettare passivamente finché qualcuno faccia la sua comparsa offrendoci la sua amicizia: dobbiamo avere coraggio e fiducia per dire a qualcuno: «Vorrei conoscerti meglio, vorrei passare del tempo con te. Vorrei iniziare un'amicizia con te. E tu?». Vi saranno dei no, vi sarà la sofferenza dell'essere respinti. Ma qualora decidessimo di evitare tutti i no e tutti i rifiuti, non creeremmo mai l'ambiente in cui possiamo crescere più forti e profondi nell'amore. La scelta è nostra!

Una relazione, quindi, è se stessa quando riesce a dare vita ad alcune realtà costitutive della persona, divenendo così fattore costruttivo delle seguenti realtà:

- _ il contatto personale, l'amicizia; in superamento dell'estraneità, dell'isolamento
- _ la collaborazione; in superamento dell'individualismo
- _ la condivisione; in superamento della solitudine e dell'antagonismo
- _ la comunione; in superamento della freddezza, della divisione, dell'isolamento volontario
- _ l'autonomia affettiva; il superamento della dipendenza e dell'autonomismo affettivi
- _ la solidarietà; in superamento delle chiusure pregiudiziali

Perché una relazione sia effettivamente costruttiva occorre che abbia alcune qualità specifiche presenti in modo concomitante:

- _ la similarità, la capacità di rapporto alla pari come persone umane, pur nella diversità dei ruoli
- _ la complementarietà come scambio di doni e di servizi entro una difendibilità assunta
- _ la diversità irriducibile data dalla singolarità o dall'unicità di ogni persona.

Ci sono alcune trappole ricorrenti di cui tener conto e da evitare perché snaturano le relazioni interpersonali. Le principali sono le seguenti:

- _ l'altro percepito e vissuto come specchio di sé
- _ l'altro come fotocopia di sé, uno clonato su di sé
- _ l'altro come estensione di sé con cui fondersi
- _ l'altro come alternativa a se stessi, come antitesi pericolosa.

E' importante non ridursi a essere un fazzoletto per tutti i nasi, un fattorino della propria vita vissuta in prestito, un riccio chiuso e arrabbiato, un oggetto tappabuchi per gli altri.