

Questioni di cuore

Il rifiuto
dell'

amore

SI CHIAMA
ANORESSIA SENTIMENTALE
ED È UN BUCO NERO
CHE INGHIOTTA LA VITA.
PERCHÉ IMPEDISCE DI AMARE
E DI ESSERE AMATO.
UNA MOLLA CHE SCATTA
PER TANTE RAGIONI.
CHI NE SOFFRE STA MALE,
E CHI GLI STA VICINO
ANCORA DI PIÙ

TESTO MARTA CITACOV

Quando si parla di anoressia si pensa immediatamente alla magrezza patologica. A un rapporto malato con il cibo. Alla disperata necessità di non sentirsi dipendenti da nulla, neanche da ciò che ci mantiene in vita. Al punto di staccarsi persino dai bisogni primari. Fino alla morte. Quando si parla di amore, l'immagine è fatta di visioni romantiche, idilli, baci, cuoricini... Anche nel caso di relazioni tormentate, resta protagonista il sentimento. E, invece, no. L'amore può essere rifiutato, come il cibo. Allontanato per non soffrire. Evitato per non ammalarsi. È l'anoressia sentimentale, colpisce chi (uomo o donna) identifica nell'amore il male. Non ama (nemmeno se stesso) e non si lascia amare, ferendo chi gli sta accanto perché l'incapacità di dare è pari a quella di prendere. Come

un ex fumatore che guarda alla sigaretta con un misto di desiderio e di paura, di tentazione e di rifiuto, l'anoressico affettivo è terrorizzato all'idea di entrare nel gioco delle relazioni e, al tempo stesso, attratto dalla diversità di atteggiamento verso l'amore e l'amare di chi non è come lui. **Un disturbo che non ha età e prescinde da ceto o livello di istruzione: conta solo la molla che scatta. Può avere radici profonde, spesso nasce in famiglia, durante l'infanzia.** Il figlio non voluto, il fratello maltrattato, il bambino introverso che cresce in ambienti poveri di affettività. «Una cattiva madre», spiega la psicologa e psicoterapeuta Maria Rita Parsi, che presiede la Fondazione Movimento Bambino per il sostegno e l'aiuto dei bambini disagiati (movimentobambino.org),

 Questioni di cuore

«è spesso la causa di ogni sofferenza. **L'amore non ricevuto è lo stesso che verrà rigettato nella vita: la ricerca spasmodica di un affetto dovuto, a volte preteso in quanto legittimo e naturale, eppure negato, genera una lacuna di insicurezza e, spesso, anche di rabbia.**»

Il passo successivo, secondo Parsi - che di recente ha affrontato il tema in *Ingrati* (Mondadori) - è «la rabbia verso chi ha fatto del bene. E nasce dall'incapacità di gestire il debito di riconoscenza. Il benefattore diventa un vero e proprio nemico da allontanare, cancellare, persino umiliare, pur di non riconoscere quanto si è ricevuto». Caso emblematico sono le coppie in cui l'uomo soffre di anoressia e la donna subisce le conseguenze: la propensione femminile all'io-ti-salverò ci fa impantanare in rapporti troppo difficili e spesso dolorosi. Perché l'amante anoressico può arrivare a crudeltà inimmaginabili. Dice la Parsi: «Ai miei pazienti e ai miei lettori cerco sempre di trasmettere il concetto: non fare del bene se non sei preparato al male che non verrà. **Bisogna essere consapevoli del fatto che non tutti sono capaci di dare, ma molti sono incapaci di ricevere.**»

Sul blog *Affettività e Amore*, lo psicologo e psicoterapeuta Nicola Ghezzani (*Quando l'amore è una schiavitù e L'amore Passionale*, Franco Angeli) afferma: «Chi ne è affetto può essere tanto un individuo solitario quanto una persona in apparenza socievole, amante della buona compagnia e dei divertimenti. Ma la struttura di fondo del disturbo è identica: il bisogno affettivo è rimosso in virtù di una personalità autarchica, chiusa in se stessa, regolata da abitudini e ritmi personali e, ogni qual volta la

possibilità di amare si apre un varco nella rigida armatura difensiva, sorge dal fondo dell'animo in taluni una malinconia profonda, in altri una rabbia cieca e devastante, in altri ancora una fredda razionalità che vede nell'oggetto amato (nella persona che ha penetrato il cuore) solo vizi e difetti e nella nuova opportunità una fonte incessante di dubbi e preoccupazioni. A questo punto, l'indifferente può diventare - con l'incertezza, il disprezzo o il sadismo - un persecutore di colui/colei che ha osato turbare il suo equilibrio». C'è chi ha coniato il neologismo Amoressia: è il dottor Roberto Cavaliere che sul sito www.maldamore.it spiega: «In giovane età può essere un fenomeno di

strategie di difesa. Anche dell'amore: **"Il patologico smantellamento del mondo interno di relazioni oggettuali può portare all'incapacità di desiderio erotico, accompagnata da una diffusa, non selettiva e perpetuamente insoddisfatta manifestazione casuale di eccitazione sessuale, o perfino dalla mancanza di una capacità di eccitazione sessuale".** Per intenderci, l'anoressico sentimentale può essere sia un anoressico sessuale che un bulimico sessuale: un uomo, o anche una donna, che scappa dall'intimità affettiva, ma rincorre una frenetica attività fisica. «In questo caso», continua Parsi, «alla base c'è sempre una persona incline alla dipendenza: dalle droghe, dalle manie ossessive

all'improvviso, se la relazione arriva a un punto di consolidamento, uno dei due sparisce letteralmente, cambiando numero di telefono e smettendo di rispondere. «L'abitudine a non lasciarsi andare senza riserve si diffonde sempre più», puntualizza Paolo Migone, condirettore della rivista *Psicoterapia e Scienze Umane*, **«Perché? Per non rischiare di essere traditi e di soffrire, si sposta il proprio bagaglio di emozioni dagli esseri umani a cani, gatti o canarini. E li si ama senza riserve, intensamente, lontano da ogni timore. C'è anche chi riversa il proprio investimento affettivo in oggetti, nell'automobile, in un hobby o nel lavoro.»** Come scrive Zygmunt Bauman

Non esiste la cura perfetta, se non amore e, soprattutto, molta pazienza

immaturità affettiva, insieme alla bulimia sentimentale, spesso associata negli uomini alla bulimia sessuale: relazioni a catena, insegue e consumate per poi essere vomitate. Infatti, in una società che favorisce gli incontri fra corpi, più che fra persone, si moltiplicano i comportamenti sociologici come speed dating, blind dating, one-night stand. Che vuol dire il minore coinvolgimento affettivo possibile, a fronte del maggior numero di fugaci rapporti occasionali». A livello mondiale lo studioso più noto è Otto Kernberg, psicoanalista austriaco che da tanti anni insegna Psichiatria al Weill Cornell Medical College di New York. Che ha lavorato sulla concezione di «disturbo narcisistico della personalità» cui sono correlate infinite

o dagli altri. **L'anoressico sentimentale si sente incatenato dalla possibilità di essere amato, e ancor più dall'eventualità che gli si chieda qualcosa in cambio. Si crea dipendenze alternative per supplire alla "fame d'amore" che si autonega.** Il distacco dagli altri è uno degli aspetti di questo malessere». Ma non il solo: «L'incapace di amare», scrive ancora Ghezzani, «talvolta si tormenta per come vive, ma altre se ne compiace, non rendendosi conto della solitudine e dell'aridità d'animo cui va incontro». Negli Stati Uniti lo chiamano Black Hole, il buco nero che inghiotte coinvolgimento, passione duratura, impegno. Ragazze e ragazzi si frequentano, si mandano milioni di sms per giorni, a volte mesi. Poi,

in *Amore Liquido* (Laterza), i rapporti diventano relazioni tascabili, da tirare fuori all'occorrenza e rificcare in tasca quando non servono più. È possibile uscirne? Curarsi? Seneca aveva indicato la soluzione 2mila anni fa: «Se vuoi essere amato, ama». Tuttavia può non bastare. Perché l'anoressico sentimentale non sa o non ammette di voler essere amato. Quindi per aiutarlo ci vogliono amore e dedizione in quantità molto superiori alla media. Molte volte, chi si innamora di un anoressico non riesce a sostenere a lungo la faticosa scalata, e se ne va. Dandogli, purtroppo, conferma. Se però si apre una breccia, il premio è per sempre. Chi guarisce non si distaccherà più da chi lo ha convinto ad amare. Quasi sempre. ●