Amori dipendenti, amori pericolosi

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

"Senza di te non vivo". Ohi, ohi, allarme rosso! Donne e uomini, se il /la partner vi seduce con frasi così assolute, non crogiolatevi nell'illusione di essere diventati improvvisamente irresistibili. No. Qui è in agguato una catastrofe. Perché chi dice "senza di te non vivo" dichiara non tanto l'eccellenza dell'amato/o, quanto la propria incapacità di vivere trovando in sé le ragioni per stare al mondo con gusto e soddisfazione. Mi si dirà: dove lo mette il piacere di sentirsi indispensabili, amati con passione in modo assoluto? E la sensazione da brivido di sentirsi unici, essenziali, preziosi? Il punto è che si può amare con passione, e trasporto travolgente, senza farsi intrappolare in un amore dipendente. Seducente come un sirena, non c'è dubbio, e mortifero come un veleno. Ulisse, che era accorto e prudente, di fronte al canto delle sirene si fece legare dai suoi marinai all'albero della nave: per deliziarsi struggentemente con quel canto – e il desiderio viscerale dell'irraggiungibile – ma salvarsi al tempo stesso da un naufragio di sé senza ritorno. Naufragio invece in agguato per chi sente in quella musica fatta di "...senza di te" vibrazioni e sintonie lungamente attese. Che ci portano a lanciarci in amori rischiosi, quanto più dentro di noi abbiamo attive le perigliose corde dell"Io ti salverò": corde apparentemente buone, in realtà malignissime, che noi donne suoniamo con più struggente voluttà, sottilmente autodistruttiva, degli uomini.

Perché questa visione nera dell'amore dipendente? Nel migliore dei casi, l'amore dipendente è un amore geloso e possessivo. Con le sue spire sottili, comincia a limitare il campo d'azione e di vita: se all'inizio è geloso/a di potenziali rivali, diventa pian piano territoriale (nel senso "qua ci sto io e nessun altro") su tutti i fronti. Con strategie diverse, l'amore dipendente allontana gli amici (dell'altro/a) , soprattutto quelli più cari. Crea competizione nei confronti del lavoro: "Perché non torni prima?", "Lavori troppo!", "Mi trascuri!". Divora ogni giorno dosi crescenti di energia vitale, lasciandoci inquieti e sempre più insoddisfatti. Crea barriere su barriere nei confronti del tempo libero, di hobby e sport: con la scusa di "fare tutto insieme", il dipendente finisce per controllare ogni mossa e ogni svago, anche perché è in genere meno vitale e ha molti meno interessi di chi ha un buon baricentro affettivo. E, attenzione perché il segnale è pericolosissimo, cerca l'isolamento anche nei confronti della famiglia d'origine.

La coppia in cui uno dei due è dipendente rischia la morte affettiva per asfissia. Rischio in genere più concreto se il dipendente è lui. Se è lei, il danno alla coppia è minore, perché i maschi da millenni hanno sviluppato strategie e anticorpi efficienti per limitare l'effetto costrittivo di una donna dipendente, e perché da millenni hanno controllato la libertà di lei gestendone più o meno accortamente anche la dipendenza economica, oltre che affettiva. Nei casi di dipendenza affettiva più radicata e profonda, però, il rischio di morte diventa concreto, e persino fisico, soprattutto nei casi in cui la donna chieda la separazione o comunque se ne vada. Superata la fase sognante, schiacciata dal controllo ossessivo e da una dipendenza che nel tempo mostra il suo volto più costrittivo e vampiresco, lei osa risognare di essere libera, autonoma, di nuovo pienamente se stessa. E allora lui, che davvero non vive senza di lei, può arrivare ad ucciderla: per paura di perderla davvero, per rabbia, per delirio di onnipotenza, per furore contro il presunto o futuro rivale ("Se non ti ho io, non ti avrà più nessuno"), a volte travolgendo nella

morte anche i figli, o se stesso, come tanti tragici casi di cronaca recente hanno mostrato.
E allora? Sì all'amore-passione, sì all'entusiasmo, sì all'attrazione di pelle, sì alla vertigine di sentirsi incantati, sì al progetto di vita che ci rende felici per un mese o per sempre. Ma attenzione alla dipendenza: anche in amore può esserci fatale. Due cuori, una capanna e... un'asfissia.