

INNAMORAMENTO E AMORE

un'analisi dalla prospettiva evoluzionistica

Dr. Mario Papadia

L'incontro dei sessi è il terreno su cui natura e cultura sono venuti sin dall'origine in contatto, il punto di partenza, l'origine di ogni forma di cultura. Delle pulsioni naturali degli esseri umani, il desiderio sessuale è il più sociale.

Non si può imparare ad "amare" (nell'innamoramento) come non si può imparare a morire. Sono eventi che accadono in modo autonomo, non connessi con altri eventi simili. Vedremo che se la pressione evolutiva ha fatto sì che l'amore ci portasse a una condizione simile alla follia, le pressioni culturali hanno creato le condizioni ideali per l'incubazione della malattia. Vedremo anche come si può trasformare l'amore dell'innamoramento.

L'innamoramento

Dal punto di vista evoluzionistico l'amore "a prima vista" è fondato soprattutto sulla vista (bellezza, simmetria) e sull'odorato (profumo feromonico), come indice di salute e affidabilità genetica. Perciò il nostro senso del bello è un radar genetico nella scelta del partner.

Di per sé dal punto di vista evoluzionistico (biologico, comportamentale e simbolico) la selezione dei criteri estetici nella scelta del partner portano alla contraddizione di ridurre il numero delle coppie potenziali. Fatto presente tuttora come dimostra la tendenza di molte persone a preferire di rimanere singole piuttosto di unirsi con un partner imperfetto.

Tuttavia quanto detto precedentemente ha dato luogo a un correttivo selezionato in senso darwiniano: l'innamoramento altera il senso estetico verso il partner che lo fa apparire più bello, più intelligente, più capace del normale. Insomma l'innamoramento causa una distorsione della percezione.

L'innamoramento genera inoltre uno stato di eccitamento che è costituito da cocktail neuroendocrino, i cui componenti sono:

- 1) feniletilamina (classe delle anfetamine): inibisce la ricaptazione di noradrenalina e dopamina; è psicoattiva, acuisce i sensi e riduce l'appetito.
- 2) ossitocina (peptide aminoacido) e altre endorfine: regolano e inibiscono il dolore (ma governano anche il rilascio degli ormoni sessuali, la sensazione di piacere e l'appetito). La secrezione dell'ossitocina aumenta appena iniziano i preliminari sessuali ed esplose nell'orgasmo.

Quando gli innamorati si guardano adoranti mostrano una particolare attività cerebrale nelle stesse aree attive negli stati euforici di cocaina e oppio e nelle condizioni ossessive compulsive: corteccia cingolata anteriore (situata in mezzo ai lobi frontali, riconosce il conflitto in essere quando la risposta del soggetto è inadeguata rispetto alla situazione), insula e putamen (posti nel telencefalo, sembrano coinvolti nella fase di preparazione di azioni aggressive all'interno di un contesto amoroso, per esempio nelle situazioni in cui un potenziale rivale costituisce un pericolo), il nucleo caudato (legato con il talamo, presiede ad attività visive e oculomotorie).

Osservazione. – I personaggi generati dal computer incarnano la sintesi dei segnali selezionati dal punto di vista evoluzionistico (biologico, comportamentale e simbolico) e perciò hanno successo. È

un'accelerazione evolutivistica tipica della cultura che sta portando la società (in quanto società dell'immagine) a essere una società malata d'amore.

Amore e attaccamento

La pressione evolutiva ha selezionato non la felicità personale ma l'attaccamento.

La femmina, il sesso che investe più nei figli, è più cauto nella scelta del compagno e mira a un partner affidabile e dominante. La struttura fisica forte del maschio è vista come segnale di protezione parentale. Una volta stabilita l'initimità è più pertinace. La donna che "ama troppo" anche in una condizione di infelicità mantiene la stabilità della coppia. Perché le donne sono particolarmente attratte, a parità di altre condizioni, da uomini che esibiscono segni di uno stato sociale elevato? Le donne mirano a un partner affidabile e dominante. La struttura fisica forte e il potere del maschio sono visti come segnale di protezione parentale. L'unione permanente fondata sulla reciproca fedeltà affettiva fu una conquista evolutiva della specie derivante dalla valutazione del rapporto costi-benefici da parte della femmina.

Il maschio è più vulnerabile all'aspetto folle dell'innamoramento. Mira a partner con alti indici di fertilità, perciò spesso più giovani. Infatti la bellezza femminile è considerata un segnale di fertilità. Perché i maschi, a qualsiasi età, continuano a guardare con occhio concupiscente le donne giovani? Gli antenati maschi hanno manifestato una tendenza a essere attratti sessualmente da correlati fisici della giovinezza femminile più adatta alla fecondità, sicché i maschi che preferivano femmine giovani si sono riprodotti in media più dei maschi con preferenze sessuali differenti. Quindi la selezione ha prodotto un programma psicologico specifico di "preferenza per la giovinezza" e i geni della "preferenza per la giovinezza" si sono diffusi nel pool genetico umano. La relazione sessuale a breve termine ha una radice genotipica nel maschio ma non nella femmina, che, una volta ingravidata, aveva l'impegno dell'unica prole. Il vantaggio riproduttivo del maschio consisteva, in una determinata fase evolutivistica arcaica, in un aumento della prole. Il vantaggio coevolutivo che venne al maschio nell'accettare in seguito la permanenza della coppia fu la certezza della prole e quindi della permanenza dei propri geni.

Nella nostra epoca la convivenza acquisisce un'attrattiva che manca al legame matrimoniale. I suoi intenti sono modesti, non si fanno giuramenti e le dichiarazioni, semmai pronunciate, non sono mai solenni. Non si stringono pastoie, non si legano mani, non ci sono testimoni né rappresentanti istituzionali a consacrare l'unione. Eppure anche la rottura di una unione fondata sulla convivenza può causare ansia e lutto. Perché?

La gelosia è una conquista evolutiva, "difettosa" come molte conquiste evolutivistiche, a difesa di: la possibilità di perdere le risorse del compagno e il suo impegno che verrebbero devoluti ad un'altra e ad altri figli (nelle femmine), l'incertezza della paternità (nei maschi). Anche perché il predatore di partner è una personalità adattiva ancora presente nella specie.

L'amore romantico

L'amore, e in particolare l'amore romantico, è un nostro pensiero fisso. Non c'è praticamente aspetto della nostra vita che non sia influenzato, in qualche modo, dal concetto di amore romantico.

Il mito dell'amore romantico afferma che l'amore vero è sofferenza. Illustri esempi: eros in Platone (penia e poros), Saffo, Ars amatoria di Ovidio, Tristano e Isotta, Dante e Beatrice (Vita nova), Petrarca e Laura, Il giovane Werther.

Le caratteristiche dell'amore romantico:

- 1) Amore e morte profondamente uniti, e come tale nella letteratura viene assunto come luogo entro cui si verifica una carica rivoluzionaria rispetto all'ordine sociale.

- 2) Con l'amore felice finisce la storia e non c'è più storia (e vissero felici e contenti...).
- 3) Idealizzazione e irraggiungibilità.
- 4) Estasi d'amore come trascendenza.
- 5) Confusione tra carnale e spirituale (le religioni hanno una tradizione mistica pseudo-erotica: Cantico dei cantici, Teresa d'Avila).
- 6) La vita non è appagamento senza qualcuno speciale da amare.

I concetti di romanticismo e amore romantico sotto la patina della civilizzazione spesso mascherano la vera natura dei nostri legami affettivi perché i primitivi desideri sessuali sono un potente ricordo della nostra ascendenza biologica. L'amore romantico quindi può essere una strategia per proteggersi da questa autocoscienza, un meccanismo di difesa che modella la realtà in modo da diminuirne la componente trasgressiva.

La passione d'amore è eccitante ma inaffidabile come fondamento di una relazione duratura. Se le relazioni amorose fossero investimenti redditizi, garanzie di sicurezza e soluzioni ai propri problemi, chi mai giurerebbe eterna fedeltà ad un investimento?

I sommovimenti amorosi

L'innamoramento confina con l'anormalità, è sempre caratterizzato dalla suggestione, dalla cecità di fronte alla realtà, ed è un trasferimento degli oggetti d'amore dell'infanzia (Fromm). L'amore è uno stato di alterazione mentale o, se si vuole, una malattia mentale per la quale di norma non desideriamo nessuna cura. Il male d'amore può generare alterazioni del comportamento che somigliano a disturbi mentali, ma essere innamorati ed essere ammalati di mente non è la stessa cosa. Tuttavia l'amore passionale è un parente così stretto della follia che spesso il primo causa la seconda.

- 1) Come avviene nelle situazioni maniacali, si ha un forte legame tra innamoramento e esaltazione e creatività (corteggiamento > eccellere > impressionare > arte > esibizione > musica). *Amore non è amore del bello, ma generazione e procreazione nel bello* (Platone, Simposio). Ed inoltre: euforia, estasi, eccessiva sicurezza, presunzione, impulsività a parlare, accelerazione del pensiero, indifferenza per le conseguenze della ricerca del piacere.
- 2) È tipica della situazione amorosa l'ambivalenza: presenza simultanea, nella relazione, con uno stesso oggetto, di atteggiamenti e sentimenti opposti, soprattutto l'amore e l'odio. Per Freud l'odio trova la sua origine nella pulsione di autoconservazione: l'io lotta per conservarsi e affermarsi (thanatos, separazione, defusione), l'amore (eros) trova origine nella pulsione sessuale e in ultima istanza nel desiderio di fusione (eros).
- 3) È tipica anche la bipolarità: la mente oscilla tra due polarità emotive, ansia per l'eccessiva preoccupazione per il futuro della relazione, sensazione che la vita sia un "sogno", spersonalizzazione (vivere come irreali).
- 4) Ossessione: fissazione per la persona amata. Fantasie, sogni ad occhi aperti, immagini sessuali indesiderate e intrusive.
- 5) Depressione: episodi di malinconia, sospiri, lacrime, apatie nella separazione forzata, talvolta suicidio. Alterazione generale dell'umore.

Dall'amore romantico all'amore maturo

Infatuazione: entusiasmo irragionevole, per lo più di breve durata.

Fatuo: vuoto, leggero, superficiale.

Impegno: obbligo verso sé stessi e verso gli altri.

Intimo: ciò che appartiene all'aspetto più interno del corpo, della vita personale, del rapporto.

Affetto: inclinazione sentimentale meno intensa dell'amore, più regolata dalla passione.

Passione: sentimento intenso e violento (per lo più di attrazione o di repulsione verso persona o oggetto) che può turbare l'equilibrio psichico e le capacità di discernimento e di controllo.

Amore: sentimento di viva affezione verso una persona che si manifesta come desiderio di procurare il suo bene e di ricercarne la compagnia.

Considerazioni sull'oggi.

- *Oggi eros si trova dappertutto, ma in nessun luogo resta a lungo.*
- *Quando manca la qualità si cerca nella quantità.*
- *Quando non c'è niente che duri, è con la rapidità del cambiamento che si cerca di redimersi*

“Si può essere salvati solo dalla ricerca di conoscenza, dal desiderio di conoscere più che di possedere l'oggetto del desiderio: il desiderio di conoscere rende possibile, perfino essenziale, dare all'oggetto la sua libertà” (Metzer).

“Scarta la tua memoria, scarta il tempo futuro del tuo desiderio; dimenticali entrambi in modo da lasciare spazio ad una nuova idea. Forse sta fluttuando nella stanza in cerca di dimora un pensiero, un'idea che nessuno reclama.” (Bion)

L'intimità mentale crea vicinanza emotiva: quanto più una coppia comunica ed è appagata tanto più efficace è l'empatia reciproca. Quando conosciamo bene qualcuno o abbiamo un'intesa molto forte si verificano condizioni quasi ottimali per una confluenza di pensieri, sentimenti, percezioni e ricordi intimi. Il desiderio deve essere accompagnato dalla complicità, che è un'assicurazione contro il calo o la scomparsa della bellezza fisica e riconosce la bellezza interiore.