

L'aggressività al servizio dell'amore

Cristóbal Solares*

“La comprensione delle tortuose vie attraverso le quali amore e aggressività si mescolano e interagiscono nella vita di coppia mette in luce i meccanismi con cui l'amore può integrare e neutralizzare l'aggressività; e, in molti casi, trionfare su di essa”¹

La pratica psicoterapeutica, quella educativa-pastorale e qualche letteratura sul tema, suggeriscono che nel mondo interno delle persone amore e aggressività convivono. Questi due sentimenti, proiettati all'esterno, non sempre riescono ad integrarsi, specialmente nelle relazioni fra le persone. La capacità di integrare l'aggressività nel contesto più ampio di un amore che sia capace di sostenerlo dipende da molti fattori. Uno di questi è un SuperIo maturo anziché ipertrofico o ipotrofico. Quando invece prevalgono questi altri due tipi di SuperIo è più facile la violenza irrazionale e distruttiva, fino agli estremi di sadismo e crudeltà inumana.

L'orizzonte psico-pedagogico di base

L'aggressività che coabita con l'amore all'interno di ogni persona non può essere soppressa del tutto. Ma il predominio dell'amore può far calare, sminuire, neutralizzare e integrare gli effetti nocivi e distruttivi dell'aggressività. Ciò vuol dire avere la fede e la speranza che l'essere umano, pur divenuto malvagio e crudele nella sua storia, abbia conservato un minimo di bontà e abbia quindi la capacità di convertirsi. Questa è la base di ogni pratica psicoterapeutica e di qualsiasi azione educativa e pastorale. Una fede nel predominio della bontà, anziché della malvagità dell'essere umano, ci permette di considerare come momentanea e transitoria, piuttosto che permanente, l'aggressività e la violenza che si scatenano senza misura sia a livello intra-personale che interpersonale. In questo orizzonte di pensiero un essere umano è visto «colpevole» ma redimibile, anziché «tragico e senza alternative». «Io non credo che l'uomo sia guidato in un modo praticamente rilevante per un irriducibile istinto di morte; io credo piuttosto che egli sia vittima di

* Psicologo, docente di psicologia dell'età evolutiva alla Pontificia Università Antonianum, Roma.

qualche tendenza non ancora superata a reagire alle ingiurie subite come quella della collera narcisista sovente illimitata; però mentre questa tendenza è ancora fuori controllo, noi speriamo in un progresso ulteriore della nostra scienza, la quale con l'aiuto dell'introspezione e dell'empatia ci permetta raggiungere un controllo più efficace dell'aggressività umana»ⁱⁱ.

Il problema in questione è se l'essere umano è guaribile, educabile e redimibile e con lui, la società che è suo prodotto e nello stesso tempo ciò che lo condiziona. La posizione qui proposta, con fondamento nell'antropologia cristiana, critica i determinismi interni ed esterni ma accetta i condizionamenti: la persona non è completamente all'arbitrio della società esterna, né la società è una realtà impossibile ad essere trasformata e modificata. In breve, ciò che può sembrare una utopia, può divenire «topia», cioè, una realtà possibile, una alternativa nel tempo e nello spazio: «Non dobbiamo chiamare utopico (impossibile) quello in cui non ancora abbiamo messo a prova tutti i nostri sforzi e tutte le nostre energie»ⁱⁱⁱ. Se l'utopismo ci risparmia il fatalismo e i sentimenti d'impotenza, allora è preferibile ricevere l'appellativo di «utopico», piuttosto che essere preda del sentimento tragico sulla vita. «Il male può essere vinto a forza di bene» (Rm 12, 21). Lo stesso s. Tommaso d'Aquino avrebbe affermato che «la collera deve essere riprovata solamente negli eccessi, per il fatto che contiene in sé un valore perché molte volte costituisce l'unica via per acquistare un bene difficilmente conquistabile o raggiungibile, oppure, per superare un male difficilmente superabile»^{iv}. In questo senso, si citano appositamente le parole di Cristo nel Vangelo: «Il Regno di Dio soffre violenza e solo i violenti se ne impadroniscono» (Mt 11, 12).

Superlo e aggressività

Sul tema è particolarmente illuminante la teoria psicoanalitica di O. Kernberg circa le relazioni oggettuali. Egli precisa che le esperienze frustranti e dolorose dell'infante, nelle sue interazioni con la madre, costituiscono le cause principali dei suoi capricci, malumori e rabbie. Sono frustrazioni e dolori inevitabili, perché l'infante non sempre può avere la madre solo per sé, a sua totale disposizione. Quando, poi, non può evitare di esprimere l'aggressività, l'infante impara a internalizzare la condotta aggressiva della madre e la riproduce nelle sue relazioni con lei o con altre persone. Ma se si producono degli effetti aggressivi lievi, come possono essere l'irritazione o il cattivo umore, si possono avere anche effetti aggressivi intensi, a volta eccessivi: l'ira, il rancore, l'odio, l'inganno, la vendetta e la violenza distruttiva.

Questo ci permette di supporre che la normalità, o la patologia dell'aggressività dipende dal grado d'intensità con la quale la si prova, ma soprattutto dal grado d'intensità ed eccesso con cui la si esprime. Ad esempio, nei rapporti interpersonali si danno forme sottili d'aggressività, considerabili normali, come gelosie, invidie, ribellioni, qualche risposta di tono elevato, qualche ironia, o la violazione di alcune convenzioni sociali. Si può anche parlare di un masochismo normale^v: quello che, da una parte, aiuta a equilibrare gli impulsi aggressivi e libidinosi e dall'altra, a integrare la capacità sublimatoria per sopportare il dolore e la frustrazione (in forma di arduo lavoro), come prezzo del successo e dell'esito futuro.

Anche la relazione di coppia è, per Kernberg, un terreno ideale per vedere interagire amore e aggressività. Un campione significativo è il rapporto sessuale, (in virtù della sua alta valenza simbolica). Nel fatto di penetrare ed essere penetrati, il potenziale erogeno produce anche l'esperienza del dolore che è apporto necessario alla fusione gratificante con l'altro: nella sessualità matura è in atto la capacità di trasformare il dolore in eccitazione erotica. Si tratta di una forma di aggressività messa al servizio dell'amore, un'aggressività normale. All'estremo opposto c'è la violenza irrazionale, come le forme di sado-masochismo o le infedeltà matrimoniali che già per se stesse rappresentano una forte aggressione al partner.

Kernberg segnala il ruolo decisivo di un SuperIo rigido, ostile, punitivo e persecutore, come causa della violenza e delle sofferenze recate alle persone che paradossalmente si promise di amare, curare e rispettare. Anche la massima biblica «Genitori, non esasperate i vostri figli, ma formateli mediante l'istruzione e la correzione secondo il Signore» (Ef 6, 3), invita a moderare gli eccessi di un SuperIo rigido, perfezionista e intransigente, che trasforma la correzione e istruzione parentale in un meccanismo di sfogo o di scarica della loro collera.

La non integrazione di aggressività e odio è riconducibile anche alla carenza di figure identificatorie adeguate e alla non risoluzione del problema del limite. Conosciamo tutti le conseguenze, nei figli, di padri violenti: questi imparano a introiettare le figure dei loro genitori, con le corrispondenti dinamiche e meccanismi aggressivi, specialmente quando non ricevono un'educazione morale e religiosa adeguata. Nella maggioranza dei casi è mancata un'educazione al senso del limite, acquisizione essenziale per percepire e considerare l'altro come soggetto e come persona, e non come oggetto di uso, abuso o maltrattamento. Infatti, i figli che si organizzano in bande criminali, in genere, sono cresciuti in famiglie che hanno abituato i piccoli già in tenera età a rubare, a picchiare, a ferire, a minacciare e a violentare i loro simili. Il loro SuperIo (in questo caso ipotrofico) permette di credere che è diritto naturale -proprio di chi si trova al di sopra di ogni limite- la non limitazione delle pretese di convertire la società in una giungla governata solo da loro.

È interessante osservare che alcuni studi statistici dimostrano non esserci una differenza significativa che faccia credere che gli uomini siano più aggressivi delle donne^{vi}; ciò che sembra differente sono le modalità di espressione: per esempio, mentre l'uomo tende a scaricare l'aggressività colpendo a pugni, la donna tende a farlo con le unghie. Altre tesi di taglio biologico, sociale e culturale, sostengono che la maggioranza dei crimini sono commessi dagli uomini, non dalle donne. Queste tesi affermano che i livelli di testosterone, più alti negli uomini, sono associati all'aggressività maschile e che, d'altra parte, la formazione culturale condiziona enormemente le donne nell'espressione aperta della loro aggressività; aggiungono inoltre che le donne sono più capaci degli uomini di riconoscere, accettare e tollerare la rabbia. Senza dubbio, la donna in una società musulmana o in culture maschiliste si vede costretta a una maggiore repressione^{vii}.

Cultura narcisista e/o paranoide

La patologia del SuperIo si può ritrovare anche alla radice di quei sistemi sociali che professano, anche se in modi diversi, una cultura dell'aggressività^{viii}.

Quando, poi, lo sviluppo patologico degli individui s'incontra con quello sociale, la miscela diventa esplosiva e produce gruppi e movimenti di rivendicazione sociale, violenza istituzionale, criminalità organizzata

Nelle bande delinquenziali, o nei gruppi criminali organizzati come quelli che attualmente minacciano e flagellano le società dei paesi del Centro America, è frequente osservare la loro ripartizione del territorio d'azione: i membri di una banda praticano una relativa fedeltà tra di loro, ma ingaggiano una vera guerra di guerriglie nei confronti di altre bande, considerate nemiche perché contendono lo stesso territorio o il medesimo desiderato bottino. I livelli di crudeltà registrano massacri di intere famiglie, inclusi bambini, donne (a volta incinte) e anziani innocenti. Sono capaci di innescare un ambiente di caos e impotenza generalizzata perché dispongono di grandi arsenali e utilizzano meccanismi diabolici che superano di molto i mezzi correttivi e di controllo dei governi statali (incluse le carceri e i corpi di polizia).

La psicologia di massa dimostra, al riguardo, che più i gruppi sono grandi e meno strutturati, più sono inclini a un'alta emotività (aggressione, paura, invidia...) e a una maggiore irrazionalità (pregiudizi, intolleranza, vendette...) ^{ix}, per cui le relazioni vanno verso una sempre maggiore disumanizzazione, con reazioni ogni volta più primitive. Alcuni gruppi non solo innescano un narcisismo interno maligno ma elaborano anche un pensiero paranoico generalizzato, proiettando la persecuzione verso i nemici esterni (individui o gruppi), come succede nel caso dei cosiddetti gruppi di «attacco-fuga». Un chiaro esempio sono i «massacri della selva»: esecuzioni compiute negli anni '70-'80 contro popoli civili, specialmente indigeni, nel nord-ovest del Guatemala; gli autori di questo genocidio erano i membri di un esercito corrotto e crudele previamente programmato e ideologizzato per tale effetto.

Kernberg ci fa notare che una società che nutre e fomenta il narcisismo patologico crea persone sempre più incapaci di amare il prossimo ^x. Le relazioni del narcisista patologico sono di tipo parassitario e di sfruttamento. Inoltre, la personalità narcisista inconsciamente odia, disprezza e detesta sé stessa e di conseguenza odia, disprezza e detesta gli altri. Quando, poi, al narcisismo patologico si associano disturbi di tipo paranoide, (aggravando la patologia come nel caso borderline), il meccanismo della «scissione» impedisce l'integrazione dell'amore e dell'odio, i quali vengono proiettati all'esterno, creando così un mondo diviso in amici e nemici fomentato da una cultura di amore patologico all'interno e di odio verso l'esterno percepito come ostile e nemico.

Nasce, così, l'ideologia delle «cause giuste», che cercano supporto e sostegno in ideologie religiose fondamentaliste o nell'uso ideologico della religione ^{xi}. Ci sono gli eserciti latinoamericani che seguendo un'ideologia di «Dottrina di Sicurezza Nazionale» e pretendendo di giustificarsi in un certo tipo di religione, inciampano nel genocidio. Nella stessa linea si trovano anche i kamikaze di matrice islamica che usano ideologicamente il Corano, con la pretesa che «l'Islam è l'unica vera religione» (Sūra III, 19), per giustificare il suicidio individuale e l'assassinio collettivo di gente innocente, dimenticando che il Dio dei Musulmani - «Il Dio sommamente clemente e misericordioso» (cf l'inizio d'ogni Sūra del Corano)- è lo stesso Dio delle altre religioni monoteiste. Invece, la maggior parte dei gruppi guerriglieri latinoamericani sembra essere differente poiché trova origine nelle file degli stessi eserciti costituiti; hanno lottato contro la corruzione, la violenza istituzionalizzata e le ingiustizie, ma in genere sono più aperti al dialogo e

più flessibili. Esempi concreti sono i gruppi guerriglieri del Centro America, che sotto l'egida dell'Organizzazione delle Nazioni Unite, negli ultimi anni si sono integrati nella vita sociale e politica formando partiti d'opposizione di sinistra.

L'indignazione etica

Può darsi che tra le motivazioni iniziali di molti dei fondatori dei movimenti di rivendicazione ci sia stata quella della «indignazione etica» davanti all'ingiustizia. L'indignazione può essere uno dei casi in cui l'aggressività è messa al servizio dell'amore, a patto però che l'indignazione non sia il prodotto delle dinamiche narcisiste/paranoidi o della «scissione» che divide il mondo in buoni e cattivi.

L'indignazione etica che ha reso profeti e martiri molti uomini e donne, specialmente in America Latina, è un buon esempio non solamente del trionfo dell'amore sull'aggressività, ma anche del trionfo dell'amore su una «concupiscenza» più generalizzata; è l'indignazione de «l'amore utopico per l'altro, che si avventura in una realtà possibile, e nella santità di una carità incondizionata e di un amore che è riuscito a liberarsi della concupiscenza»^{xii}. Un altro esempio è Francesco d'Assisi il cui amore include non solo il pathos (la sofferenza per l'altro e con l'altro), ma è capace di arrivare all'ultima passione per l'altro. Noto a tutti è anche l'esempio di Dietrich Bonhoeffer e il suo invito al popolo tedesco a opporsi al nazismo.

«La capacità di perdonare è solitamente segno di un SuperIo maturo che deriva dall'essere in grado di riconoscere l'aggressività e l'ambivalenza in sé stessi, e quindi di poter accettare l'ambivalenza inevitabile nelle relazioni intime. L'autentica disponibilità al perdono è espressione di un senso maturo di moralità, di accettazione della sofferenza che deriva dalla perdita d'illusioni su sé stessi e sull'altro, della fiducia nella possibilità che l'amore possa ricrearsi e mantenersi a dispetto delle componenti aggressive e al di là di essi»^{xiii}.

ⁱ O. F. Kernberg, *Relazioni d'amore. Normalità e Patologia*, Cortina Editore, Milano 1995, p. x.

ⁱⁱ H. Kohut, *Introspezione ed Empatia*, Boringhieri, Torino 2003, p. 163.

ⁱⁱⁱ M. Buber, *Sentieri in Utopia*, Comunità, Milano 1967, p. 15.

^{iv} G. Cruchon, *Conflitti, angosce, atteggiamenti*, La Scuola, Brescia 1971, p. 169. L'autore cita qui la *Summa Theologica* di s. Tommaso (S. The., Ia., IIae., q. 158, aa. 1-3). Secondo T. Healy, s. Tommaso relazionò l'aggressività con la speranza considerando questa come la prima delle virtù irascibili, cf T. Healy, *Le dinamiche della speranza. Aspetti interpersonali*, in L. M. Rulla (ed.), *Antropologia della vocazione cristiana. Aspetti interpersonali*, EDB., Bologna 1997, p. 97. Questo studio include quella celebre affermazione dello psicologo Nardini: «l'unico modo di aiutare i depressi è a volta provocando la loro aggressività» (p. 32).

^v O. Kernberg, *Aggression in personality disorders and perversions*, Yale University Press, New Haven and London 1992, pp. 27.36.

^{vi} Cf L. M. Rulla – F. Imoda - J. Ridick, *Entering and Leaving Vocation: Intrapsychic dynamics*, Gregorian University Press, Rome, 1980, p. 308.

^{vii} M. R. González Casas, *Género y relaciones. Un estudio en Nancy J. Chorodow y en Teresa de Ávila desde la perspectiva femenina* (tesi dottorale in psicologia, non pubblicata, difesa nella Pontificia Università Gregoriana di Roma il 17 febbraio 2006).

^{viii} Circa la relazione tra violenza e SuperIo si hanno dati sufficienti per sostenere che nei paesi di cultura musulmana ed ebraica sembra darsi un predominio del SuperIo ipertrofico, mentre nei paesi occidentali, dove è carente l'educazione al senso del limite, sembra prevalere un SuperIo ipotrofico.

Più in generale, l'eccesso di Superlo ipertrofico può ispirare una cultura paranoide nel senso di eccesso di rigidità, mentre un Superlo ipotrofico può generare una cultura narcisista nel senso di eccesso di permissività.

^{ix} Cf. O. Kernberg, *Mondo interno e realtà esterna*, Boringhieri, Torino 1990, pp. 197-198.

^x Cf O. Kernberg, *Why some people can't love*, in «Psychology Today», June 1978, pp. 55-59.

^{xi} Cf O. Kernberg, *The Psychology of Religious Fundamentalist Ideologies* (Conferenza presso l'Accademia di Medicina di New York, il 30 ottobre 2001), in: www.theapm.org/conf/kernberg.html.

^{xii} E. Lévinas, *Tra Noi. Saggi sul pensare all'altro*, Jaca Book, Milano 1998, pp. 273.275.

^{xiii} O. F. Kernberg, *Relazioni d'amore. Normalità e Patologia*, cit. p. 118.