

# Effetti tragici di una qualsivoglia separazione

## *Valore travolgente dell'unione spirituale*

Tutta la vita, dalla nascita alla morte, è un continuo distacco. A volte sono piccole distanze, altre volte più ampie e dolorose. Il pianto è la manifestazione fisica di ciò che esso traumaticamente comporta. Consiste nell'atto di separare e del separarsi, il fatto di essere separato e il conseguente stato di ciò che è separato. È ciò che non scorre, non fluidifica, non trasmette alcunché: atrofizza, consuma, mantiene le distanze.

Svariate sono le forme di separazione. Il termine si applica in biologia, in botanica, in fotografia, in marina e in matematica, nella tecnica e in laboratorio, ma soprattutto a livello sociale: si parla, nel diritto civile, di separazione coniugale in riferimento al vincolo, sia consensuale e sia giudiziale, di separazione dei beni.

Qualsivoglia smembramento/i, sia che avvenga in natura, con lo sradicamento dall'habitat naturale, sia tra gli uomini, implica sempre una "morte", un trauma ed esso non è mai indolore. Nella specie umana ci sono degli effetti che si manifestano sia a livello psicologico e sia fisico o entrambi, per cui si può parlare di "sofferenza della separazione". Soprattutto nella separazione tra adulti e di coppia in particolare, si assiste all'accettazione di una grossa perdita dell'altro, della relazione che li univa, con conseguente fallimento di un progetto di vita; segue un periodo di tristezza, congiunta alla solitudine e allo sconforto che ne

determina, si arriva sovente alla depressione e al suicidio, poiché ci si carica di colpe (non sempre totalmente proprie).

Tra i più comuni effetti che coinvolge la sfera psichica scopriamo la destabilizzazione dell'identità della persona e perdita dell'autostima, la difficoltà nel sistema relazionale: ci sono perdite familiari, sociali economiche..., si entra in una fase di fragilità rendendosi vulnerabili e tormentosi, si è di fronte all'abbandono e alla sfiducia in sé e negli altri: il futuro è buio e privo d'incertezze. Si rafforza la rabbia, la vendetta (sovente scaricata anche sui figli), la convinzione di aver subito dei torti, il partner è visto come un nemico. Necessita il bisogno di riappropriarsi della propria vita e dell'autostima per ricominciare ad avere fiducia e ripartire, occorre un controllo dell'emotività per guardare serenamente al futuro e gestirlo con maggiore calma.

Diverse sono le reazioni e gli effetti psicologici che le separazioni provocano sul minore, ignaro di tante situazioni, ma che è costretto a subire ed essere spettatore di conflitti che perdurano dopo la convivenza genitoriale.

Fra i disturbi che interessano l'ambito fisico-corporeo, dicono gli studiosi, troviamo, a parte i disturbi di malessere generale, l'insonnia dovuta all'ansia, l'insicurezza, fitte al petto con possibili aritmie, con disturbi al sistema digestivo e immunitario, lo stress può produrre acne e deterioramento della pelle, a causa anche dell'abbandono igienico personale, a volte con caduta dei capelli. Ci si trascura nell'alimentazione e si mangia con irregolarità, troppo o poco, con problemi all'organismo, a volte dolori allo stomaco e diarrea, dolori muscolari in varie parti del corpo... ci si dà, a volte, all'alcool...

Il distacco non è solo fonte di alterazione e di scompiglio fisico e psicologico, è fonte di una dimensione nuova, capace di indurre l'individuo a un'esperienza sublimante. «È fonte di felicità e contentezza – dice Marco De Biagi - perché ci riporta alla dignità senza farci travolgere dagli eventi (...) ci ridona regalità, essere in noi autentici in un autentico stato di forza e stabilità (...) , è amore, fiducia ...uno spazio di sincero sentimento, stima per chi e cosa ci circonda! Nel senso che posso amare quando comprendo, quando capisco e lascio libero l'oggetto o la realtà amata.» Per raggiungere questo traguardo di amore e di pace si richiede una profonda maturità che indichi serenamente il futuro e i valori veri dell'esistenza. Significa guardare con calma, con limpidezza, con forza interiore e lungimiranza la vita.

C'è un valore positivo del distacco: si riconosce il poco o il molto di prima, si ama, si apprezza quello che si è lasciato, che ci manca. Non a caso per ritrovare il giusto equilibrio è opportuno spesso un adeguato tempo di allontanamento dai beni, dai luoghi e dalle persone.

Alla separazione si contrappone l'unione. Al potere temporale (solo il distacco dalle cose ce lo permette) si oppone quello spirituale e un processo per l'elevazione interiore. Siamo di fronte a una nuova dimensione del distacco. L'amore umano unisce in genere (non sempre in forma duratura), l'Amore soprannaturale ci invita all'abbandono per un'unione simbiotica con la divinità. Nulla ci può impedire di farlo: «Chi ci separerà dall'amore di Cristo? – dice San Paolo - Sarà forse il dolore o l'angoscia? La persecuzione o la fame o la miseria? I pericoli o la morte violenta? (...) Io sono sicuro che né morte né vita, né angeli né altre autorità o potenze celesti, né il presente né l'avvenire, né forze del cielo

né forze della terra, niente e nessuno ci potrà strappare da quell'amore che Dio ci ha rivelato in Cristo Gesù, nostro Signore». (Rm 8, 35; 38-39)

Se parliamo dell'Amore di Dio che si annichilisce nell'umanità per amarla fino all'estremo sacrificio, allora ne comprendiamo tutta la portata di questo amore irruente. Come quello di una madre per un figlio. Anche se una madre, però, si dimenticasse di lui, Dio non si dimenticherebbe mai dell'uomo, sua creatura. Quale meraviglia, allora, se tra le scelte esistenziali, quella di consacrarsi a Lui è il punto più alto di elevazione e comporta l'abbandono dei beni terreni nella sua totalità per possedere quelli eterni? La felicità apportata dalle "ricchezze" passeggiere è temporanea, quella che ci offre l'innamoramento con Dio non solo non è paragonabile ma è sublime, mistica, fino al punto da sconvolgere l'esistenza: «Non sono più io che vivo, ma Cristo vive in me». (Gal 2, 20) È l'esperienza che hanno fatto nella storia tante personalità di spicco fino a dare una virata alla loro esistenza e modificarla radicalmente. L'amore di Dio non è un dramma come la separazione, semmai è l'ovazione che fa scattare in piedi per compiacersi dell'Amato. È come la luce che attrae gl'insetti, ma una volta attratti non li lascia andare perché li annienta nel suo Amore da far dire allo stesso Paolo: «Per me il vivere è Cristo e il morire un guadagno». (Fil 1, 21)

*Erice lì, 28 maggio 2020*

*SALVATORE AGUECI*