

Prefazione

Cos'è l'amore? Quante volte ci siamo fatti questa domanda. Quante volte abbiamo provato a dare una risposta, per poi accorgerci che non era esaustiva e che non avrebbe potuto esserlo. Perché la quotidianità, l'esperienza, le storie vissute e quelle ascoltate ci portano a cambiare idea in continuazione e a scoprire che troppo spesso chiamiamo amore ciò che non lo è. O ciò che vorremmo lo fosse.

Le relazioni disturbate che sfociano in tragedia nascono proprio da questo errore. Amori che di tale hanno solo l'illusione: concepiti sull'insicurezza, cresciuti nella prevaricazione e uccisi dalla violenza. Amori in cui possesso e ossessione prendono il sopravvento sulla fiducia. Amori dove il rifugio si trasforma in prigione, e le difficoltà non si risolvono ma si moltiplicano, poiché la malattia è più forte della cura.

Il secondo errore letale è rinunciare alla felicità in nome di un amore malato. Di un sentimento che non nutre il pensiero, ma lo inaridisce. E invece di invogliarci a crescere, maturare ed evolvere, ci spezza le ali, fino a farci precipitare nel buio del silenzio, della solitudine. Della morte.

Amare da morire è un viaggio nel complicato mondo dell'amore, inteso nel suo significato più ampio. Una lettura che ci aiuta a capire l'importanza di anteporre il nostro bene a tutto il resto. E che fornisce gli strumenti per interpretare le persone che abbiamo intorno, con lo scopo di individuare i segnali nefasti della negatività: una relazione sbagliata nuoce alla salute, soprattutto se riguarda la sfera affettiva più stretta. Per una donna, saper riconoscere quando un uomo nasconde problemi gravi e irrisolti potrebbe essere vitale: paura, rabbia, perversioni maschili si tramutano quasi sempre in mancanza di rispetto e in delirio di controllo. E il confine con l'abuso è sottile. Spesso, riuscire a dire basta prima di doversi difendere è l'unica arma per sopravvivere.

Quelle che seguono sono pagine intense, che toccano le corde più intime, perché ognuno di noi ha conosciuto il dolore, e non è vero che il tempo guarisce tutto: le sofferenze sono un fardello pesante da portare. Ma finché siamo vivi possiamo ammirare l'orizzonte, incamminarci verso il sole e costruire un futuro migliore del passato e del presente che ci hanno stritolato. Non importa se siamo feriti, né quanto abbiamo sanguinato. Una volta raggiunta la consapevolezza che il nostro destino dipende da noi, diventa spontaneo guardare la felicità con occhi nuovi.

ELISABETTA CAMETTI