



Ho bisogno
degli altri:

manca **o possibilità?**

ALESSANDRA AUGELLI

Nel racconto di Anna Llenas, *Il buco*, la piccola Giulia si ritrova di colpo a fare i conti con un grande buco nella pancia: un buco da cui passa il freddo e escono mostri, un vuoto che cerca di colmare in modi diversi e di tappare con coccole, traguardi, dolcezze, regali... ma senza trovare nulla di adatto. In questa ricerca spasmodica il buco si allarga sempre più.

Nella nostra quotidianità **ci imbattiamo spesso in un senso di vuoto e di insoddisfazione**: è la fame e la sete di significato da dare alla nostra vita e che ci sembra qualcosa di brutto e antipatico, ma in realtà è ciò che ci spinge a ricercare. Questa ricerca può avere esiti provvisori o può trovare forme di compensazione e palliativi: l'uso eccessivo dei social network, il consumo sregolato di oggetti, abbigliamento, cibo, il tentativo di fare mille esperienze ed attività è proprio ciò che ci dà la sensazione di colmare le mancanze interiori e che, al contrario, rischia di procurarci maggiori frustrazioni e la consapevolezza che nulla può appagarci fino in fondo.

Spinti dal desiderio di colmare i nostri vuoti interiori possiamo anche rivolgerci agli altri in maniera opportunistica: l'altro "ci serve" perché ci dà riconoscimenti, dimostrazioni di affetto, ci soddisfa bisogni materiali o intimi. **Quando l'altro non corrisponde alle nostre necessità ce ne allontaniamo o addirittura lo rifiutiamo**. Non è raro, infatti, che le *aspettative* si trasformino in *pretese* e che ci avviciniamo agli altri con la presunzione che facciano solo quello che vogliamo noi. È così che tale bisogno che è proprio di persona da tensione costruttiva si modifica in una propensione nociva e deleteria sia per sé sia per gli altri. Allora possiamo chiederci: **in che modo possiamo far sì che il bisogno degli altri possa essere buono e genuino?**

La storia di Giulia prosegue. Nella tristezza e nello sconforto di una ricerca estenuante ascolta il suo vuoto e una vicina le dice di non cercare più fuori, ma dentro. E così si accorge che da quel buco possono uscire parole, melodie, colori, intere realtà che le restituiscono la sensazione di appartenere a qualcosa.



¹A. Llenas, *Il buco*, Gribaudo Editore, Milano, 2016.



(...) Felice della scoperta, comincia ad avvicinarsi in un modo diverso.

Guardare dentro la propria interiorità, ascoltarsi, prendersi cura di sé è la premessa indispensabile per andare incontro agli altri in modo più libero e vero. Stando a contatto con noi stessi, infatti, ci accorgiamo che non ci bastiamo, ma che in noi ci sono una serie di risorse e possibilità che vengono dai semi e dalle esperienze di affetto e di amore che già sono stati depositati in noi nel passato e che possono uscire creando interscambio.

Quando ci ascoltiamo in profondità avvengono molte dinamiche positive: riusciamo a cogliere meglio i nostri reali bisogni, a chiamarli per nome e a rivolgerli anche agli altri in maniera più giusta, accogliendo anche risposte un po' diverse da quello che ci aspettavamo. Soltanto quando diventiamo i migliori "sponsor" di noi stessi, quando stiamo in ascolto anche delle nostre fragilità e quando accogliamo anche ciò che ci piace poco di noi, del nostro carattere, della nostra storia, della nostra situazione possiamo avvicinarci diversamente agli altri: **se non sentiamo, infatti, la bellezza di una carezza che non diamo a noi stessi, nessuna carezza altrui ci soddisferà.**

Quando, poi, impariamo a dare stima e amore a noi stessi, i vuoti e le mancanze ci invitano non soltanto a prendere dagli altri qualcosa, ma anche a far venir fuori, donare qualcosa di noi a loro.

Giulia si accorge che tutti hanno, infatti, i loro vuoti attraverso cui scoprono nuove realtà, da cui tornano con bellissimi doni da condividere insieme. E proprio quando il buco di Giulia si collega a quello degli altri si rimpicciolisce, senza tuttavia mai scomparire; rimane un'apertura nel proprio mondo interiore e un legame con quello altrui.

Se ciascuno vive il bisogno degli altri è più facile capire che anche loro potrebbero rivolgersi a noi per soddisfare i loro desideri pretendendo qualcosa per sé: allora si può attivare **un esercizio reciproco di equilibrio, di ricerca di libertà e di bellezza.** Assieme possiamo, cioè, imparare a non creare delle forme di dipendenza o di pretesa: quando, infatti, si pretende che l'altro viva una relazione esclusiva con noi, impedendo di attingere ad altro, quando lo si vuole a nostro piacere e misura, quando

vogliamo che la relazione sia solo orientata ad una soddisfazione personale allora il legame si trasforma in un legaccio, un nodo che anziché supportare nella crescita ne è di ostacolo.

La comprensione di sé, il dialogo e la comunicazione e il senso del dono permette di **riconoscere anche le mancanze degli altri** e di viverle in uno scambio costruttivo dove ognuno aiuta ad essere l'altro più libero, mettendosi alla ricerca comune di fonti di felicità più alte.

È interessante, infatti, notare come nell'esperienza di condivisione i vuoti personali si fanno più piccoli ma non spariscono del tutto: è il segno che gli altri non potranno mai appagare i miei bisogni, ma devo imparare ad accogliermi e a volermi bene in prima persona, ad abbracciarmi totalmente, con le mie risorse e i miei limiti, con le mie potenzialità e le mie bruttezze.

Le mancanze che si sentono, da vortici che tendono ad assorbire tutto degli altri e del mondo circostante, diventano delle finestre che ci permettono di mettere in collegamento me stesso, l'altro e una realtà superiore che supera entrambi.

