

# ROBERTO VISCIONE & GIOVANNI VELLA, Amare per amare, collana Memorie / Testimonianze, I.l.a. Palma, Palermo.

**L'enigmatico mondo dell'amore esplorato attraverso  
un'esperienza di psicoterapia innovativa**

Nietzsche diceva: «L'animale si adatta al mondo; l'uomo crea il suo mondo nell'enigma del mondo.» Bisogna che l'enigma vada affrontato, indagato, esplorato, perché «una vita che non indaga – come sostiene Socrate – non è degna dell'uomo». Quest'ardua esplorazione è stata intrapresa dal giovane scrittore romano Roberto Viscione, nel libro *Amare per amare. Viaggio dentro un'esperienza di psicoterapia* (edito da I.l.a. Palma, Palermo, pp. 128), il quale racconta, sotto forma di dialogo in un linguaggio semplice ma non elementare, della sua esperienza vissuta nel contesto di un trattamento di psicoterapia.

In realtà si tratta di un libro scritto a quattro mani, dato che Roberto e Giovanni Vella sono gli autori e insieme i protagonisti della storia, nella quale narrazione e ricostruzione degli eventi sono efficacemente intrecciati in modo quasi poetico. Giovanni esercita a Palermo e a Roma la professione di psicoterapeuta per la prevenzione dei disturbi emotivi, svolgendo attività di ricerca sugli aspetti corporei e psicologici del comportamento individuale. A lui si rivolge Roberto, «un ragazzo fra tanti – come egli stesso si definisce – con la passione delle amicizie e dell'amore», per pacificare il suo animo, tormentato da continue sofferenze amorose. Insieme esplorano l'enigmatico mondo dell'essere umano e

iniziano un cammino di autocoscienza, un vero e proprio itinerario esistenziale attraverso il quale Roberto elabora un suo percorso sentimentale, sociale e religioso. Emergono varie situazioni sia psicologiche che morali, ma il quesito principale attorno a cui ruota l'intero racconto è questo: «Come si fa ad amare senza rimanere incatenati dalla sofferenza, e come si può cancellare dalla vita il sentimento amoroso che ne è la linfa vitale?» Il problema di fondo sta nel fatto che l'uomo, in realtà, non sa amare, perché non avverte che l'amore è arte, testimonianza di vita autentica; ed è proprio attraverso la sofferenza che si riesce a

*vedere*, ad accettare ciò che non si riesce a cambiare: «*ecco che la ferita che era aperta e mai richiusa si può richiudere, ne resta solo la traccia storica, grazie all'osservazione delle esperienze stesse*». Roberto e Giovanni insegnano che l'amore è un sentimento vitale di cui ogni essere vivente non potrà mai fare a meno. Però, per amare occorre liberare la mente, spesso prigioniera di schemi di sofferta oppressione. Pitagora diceva: «nessun uomo è libero se non sa comandare

a se stesso», e comandare a se stesso significa impegnarsi in un esercizio di libertà, perché i pregiudizi si abbarbicano nei cervelli non autonomi alimentando i conflitti tra desideri e paure, passioni e gelosie, che sono causa dei numerosi fallimenti di coppie.

Interessante e curiosa è anche l'esperienza psicologica qui definita come «Navigator Therapy», attraverso la quale, in condizione di rilassamento, la strategia migliore, secondo l'analista, per liberare la mente da schemi e stereo tipi, si riesce a ricreare l'armonia tra corpo e mente e ritrovare quell'equilibrio che è essenziale per raggiungere lo stato di quiete. Una dimensione mistico-orientale non avulsa da una sensibilità narrativa scientifica.

Insomma un libro che è insieme studio, racconto ed esperienza di vita e che può considerarsi un vero e proprio manuale d'uso

per le persone che vivono il tempo dell'amore e che attraversano momenti di crisi con il proprio partner o per una storia di coppia appena finita.

*Dora Maran*

*Da "Spiragli", anno XVI, n.1, 2005, pagg. 49-50.*