

Colpo di fulmine

e relazioni a distanza, quale futuro?



La consuetudine a viaggiare soprattutto in estate e il clima di spensieratezza proprio delle vacanze facilitano nuove conoscenze ed incontri e predispongono alla nascita di amicizie ed amori. Spesso veri e propri colpi di fulmine, che hanno il potere di sconvolgere l'esistenza e iniettare una buona dose di energia per affrontare, al rientro dalle vacanze, il periodo autunnale. Molte di queste relazioni, come spesso è giusto che sia, finiscono nel giro di una stagione. Ma alcune storie sono diverse e durano per sempre. Inoltre anche la glo-

balizzazione, i frequenti spostamenti, la tecnologia nella comunicazione hanno moltiplicato le possibilità di conoscenza e fatto in modo che nascessero sempre più relazioni e amicizie anche tra persone che vivono in città diverse, e più amori a distanza. Ma con quali conseguenze sulle persone che le vivono? Una relazione a distanza si nutre di attesa e della voglia di vedersi. Ma impone tanta pazienza e autodisciplina per non cadere nel facile tranello dell'insicurezza e della gelosia e per non soffrire più di quanto si riesca a godere della relazione che si è intrapresa. Ma quali sono le caratteristiche che ci fanno

capire che questa storia sarà per sempre? E quante sono le possibilità che un colpo di fulmine si trasformi in una relazione salda e duratura? Come al solito ne parliamo con il dottor Marco Rossi, sessuologo e psicoterapeuta. "Non è banale ribadire che l'estate porta con sé la nascita di nuovi amori – ci spiega il dottor Rossi – il fatto di uscire di più, frequentare posti diversi, visitare luoghi nuovi fa aumentare la possibilità di nuovi amori e colpi di fulmine. Ma bisogna definire e distinguere il colpo di

Le distanze grazie all'aereo e al treno si sono accorciate, le webcam e i cellulari hanno avvicinato le persone anche quelle più lontane. Ma per fare in modo che una storia d'amore duri basta crederci? Ne parliamo con il dottor Marco Rossi

fulmine dalla relazione a distanza. Il colpo di fulmine esiste davvero e si tratta – ci spiega Rossi – di uno sconvolgimento totale dell'esperienza della persona, è lo scatto che c'è immediatamente prima dell'inizio di una fase di innamoramento. In pratica quando riconosciamo una persona come 'giusta' per noi, si verifica un'attivazione del cervello a partire dalla zona del sistema limbico che poi si proietta su tutto il resto del cervello. Un vero e proprio sconvolgimento che si manifesta con i sintomi classici dell'innamoramento, simili a quelli dell'ansia. Il colpo di fulmine per essere tale deve davvero sconvolgere l'esperienza della persona che lo subisce, portandola a seguire impulsi e a compiere azioni straordinarie. E' stata fatta una misurazione scientifica del cervello in questa fase di attivazione e si è visto che in soggetti in fase di innamoramento il fattore di crescita neuronale (NGF) è molto elevato rispetto al campione di controllo". Mentre la relazione a distanza che caratteristiche deve avere per essere duratura? "L'amore a distanza o è pienamente colpo di fulmine oppure è ai suoi anti-

podì. E un tipo di amore per definizione impossibile – afferma il dottor Marco Rossi – perché l'oggetto amato deve essere vicino. Allora in questo caso gli innamorati devono essere capaci di mettere in atto meccanismi che accorciano le distanze, facendo follie per vedersi oppure organizzando con molta sistematicità i propri incontri, raccogliendo tutte le proprie energie attorno a questi momenti esclusivi e resistendo alla lontananza con la certezza che presto ci sarà il loro momento. Solo in questo modo è possibile fare in modo che questi amori non si spengano". www.marcorossi.tv