

ESTRATTI da “ Convivere, perché?”

“La mia riflessione si concentra sull’analisi della scelta della convivenza da parte di alcune coppie che decidono di intraprendere una psicoterapia perché uno dei due accusa dei sintomi (ansia generalizzata, attacchi di panico, disturbi depressivi o nella sfera sessuale) e, attraverso il lavoro svolto insieme, scoprono che alla base del disagio esiste un’impostazione della vita insita nella decisione di convivere che non corrisponde alle loro esigenze più intime.

Emerge in queste storie una scissione profonda fra il desiderio, l’anelito da una parte e la scelta attuata dall’altra.

Convivono, ma questa non è una decisione totalmente meditata, come credevano, ma essenzialmente una difesa da un rapporto ancora più profondo che al momento avvertono di temere senza esserne totalmente consapevoli e per questo non prendono in considerazione altre ipotesi. Eludono o rimandano ad un futuro incerto il progetto del matrimonio perché l’associano a un amore totalizzante, che non lascia loro “via d’uscita”.

La mancanza di elaborazione del problema e il conseguente “agire” in luogo del riflettere spesso li porta a un impoverimento del dialogo di coppia: non sanno trovare una via d’uscita, perché è come se stessero edificando le fondamenta della loro casa con mattoni di gesso e nello stesso tempo continuassero a deporre sopra mattoni di argilla, cioè il loro vissuto quotidiano, senza rendersi conto che le fondamenta cederanno presto. Il non interrogarsi a fondo sul senso della relazione, il non domandarsi a cosa si tenda insieme, a quale progetto si voglia dar forma con la persona che ci sta accanto inibisce lo sviluppo armonico di una comunicazione affettiva profonda: è aperta la strada al sintomo.

Il mio approccio è prevalentemente empirico, la riflessione è volutamente parziale, circoscritta solo a un numero relativamente modesto di coppie, circa centocinquanta, conosciute in tanti anni di attività come psicologa psicoterapeuta.

Non intendo, dall’analisi di queste storie, dedurre una regola generale estendibile alla “categoria dei conviventi” perché il problema è estremamente più complesso e inevitabilmente dovrebbe coinvolgere

aspetti sociali, politici, antropologici di cui non posso occuparmi qui. Lo scopo di questo lavoro è di offrire uno spunto di riflessione per osservare con una lente d'ingrandimento determinate decisioni che vengono prese con eccessiva impulsività.

Quando non siamo capaci di riconoscere, accogliere ed elaborare le emozioni vissute all'interno di una relazione affettiva e non siamo in grado di evocare ciò a cui si anela profondamente per paura, per scarsa conoscenza di sé, per meccanismi difensivi di vario tipo, ebbene in tutti questi casi si perde il contatto con la nostra parte più intima e la mancanza di elaborazione dei propri vissuti procura sofferenza in gran parte arginata dai sintomi.

Si tende maggiormente a proteggere se stessi piuttosto che a difendere l'amore che invece, per il suo dinamismo, esige di "uscire da se stessi", superando le barriere del proprio io egocentrico e narcisista e di affidarsi completamente alla relazione"

"Nell'opinione comune è scontato credere che, quando il vivere insieme rende infelici, venga spontaneo chiedersi se ne vale la pena e seguendo questo ragionamento facilmente si sostiene di avere il diritto di interrompere la relazione.

Sembra naturale cercare di non soffrire a causa di un rapporto che si ritiene faticoso e pesante; appare ancora più logico volgersi altrove.

L'amore non è solo un sentimento dominato dall'emotività, dalla passione istintiva, ma è prima di tutto volontà di bene, di dono di sé, perché attraverso il dono l'uomo compie e realizza la sua umanità.

E' un dono che esprime gratuità e speranza di "irreversibilità".

Al contrario se per amore si intende "ricevere", "arricchirsi", "calcolare" esso si confonde e diventa prevalentemente solo "trattenere".

Se l'amore seguisse una logica opportunistica, del tipo "Ti amo perché mi fai sentire unica", non sarebbe legato ad una persona particolare, né a un sentimento profondo, ma alla sensazione stessa, che di per se stessa è fluttuante, passibile di veloci spostamenti da un "oggetto" ad un altro!

Questo tipo di amore è sempre all'asta, in vendita al migliore offerente.

"Nessuno mi fa sentire importante e felice come mi fa sentire lui!".

Troppe volte questa considerazione prevale all'interno di un pensiero che interpreta l'amore come qualcosa che debba "riempire" la propria vita e dare ad essa senso .

Dentro ogni uomo è presente la tensione al "per sempre" che dona spessore all'esistenza.

E' un amore folle, che non è né logico, né intelligente, non tollera la paura, la diffidenza, l'astuzia.

Vorrei sottolineare di aver conosciuto bellissime coppie di conviventi che esprimevano nella loro vita insieme ciò che ho descritto sopra; il loro amore, nonostante la loro apparente estraneità a un qualsiasi bisogno di trascendenza, produce lo stesso questo anelito.

Penso da credente che il Signore meravigliosamente si esprima e sia presente in tanti modi a noi misteriosi e accogliere ciò è essenziale per non cadere in semplificazioni come quella di definire la convivenza un amore di serie B.

Anzi questa apparente contraddizione accresce il mio stupore nel contemplare la grandezza di Dio, le cui vie fortunatamente non sono solo le nostre.

Ciò nonostante resta valido il motivo per cui ho scritto questo libro: spero sia un utile strumento di riflessione per le molte coppie sopraffatte, in un certo momento della loro convivenza, dalla paura, dalla disillusione, dal senso di fallimento.

Proprio perché il presupposto da cui avevano cominciato a convivere si esprimeva attraverso un "vediamo, proviamo", questa crisi diventa la cartina tornasole per dirsi "fra noi non può funzionare più".

Nell'uomo esiste lo slancio verso il bene che lo innesta all'albero della vita eterna, a Dio; i modi e i tempi li sceglie Lui.

Nonostante i nostri limiti e i nostri continui tradimenti ciò che conta maggiormente è la tensione verso il Bene.

Essa non è e non deve rimanere solo una concezione romantica, ma penetrare la vita concreta e quotidiana della coppia.

Ha bisogno di segni visibili per affermarsi e per non perdersi in sentimentalismi vacui.

Ritengo che il segno primo e più significativo da cui partire, in virtù della Grazia Sacramentale che lo rende capace di proteggere il rapporto e di farlo crescere nel tempo, sia proprio il matrimonio.”