

Amori difficili

PSICOLOGIA

Dall'antichità ai giorni d'oggi.
I consigli dell'esperta nelle problematiche di coppia

"La mia donna dice che non vuol stare con nessun altro, neanche se la chiedesse Giove in persona. Così dice, ma quello che dice una donna all'amante appassionato va scritto sul vento e sull'acqua che scorre"



di Maria Rosa Madera*

I versi di Valerio Catullo, scritti una cinquantina d'anni avanti Cristo, suonano ancora attuali sulle labbra di una coppia d'oggi, Maurizio che è stato tradito e poi lasciato da Ivonne, sua compagna da ben dieci anni.

Questo abbandono, dopo tanti anni di amore, lo ha lasciato amareggiato, ferito al punto di dover chiedere aiuto allo psicologo per riprendere fiducia in sé come individuo che potrà ancora essere amato e che ancora potrà amare.

Ma cosa non ha funzionato nella coppia? Perché le parole con le quali i due si erano scambiati una promessa che avrebbe dovuto essere eterna sono volate via nel vento o trascinate lontano dalla corrente?

Ci chiediamo se al giorno d'oggi anche l'amore sia soggetto alla

fluidità dei rapporti della società post-moderna, ma i versi di Catullo confermano che già ai suoi tempi poteva essere un sentimento precario, fuggevole. Catullo e Lesbia erano amanti e ambedue sposati, quindi erano una coppia clandestina ma anche una coppia ufficiale quando comparivano in pubblico con i loro rispettivi coniugi.

Questa ambiguità rendeva la loro relazione faticosa e tormentata, ma l'attrazione tra i due era molto forte.

Nel caso di Maurizio e di Ivonne non c'è stata ambiguità; quando Ivonne si è accorta di essersi innamorata di un altro lo ha dichiarato e, coerentemente, si è allontanata.

"L'amore, anche il più profondo può esaurirsi nel tempo, a meno che venga vissuto dalla coppia in una dimensione di crescita, di progettazione e di apertura reciproca."

L'amore quindi, anche il più profondo può esaurirsi nel tempo, a meno che venga vissuto dalla coppia in una dimensione di crescita, di progettazione e di apertura reciproca.

Maurizio era geloso di Ivonne, nel senso che fin dall'inizio del loro amore aveva mal accettato che lei si ritrovasse di tanto in tanto con le amiche, che fosse diventata dirigente nell'ufficio dove aveva lavorato come impiegata, che fosse definita in genere "una bella ragazza".

Invece di apprezzare le qualità della sua donna, di condividere con lei la soddisfazione per i suoi piccoli successi, Maurizio criticava le sue amicizie, il suo modo di vestire, definiva il suo ambiente di lavoro "provinciale" e si assicurava

solo quando poteva trascorrere la serata insieme a lei davanti al televisore. Da parte sua era però sempre molto disponibile ad aiutarla nella conduzione della casa, nell'accompagnarla a fare la spesa, nel preoccuparsi per il suo umore, era, come si dice, sempre presente e a disposizione. Aveva con Ivonne un rapporto sessuale la settimana e nel parlarne lo descrive come soddisfacente. Se consideriamo il discorso in una prospettiva di dinamiche psicologiche e compor-



“ è da evitare l'essere opprimenti e dipendenti dall'altro. A lungo andare le continue richieste, la gelosia più o meno esplicita tolgono respiro alla coppia”

tamentali possiamo trovare alcuni punti critici quali:

- Maurizio nel corso della convivenza con Ivonne non era riuscito ad apprezzarne, ma neanche ad accettarne la diversità. Le differenze di personalità invece che essere da lui considerate delle risorse per conoscersi meglio e per essere complementari erano da livellare.

Ivonne, avrebbe dovuto, a suo dire, comprendere la giustezza delle sue richieste e per amore aderirvi.

In questo modo però Maurizio l'aveva svaloriata tant'è che lei cercando di chiarire la sua posizione prima di allontanarsi gli aveva dichiarato di essersi sentita nella coppia "nessuno", "solo tu sei bravo, solo tu sai come e cosa si deve fare".

Contrariamente alla Lesbia di Catullo che pare lo tradisse con più uomini e che in contemporanea tradiva il marito, l'Ivonne di Maurizio lo tradisce con un uomo che le risveglia il piacere di piacere così com'è, grassoccia, amiconca e un pò disordinata.

Si potrebbe obiettare che Ivonne non amava così profondamente Maurizio da impegnarsi nel recupero del loro rapporto, come lui le aveva chiesto o forse si era resa conto che il rapporto di per sé non sarebbe cambiato a meno che Maurizio avesse cambiato se stesso. Cosa che lui sta cercando di fare con un percorso di psicoterapia, ma lei non lo sa.

Ci sono allora delle dinamiche da favorire nella coppia perché l'amore metta radici e si mantenga verde e rigoglioso? O gran parte degli amori sono destinati a dissolversi nel vento?



Se sfogliamo un manuale di psicologia o più semplicemente ricordiamo la saggezza dei proverbi troviamo alcuni preziosi suggerimenti quali:

- un elemento determinante perché il rapporto sia armonioso è l'attrazione fisica, ciò che non dicono le parole può essere espresso dal corpo. A questo proposito le bisnonne dicevano che tutti i problemi si risolvono a letto intendendo che l'incontro nell'intimità favorisce lo sciogliersi delle incomprensioni, delle tensioni, dei malintesi;

- è da evitare l'essere opprimenti e dipendenti dall'altro. A lungo andare le continue richieste, la gelosia più o meno esplicita tolgono respiro alla coppia che finisce per costruire il proprio rapporto sul bisogno più che sul piacere di stare insieme;

- è da sviluppare l'attitudine all'amore in genere; essere cioè disponibili ad assaporare insieme il gusto della vita e le sue espressioni d'amore scoprendone insieme il lato buono, "amabile";

- è da curare la comunicazione, lo scambio delle opinioni rispettandosi vicendevolmente con l'atteggiamento di chi scopre ogni giorno nell'altro le sue meraviglie;

- è da esprimere il proprio sentimento profondo dando all'altro fiducia e sentendo che lui ci può comprendere;

- è da sostenere l'altro quando è in difficoltà nel suo lavoro, nelle sue amicizie, nei suoi affetti con la famiglia di origine;

e altro ancora..

Ma se uno dei due tradisce e, contrariamente a quanto ha fatto Ivonne, vuole ricostruire il rapporto perché sente ancora di amare il suo partner?

Allora vale la pena saper aspettare, saper dimenticare e non rinfacciare. Mai!

***Psicologa Psicoterapeuta**