

Centro di Consulenza Familiare

(Aut. Reg. Lombardia n. 1130 del 22.10.86)

via Garibaldi, 52 - Viadana - (Mn)

tel. 0375 781436 – ccfviadana@libero.it

ATTI
del
CONVEGNO

"Essere coppia: un viaggio nella differenza"

Uomo e donna tra armonia e conflitto

SABATO 9 OTTOBRE 2004

Auditorium "E. Sanfelice"

Viadana (MN)

*" Conoscere un'altra persona
è come andare in un paese straniero:
occorre imparare un'altra lingua.
E per imparare un'altra lingua
ci vuole tempo:
forse una sola notte non è sufficiente!"*

Beppe Sivelli

Indice

Presentazione

don Eugenio Trezzi, direttore del CCF

pag. 4

Il nostro quarto Convegno

prof. Rita Carrara, consulente familiare, Viadana

pag. 5

Introduzione del moderatore

dott. Emilio Maestri, endocrinologo, Guastalla

pag. 7

Relazione 1:

"PER STAR BENE INSIEME: DISAGI E GIOIE NELLA COMUNICAZIONE DI COPPIA"

dott. Luciano Viana, psicoterapeuta, Novara

pag. 8

Relazione 2:

"L'ETÀ DELLO SMARRIMENTO: UOMINI E DONNE CHE NON SI INCONTRANO"

Isabella Bossi Fedrigotti, giornalista e scrittrice, Milano

pag. 12

Dibattito

pag. 15

Interventi preordinati

"Sessualità, luogo privilegiato del rapporto di coppia"

dott. Pietro Cavazzini, medico sessuologo, Parma

pag. 19

"La coppia: due stranieri in cammino"

mons. Floriano Danini, Viadana

pag. 22

Dibattito e

conclusione dei lavori

pag. 25

PRESENTAZIONE

don Eugenio Trezzi, direttore del Centro di Consulenza familiare

Nulla pare oggi più appassionante della storia di una coppia, dal suo fulminante inizio al suo progressivo sviluppo fino alla sua fin troppo frequente crisi, che non sempre trova una soluzione adeguata. Se ne interessano il cinema e la TV, proponendo alternativamente grandi problemi e squallidi litigi, esaltanti incontri e fumosi scontri. Se ne interessa la cultura del nostro tempo, che trova la sua icona nei quotidiani e nei settimanali, sempre pronti a entrare di forza nelle storie intime delle persone più in vista, anche perché questo rende in termini economici. Ma se ne interessa anche la persona comune, che si sente coinvolta in vicende che potrebbero diventare le sue e che interpellano la sua sensibilità, il suo coraggio e le sue paure...

Nel lavoro consultoriale il tema della vita di coppia è indubbiamente preponderante, forse perché sulla sua riuscita si gioca, in ultima analisi, la propria felicità – termine desueto tra gli adulti, ma continuamente oggetto di ricerca personale, consciamente e inconsciamente. E può essere proprio qui il punto di partenza che determina la proposta di un Convegno sul rapporto uomo-donna, un rapporto che costituisce un bisogno fondamentale, in certo senso ‘obbligatorio’ dell’essere umano, ma che è diventato sempre più difficile e rischioso, al punto da essere anche temuto.

Parole come ‘complementarietà’, ‘reciprocità’, ‘tenerezza’ sono ormai entrate nel linguaggio comune e definiscono bene le aspirazioni profonde che animano la vita di coppia. Tuttavia l’esperienza ricorre ad altre parole dure, quali ‘litigio’, ‘ricatto’, ‘incomprensione’, ‘illusione’, per mostrare tutta la difficoltà che l’incontro uomo-donna sperimenta. Questo ci permette di qualificare come ‘complesso’ tutto il tema della coppia, che mai come oggi è desiderata come traguardo e vissuta con estremo coinvolgimento personale.

Il Convegno si inoltra nel tema con un discorso a più voci, nel tentativo, più che dare soluzioni, di offrire stimoli alla riflessione personale: Come la constatazione scientifica di una “sessualità globale” che si rivela nella fatica del comunicare e nell’incapacità di incontro vero tra uomo e donna, i quali credono di potersi trovare e ritrovare scrivendo ad una rubrica di giornale.

“Coppia in mezzo al guado”, abbiamo sentito; “coppia che si trova nel travaglio per un nuovo parto” è stata un’altra intuizione; “coppia che riceve all’inizio il dono di una cattedrale, ma che deve rendersi capace di mantenimento quotidiano”.

Coppia che comunque ha davanti a sé un percorso esaltante di conoscenza ed accoglienza reciproca, che ha alla sua base lo stimolo della differenza e della alterità: proprio su questo può impostarsi un cammino comune fatto di scoperta e di rispetto, di pazienza e di attesa, di meraviglia e di crescita.

La sfida che la cultura contemporanea occidentale pone alla coppia merita comunque una indagine ed una risposta.

VENT'ANNI DI ATTIVITÀ CONSULTORIALE IL PERCHÈ DI UN CONVEGNO

prof. Rita Carrara, consulente familiare

A nome di tutti gli operatori del Centro, vi do il benvenuto. È un piacere vedervi così numerosi in questa occasione, per noi particolarmente importante: quest'anno ricorrono infatti i vent'anni di attività del nostro Consultorio e, come in genere si fa durante una festa di compleanno, vorrei rapidamente ricordare gli aspetti più significativi della nostra storia.

Siamo a cavallo degli anni '70 – '80. I parroci della zona entrano sempre più spesso in contatto con problematiche familiari complesse e talvolta drammatiche che esulano, in certo senso, dalla cura pastorale. Essi avvertono sempre più pressante la necessità di fare riferimento ad una struttura in grado di offrire un servizio adeguato e competente nella prevenzione del disagio, nella formazione alla vita di coppia e familiare e di sostegno. L' "impresa" viene affidata a don Eugenio Trezzi, tuttora direttore e rappresentante legale del Centro. Si è trattato quindi di partire dal nulla, forti però della convinzione che il benessere della persona risieda soprattutto nella qualità dei suoi rapporti all'interno di quella esperienza così delicata e complessa quale è la famiglia.

Avevamo bisogno di una sede e di formare un gruppo di lavoro composto da specialisti nei diversi ambiti della vita di coppia ma anche del singolo. La risposta è stata immediata e generosa: la signora Gianna Fanetti ha messo a disposizione la sua casa e la partecipazione alle prime riunioni, da parte di professionisti nei diversi campi, è stata numerosa. Organizzata una équipe ristretta, nel 1984 per il tramite dell'Associazione che porta il suo stesso nome e con un proprio Statuto, viene costituito il *Centro Consulenza Familiare*, che nel 1986, ottenuto il riconoscimento legale da parte della Regione Lombardia, è autorizzato ad operare sul territorio.

Nel corso degli anni l'affluenza degli utenti del Centro è via via aumentata, con una provenienza dal casalasco-viadanese e dalla bassa reggiana. Oggi grazie alla costante formazione e all'aggiornamento degli operatori, il nostro consultorio risulta essere una presenza qualificata e importante. Al suo interno opera una équipe di specialisti, quali consulenti familiari, assistenti sociali, psicologi, psichiatri, ginecologi, pedagogisti, consulenti morali e legali, che in modo del tutto riservato e gratuito offrono un servizio di consulenza a coppie e singoli che si trovano a vivere momenti di difficoltà e avvertono la necessità di uno spazio in cui potersi liberamente confrontare.

Il nostro fine è aiutare la persona o la coppia a capire come si sia arrivati al punto di rottura, cosa si è sottovalutato nella propria storia personale, quali bisogni propri e del coniuge non si è riusciti a interpretare per tempo e perché i problemi, spesso, si trascinino senza la necessaria determinazione e soprattutto volontà di superarli. È un modo anche questo per iniziare ad "ascoltarsi" e tentare di "guardarsi" con occhi diversi.

Nel corso di questi vent'anni c'è stato un "fisiologico" ricambio di diversi operatori e mi sembra giusto, in questa occasione, ricordare e ringraziare tutte quelle persone che hanno collaborato con noi sia nell'attività interna che in quella esterna del consultorio: il notaio Chizzini, il ginecologo Sacchi, lo psichiatra Saccani, il dottor Luigi Borghesi, la consulente familiare Annamaria Berni Lupi, le psicologhe Lidia Cipriani e Anna Maria Schenardi, la farmacista Luccia Aroldi, la biologa Donata Taffurelli, le pedagogiste Rollo Dolores, Mariagrazia Sartorio e Nardi Ada... spero di non aver dimenticato nessuno!

Veniamo comunque all' oggi! È ormai nostra consuetudine, da otto anni a questa parte, offrire queste occasioni di riflessione e confronto su tematiche per lo più affrontate nell'attività interna di consulenza. Abbiamo cominciato nel 1998 con un convegno dal titolo *Quando il corpo diventa nemico – Anoressia, bulimia e disturbi alimentari*, in cui uno dei relatori più apprezzati è stato proprio il dott. Maestri che oggi abbiamo qui in veste di moderatore. Due anni dopo, nel 2000 è stata la volta di *Adolescenti oggi – Lo sviluppo psico-affettivo e il ruolo degli adulti nel processo di crescita*. Due anni fa, nel 2002, abbiamo trattato il tema *I figli della famiglia incerta – Come recuperare una educazione capace di orientare*.

A conclusione di quel convegno, io stessa mi ero impegnata anticipando in qualche modo il contenuto del convegno odierno, che ha un titolo piuttosto suggestivo: *Essere coppia: un viaggio nella differenza – Uomo e donna tra armonia e conflitto*. È certamente un tema complesso ma affascinante, che grazie ai nostri ospiti sarà sondato secondo diversi punti di vista.

Avrete forse già notato, sul depliant, che sia nelle relazioni che nei due interventi preordinati i temi ricorrenti sono quelli del viaggio, della comunicazione, della ricerca e della scoperta dell'uomo e della donna che scelgono di tessere insieme la loro storia.

Considerata l'alta percentuale di divorzi e separazioni, sulla coppia oggi grava un'ombra di diffuso pessimismo. Come stanno realmente le cose? Senza negare la gravità di tante situazioni, come operatori di un Consultorio familiare ci sentiamo di dire che la coppia non è morta né agonizzante, ma che (qui attingo alla terminologia biblica) in questo momento la coppia sta come "soffrendo le doglie del parto", si sta trasformando in una realtà nuova: uomo e donna avranno sempre bisogno di incontrarsi, certamente in un alternarsi di armonia e conflitto, perché alla fine, la vita di coppia, di ogni coppia, risulta essere un mistero quasi insondabile, che racchiude in sé risorse e limiti, difficoltà ma anche straordinarie potenzialità. È un misterioso equilibrio di contraddizioni: dipendenza e autonomia, solitudine e condivisione, ascolto e silenzio.

È un camminare talvolta tenendosi per mano, talaltra guardandosi a distanza, a volte anche perdendosi di vista, per poi semmai ritrovarsi.

Vi ringrazio della vostra presenza, ringrazio i nostri relatori e cedo la parola e la guida di questo quarto convegno al dott. Emilio Maestri, che non ha bisogno di grandi presentazioni: medico di Guastalla, specialista in endocrinologia e nella patologia della riproduzione umana; ambientalista attivo e convinto; didatta e nostro prezioso collaboratore da molti anni.

INTRODUZIONE AL CONVEGNO

dott. Emilio Maestri, endocrinologo

La mia posizione è di esibizionismo puro, ma d'altronde devo fare da tramite tra voi uditori, i relatori e soprattutto i vostri pensieri. Un attimo di attenzione: chi ricorda il vecchio Emilio che veniva qua, in questa scuola, a parlare di *sessualità globale* ricorderà che diceva le stesse cose: anche se la famiglia si è evoluta, in modi diversi e per strade insondabili, il problema è sempre lo stesso, cioè che noi siamo persone fatte tutte insieme di tantissime cose e la sessualità non è una cosa stigmatizzata dai 'media' come l'essere maschio o femmina a livello genitale, ma tutte le nostre cellule hanno una identità sessuale.

Quindi è vero che i media cercano di farci vedere che maschio e femmina si differenziano per le parti del corpo interessate. Ma in realtà tutti siamo diversi, e il concetto della 'sessualità globale' parte da un patrimonio genetico comune in tutte le cellule, anche quelle che normalmente non immagineremmo essere maschili e femminili: tutto l'organismo si trova immerso nello stesso ambiente ormonale. Gli ormoni maschili o femminili e le loro miscele non colpiscono solo gli organi che noi riteniamo tipici, ma colpiscono e quindi influenzano tutto l'organismo; non solo, ma in tutti gli organi troviamo recettori per gli ormoni sessuali: un ormone funziona perché trova un organo disposto a rispondergli, l'organo risponde se ospita recettori, cioè strutture che trasferiscono il messaggio dell'ormone in una azione; e se vi vengo a dire che l'organo col maggior numero di recettori per gli ormoni sessuali è proprio il cervello, se vi vengo a dire che i recettori per gli ormoni li troviamo anche nell'osso, nel muscolo, nell'intestino... allora capite proprio come la sessualità globale non è una parola ma è la realtà.

Così capiamo come le emozioni interferiscono con la sessualità, come la donna quando ha un'emozione forte può perdere le mestruazioni per un certo periodo di tempo e capiamo come nella coppia emozioni e sessualità riescono a raggiungere una piena espressione, che non è soltanto un percorso dall'emozione alla sessualità, ma è un percorso inverso, che innesca nuove situazioni, nuovi mondi, nuove vite.

Sei anni fa eravamo qui a parlare di come l'alimentazione poteva interferire con la sessualità, e se ci fosse un medico sportivo potrebbe spiegare come l'attività fisica e la sessualità siano strettamente collegati.

Io concludo questa mia introduzione dicendo che non vuole altro che essere 'un bel mucchio di legna sotto il quale far fuoco con gli interventi dei nostri relatori, che io stesso aspetto di ascoltare per imparare qualcosa di nuovo.

Vi ricordo il pensiero che avete tutti letto nel foglietto di invito: non è un modo per riempire un pezzo di foglio, ma un modo per dire una grande verità: *“conoscere un'altra persona è come andare in un paese straniero: bisogna imparare un'altra lingua, e per imparare un'altra lingua ci vuole tempo: una sola notte non è sufficiente!”*

Non c'è bisogno di commenti! Lascio subito la parola al dottor Luciano Viana, che ci parlerà di comunicazione all'interno della coppia. (1)

1^ relazione:

**“PER STARE BENE INSIEME:
DISAGI E GIOIE NELLA COMUNICAZIONE DI COPPIA”**

Luciano Viana, psicoterapeuta

L'esperienza ci suggerisce che nella vita non è sufficiente sapere, bisogna poi “saper fare” ed infine trasfigurarli in ‘saper “essere”. Faccio degli esempi: sappiamo tutti che esiste la bontà (sapere), ma “saper fare” il buono è più difficoltoso, “saper essere” buono e quindi calarlo dentro di noi e diventare buoni, come Papa Giovanni che è uno dei simboli della bontà universalmente conosciuto, è molto difficile. E' difficile trasformare il sapere in sapienza, ma è la strada da intraprendere.

Per trattare il tema della comunicazione si può partire da tanti punti di vista.

Inizierò con tre esempi, tre flash che faranno da preambolo a quello che dirò successivamente.

1° flash. Sono contento di essere qui perché il moderatore mi ha presentato bene, io sono compiaciuto di questo e verrò ancora qui, se mi inviterete: verrò volentieri, perché le persone che ci presentano bene, che parlano bene di noi, che mettono in evidenza le nostre qualità, si fanno avvicinare suscitando in noi il desiderio di rivederle.

Le persone invece che ci criticano, che ci prendono in giro, che usano l'ironia, si fanno allontanare da noi, desideriamo evitarle per non ripetere la spiacevole esperienza. Adesso vi lascio dieci secondi di tempo per riflettere se il vostro partner si fa avvicinare o allontanare e se voi stessi vi fate avvicinare od allontanare da lui/lei.

Mi raccomando di interrompere subito la ricerca. Prenderne coscienza può essere pericoloso, per il prosieguo della convivenza nella coppia.

In sintesi: dobbiamo abituarci ad usare le parole del bene, le parole della speranza, dell'incoraggiamento, per far sì che l'altro desideri la nostra vicinanza.

2° flash. Due o tre mesi fa sono andato a casa di una famiglia che mi aveva invitato. Mi avevano preparato una torta molto buona. Dopo averla assaggiata decisi di descriverla, annotando su un foglio le sue caratteristiche. Scrissi due pagine con l'intenzione di prepararla a casa con mia moglie. La descrissi in modo accuratissimo: gusto dolciastro con rimandi lievemente asprigni di limone, retrogusto di fiore di rosa e frutto di mandorlo, sensazione di piacere vellutato nella masticazione in cui si avvertiva...

Tornato a casa ho cercato con la collaborazione di mia moglie di riprodurre quella torta attraverso quella descrizione. Non riuscimmo. Andai allora da alcuni amici con lo stesso intento e con la stessa descrizione, ma anch'essi non riuscirono.

Tornai dalla prima famiglia, quella che mi aveva preparato la torta, e chiesi come l'avessero realizzata, qual era il trucco. Loro furono molto sintetici, mi misero in mano la ricetta e mi dissero di fare come questa suggeriva. Tutto qui. Con quella ricetta, mia moglie ed io riuscimmo a cucinare la torta.

Significato di tutto questo: il linguaggio della descrizione serve per esprimere sensazioni, per raccontare noi stessi, per comunicare generalizzazioni, esso diventa a volte, poesia. Ma difficilmente riesce a produrre cambiamenti in noi e nell'altro.

Per produrre cambiamenti è meglio utilizzare il linguaggio semplice, che dice come comportarsi praticamente. Le richieste devono seguire la legge delle quattro “P”, e cioè essere pratiche, piccole, percorribili e possibili.

Es: se noi formuliamo al nostro partner che è arrivato in ritardo, la descrizione del nostro stato d'animo, con queste parole "Mi ricordo che ti ho amato infinitamente quella sera al mare e tu dovresti amarmi nello stesso modo come quando, passando le stelle in cielo, si illuminava il tuo viso e si rispecchiava nei miei occhi... ora non mi capita più... in quanto...": questo è il linguaggio della descrizione, il linguaggio della poesia, che è meraviglioso e che serve in certi momenti della vita per ristorarci, per tirarci su di morale, per commuoverci o per sorridere.

Ma quando vogliamo ottenere qualche cosa, dobbiamo stare sul pragmatico, cioè dobbiamo usare un linguaggio "prescrittivo" diverso da quello descrittivo. Utilizzare semplicemente il linguaggio della ricetta: "Senti: quando arrivi più tardi del dovuto, io sono molto seccato/a, potresti venire in orario, per cortesia"?

Questo è un linguaggio che richiede comportamenti pratici e non utilizza la descrizione degli atteggiamenti e degli stati d'animo. L'importante è capire che il linguaggio della descrizione è un linguaggio che deve essere utilizzato solo in certi contesti. Se vogliamo richiedere qualcosa all'altro, se vogliamo che l'altro ci consegni una determinata torta che noi privilegiamo e desideriamo, meglio utilizzare l'altro linguaggio: quello della ricetta. Essere pratici e chiedere piccole cose, queste piccole cose poi daranno dei fruttuosi risultati se sono praticabili e percorribili e quindi appartengono alla pragmatica della comunicazione.

3° flash. Prima di addentrarmi nel discorso, voglio precisare che il matrimonio non è assolutamente in crisi, a dispetto di ciò che viene scritto e detto. Il matrimonio non è in crisi, anzi è addirittura amatissimo, è amato a tal punto che molte persone si sposano anche due o tre volte! Questo per confermare l'amore che c'è nei confronti del matrimonio. La crisi è di durata del singolo matrimonio.

Le fasi del ciclo di vita della coppia spiegano bene l'andamento del matrimonio.

Nella fase dell'*innamoramento* l'altra persona viene messa su un piedistallo, mitizzata. Nelle *fasi successive* emergono i difetti dell'altro e l'ambivalenza riduce l'originario investimento affettivo. Come far durare un rapporto? Utilizzo una metafora.

Vorrei paragonare l'amore iniziale ad una bellissima cattedrale. Noi riceviamo in dono, dal Signore, una cattedrale gratuita, bella, con le guglie che si alzano nel cielo, marmi, pitture, arazzi, tappeti, dorature lucenti, tutto bellissimo. Ma prima o poi arriva il momento in cui per mantenere la cattedrale (l'amore) bisogna fare la manutenzione quotidiana, e la manutenzione è molto semplice da descrivere: occorre spolverare (a chi tocca?), togliere le ragnatele, lavare i pavimenti, scopare per terra...ecc. Per mantenere la cattedrale occorre fare molta fatica quotidianamente. Dalla gratuità del dono iniziale si arriva, per mantenerlo inalterato, alla fatica quotidiana. Solo così l'amore si manterrà lindo, immutato e genuino.

Ora tratterò della *pragmatica della comunicazione*, quindi non utilizzerò la sintassi o la semantica (quest'ultima studia il significato delle nostre parole e della nostra comunicazione). Tratterò, tra i tanti, di un assioma della pragmatica della comunicazione.

Questo primo assioma è definito così: "*Non si può non comunicare*".

Significa che la comunicazione avviene sempre, è sufficiente la presenza di altre persone e la comunicazione avviene anche se si sta in silenzio.

Per comprenderlo meglio vi faccio un esempio: "Sono sul treno in uno scompartimento per fumatori. Di fronte a me c'è un signore, che sta leggendo il giornale aperto, tenuto in posizione verticale che impedisce di vederci. Io ho voglia di fumare, metto in bocca la sigaretta e mi accorgo che mi mancano i fiammiferi. Chiedo a questo signore, con molta cortesia, se mi può dare un fiammifero. Supponiamo che costui imperterrito continui a leggere il giornale. Siamo di fronte ad una comunicazione non verbale, perché quel signore comunica che non vuole comunicare, che non vuole essere disturbato, magari comunica che è sordo (occorre precisare che la comunicazione umana è sempre ambigua).

Per ridurre i malintesi e le attribuzioni improprie di significato occorre imparare a giocare al ping-pong comunicativo. Cosa vuole dire: l'altro mi manda una comunicazione che è la pallina, io gliela rimando dicendo: "Volevi dire così?" L'altro mi dirà: "Non proprio così, volevo significare così". Finalmente il punto è fatto. Il punto per la coppia è capirsi, Altrimenti crescono i malintesi, il "Roma per Toma".

"Non si può non comunicare" è un assioma. Si spiega col fatto che la comunicazione avviene a due livelli: il livello *verbale*, con la parola, ed il livello *non verbale*, che è la comunicazione non verbalizzata e che non udiamo. Il verbale è ciò che trasmetto con la parola, ciò che dico, e riguarda normalmente il contenuto, la descrizione della realtà. La comunicazione non verbale viene trasmessa con tanti canali, uno di questi è il corpo, (per es. se uno dorme, segnala che non è attento, lo segnala senza dire nulla). Un altro modo non verbale è la gestualità. Un altro ancora è la mimica facciale. Il viso trasmette dei significati emblematici, significativi, soprattutto nella coppia. (Es. alcuni di voi attribuiscono un significato al fatto che il marito o la moglie sollevi il sopracciglio sinistro, lo attribuiscono perché conoscono da tempo la persona e sanno come reagisce, che tipo di sentimenti ed emozioni sta sentendo dentro di sé...).

A proposito della mimica facciale, tutti sappiamo che bisognerebbe allenarsi al sorriso. Io raccomando sempre. Quando abbiamo difficoltà a sorridere occorrerebbe allenarci a farlo. La prassi è la seguente: tutte le mattine, quando ci alziamo dal letto ed andiamo davanti allo specchio, osserviamo il nostro volto, poi, nonostante il viso che ci vediamo, impariamo a sorridere e mantenere il sorriso che significa apertura, comunicazione. Dice: "Come è bello stare con te". I grugni ed i musì invece intralciano la comunicazione.

Anche il vestito parla: se un marito giovane torna a casa e vede la moglie con il vestito con due spaccature ascellari, questo ha un certo significato, se lo riceve scafandrata ha un altro significato. Anche il colore del vestito comunica. Anche la pettinatura, il piercing, il tatuaggio. Anche il tono ed il volume della voce comunicano e danno significato al contenuto verbale.

La domanda che faccio a me stesso ed a voi è: cosa prevale nella comunicazione, il verbale o il non verbale? Il significato delle mie parole lo comunica normalmente il non verbale (ma non sempre è così perché anche col verbale posso dare un'interpretazione al contenuto, per es. con la frase: "Sto scherzando!").

Facciamo un esempio. Io vado in stazione a ricevere una persona che torna dall'Argentina, da vent'anni questo mio carissimo amico fa il missionario e torna questa sera in Italia. Non lo sento dai tempi della sua partenza, lui era informato che sarei andato ad aspettarlo per rinsaldare la nostra amicizia, questo profondo sentimento umano che c'è tra noi due. Immaginate che lui scenda dal treno e corra verso di me, gioioso e felice. Io gli vado incontro con aria mesta e seria, le braccia chiuse sul corpo, sguardo assente e gli dico "Sono molto felice di vederti, scoppio di gioia". Secondo voi si ferma in Italia o ritorna in Argentina? Eppure gli ho detto a livello verbale delle parole meravigliose. Se ritorna in Argentina vuol dire che *il non verbale ha la supremazia nella comunicazione*. Se una ragazza chiede al suo fidanzato: "Ma tu mi ami?" e lui rispondesse "Sì, ti amo!" verbalmente, ma sbuffando, passa l'interpretazione opposta a quanto detto perché con il modo con cui lo dice, con il tono, il volume utilizzati, modalità fondamentali della comunicazione, smentisce quello che lui ha detto verbalmente. Come vedete il non verbale comanda. A dire il vero, per gli studiosi presenti, non è sempre così, ma insomma diciamo che il novanta per cento corrisponde a questo. Questo lo dico perché ognuno di noi dovrà applicarsi molto di più al non verbale e non solo al contenuto (il verbale). Certo, dobbiamo saper cosa dire, ma dobbiamo pensare soprattutto a come trasmetterlo.

“Non si può non comunicare” è una legge! Come ci sono le leggi della fisica e della chimica, così ci sono le leggi della comunicazione. Provate a contrapporvi alle leggi: vi danneggerete. Per es., provate a contrapporvi alla legge della gravità: se metto un sasso da trenta chili verticalmente sopra il mio piede ed affermo: “Non esiste la legge di gravità” e lascio andare il sasso, mi romperò il piede! Chi va contro ad una legge produce danno.

Anche nel campo della comunicazione succede così. C’è una legge che dice “E’ impossibile non comunicare”. Chi si sforza di non comunicare, contrapponendosi alla legge, produce disagio, dramma, incomprensione, provoca la sofferenza nell’ambito della relazione. Produce una *patologia nella coppia*, una specie di malattia.

Come fa l’uomo a sforzarsi di non comunicare? Tra i diversi mezzi a sua disposizione ne tratto tre.

Primo: “*fare il muso*”, sforzarsi quindi di non comunicare. Se fare il muso è così semplice, qualcuno potrebbe essere tentato di provarlo a casa. Però fare dei muso da dilettanti è una cosa, fare quelli professionali, quelli costruiti sulla base di una lunghissima preparazione (i migliori che ho trovato erano tutti figli d’arte, cioè addestrati dai genitori che già lo utilizzavano tra loro), è più difficile. Il muso tende a far cedere “l’avversario”, è una mossa relazionale che tende a far cedere l’altro, a fare sì che strisci ai nostri piedi in modo che noi, dall’alto del nostro muso, possiamo dettare le condizioni di pace, che sono le regole cui vogliamo che l’altro si adegui. Il muso è un tentativo di non comunicare che produce danno e quindi è da escludere.

Il secondo tentativo di non comunicare si chiama “*squalifica*”. In cosa consiste? Quando una persona dice qualcosa, io la prendo, la getto per terra, e la tratto come uno zerbino: questa è uno squalificare il suo messaggio. Facciamo un esempio: quando si racconta una barzelletta abbiamo molti modi di squalificare chi la racconta (rimanere impassibili, deridere, ecc.)

Il terzo tentativo è l’utilizzo del sintomo, l’utilizzo della *malattia diplomatica*.

Vi faccio un esempio. Immaginiamo che due siano sposati da tre mesi. Lui è ancora a lavorare ed è il suo compleanno. Lei torna a casa tre ore prima per preparare la cena. L’accoglienza è entusiasmante. Cenano rapidamente e alla fine lei si alza, si mette il grembiule e comincia a lavare i piatti. Mentre li lava si gira incautamente e gli dice: “Tesoro, per cortesia, verresti a sciacquarmi questo piatto?” Lui non era preparato a questa richiesta, la mamma non aveva mai osato tanto, non sa come rispondere ed inventa creativamente questa frase: “Tesoro, verrei molto volentieri, purtroppo ho l’artrite a questo dito”. Come vedete si utilizza un sintomo per evitare un impegno senza dare spiegazioni.

Il sintomo, la malattia diplomatica, è l’utilizzazione di un disagio per tentare di non spiegare, per sfuggire ad una richiesta che l’altra persona ci rivolge. Ultimo esempio: lei torna a casa la sera e dice: “Ti ho preparato una serata coi fiocchi, ti porto a trovare la mia mamma”. Lascio a tutti immaginare i sintomi che utilizzerà, ne riporto solo alcuni possibili: “Ho mal di testa, di piedi, mi fa male la schiena, sono stanco morto...”.

In sintesi: meno patologie comunicative utilizzeremo e meglio staremo.

2^ relazione:

“L’ETÀ DELLO SMARRIMENTO: UOMINI E DONNE CHE NON SI INCONTRANO”

Isabella Bossi Fedrigotti, giornalista e scrittrice

Dopo un intervento come quello del dottor Viana è molto difficile rimanere su un alto livello, anche perché io non sono un’esperta, non sono una professionista, non sono psicologa, non sono nulla: ragion per cui il mio intervento sarà descrittivo, speriamo che sia anche poetico, ma temo che sia soprattutto descrittivo.

La mia esperienza in materia infatti non può che essere la descrizione della corrispondenza con i lettori del mio giornale, corrispondenza non necessariamente sentimentale però molto spesso sì. Da questa corrispondenza emergono delle domande: la coppia ovviamente è quasi sempre al centro della domanda, della discussione, della lamentela, del problema; la difficoltà di coppia, soprattutto negli ultimi anni, direi che si è accentuata, si è accentuata l’insoddisfazione, l’incapacità di formare una coppia, la difficoltà di intendersi: tutta questa situazione provoca per un verso solitudine, non solo negli anziani, negli adulti, ma anche nei giovani e giovanissimi, e per l’altro verso - conseguenza di questa solitudine non voluta, prolungata, non accettata giustamente – si assiste ad un profondo rancore fra uomini e donne.

Lascio un momento da parte questo rancore, che poi voglio riprendere, per partire dai dati di fatto della statistica: ebbene nelle grandi città del nord oggi praticamente quasi una coppia su due, al massimo una coppia su tre si separa; inoltre mi pare di ricordare che un bambino su sei cresce con un solo genitore.

La domanda che ne segue diventa ovvia: “E’ ancora possibile oggi un amore che duri tutta la vita? E perché non funziona più come funzionava una volta?”

Io, in base all’ esperienza, proprio perché l’esperienza fa il maestro alla lunga, avrei individuato tre motivi:

- il primo è la *società dei consumi*. So che è una parola molto sfruttata, molto abusata, che si ama buttare lì senza pensare al suo significato, ma ha un significato forte “*consumare*”. La società dei consumi ha voglia di consumare in fretta e anche disordinatamente, come succede quando ci comperiamo qualche cosa: se abbiamo sbagliato, la buttiamo via; e questo succede sia nei cibi che nell’abbigliamento, piace comprare, piace usare, piace rinnovare... Ecco! questo modo di vivere e di pensare ha intaccato, ha invaso anche il mondo dei sentimenti e dell’amore.

Il tipico modello di relazione sentimentale, oggi, è la passione violenta, consumata in fretta e subito finita. Dopo un mese, due mesi, tre mesi mi scrivono le persone interessate, i ragazzi adulti che consumano così il loro grande amore: “l’uomo della mia vita, la donna della mia vita l’ho conosciuta davvero, ma è finita così”.

Il fatto è questo, è la nostra malattia: noi confondiamo sempre più spesso l’amore col piacere, con la gioia, con l’allegria: una volta finito il piacere, la gioia, l’allegria allora consideriamo finito l’amore. Viceversa, quando con una persona ci troviamo bene, ci divertiamo stiamo bene insieme, godiamo nello stare insieme allora ci immaginiamo che sia amore, e la delusione viene poi quando si svela il *vuoto*, quando questo piacere, questo divertimento, questa allegria cessano e non resta più nulla.

Questo è il nostro problema: noi vorremmo far durare la passione non due anni (se va bene) tre, cinque anni... Vorremmo farla durare tutta la vita, cosa che non è possibile, perché non esistono passioni che durano quaranta, trenta, venti anni: è un'utopia! L'amore è diverso può e deve essere diverso dalla passione, l'amore si trasforma diventa meglio o peggio, ma comunque si trasforma.

- Un secondo motivo della difficoltà della coppia: *la televisione*, perché la televisione ci mostra sempre la passione, in tutti i serial, in tutte le telenovele, in tutti i grandi fratelli suggerisce la passione come immagine dell'amore: solo che è una finzione... la televisione ci parla di fare all'amore, ma non ci parla d'amore, non ci racconta storie d'amore, ci racconta storie di passione.

La televisione oggi è il maggiore magistero: noi ci crediamo, ci fidiamo e cerchiamo quello che la televisione ci fa vedere, invano girando intorno all'amore come passione, perché quello è un momento, non è la vita, non è l'amore.

Oltre alla televisione ci sono anche il *cinema* e la *pubblicità*, che mostrano sempre queste perfette passioni tra marito e moglie dietro la lavatrice, in cucina o con la pasta, mostrano un momento, ma non è la verità: è finzione!

- Un'altra causa della difficoltà nella coppia del rompersi dei matrimoni, del rompersi della coppia è (secondo me causa non colpa!), *la società*, che è aperta rispetto a ieri, perché ieri funzionava, si stava insieme, il matrimonio durava perché la società era molto chiusa, non c'era scambio tra classi sociali, tra ambienti, non c'era scambio fra mondi di lavoro, famiglie... la società era chiusa e protetta. Ogni uomo ogni donna difficilmente poteva incontrare più di un uomo o più di una donna nella sua vita. Anche perché a diciotto anni le donne erano sposate e religione e morale badavano che restassero sposate, per cui occasioni di incontro, di conoscersi, occasioni di trovarsi, di innamorarsi di trovare un secondo uomo della mia vita una terza donna erano piuttosto rare.

Oggi il mondo è aperto, le società sono aperte in tutte le direzioni, in giù, in su, a destra, a sinistra, in alto... Non ci sono più le classi sociali chiuse, né ambienti sociali chiusi né livelli di età che stanno con le porte separate l'uno dall'altro: perciò è ovviamente molto facile che si incontrino i colpi di fulmine, che siano numerosi proprio perché ci si incontra, e così succede che le coppie si disfano, si formano altre coppie, ci si separa, ci si risposa, magari ci si separa un'altra volta e così via.

C'è un modello abbastanza diffuso oggi: infatti il primo matrimonio, nato sulla passione, precipita e dura poco; il secondo matrimonio, più meditato, più ragionato, meno figlio della passione, dura di più.

- Ma c'è un altro capitolo, un altro tema che, secondo me, ha trasformato la vita delle coppie: si tratta del *cambiamento che hanno fatto le donne*; non dico per colpa delle donne, ma a causa delle donne. Sappiamo che sono cambiate moltissimo in queste ultime generazioni, sono cambiate talmente che molto spesso loro stesse non si riconoscono, non riconoscono il loro ruolo, non sanno più chi sono, cosa devono fare...

Gli uomini le donne lavorano nella stragrande maggioranza, e per questo (come dicevo prima) hanno occasioni di confronto, di nuove conoscenze, hanno occasione di coltivarci, di maturare, di vedere altre realtà. Io ho come l'impressione che questo violento cambiamento in tempo abbastanza breve abbia stravolto le regole della coppia, abbia stravolto le possibilità di incontrarsi, di capirsi.

Io sono ottimista, nel senso che penso che questo è un momento di passaggio, che si tornerà a capirsi... però mi scrivono spesso i miei lettori: "Nel frattempo, cosa facciamo?".

Io descrivo così la situazione, nella mia immaginazione: mi pare che ci sia un fiume, che da una parte ci siano le donne, dall'altra gli uomini. Fino a una generazione fa si capivano, avevano dei segni, delle parole comuni (anche non espresse) e si capivano; adesso, negli ultimi venti anni, ogni passione è come se fosse un fulmine che ha colpito il loro linguaggio comune... E' come se gli uni parlassero francese, gli altri cinese... si fanno segni e non si capiscono, e camminano in parallelo soli, sempre più soli e rancorosi.

Per la mia esperienza è più forte il rancore degli uomini rispetto a quello delle donne, perché gli uomini si sentono più colpiti da questo cambiamento, più svantaggiati, più messi in disparte. Del resto io immagino che il conflitto che separa uomini e donne è una specie di lotta di classe: le donne volevano, hanno assalito la classe che stava loro sopra, la classe dominante, perché volevano gli stessi diritti, esattamente come era successo in tutte le rivoluzioni... Nella rivoluzione francese la borghesia voleva gli stessi privilegi, gli stessi diritti che aveva l'aristocrazia... Così le donne volevano gli stessi privilegi sentimentali, professionali e sociali che avevano gli uomini, e sono andate all'assalto. Ovviamente la classe che sta sopra si vede assalita, e allora cerca di difendersi.... siamo in questa convinzione...

Ovviamente chi va all'assalto è sempre molto aggressivo, cosa che rende ancora più difficile il rapporto fra uomini e donne.

Stranamente questo rancore viene fuori come un borbottio sommesso ma continuo. Ho dei lettori che ostinatamente, da anni, fanno sempre le stesse accuse: dove sono le donne con le gonne? Dove sono le donne capaci di tenerezza, di dolcezza? Dove sono le donne come la nonna, la mamma la zia? Dove sono le donne capaci di accogliere? Rispondono poi le donne: dove sono gli uomini capaci di assumersi delle responsabilità, dove sono gli uomini veri, capaci di sostenere...?

Insomma, in altre parole, uomini e donne continuano a cercare esattamente la stessa cosa, lo esprimono quasi nello stesso modo. Succede che mi scrivono ragazzi e ragazze, che sono più diretti e fanno meno fatica degli adulti a dire quello che succede loro. Mi scrive per esempio un ragazzo: 'io sono romantico, sognatore idealista e sono sempre solo: le ragazze vogliono solo i tipi da motocicletta, i tipi da bar; le ragazze vogliono solo quelli che le trattano male, e io che sono romantico, che vorrei regalare i fiori, scrivere poesie, io che amo la musica classica, che vado in bicicletta e non in automobile..., ebbene: nessuno mi guarda e sono sempre solo!'

Mi scrive una ragazza: 'Io sono timida, sono romantica, mi piace studiare e leggere, ma i ragazzi cercano solo quelle da discoteca, da minigonna; i ragazzi cercano solo quelle spigliate, aggressive, sessualmente molto attive, e io che sono all'antica, romantica, io che ho degli ideali sono sempre sola.

Bisogni identici, linguaggio identico, scritto nero su bianco: vi dico che io devo stare attenta all'aggettivazione per capire se chi scrive è un ragazzo o una ragazza! Qualche volta, animata da buona volontà e da compassione, ho cercato di metterli in contatto: non ha mai funzionato!

Tornando alla questione della coppia, *siamo in mezzo al guado!* Io penso che le donne, nella battaglia alla classe che sta sopra (gli uomini), perderanno ragionevolmente parte della loro aggressività, e viceversa gli uomini si abitueranno a questa nuova donna, e perciò ci sarà di nuovo un accordo.

Mi diceva a questo proposito una grande scrittrice inglese, femminista, di quelle arrabbiatissime un tempo, che per secoli gli uomini hanno trattato male le donne, finché loro si sono ribellate; adesso gli uomini sono costretti a trattare meglio le donne, però le donne li stanno trattando così male che dovranno presto cambiare, perché rischiano di restare sole le donne e soli gli uomini! Con l'augurio che questa navigazione giunga presto a vedere la terra, vi ringrazio.

DIBATTITO IN AULA

Moderatore: - Io sono stupefatto: abbiamo ascoltato un maestro della comunicazione, abbiamo ascoltato una straordinaria distillatrice di comunicazione: adesso, da moderatore, dovrei scatenare una discussione, innescare una discussione, dovrei chiedere a voi di esprimere, di comunicare desideri di conoscenza.

Domanda: - *Ringrazio i relatori che, sono stati entrambi eccezionali. Io ho insegnato per tanti anni, credo fortemente nella teoria della comunicazione, ho avuto il piacere di vedere un abilissimo comunicatore non verbale e mi ha fatto ricordare situazioni all'interno della scuola. Mi pare che la relatrice abbia detto: "Una volta si capivano, una volta avevano codici comuni, una volta tutto sembrava più semplice". Io chiedo: veramente una volta esisteva una comunicazione maggiore, veramente i codici erano comuni, veramente possiamo parlare di un 'ieri' in cui la coppia comunicava e di un 'oggi' in cui la comunicazione si è interrotta? O piuttosto quel 'ieri' era un silenzio forse più profondo di questa crisi di oggi, forse questa crisi comunica proprio perché crisi, forse quella di allora era una crisi non eclatante, ma più drammatica e non era una vera e propria comunicazione?*

Isabella Bossi Fedrigotti: - "Quando ho descritto questa mia sensazione intendevo dire che la conoscenza aveva segni comuni, cioè il 'no' aveva un significato, il 'si' aveva un significato, era una lingua comune. Non volevo dire che necessariamente nella coppia comunicassero, che nella famiglia parlassero, che marito e moglie si intrattenessero, ma che uomini e donne avevano dei segni comuni, capivano "quando io ti volevo quando lui mi voleva", senza andare a ipotizzare, a tentare di capire...; c'era insomma un patrimonio di segni comuni. Ma la comunicazione è un altro paio di maniche.

Luciano Viana - Interessante la considerazione. Lei ha fatto una domanda meravigliosa, che ha come presupposto una disgiunzione: la O. Lei dice: "C'era un linguaggio comune per cui si capivano, O c'era silenzio". Quando utilizziamo la O noi dividiamo in due la realtà, per es.: uomo o donna, alto o basso, giusto o sbagliato, ecc. Nei casi della vita dovremmo utilizzare di più la congiunzione E. Tutti noi possiamo facilmente capire che siamo immersi nella complessità e la complessità ha bisogno di avere molte E, il che significa aggiungere possibilità a possibilità, variabile a variabile. Non c'è una causa unica, ci sono molte concause. Così le separazioni delle coppie non avvengono per una causa unica, non c'è un solo malinteso che porta alla lontananza. La scienza della comunicazione insegna che esistono delle patologie comunicative gravi. Adesso si conoscono, una volta si stava male ma non si sapeva perché. Il problema, come al solito, è la presa di coscienza.

Quello che ha detto la dottoressa Fedrigotti lo condivido. Aggiungo che la famiglia svolge diverse funzioni che la tengono unita. L'importanza di queste funzioni è diminuita nel tempo. Paragoniamo le diverse funzioni considerandole nel passato e nel presente. *Funzione di sopravvivenza fisica:* se la famiglia non era unita si soffriva la fame, più figli significava più forza lavoro. La divisione del lavoro (dalla semina al raccolto, dal becchime allo spennare la gallina) era necessaria per vivere. La funzione di sopravvivenza è il soddisfacimento del primo bisogno dell'uomo. Adesso il lavoro è esterno alla famiglia e si sopravvive guadagnando anche senza un partner e comperando al supermercato da soli. L'unione comportava anche soddisfare il *bisogno di sicurezza* nei confronti dei pericoli esterni. L'apprendimento di ogni cosa avveniva in famiglia, oggi c'è la scuola che insegna.

I bambini vengono portati all'asilo da subito, c'è un ente esterno che aiuta.. La funzione della *socializzazione*: è anche questa assicurata da enti esterni. La funzione della *riproduzione della specie* e della *genitorialità* è ancora assicurata come atto di amore, dalla coppia familiare, almeno nella maggioranza dei casi. Il sostegno affettivo, il volersi bene, il ritrovarsi insieme è rimasto come un forte bisogno costante nel tempo.

Come si vede, oltre alla funzione riproduttiva, una funzione è rimasta uguale a prima: il volersi bene, il *cercare di sostenersi reciprocamente a livello affettivo*, a livello di amore. Se le funzioni che congiungono diminuiscono di numero, allora la famiglia è più esposta a decisioni umorali del tipo: "Visto che non è bello stare con te, me ne vado". Quindi ci sono argomenti che portano ad una minore unione nella coppia. Aggiungerei la mitizzazione dell'innamoramento che è scritta nelle parole iniziali del convegno "...una notte non è sufficiente per capire una lingua straniera..." parole magistrali con cui Beppe Sivelli, ha abilmente sottolineato l'impreparazione e la precarietà che conducono alla scelta matrimoniale.

Infine sottolineo la condizione della donna, che era di sudditanza nei confronti dell'uomo. E' chiaro che parlava di meno, è probabile che tenesse per sé le sofferenze, era veramente l'angelo del focolare, il cardine della famiglia. Adesso, in condizioni diverse, l'85% delle separazioni è richiesta dalla donna, ovviamente, dirà qualcuna, per colpa dell'uomo.

Domanda: - *Lei, dottor Viana, parlava di genetica familiare, intendendo forse dire che quello che abbiamo vissuto da bambini nelle famiglie di origine si ripercuote nella costruzione della nuova famiglia; ad esempio la difficoltà di comunicare, di manifestare quello che si sente, la difficoltà che vivono i figli di genitori separati... Io chiedo: come è possibile spezzare questo ripetersi di errori, come interrompere questa non comunicazione di generazione in generazione?*

Luciano Viana: - Domanda interessante e profonda. È certo questo: quello che noi impariamo da bambini rimane dentro di noi, se si vuole cambiare bisogna saper cambiare le premesse. Quando siamo bambini costruiamo migliaia di cassette mentali in cui introduciamo informazioni in arrivo. Ci sono delle classificazioni e delle sottoclassificazioni. In ogni cassetto mentale introduciamo aspetti anche di tipo emotivo, per esempio se io vivo in una famiglia in cui il papà fa l'addestratore di serpenti, nel mio cassetto dei serpenti c'è una carica emotiva affettiva positiva verso i serpenti. Se viceversa vivo in una famiglia diversa che odia i serpenti ci sarà un cassetto mentale 'serpente' con una carica emotiva negativa, quindi di fuga, di distacco. Le cariche emotive positive avvicinano le persone, le cariche emotive negative allontanano.

Ora noi abbiamo dentro migliaia di cassette che suddividono la realtà per capirla, e nello stesso momento in questi cassette abbiamo dentro emozioni diverse. Quando le abbiamo registrate queste emozioni? In tutta la nostra vita. Ma sono state caricate in noi soprattutto nei primi periodi della nostra vita, in cui abbiamo avuto degli imprinting che sono difficilmente modificabili. Quindi per cambiare queste cose occorre tempo, maturazione, la modificazione degli aspetti affettivi collegati a quei determinati cassette.

Es.: moglie e marito. Lui viene da una famiglia in cui si stava tutti in silenzio, c'era un distacco enorme anche dal punto di vista della gestualità e della corporeità, ognuno stava al suo posto. Lei viene da una famiglia in cui si abbracciavano tutti, si baciavano frequentemente, si accarezzavano ogni momento, si dicevano delle battute positive.

Ovviamente queste sono cose che si sono incarnate dentro ai due. Ora litigano, accusando l'altro di indifferenza o l'altra di eccessivo attaccamento. Ognuno darà la colpa all'altro, perché i significati che ognuno attribuisce alla stessa azione sono diversi. Lei darà la colpa a lui perché dirà: "Sei troppo distaccato!" Lui darà la colpa a lei perché: "Sei troppo appiccicaticcia". Se lei è troppo vicina ed untuosa lui dirà: "Mi soffochi, mi entri nelle ossa"...

Questi sono tentativi di manipolazione per cercare di modificare l'altro. C'è molta difficoltà a cambiare le premesse, che sono molto antiche. Le premesse sono di ordine diverso: proviamo a cambiare le abilità personali, far emergere delle risorse. Se lavoro sull'estensione delle risorse, è probabile che anche se c'è una differenza sostanziale all'inizio io possa modificarla. Una delle risorse più importanti è l'aspetto della comunicazione, perché la comunicazione è un comportamento e ogni comportamento può essere appreso. Nell'ambito della consulenza bisogna vedere quali sono le premesse (questo è l'occhio che dobbiamo usare) per vedere quali tentativi di modificazione possiamo attuare, che possono essere anche sociali, che possono essere anche di carattere amicali... C'è in sostanza una eco-mappa, che ci dice quali sono le risorse che noi possediamo in ogni campo: posso rivolgermi ai nonni, ai parenti, agli amici, al consultorio, si cerca in ambito del consultorio di attivare le risorse, perché per cambiare le premesse occorrerebbe troppo tempo. Forse sono stato un po' confuso....

***Domanda:** - Giustamente lei ha detto che nella coppia la comunicazione ha una causa e un effetto: io le volevo chiedere: poiché ci si sforza anche di non comunicare, come porre rimedio?*

Luciano Viana: - Lei si riferisce alle patologie riguardanti il primo assioma della comunicazione che afferma: "Non si può non comunicare".

Questa sera dobbiamo uscire di qui con qualche chiarezza di idee in più. Domandiamoci se possiamo fare il muso. No! Perché è una patologia fare il muso, sforzarci appunto di non comunicare facendo il muso. Questo si apprende, non è difficilissimo imparare a non farlo, anche se è un'esperienza comune il farlo, perché mi ritiro in me stesso. Secondo punto: si può usare la squalifica? No, bisogna esercitarsi a vedere il buono, il bene, le cose positive nell'altra persona, vedere negli altri dei prati fioriti. E questa è una difficoltà, perché tutti noi siamo abituati a vedere le persone in termini negativi. Supponiamo che lui sia vestito male, potrei dire che non ha buon gusto, potrei dirgli: "Come si veste male!". Ma potrei anche vedere che ha delle scarpe bellissime, posso allora dire: "Complimenti! Ha buon gusto, ha delle scarpe meravigliose, meriterebbero un paio di pantaloni un po' più chiari!". Vado sul positivo e poi allargo la visuale. La squalifica non deve essere più fatta. Terzo il sintomo, l'utilizzo della malattia diplomatica. Sappiamo che non può più essere usato, ci deve essere una spiegazione se non subito, ritardiamola un pochino. Posso anche dire "adesso sono molto arrabbiato con te, non ce la faccio a mantenere il dialogo...vado a fare un giro e poi ne riparliamo". E i giri servono!

Moderatore: - Vorrei calarmi nel mio lavoro: faccio l'endocrinologo, purtroppo qualcuno di voi avrà avuto bisogno di me, ma voglio innestare la mia professionalità con quello che ha appena detto il nostro piemontese che sorride e insegna (accoppiata vincente): noi dovremmo sforzarci di renderci conto che ci troviamo di fronte un partner che non è come noi: infatti gli ormoni della donna hanno, come tipica espressione, un fenomeno 'on-off' di corrente

alternata, che esiste proprio con questo scopo di caratterizzare l'espressione della sessualità nella femminilità.

Esempio: pensate agli oscillatori biologici che sono nel nostro ipotalamo (cioè nel nostro cervello), che connettono il cervello con gli ormoni: hanno una frequenza di scarica di novanta minuti. Per intenderci, se gli oscillatori biologici sparano una puntata di ormoni non ogni novanta minuti, ma ogni ottanta, la mestruazione non avviene. Basta modificare il nostro orologio biologico di pochi minuti per portare non a una mancanza di produzione ormonale, ma a una disfunzione, cioè ormoni che vengono prodotti, ma non con i ritmi giusti.

Se voi aprite un libro di psico-neuro-endocrinologia avete un capitolo che mette in evidenza "i destabilizzatori", che provocano le disfunzioni di cui sopra: questi 'rompiscatole' biologici endocrini sono essenzialmente tutte le cose che provocano lo stress.

Tutto questo per dire che la femmina ha una variabilità estremamente superiore a quella del maschio: questo ha svantaggiato e avvantaggiato l'altro sesso per secoli, ed è giusto che l'uomo sappia tutto questo, perché può temperare alcune caratteristiche per cui la comunicazione in area femminile non è sempre la stessa, indipendentemente dalla volontà della femmina in questione. D'altra parte l'orientamento sessuale continuativo del maschio, che viene classificato come "brutto porco", in realtà fa parte della sua fisiologia maschile.

La consapevolezza della diversità, che non può essere smentita o falsificata, è uno dei capisaldi della convivenza. Chiaramente non deve diventare la malattia diplomatica... il famoso mal di testa. Ma la consapevolezza di questa enorme differenza è uno dei primi fattori che possono contribuire a realizzare una buona convivenza.

Questo per dare una veste di ufficialità a questa chiacchierata, però tenete presente che di "destabilizzatori" ce ne sono moltissimi, e pensare che tutto quello che accade non è necessariamente frutto della volontà perversa dell'altro, aiuta a fare quel famoso giro con la testa che ti consente di ricominciare in una maniera migliore.

Interventi preordinati

LA SESSUALITÀ: LUOGO PRIVILEGIATO DEL RAPPORTO DI COPPIA

dott. Pietro Cavazzini, medico sessuologo

La sessuologia: è una scienza interdisciplinare molto recente, spazia tra antropologia, pedagogia, psicologia, letteratura, sociologia medicina. Chi vi parla è quasi un clandestino, perché non esiste la specialità in sessuologia medica, quindi non posso definirmi specialista in sessuologia. Siamo ancora in una fase di passaggio: sicuramente gli studi sulla sessualità da parte di psicologi hanno più di cento anni, gli studi sociologici sono cominciati negli anni trenta, ma gli studi medici per capire quale era la fisiologia della sessualità, cosa succedeva nel corpo delle donne e degli uomini nell'atto sessuale hanno dovuto aspettare gli anni sessanta. Mi sono laureato nel 1975 e nel mio libro di sessuologia umana non c'era assolutamente niente riguardo l'orgasmo, il piacere... questo per dire (come hanno detto gli altri relatori) che siamo in una fase di passaggio, siamo ancora in un momento di parto, un parto di una nuova coppia, un parto di una nuova situazione sociale e culturale.

La sessuologia clinica, di cui io mi occupo, cerca di essere il più possibile eclettica e si rivolge alla persona nella sua globalità. Se c'è un campo in cui bisogna accogliere le persone nella loro globalità, considerando la loro storia e tutti gli aspetti relazionali della loro vita, questo è proprio quello della sessualità. Poi c'è una differenza sostanziale fra la sessuologia medica e la sessuologia clinica e le altre branche della medicina. In medicina, solitamente, la norma statistica coincide con la salute, invece in sessuologia clinica la norma statistica può coincidere ma può anche non coincidere e dobbiamo, anche se non di moda, riferirci al sano buon senso. Per fare un esempio di non coincidenza fra norma e salute, uscendo di qua andiamo al bar e incontriamo una coppia di amici di una certa età, che non vediamo da tantissimi anni e loro ci diranno: 'stiamo bene, andiamo d'accordo sotto tutti i punti di vista, anche sessualmente, facciamo l'amore una volta al mese.... Ammettiamo che questo sia fuori dalla norma con la statistica, ma loro due sono felici. Poi incontriamo un'altra coppia di amici felici, e questi ci dicono che fanno l'amore ogni tre giorni... per la loro fascia di età magari sono fuori dalla norma, ma possono essere contenti e felici anche loro. Noi medici abbiamo lo strumento "tipo" per provare la pressione, nel quale ci rifugiamo spesso, mentre in sessuologia conta molto di più il vissuto che non questi dati di fatto.

Secondo capitolo. I sessuologi, quando hanno creato questa scienza, hanno detto che è una componente procreativa, relazionale, ludica o di piacere. La componente procreativa la conosciamo tutti, l'aspetto relazionale è il più clamoroso della sessualità umana (non intendo l'atto sessuale in sé, ma tutte quelle che sono le manifestazioni...) La sessualità ha un formidabile potere di relazione, usando una frase forse da bar si dice che tante volte si comunica molto di più attraverso gesti affettivi che con le parole, si dicono molte più cose con questi gesti.

Avete mai visto quei filmini sulla sessualità per i bambini? erano fatti bene, ma cadeva l'asino quando si parlava del piacere: è difficilissimo spiegare il piacere: ci sono delle terminazioni nervose diverse? No, i nostri organi di senso ricevono degli stimoli che arrivano ai nostri organi di senso, poi vengono elaborati nel nostro cervello, il quale dà a questi messaggi un significato sessuale. E' una frase articolata, ma vi spiega la cultura che c'è dietro, che è importante: c'è il fatto culturale all'interno della sessualità! Pensate ai profumi, per esempio il tartufo: in Italia il tartufo viene spesso associato a qualcosa di erotico. Lo stesso profumo che è considerato erotico qui, in un altro paese del mondo può non esserlo. Io fin da piccolo

quando andavo in profumeria ero abituato a sentire un certo alone di profumo legato all'eros occidentale, che è diverso. Vicino a casa mia c'è un centro estetico per asiatiche e il profumo che esce è differente. Il piacere sessuale è comunque legato ad un fatto culturale. Quando gli studiosi hanno studiato il comportamento sessuale hanno sicuramente disegnato dei bei grafici con le curve del piacere dell'uomo e della donna, però bisogna sempre immaginarlo come disegnato su un lucido sul cui sfondo c'è la Roma antica, c'è il medioevo, il rinascimento....

Un altro modo col quale possiamo approcciarci alla sessualità umana è studiarne le motivazioni, che possono essere le più disparate. C'è chi crede di fare il dongiovanni, cioè quello che fa attività sessuale, sia che sia donna o uomo, soprattutto per raccontarlo per metterlo in lista. C'è chi fa sessualità per commercio, esiste la prostituzione, c'è chi fa sessualità solo per far figli - una volta nei matrimoni combinati era la cosa principale - .

Noi speriamo che la coppia nuova che sta nascendo in questo "parto" inserisca la sessualità in un discorso completo di relazione di affetto e di amore.

Terzo punto: la sessualità nella coppia oggi. I cambiamenti sono ancora in corso, sono cambiamenti che nascono fuori dal letto, ma che hanno delle fortissime ripercussioni nel letto! Credo che fin dalla fine dagli anni settanta - ma stanno continuando ancora adesso - non dobbiamo dimenticare che se è vero che è lontano l'inizio di questi cambiamenti, (mio nonno si è sposato con un matrimonio combinato) non siamo poi così lontani da un mondo diverso, per cui è vero che sono passati trent'anni, ma sono vive ancora molte persone che hanno vissuto storie molto diverse.

Credo che il lavoro femminile sia stato una delle cose che ha cambiato di più l'equilibrio all'interno della coppia e di conseguenza anche la sessualità: essa è diventata più paritetica. Quale donna, al giorno d'oggi, accetterebbe il marito di cento anni fa? I ruoli sono più elastici all'interno della coppia, il fare i lavori in casa da parte dell'uomo è un cambiamento che ha ripercussioni anche a livello di letto. La contraccezione inoltre, comunque la pensiamo, ha modificato l'atteggiamento delle donne nei confronti della sessualità. Una donna che tradiva anni fa era una donna che rischiava una gravidanza indesiderata, la paura della gravidanza ha giocato a volte un ruolo negativo all'interno della sessualità della coppia.

Poi ci sono stati in quegli anni l'introduzione della separazione e del divorzio: tutte queste cose hanno un forte riverbero nel letto! C'è un altro aspetto di cui si parla sempre meno, forse perché è ritenuto cosa più da sociologi da storici: è la prima volta che nel territorio italiano per un periodo di tempo così lungo gli uomini non partono in massa per una avventura bellica: la struttura sociale è profondamente modificata da questa cosa, perché l'uomo per secoli si sposava e sapeva che per un periodo più o meno lungo sarebbe partito.

Il matrimonio è passato dall'essere una istituzione (e per chi ci crede un sacramento), ad essere una relazione interpersonale. Sono d'accordo che il maschio sia in difficoltà in questo momento, sia sul piano relazionale generale sia sul piano sessuale...

Stiamo andando verso un progetto di coppia che non c'è mai stato nella storia dell'umanità, i libri di storia sono ricchissimi di coppie molto belle, ma ciò non toglie che la coppia, come sta nascendo oggi, possieda un progetto totalizzante: si cresce insieme, si fa tutto insieme, si soffre insieme... non è mai esistita nel corso della storia. Una coppia che quando funziona è anche paritetica, è una rivoluzione copernicana, ed è per questo che molte coppie saltano: o si sta così in coppia o altrimenti non c'è più quella forza esterna, le pressioni sociali, le spinte della famiglia. Vi racconto un aneddoto: qualche anno fa, quando i miei pazienti si sposavano, venivano i genitori con un sorriso bellissimo ad informarmi che il figlio si sposava; adesso vengono con una faccia incerta e mi dicono che non sono tranquilli, perché va a finire che poi si separano come tutti! È cambiato il nostro atteggiamento sulla coppia. Non voglio vedere il

bicchiere mezzo pieno, però credo che la *scommessa sulla costruzione di una coppia di questo tipo* sia una scommessa molto bella.

Punto quarto: i fattori che favoriscono la esistenza della coppia. In una intervista ad una televisione di Parma mi hanno chiesto se tutte le coppie che si separano lo fanno per motivi sessuali. Mi sbilancio, non ho statistiche (che non sono attendibili): no! non si separano per questi motivi! Poi davanti all'avvocato magari dichiarano che lui non mi cercava mai, aveva un difetto... tutte storie incredibili... Secondo me quando una coppia è sana, strutturata, quando una coppia esiste veramente, di fronte ad una difficoltà sessuale si rimbocca le maniche da sola o con l'aiuto di qualcuno riesce a superare la crisi, ma se la coppia non c'è, il motivo sessuale è una scusa. La coppia, per avere una sessualità sana, deve resistere al consumismo, il consumismo del divertimento, del lavoro, del fare tantissime cose. Se prendiamo una coppia che vive nei nostri paesini e la trasferiamo a Milano, sicuramente viene a perdere un sacco di tempo a fare le stesse cose, perché ci sono le distanze, e questo tempo andrà a discapito della vita di relazione, compresa quella sessuale. Credo che la coppia debba creare un "ridotto" inattaccabile di intimità, bisogna resistere, i figli hanno i loro impegni (dottrina, nuoto, calcio) ma ad un certo punto *bisogna fermarsi ed avere un piccolo spazio per noi* altrimenti salta tutto, non la sessualità ma salta la coppia.

Quinto punto. Le disfunzioni sessuali, divise tra psicologiche ed organiche, maschili e femminili. Al giorno d'oggi preferiamo parlare di impotenza... Chi ha una difficoltà, maschio o femmina che sia, si sente comunque impotente, e l'impotenza può essere singola o di coppia, cioè persone che potrebbero funzionare sessualmente da un'altra parte, ma all'interno della coppia provoca delle reazioni negative che blocca la sessualità.

È curioso vedere come sia cambiato, attraverso la storia, il concetto di disfunzioni sessuali. A me piace girare per i mercatini e qualche volta compro qualche vecchio giornale (il Corriere della sera) dei primi del Novecento, e ci sono dei medici che si presentano come curatori di disturbi della virilità, si curava l'impotenza di generare. Nel '68 e dintorni, sotto l'influsso femminista, il disturbo principale sessuale dell'uomo era sicuramente l'eiaculazione precoce.

Sesto: farmaci e sessualità. Avevo creato una immagine di "sindrome del manager": uomo in carriera tra i quaranta e i cinquanta anni, lavoro stressante e competitivo, pasti consumati in fretta, poco spazio per la vita familiare, affettiva e di relazioni in genere, conflittualità coniugale, poche energie da dedicare ad attività culturali e ricreative, abuso di fumo di alcolici, frustrazioni e sensi di colpa in genere. Con queste premesse potrà incorrere in queste patologie: ansia e depressione, reflusso esofageo, colite spastica, cefalea, ipertensione arteriosa, aumento di peso, diabete... L'aiuto che vari specialisti gli daranno lo coinvolgeranno in una corposa terapia farmacologica, con conseguenze sulla attività sessuale. Ma la disfunzione è da attribuire all'ansia o all'ansiolitico? (voi sapete che l'ansiolitico toglie l'ansia ma a volte la toglie un po' troppo), all'ipertensione o all'ipotensivo?

Una relazione di coppia può essere danneggiata da troppo lavoro o dal farmaco assunto per la gastrite? Quando si parla di considerare sempre "l'uomo nella sua globalità" ci si riferisce anche a queste cose, altrimenti è troppo facile: uno che prende questa pillola è portato ad avere questo disturbo... Non è così, fortunatamente noi uomini siamo molto più complicati. Caso clinico: Walter 75 anni deceduto qualche anno fa con neoplasia celebrale, negli ultimi dieci anni nell'aggravarsi della sua malattia ha subito parecchi ricoveri e somministrazione di antidepressivi triciclici e cortisone. Era stato sempre molto attivo sessualmente, molto legato alla moglie ed era una bellissima coppia. L'ultima volta che hanno avuto un rapporto sessuale è stato il giorno prima di morire. Questo per ricordarci che l'organo sessuale principale è sempre il cervello.

(testo non rivisto dall'autore)

Interventi preordinati

LA COPPIA: " DUE STRANIERI IN CAMMINO"

mons. Floriano Danini

PREMESSE

Il problema delle differenze è attualissimo; è recente l'intervento della chiesa in questo campo: il documento della Congregazione della fede afferma che *la distinzione tra i sessi non è semplicemente un dato biologico-fisico, non è un prodotto del condizionamento storico-culturale, ma è iscritto nell'essere stesso di tutta la persona.*

Alcuni movimenti tendono a cancellare le differenze per legittimare le più svariate trasgressioni: omosessualità, famiglia mono-parentale, esercizio pluriforme del sesso. Il tema di questa breve conversazione intende mettere in luce la verità dell'essere persona nella sua unicità, chiamata a realizzare la propria originalità nell'intreccio della relazione di coppia. E questo è un aspetto della vita di coppia ancora in parte sottaciuto e in parte inesplorato; si integra con il discorso delle differenze, le conferma e in certo senso ne coglie le radici più profonde.

La riflessione si riferisce alla coppia genericamente intesa, mentre vive la propria relazione d'amore e si colloca a livello antropologico, etico e di fede; non ha la pretesa di esaurire il discorso, si snoda dentro l'umanità dell'uomo e della donna, in cammino verso una mèta più alta di loro stessi.

Premetto che la riflessione potrà sembrare difficile, astratta, esigente e forse qualcuno la potrà ritenere impraticabile. Può anche risentire dei limiti propri di chi, come me, avendo fatto una scelta di celibato, non ha esperienza diretta di vita di coppia: ma il taglio selezionato del discorso può essere trattato anche dal prete, può anzi arricchire la riflessione di alcune note che stimolano il confronto tra due esperienze diverse che non sono in opposizione tra loro.

LA RIFLESSIONE

Mi faccio strada attraverso un aneddoto: quando ero bambino e arrivava nella mia casa di campagna un forestiero oppure un mendicante diventavo curioso: portava novità nel vestito, nel tratto, nella filosofia di vita. Aveva, in un certo senso, fascino su di me. Il forestiero, il viandante, non è ingombrante, è libero da vincoli territoriali, non è proprietario di nulla, porta con sé solo il necessario, è sempre in cammino.

L'immagine del forestiero o dello straniero, indica la persona che ancora non si conosce e incuriosisce; *nella coppia i due partners, nonostante si frequentino, nel nucleo più profondo del loro essere, rimangono forestieri, sono "altri" l'uno per l'altro cioè forestieri.* Ogni persona, è "altra" rispetto a se stessa e rispetto agli altri e questo crea novità e fantasia del rapporto.

L'alterità è di più della differenza: è la connotazione essenziale della persona; in questo senso, la persona ha dignità di fine e non di mezzo; ha una quota di sovranità spirituale non negoziabile, che mai si potrà fondere o sovrapporre con l'altro sotto pena di impoverire la relazione e il patrimonio di risorse comuni.

Le basi perché due persone nella relazione di coppia, pur nel dono reciproco di sé, rimangano radicalmente se stesse e anzi potenzino le loro ricchezze umane e le loro differenze sono due:

A) FAR CRESCERE LA PROPRIA IDENTITA' PERSONALE

La Bibbia dice: " Facciamo l'uomo a nostra immagine e somiglianza, maschio e femmina li creò". Dio si rispecchia nel maschile e nel femminile dell'uomo e della donna. Ciascuna persona assomiglia a Dio non solo come *essere intelligente*, ma come *essere in relazione*. Acquisire la consapevolezza della propria identità, è impegno che apre orizzonti di libertà e di crescita. In questo percorso formativo occorre evitare di cadere nell'individualismo: cioè di lasciarsi prendere dal ritornello martellante della cultura odierna che invita all'autorealizzazione, all'autoreferenzialità, fino al punto che la coppia rischia di crederci "referente ultimo" di ogni verità e di ogni valore. La coppia autoreferenziale non può che 'scoppiare' o tirare avanti nella noia.

Una ragazza scrive: " *Mi fa tremare di emozione la coscienza che Dio fa tutti "pezzi unici" e ci chiama ad esserlo al nostro meglio: siamo creati a sua immagine e somiglianza, ma la Sua identità è così ricca e varia che non ha limiti nella creazione di miliardi di persone - uomini e donne; ciascuna contiene un Suo capolavoro. Diventare questo capolavoro: questo è il nostro cammino. Ecco perchè tentare di precisare i contorni della mia identità continua ad affascinarmi, a intricarmi.*"

B) ACCOGLIERE L'ALTERITA' DELL'ALTRO

Di un altro abbiamo bisogno per maturare l'identità personale; da un altro noi abbiamo origine. Sempre una relazione ci precede; in assoluto, per chi crede, la prima relazione è quella di Dio che ci ha creati. La coppia è composta da due persone irriducibilmente straniere, l'uno per l'altra; ogni persona è un infinito di possibilità non ancora rivelate. L'incontro è gioia e fatica: è fatica perché la coppia non nasce finché tutti e due i partners non accettano di morire a qualcosa di sé; è gioia perché regala la comunione tra due esseri. Una coppia scrive: "*il vero problema sarà quello di uscire dal periodo fusionale dell'innamoramento per riconoscere due identità di due diversi: proprio guadagnando il senso della diversità irriducibile dell'altro, ho acquistato il senso di essere io stessa un'altra, una diversa; ho imparato a volermi e ad amarmi "altra"; e pormi di fronte all'altro come identità*".

IL DRAMMA DELLA COPPIA CHE SFUNZIONA. Una delle crisi più paurose della coppia nasce dal fatto che nella fusione reciproca e nel tentativo di ridurre le distanze tra le due persone, ci si accontenti di incontrare l'altro attraverso la scorciatoia dell'esteriorità, del solo sesso, del solo sentimento. In questo modo alcune coppie, erroneamente, dopo qualche tempo pensano di essersi già conosciute ed entrano in una situazione nella quale non c'è più nessuna attesa. Cosa è capitato? Si è raggirato con scorciatoie lo spessore di per sé inesauribile della diversità. Ed è un dramma perché viene a mancare la ragione del fascino e dell'attrazione vicendevole.

La persona è bella e sempre ricca di novità se viene accolta nella sua interezza e nella sua sovranità; è in certo senso mistero.

Purtroppo ci sono coppie che già in partenza si trovano, quasi fatalmente, a vivere una relazione senza aver acquisito la consapevolezza della propria identità e sono in condizioni di grande fragilità psichica, affettiva, emotiva, spirituale.

La spinta che li unisce è quella del bisogno. Questo cadersi addosso l'un l'altro paralizza il confronto e la crescita, pianifica le attese, non esprime la maturità del dono. K. Gibran dice "*... e state insieme tutta la vita, ma non troppo vicini, perché le colonne del tempio stanno separate e la quercia e il cipresso non crescono mai l'uno all'ombra dell'altro*"

ALLORA COS'E' L'AMORE? - E' *reciprocità, è scambio, ascolto* tra due persone che rimangono in piedi, l'una di fronte all'altro, in attesa di svelamento reciproco.
 - è *accettare la distanza* che sempre esiste tra due stranieri e quindi saper vivere positivamente una quota di solitudine, propria della natura della relazione tra due esseri sovrani;

- è *confronto tra due persone* che, nella libertà e nell'amore, diventano sempre più differenti accentuando il fascino della novità;

- è *arrendersi con sofferenza anche all'insuccesso* perchè l'amore è fragile, può essere impotente. In questo caso la continuità del rapporto si esprime nell'accettazione della croce, sapendo che ogni croce non solo non è dannosa, ma ha una grossa forza di rinascita alla speranza.

Visti i limiti umani e il peccato di ciascuno, diciamo che non si può pretendere un rapporto di coppia senza imperfezioni, senza amarezze e senza delusioni. E' irraggiungibile una relazione di puro scambio interpersonale; ma con un cammino di purificazione dagli egoismi è possibile eliminare dal rapporto aspetti strumentali che devastano l'integrità e la bellezza vera della persona; la prendono solo materialmente; ne prendono solo una parte.

DUE STRANIERI IN CAMMINO

Dio è lo straniero per eccellenza: è "radicalmente altro" da noi e da come lo immaginiamo; è di per sé irraggiungibile; lo possiamo contemplare e allora Lui stesso si rivelerà a noi e ci farà capaci di credere che Lui è ad un tempo la più generosa misericordia e la giustizia più rigorosa, la lontananza più infinita e l'amicizia più intima con ciascuno di noi, l'onnipotenza più grande e la debolezza crocifissa.

Questo Dio "così straniero" rispetto a noi, è il fascino più grande dell'uomo e ne rispetta, come nessun altro, la libertà. E' stato cercato per millenni, bestemmiato, negato, pregato: ha avuto gente che ha dato la vita per Lui. Il Suo fascino non passa mai perché è novità assoluta, è amore che non si lascia catturare, è sovrano.

Accogliere nella preghiera il Suo mistero costa lungo esercizio di fede, ma rende disponibili ad accettare quel raggio di mistero che è in loro. E' lo sposo vero che compie i nostri desideri e dona completa comunione.

La vita di coppia può essere interpretata con la metafora del viaggio: due pellegrini, sostenuti dalla speranza dell'assoluto, camminano leggeri senza equipaggiamento superfluo, verso una meta più grande di ogni loro passo. In comune hanno tante insufficienze e vulnerabilità, ma credono nella promessa; quella di Dio e quella che si sono scambiati tra di loro, in attesa di una comunione piena e senza fine. Là dove Dio e l'uomo e l'uomo e la donna non saranno più stranieri tra loro; l'essere coppia non avrà più alcun senso perché Dio sarà "tutto in tutti".

INTERVENTI IN SALA

Moderatore: - Abbiamo esplorato un cosmo, non un mosaico, con tanti colori diversi, con tante sfaccettature diverse con tanti umori differenti, ognuno importante per rendere vero, reale quello di cui abbiamo parlato; è un puzzle, è qualcosa di grande che ha tante dimensioni, c'è anche quella del tempo, c'è anche quella di come noi lo vediamo...

Adesso noi potremmo dire: "Mandiamo a casa ognuno con la propria idea", oppure potremmo azzannarci e dimostrare che la nostra idea è migliore delle altre: se fosse così non avremmo in realtà ottenuto molto. Guadagneremmo sicuramente di più se ci togliessimo qualche dubbio, e credo che se ha un significato l'incontrarsi qua, da tante postazioni culturali diverse, è perché ci possiamo confrontare e possiamo portare a casa qualche cosa di più di quello che abbiamo detto noi.

Siamo scandalosamente in orario: se qualcuno vuole saperne davvero di più, non tanto dalle voci degli ultimi due relatori, che hanno espresso visioni e visuali assolutamente non contrapposte, ma su aree tematiche identiche filtrate in maniera diversa (guai se non ci fossero queste diversità!), la cosa più bella sarebbe integrare le vostre domande con quelle che i nostri relatori ci hanno detto.

Domanda: - *Io sto vivendo in prima persona una crisi molto forte: sono madre, sono moglie, sono madre di mio marito, e ho tre figli; mi sono annullata per undici anni, ho sempre creduto in mio marito, avendo certi valori religiosi, sociali, e ho sempre sperato in un suo cambiamento. Nonostante le mie fatiche fisiche e psichiche, pochi mesi fa mi sono "ribellata", ho tirato fuori quello che è la mia persona, e adesso mi sento bene, sono tranquilla e mi sento pronta ad affrontare con nuove forze mio marito: però lui, a questo punto, si è tirato in dietro e non mi accetta più. Credo in Dio, che mi sta dando moltissima forza per aspettare, quanto aspettare però?*

Mons. Danini: - Io non so bene cosa rispondere: quanto aspettare? Quanto lei trova la forza di farlo! Poi può dare per scontato che suo marito non cambi, adesso finalmente lei ha tirato fuori la sua personalità e lui ha fatto degli anni in un altro modo, però forse non era accettata neanche prima, se faceva tutto lei! E' proprio un matrimonio che, per salvarlo, deve incontrare la croce! Non voglio fare il furbino, perché non ce l'ho addosso io darla addosso agli altri!

Non è facile, però lei non deve ascoltare me, deve ascoltare Cristo: è Cristo la conduce perché questo nutrimento spirituale della persona che accoglie il vangelo e mangia l'Eucaristia arriva anche a portare avanti situazioni estremamente difficili, a volte al limite: non tutti ce la fanno, mi auguro che lei ce la faccia!

Moderatore: - E' molto difficile parlare di questioni "private" in una sessione pubblica, e come moderatore provo ancora maggiore difficoltà a dare delle risposte. Farò il medico, e il medico dice che ogni paziente risponde diversamente alla terapia. Generalizzare è una brutta cosa... Sto facendo uno studio sulle terapie con gli oppiacei del dolore, e non esiste area del dolore fisico e psichico che non sia adatto a quello che sto per dire: ogni paziente risponde alla sua maniera e ogni paziente potrà smentire quello che dice il medico, l'importante è che entrambi lo sappiano, sia il medico che il paziente. Poi una piccola chiave: aspettare serve sempre o meglio può sempre servire, soprattutto se guardiamo al futuro, perché quando uno dice 'devo affrontare il mio partner', costui ha dimenticato che il futuro non è il marito, ma è il futuro, e questo vuol dire vedere le cose da una angolazione privata e personale.

Non dico altro, ogni sfaccettatura è catastroficamente personale, però attendere serve, lo dico come medico e come paziente.

Luciano Viana: - Io ho sentito nel suo racconto delle forze in campo che si scontravano nel suo cuore, nella sua mente, nella sua psiche. Ha detto queste cose con tanta sofferenza umana e nello stesso tempo ha distribuito la speranza in ogni sua parola; la speranza di un cambiamento, di una modificazione, di una liberazione da croci insopportabili. Esiste in lei un grosso desiderio di cambiare la relazione, perché questa relazione l'ha fatta tanto soffrire e la sta facendo soffrire ancora adesso. Questo desiderio di cambiare l'altro ha innescato un contro cambiamento nell'altro: la non accettazione da parte di suo marito di una parte di lei. Questo perché, ma noi non lo sappiamo, ci sono infiniti meccanismi inconsci che ci regolano la vita. Uno di questi è che la relazione si stabilizza con delle regole comunicative e relazionali, che vengono usate con una certa costanza nel tempo. Nei primi periodi, il tempo in cui sono le impressioni a prevalere, le regole sono ancora in formazione. Successivamente, una volta stabilizzate, subiscono pochi cambiamenti.

Si dice che la prima impressione è quella che conta, il primo incontro ha una caratteristica fondamentale: non si ripete mai due volte.

Una volta stabilizzate le regole comunicative e relazionali nella sua coppia, le cose sono andate avanti fino a che lei non ha cercato di cambiarle tentando di modificare lui. Ho sentito dal suo racconto della demoralizzazione, perché i suoi bisogni profondi sono quelli di tutti noi: essere amati, compresi e capiti per ciò che siamo nella nostra globalità. Questo a suo giudizio non è accaduto. Questi bisogni profondi reclamano una risposta appagante. Vorrebbe decidere ma non sa come fare, non sa cosa evidenziare: i valori di riferimento, i figli, il matrimonio, i bisogni di amore, di felicità, di pace. Ci sono forze in campo che si contendono e stentano a trovare un equilibrio. Alcuni bisogni di fondo fanno fatica ad allinearsi ai suoi valori più alti. Come continuare un rapporto innescando speranze nuove e rimanere lì per i figli, per una parte di sé stessa? Troverà sicuramente col tempo, una composizione dentro di lei, e vedrà che vincerà la sua parte migliore, quella che farà sintesi armoniosa ma non indolore di tante tendenze divergenti.

Isabella Bossi Fedrigotti: - Ho molto esitato mentre sentivo gli altri parlare... La mia cosa è molto più banale più superficiale ovviamente... Ho molto esitato, ma proprio per la privatezza del suo discorso, non posso che risponderle con altrettanta privatezza: le posso dire cosa succede a me. Prima dell'estate è morto mio marito, come sempre succede un uomo molto amato, - muoiono sempre quelli che si amano molto -, l'altra sera sono andata a vedere un film tristissimo "Le chiavi di casa" e sono tornata a casa alle dieci, i miei figli erano fuori tutti e due... Mio marito, tra l'altro, ha scelto un momento pessimo per morire, nel senso che i figli, avendo vent'anni, sono lì per andarsene, nonostante quello che si dica loro non vedono l'ora di andarsene...

Mi sono detta, quando ero lì a casa da sola: "sei mesi fa avevo una famiglia, adesso non ho più nessuno", però poi così non potevo andare a dormire con questo pensiero. Mi sono detta "il futuro è qui!".

Passo alla parte superficiale, ma alla quale io credo": non bisogna troppo pensare al futuro... si ricorda quando lei diceva "quanto tempo?" E lo dico perché non bisogna troppo pensare al futuro: perché il futuro può essere infinitamente peggio del presente, ma può essere anche meglio.

Domanda - *Il mio bisogno di parlare nasce da una forma di disturbo che ho sentito dentro durante la prima parte del convegno, perché mi è sembrato che l'analisi di questa coppia in crisi riguardasse in maniera prevalente due tipologie: la coppia di una volta, la giovane coppia di adesso. Invece ho pensato alla coppia della mia età, che comunque è una coppia in crisi, perché comunque noi siamo donne non giovani, però siamo cresciute non solo in età, e da questo punto di vista il concetto di crisi della coppia diventa molto importante.*

Alla nostra età può accadere che ci siano delle donne che sulla base di questa divaricazione, di questo non riconoscersi più tra i due partners, chiedano anche separazione o divorzi. Però mi sembra che invece si faccia molta fatica nel confronto, nel volere che la propria identità in qualche modo venga rispettata...

Allora, da questo punto di vista, avrei avuto piacere che don Floriano facesse qualche esempio relativamente a questa consapevolezza di identità.

Esempio: se la mia identità è quella di non ritenermi necessariamente l'angelo del focolare, però l'identità che mio marito vuole attribuirmi è quella di angelo del focolare, è logico che le alternative sono: o ci mettiamo in guerra, o se no fra gioie e dolori, croci più o meno accettate, si può arrivare a questo piccolo cambiamento.

Mi sembra che la fatica di questi cambiamenti la facciano anche i nostri mariti, ma noi siamo più attive in questo: i nostri mariti, se va bene, devono accettarlo, con rincredimento, il cambiamento che le donne della mia età fanno, e mi sono chiesta: non è che la fatica del parto della nuova coppia non sia ancora una volta a carico della donna?

Don Floriano: - *Bisogna non dare per scontato che quando la coppia è avanti negli anni cambia interamente dentro, psicologicamente, sessualmente; non bisogna dare per scontato che ci sia crisi. La crisi nasce sempre quando ci si trova in quel varco e non si sono create le condizioni di forza per poterla sostenere. Ma se è vero il discorso che vi ho fatto io, il discorso di alterità è ancora in funzione, il marito è sempre l'uomo nuovo che può venir fuori.*

La seconda cosa è che ci sono dei cambiamenti, che non nascono dal fatto che si è cresciuti, ma sono quasi imposizioni dell'uomo e della donna: "tu devi cambiare!" Invece il cambiamento, se vogliamo dirlo in termini cristiani si chiama 'conversione', ma io credo che sia anche giusto, deve nascere dalla crescita in due.

Quando ci si impunta in casa sull'angelo del focolare, bisogna vedere perché questo succede, perché ci sia ancora dopo tanti anni dal matrimonio una divaricazione su questo problema.

Il cambiamento nasce dall'amore delle due persone. Se invece noi diciamo 'tu cambi, devi cambiare, perché è giusto che noi amiamo le persone che cambiano', invece l'amore va avanti lo stesso, anche se uno non cambia.

Se io prendo una persona e la amo fin tanto che mi corrisponde, e poi dopo non riesce più a cambiare e io la respingo, credo che quello non sia amore. "Io ti amo se tu cambi" è un amore condizionato, non è un amore cristiano.

È possibile che la donna abbia più carico, più oneri, più difficoltà dell'uomo perché tipologicamente è predisposta ad una certa sensibilità un certo modo di sentire: forse la capacità di cambiare è più facile da parte della donna: non so se questo risulti dalla natura, però di fatto succede così.

Luciano Viana: - *Abbiamo parlato prima di casseti mentali che sono residuati della nostra infanzia e che ancora adesso persistono.*

In un articolo su un giornale mi si chiedeva se il conflitto c'è sempre. Ogni relazione è cosparsa di conflitti e ciò deriva dal fatto che abbiamo bisogni diversi, necessità diverse, cassetti mentali diversi, con significati diversi con cariche emotive diverse. Queste immagini tradizionali che ha il marito non collimano con l'immagine che ha di sé stessa che esprimono la ricerca della sua identità. Noi parliamo sempre di unione come se l'amore fosse solamente "unirci". Ma l'amore è anche dare spazio all'altro, allontanarsi in certi momenti. Da questo punto di vista può darsi che in certi settori non si riescano a fare alcuni percorsi insieme, vuol dire che li faremo separati in quella particolare area. In altre aree li faremo insieme. Si tratta di non avere un qualcosa di monolitico e rigido da raggiungere insieme a tutti i costi.

E' un gioco che si svolge su tavoli diversi, su aree diverse, e ciò per trovare una maggiore convergenza in quella determinata coppia, convergenza che si esprime con momenti di fusione, altri di distanza ed altri ancora di mediazione.

Altrimenti c'è scontro, c'è un conflitto che viene esasperato.

È meglio passare in secondo piano, per ora, ciò che non ci trova all'unisono, alcuni obiettivi li raggiungeremo più avanti. Conviene convergere su altre aree che invece sono più condivisibili e quindi più raggiungibili. In sostanza, è sempre quello il discorso: "mi piacciono le tue scarpe, meriterebbero dei pantaloni più chiari...", bisogna vedere il positivo.

Ma questo non è facile. Solo nell'innamoramento è facile vedere il positivo. Una ragazza innamorata che è venuta nel mio studio: la volta precedente era triste, da essere quasi depressa, la volta successiva venne tutta sorridente, gioiosa, e le ho chiesto se si era innamorata. Mi rispose: "Come fa a saperlo?". "Si vede dagli occhi, dallo sguardo" dissi io. Era tutta contenta, sorridente e felice. Ha elencato una enormità di aggettivi positivi che descrivevano il suo ragazzo. Allora le chiesi: "Dimmi almeno un piccolissimo difetto". Lei impiegò cinque minuti di intensa ricerca mentale per rispondere: "E' troppo buono!".

Pensate. All'inizio, per definire un difetto, si arriva all'esasperazione di una virtù. Purtroppo in seguito non capita più. Ci dobbiamo rendere conto di questo: i difetti ci sono sempre, è il nostro modo di vedere che cambia. Di chi è la colpa se si litiga? "È colpa sua, è ovvio, con la madre che si ritrova non poteva riuscire meglio".

Ognuno di noi difende la sua identità, la sua visione del mondo, attribuendo la responsabilità agli altri. Questo accade perché c'è una bugia che noi usiamo continuamente: si chiama "autoinganno". Serve per vederci in positivo, difendendo così noi stessi. Ci sono una infinità di meccanismi di difesa che ci impediscono di vedere quello che accade veramente. E poi, il vero problema è: attribuisco le intenzioni esatte al comportamento dell'altro? Nelle relazioni umane questo è veramente difficile. Mentre alcune realtà sono ovvie, nella relazione umana ci sono opinioni diverse, è difficile stabilire il torto o la ragione e soprattutto la cosiddetta "verità". Frequentemente sono attribuzioni nostre.

Moderatore: - E' molto difficile sapere quale sarà l'esito della cura, l'importante è che la medicina ci sia, e la medicina è la comunicazione. Quella comunicazione che si deve mantenere viva, perché se usiamo la non-comunicazione del muso o la non-comunicazione del certificato falso o della squalifica, interrompiamo ogni comunicazione e ogni possibilità di terapia.

Domanda: - *Si continua a dire che le coppie di oggi sono in crisi, io ho ventisei anni e la mia coppia è proprio di oggi. Allora mi viene da chiedere: non è meglio dire che i singoli, gli individui sono in crisi e quindi portano in crisi la coppia?*

Isabella Bossi Fedrigotti: - E' proprio questo il punto: non è che le coppie prescindano dall'individuo, sono uomini e donne singoli che sono in crisi, o meglio uomini e donne che si cercano, ma che hanno difficoltà a trovarsi a riconoscersi, e avendo difficoltà a trovare se stessi, a maggior ragione hanno difficoltà a riconoscere chi sta loro di fronte. È sempre una cosa che poi scoppia quando si è in coppia, da soli il conflitto non può esserci, devi avere qualcuno di fronte!

Luciano Viana: - Noi siamo i figli della nostra cultura, siamo il risultato della nostra famiglia di origine, siamo il risultato di noi stessi... Il risultato di tutto è nella coppia nuova, che formeremo, ... spero che per lei ci sia una bella coppia!

Moderatore: - Vorrei concludere questa simpatica annotazione. Quando qualche amico viene a trovarmi dopo tanto tempo capita di dirmi: "ai nostri tempi, quando eravamo educati ad una comunicazione...". Scrivendo le memorie di mio padre, che non era più capace di scrivere, ma aveva ancora voglia di parlare, mi stupivo di quante volte lui raccontando di quando era stato in guerra, era stato a pagare le tasse, a fare tutte le cose della sua vita, avesse privilegiato (si raccomandava che io scrivessi tutto) le relazioni con i funzionari, con tutte le persone che incontrava... Anche per noi, in famiglia, esisteva la relazione, e non solo verbale, ma fatta di confronto.

Adesso ci si relaziona con questi strafulmini di marchingegni elettronici, telefonini e computers... e viene meno un momento che dobbiamo definire 'addestramento' o 'scuola', come lo è il fatto che io mi sia messo a parlare di comunicazione, relazione tra le persone. Potremmo parlare di una classe, di un ambiente di lavoro o di un gruppo di persone: in tutti questi ambienti si soffre del fatto che siamo poco abituati a comunicare veramente.

Io avevo preparato una immagine a me molto cara, un argine: gli argini servono per arginare i flussi del fiume, ma lo scenario in cui è immerso ci fa vedere un po' di nuvole, molto verde: questa è la nostra realtà, la nostra, che è fatta dal fiume, che è il nostro grande maestro e che gli uomini cercano di governare. Noi non riusciremmo ad immaginare un fiume senza argini, ma non riusciremmo nemmeno a immaginare una golena senza fiume.

Nella coppia ci vuole un po' tutto: qualche regola, qualche cosa da fare e soprattutto il rispetto, quel rispetto che a volte noi non abbiamo avuto nel trattare l'ambiente, ma che a volte ci dimentichiamo di avere anche con le altre persone!

Il Centro Consulenza Familiare

ringrazia con profonda cordialità
chi ha contribuito
al sostegno e alla buona riuscita
del Convegno 2004,
in particolare:

Comune di Viadana
Istituto Bancario Sanpaolo
Cerati, Seletti, La Briantina
Palm Work & Project

*Az. Vivaistica "Le querce" Cicognara
"Il giardino" piante e fiori, Cicognara*