

La vita di coppia

Dentro e oltre la psicologia

† Giorgio Rifelli *

Abbiamo a disposizione un numero sempre più crescente di pubblicazioni che mirano a promuovere il benessere della vita di coppia. Sono pubblicazioni – scientifiche ma anche divulgative – in grado di offrire un quadro molto raffinato delle componenti intrapsichiche, relazionali e socio-ambientali della vita di coppia. È anche da questa vasta letteratura che generalmente ci si muove per sostenere operatori e operatrici che per l'impegno professionale scelto si devono preparare, aggiornare e comunque attrezzare tecnicamente in maniera da poter dare risposte credibili e scientificamente sostenibili.

Eppure, quasi allo stesso ritmo, aumentano le coppie che non riescono a costruire una condizione duratura di benessere, quelle che si lasciano, quelle che continuano sulla base del litigio e quelle che squallidamente sopravvivono. Fra queste, anche quelle che si sono rivolte agli esperti.

Cosa manca perché la promozione del benessere possa far guadagnare qualche punto percentuale?

In questo articolo ho scelto di proporre le mie riflessioni con la volontà di trascendere il quadro psicologico e con la presunzione di individuare l'elemento mancante nella carenza di una *cornice antropologica* all'interno della quale esercitare la consulenza psicologica alla coppia e dotare di senso le tecniche d'aiuto che si propongono.

* Il Dr. Rifelli ci aveva inviato questo testo nel novembre 2013, proprio qualche settimana prima che sopraggiungesse la sua morte improvvisa. Lo pubblichiamo così, con rimpianto, senza le ultime «rifiniture» che l'Autore avrebbe voluto apportare a questa che considerava una traccia da completare nel confronto con la redazione. G. Rifelli è stato responsabile del servizio di sessuologia, dipartimento di psicologia dell'università di Bologna, e uno dei primi pionieri della sessuologia in Italia.

In altri termini mi sono chiesto se noi che ci occupiamo della salute della famiglia e della coppia per migliorare la qualità della loro realizzazione, dobbiamo educare e prevenire, quindi formare le persone affinché iscrivano fra le proprie abilità qualche vincente strategia psicologico-sessuale per essere coppia, oppure occorre, se non proprio primariamente almeno in parallelo, procedere ad una riflessione antropologico-culturale, orientata a qualificare o, se si vuole, ri-qualificare la coppia come modalità di realizzazione esistenziale privilegiata e desiderabile. Questo articolo percorre la seconda ipotesi di lavoro.

Il tiglio e la quercia

Inizio da una storia riferita da Ovidio nell'VIII delle Metamorfosi, il libro delle trasformazioni (Ovidio nasce nel 43 a.C.). La storia non ha nulla di epico e può facilmente confondersi fra le tante presenti nell'opera ovidiana, ma la sua semplicità è solo apparente e non a caso, credo, è affidata al racconto di Lelege, un narratore autorevole essendo ritenuto primo re di Sparta, il quale riferisce la trasformazione che dette luogo a due alberi, un tiglio e una quercia, ancora visibili, dice Lelege, sui colli di Frigia.

Protagonista principale della vicenda è una coppia di anziani, Filemone e Bauci, che vivono in una povera capanna di un piccolo villaggio presso un lago. Una sera due divinità, Giove e Mercurio, travestiti da uomini, visitano il villaggio e cercano ospitalità. Bussano a mille porte e mille porte non si aprono. Solo Filemone e Bauci li accolgono, dividono con loro il poco cibo e consentono loro di riposare. Accortisi che il cibo era scarso, si dispiacciono e pensano di sacrificare l'unico animale che possedevano, un'oca, ma i pellegrini, colpiti da tanta generosità, impediscono quel gesto e si rivelano divinità quali in effetti sono. Quindi chiedono loro di seguirli su di un colle poco distante dove compiono il prodigio: il villaggio viene sommerso dalle acque del lago mentre la loro capanna viene trasformata in un tempio stupendo per ori e marmi. Filemone e Bauci saranno i custodi di quel tempio e a loro viene chiesto di esprimere un desiderio. L'anziana coppia si consulta e per bocca di Filemone fa una richiesta sorprendente, straordinaria rispetto a tutto ciò che umanamente si potrebbe immaginare di chiedere e forse incomprensibile a molti. Filemone e

Bauci chiedono che venga loro risparmiato di soffrire la morte dell'altro: «*Ci porti via la stessa ora: non voglio vedere la tomba di mia moglie e neanche essere sepolto da lei*» (709-711). Così, quando venne il loro tempo, mentre sui gradini del tempio parlavano evocando la loro vita, nel medesimo istante si trasformarono in un tiglio e in una quercia.

Al di là del fascino letterario di questo inusuale racconto, molti sono i riferimenti simbolici che possono esserci utili e che sanno concretizzare il termine un po' astratto di «cornice antropologica di riferimento»: l'accoglienza dei due anziani, la loro generosità, la capanna che si trasforma in tempio, la coppia che ne diventa custode, il loro rievocare il passato, il morire assieme, i due alberi che crescono a fianco: il tiglio (fedeltà, amicizia) e la quercia (forza non solo fisica ma anche morale, saggezza).

Qualità / Sacralità della famiglia

Vorrei partire proprio dal tempio: la modesta dimora dei due protagonisti viene separata dalle altre e trasformata in un luogo sacro di cui entrambi saranno i custodi.

Il miracolo pagano che Ovidio ci racconta parla della sacralità della coppia ed è a questa sacralità che intendo riferirmi, non per imporre una sovrastruttura ideologica o religiosa, né per ragionare partendo da un apriori gratuito o da un pre-giudizio per il quale la coppia è sacra solo perché è coppia, ovvero per una sorta di automatica dotazione divina, ma per richiamare il valore e il significato del sacro come irrinunciabile ingrediente dell'esistere e quindi anche dell'essere due.

Il sacro vuole essere qui inteso come evento straordinario che desta stupore e si pone come un bene misterioso carico di simboli e di verità forse intuibili ma indicibili, di fronte al quale l'essere umano adotta particolari cure per salvaguardarlo, difenderlo, separarlo da ciò che è consueto e indifferente. Il sacro è ciò che suscita meraviglia nel bambino impegnato a conoscere le cose del mondo, che affascina nel contemplare un cielo stellato o il quotidiano sorgere del sole. Probabilmente il senso del sacro è ciò che ha mosso le menti e gli animi dei primi umani verso l'esistenza del divino.

Non solo, ma vogliamo riferirci alla sacralità della coppia come ad una qualità che non è data come compiuta e preconfezionata, ma co-

me potenzialità e risorsa. Un bene, quello della coppia, da costruire o meglio da «fare sacro» nella consapevolezza della sua straordinarietà e con la prospettiva di una serena realizzazione.

Non sto invitando gli operatori della salute a diventare le vestali del tempio (non fu questo l'incarico affidato a Filemone e Bauci). Dico solo che noi, impegnati ad operare come professionisti della salute, non possiamo evitare una scelta e definire delle priorità. C'è un orizzonte interpretativo da assumere.

La vita, infatti, può essere intesa come bene misterioso carico di simboli e di verità, un bene da rendere sacro, che richiede, quindi, una doverosa cura delle aspirazioni, degli interessi, delle modalità dell'esistere che trasformano l'impresa di vivere in un evento sacro.

Oppure la vita è un insieme complesso di equilibri fisico-chimici che la scienza e la tecnologia consentono di conoscere e governare per ottenere le migliori prestazioni possibili e il vantaggio maggiore.

Nel primo caso costruire la vita significa comprendere e accogliere il senso del sacro e agire alla luce della sua sacralità. Nel secondo caso occorre conoscere le tecniche biologiche, mediche e psicologiche che consentono di promuovere il funzionamento attraverso il potenziamento della qualità del vivere. In altri termini, dobbiamo scegliere se privilegiare la *sacralità* della vita o la *qualità* della vita, conseguentemente la sacralità della coppia o la qualità della coppia.

La «qualità» della vita è un concetto che nasce negli anni '50 del secolo scorso per sostituirsi al concetto di «sacralità» della vita, costituendo un modello filosofico di discussione che intendeva evitare contaminazioni religiose proprie dell'etica tradizionale e dare vita ad una scienza, la bioetica, avulsa da apriori dogmatici.

Ma trasformare la sacralità della vita in qualità della vita, quale riferimento per il raggiungimento del benessere, significa trasferire i codici linguistici e comportamentali dalla ineffabilità del mistero alla applicazione della tecnica del benessere.

Apprendere la tecnica / Cogliere la meraviglia

Inoltre, rimuovendo il sacro, inteso come oggetto carico di simboli e di verità, imprescindibile ed essenziale, si fa dipendere il benessere esclusivamente dalla accurata e abile applicazione di norme psicologiche e igienico-dietetiche e non dalla possibilità di cogliere

la meraviglia dell'esistere e quindi di costruire la vita e/o la coppia facendola sacra con il proprio agire. Così facendo si riduce il vivere ad una tecnica che, se è correttamente appresa, consente di soddisfare i bisogni senza difficoltà e quindi di raggiungere il benessere evitando lo scandalo di considerare il sacrificio, il *sacrum facere*, quale componente fondamentale e irrinunciabile, quale risorsa e opportunità per costruire la vita e anche la vita della coppia.

Nel perseguire la «qualità» della vita si immagina che siano sufficienti gli automatismi predeterminati da una tecnologia che si presume infallibile, mentre la meraviglia e la consapevolezza della straordinarietà del vivere e del vivere in coppia si affida alla personale e spesso difficile partecipazione a mantenere e a difendere il bene di cui si è custodi.

In definitiva, non credo che sia la qualità della vita di coppia, ma la sua sacralità a costituire quel quadro di riferimento antropologico che riqualifica e valorizza il vivere di coppia, rappresentando il riferimento forte che giustifica l'impegno affettivo richiesto che, pur essendo da sempre e in vario modo presente nella liturgia laica e religiosa, trova la forma più esplicita nella più recente formulazione del matrimonio cattolico nel quale i nubendi affermano: prendo te, accolgo te per amarti e onorarti per tutti i giorni della mia vita. Prendo, accolgo, amarti, onorarti, tutti i giorni della mia vita: parole che sul proprio futuro pesano come un macigno e che per essere proferite con consapevolezza richiedono la capacità di progettarsi, il coraggio del rischio e, in altri termini, l'entusiasmo per la vita, quell'entusiasmo che nella Grecia classica indicava la condizione emotiva, l'impepito vitale di chi è abitato e ispirato da un dio.

«Fare sacra» la differenza di genere

Purtroppo, il «fare sacro» – nel quale vogliamo identificare il costruirsi della coppia e il suo benessere – è un'espressione oggi deteriorata e per alcuni repellente perché caduta sotto il monopolio clericale. Invece, come ricorda il pre-cristiano Ovidio è il luogo, stupendo per ori e marmi, dove la coppia può parlare evocando la propria vita.

Per ridare «laicità» a questa formula, vorrei ora indicarne una sua traduzione molto pratica e molto attuale: quella della vita di coppia intesa come luogo in cui si inverte il nostro destino di genere, in quan-

to uomini e donne (ogni operatore familiare sa quanto il tema del genere e della conflittualità maschio/femmina sia oggi estremamente vulnerabile). La sacralità si presta molto bene come cornice antropologica per l'efficacia degli interventi – anche tecnici – circa la gestione della complementarità/differenza del maschile e femminile.

La cultura della differenza e della complementarità dei sessi ha solo qualche decennio di vita. Per oltre cinquemila anni ha dominato un genere unico, quello maschile, al quale il femminile doveva essere riferito, essendo il primo il rappresentante fisico e psichico della normalità e, il secondo, una malriuscita imitazione. La gestione delle differenze si è così assai spesso risolta in una relazione gerarchica dove la donna doveva essere ricondotta all'uomo per cui, in nome della dominanza maschile e della sudditanza femminile, veniva evitato il dato della diversità, la sapienza del riconoscerla e il rischio di consegnarsi ad essa per una progettualità comune. La stessa parola «coppia» tradisce la scelta della cultura che ci ha preceduti e che ancora stenta ad essere abbandonata perché il suo etimo (dal latino *copulam*) non solo rimanda all'unione, ma anche alla uguaglianza dei due componenti. Per cui l'uno, essendo uguale all'altro, in realtà non relaziona con un *alter* differente per corpo, pensiero, affettività..., ma con un *alter ego*, quindi con qualcuno con cui non ci si confronta e non si considera soggetto di dialogo, ma che si pretende assimilare a sé e rendere in qualche modo uguale e dipendente o che si può ignorare senza perdere nulla di sé se non – addirittura – impunemente violentare. E questo, soprattutto da parte di noi uomini nei confronti delle donne. Nella relazione andiamo cercando sensazioni ed emozioni funzionali a noi stessi. Non cerchiamo di conoscere la femmina, capirla, accoglierla, non ci soffermiamo per cercare di percepire, osservare, considerare il mistero del femminile che la rende stra-ordinaria e comunque mai potrà essere interamente svelato.

L'altro/a non è stra-ordinario/a solo perché l'abbiamo scelto/a come compagno/a della nostra unica vita e per questo deve essere eccezionale, unico al mondo, ma lo è soprattutto perché è diverso da me, è oltre il mio ordinario, irriducibile a me, non omologabile. I componenti la coppia sono diversi come sono diversi il tiglio e la quercia della nostra favola che, crescendo l'uno accanto all'altra, devono necessariamente adattarsi, modificano la loro crescita, ma senza trasformarsi l'uno nell'altra.

Programmare / Progettare

Un'altra concretizzazione del contesto antropologico che stiamo proponendo è la differenza fra programmare e progettare.

Se gli anziani coniugi descritti da Ovidio potevano rievocare il loro passato di coppia non era certo perché, da giovani, si erano programmati ad essere coppia. Meglio supporre: si erano – forse inconsapevolmente – progettati ad essere coppia.

La coppia che *si programma* si focalizza sulla organizzazione puntuale del proprio domani con la pretesa che il domani conservi il funzionamento di oggi, per cui bisogna prevederlo per proteggerlo dai possibili malanni che il vivere in coppia porta con sé (solo a programma collaudato si potrà passare a fare progetti vincolanti). La coppia che, invece, *si progetta* costruisce un presente meno collaudato, un po' più «semi-lavorato», ma che beneficia della certezza del domani e dove ci sarà un passato nel quale riconoscersi fruendo del piacere della rievocazione; in questa maniera non vuole difendersi dalla aggressione del tempo che passa, ma, al contrario, si vuole collocare nel passare del tempo corredandolo di un presente, un passato e un futuro tenuti insieme dalla loro unica e irripetibile storia. La progettazione avvia un futuro e aspira alla durata, la programmazione si appiattisce su un presente da conservare e prima o poi si scarica. In altri termini: chi si programma tende a conservare la stabilità; chi si progetta si attrezza ad essere flessibile.

Se oggi i giovani affrontano l'idea di sposarsi (o comunque di farsi una vita a due) con una certa preoccupazione, non hanno tutti i torti. L'attuale contesto di vita (uno per tutti: la condizione lavorativa) non li sprona a poter contare sulla certezza delle loro risorse. Ben che vada, offre un destino di precarietà e da buoni precari loro devono imparare ad avere a che fare con tempi brevi di realizzazione, con buona pace della pretesa di far germogliare le aspirazioni già iscritte nel loro cuore e rievocarne lo sviluppo da vecchi. Più che a disporsi al *sacrum facere* devono imparare ad essere flessibili, nel senso di essere versatili: adattarsi alle offerte di oggi senza giocare su di esse la propria identità perché restano offerte precarie che non contengono vincoli per il futuro. In un contesto così, la progettualità possibile non può andare molto più in là del domani immediato. Per una curiosa ironia del vivere, viviamo giorno per giorno perdendo la consapevolezza del

futuro proprio quando la speranza di vita ha moltiplicato il numero dei nostri anni e quindi assai maggiore è la necessità di progettarli. Se il futuro si esaurisce presto, il piacere di esporsi all'imprevisto o l'invito all'essere artefici del proprio destino suonano come messaggi extraterrestri, e patetico è l'invito a vivere in due diventando storia, narrazione, racconto. Non è previsto che la storia finisca con i due protagonisti che abbiamo scelto come rappresentanti della coppia e che muoiono anziani, sui gradini del tempio di cui sono custodi, raccontandosi il loro passato. Non c'è allora da meravigliarsi se quando una coppia si separa dopo solo uno, o due anni, o anche meno, ci viene obiettato che non si trattava di una coppia in crisi, ma semplicemente di una coppia che aveva esaurito il suo tempo: di una coppia *precaria*.

Accoglienza / seduzione

Questa è l'ultima «novità» antropologica che vorrei far emergere.

Accoglienza / seduzione è un binomio apparentemente incongruo se non paradossale. L'accoglienza evoca vissuti di amorevolezza, benevolenza, disponibilità. La seduzione rimanda a pratiche demoniache e travianti. I due poli – psicologicamente agli antipodi – sono invece richiesti dalla cornice antropologica in cui inserire la psicologia della coppia¹.

L'accoglienza avvia un processo che la seduzione porta avanti.

Nell'ambito coniugale l'accoglienza ha la possibilità di manifestare le sue qualità positive di ascolto, osservazione, comprensione, accettazione. L'accoglienza cioè si pone come modalità relazionale che consente di contemplare il mistero dell'altro e accettare la sua straordinarietà. Ma senza il sopraggiungere della seduzione si ferma troppo presto. Osserviamo l'esperienza.

La coppia, come avviene più di frequente, si forma a seguito dell'innamorarsi reciproco e attraversa un periodo iniziale nel quale l'accoglienza sembra di facile attuazione: l'altro va bene così come è perché costruito e protetto dall'immaginario di chi guarda e se alcune sue manifestazioni sono palesemente in contrasto, vengo-

¹ G. Rifelli, *Accoglienza e seduzione*; Atti XXVI Congresso Nazionale del Centro Italiano di Sessuologia "Pluralità e accoglienza" Firenze 8-9 Marzo 2003, in «Rivista di Sessuologia», 3 (2003), pp. 157-162.

no sottovalutate nella certezza di un futuro cambiamento. L'iniziale confusione fra la realtà dell'altro/a e le proprie proiezioni non sembra richiedere rinunce.

Le difficoltà insorgono quando la diversità (specialmente quella di genere) si fa sempre più evidente e il proprio immaginario, non più sostenuto dalla tempesta emotiva dell'innamoramento, perde credibilità. L'accoglienza allora incomincia a diventare un momento difficile non sempre adeguatamente risolto: alcuni preferiscono rimanere ancorati alle proprie fantasie e negare la realtà del partner esponendosi a crisi e conflitti insolvibili; altri si trincerano dietro la tolleranza realizzando forme inautentiche di accoglienza e confondendo il sacrificio con la inutile e frustrante fatica della sopportazione per esplodere prima o poi con l'allontanamento e il rifiuto; infine c'è anche chi rinuncia, sciogliendo la coppia. È a questo punto che si capisce che l'accoglienza è parte di un gioco che chiede anche altro.

L'accoglienza richiede ad entrambi la consapevolezza della realtà dell'altro ed è punto di partenza per avviare quel processo di crescita e cambiamento che rende la coppia una realtà esistenziale nuova e originale, non semplicemente derivata dalla sommatoria algebrica dei due componenti. Ma per il compimento di quel processo occorre associare all'accoglienza il potere irrazionale della seduzione: un termine e un concetto che, non a torto, ha trascorsi poco rassicuranti; il suo stesso etimo (da seducere *sviare*, composto da *se(d)* prefisso separativo: *via* e ducere: *condurre*) rimanda ad una azione che distoglie dal proprio modo di essere e dai propri comportamenti, un'azione travicante che porta altrove.

Non si resta insieme solo per spirito di accoglienza. Non è possibile immaginare che si possa condividere l'avventura senza rendersi disponibili a «farsi condurre via». Essere insieme nonostante la diversità, condividere le vicende gioiose e dolorose, resistere alla fatica degli anni o fruire quanto di buono portano con sé..., non resiste alla prova del tempo senza innescare un percorso comune che richiede inevitabilmente l'essere reciprocamente affascinati e disponibili ad essere travicati dalle modalità esistenziali apprese e attuate vivendo come single.

Accettare la seduzione come modalità del vivere coniugale e non solo limitandola allo scambio sessuale, significa accettare il rischio di essere sedotti, disporsi all'abbandono all'interno di un esercizio che

non si concluderà con la vittoria del più forte perché i protagonisti partono da posizioni paritetiche, entrambi sono seducibili, non ci sono vincitori e vinti, ma sedotti.

Questa nuova versione del gioco non viene dalla accoglienza. Viene avviato un gioco non dovuto al desiderio di esercitare il potere prevaricante sull'altro, ma sostenuto dal desiderio di vicinanza ed intimità intellettuale, affettiva e fisica che cerca una sua soluzione e vuole affermarsi. Un gioco dove l'abbandono non espone alla condizione della vittima, ma alla possibilità di lasciarsi andare alla genuinità dei comportamenti, al fluire di sensazioni nuove, alla soddisfazione dei desideri. Chi comincia il gioco può apparire il seduttore, ma di fatto è già stato sedotto e il suo comportamento mira ad attivare nell'altro il desiderio di sedurre, lasciandosi sedurre.

La sensazione di pericolo, però, rimane comunque. Al contrario dell'accoglienza che si apre, ma può anche ritirarsi se il pericolo lo consiglia, la seduzione ha le sue radici nella dimensione del rischio e dell'irreale. Essere portati altrove preoccupa non solo perché si lascia la strada che si sta percorrendo, ma anche perché l'altrove è imprevedibile, è al di là, al di là della propria e sperimentata realtà. La dimensione della seduzione è oltre il reale, il suo territorio è quello dell'immaginazione. La seduzione sessuale, per esempio, *porta altrove* nella misura in cui mette in rapporto con parti di sé spesso ignote e/o inesprimibili che entrano a far parte di una esperienza dialettica i cui protagonisti sono il proprio agire, sentire, pensare e l'agire, il sentire e il pensare dell'altro/a.

Accoglienza e seduzione sostengono un'esperienza coniugale dalla quale ci si augura poter emergere rinnovati, comunque diversi; un'esperienza di crescita dove si mette in gioco la continuità e la certezza del proprio io; un'esperienza che richiede la rinuncia della propria individualità per realizzarsi nella comunione con l'altro invecchiando quell'essere due in una sola carne di cui la conoscenza sessuale è la dimensione più esplicita.

Il privilegio di essere donna

Accogliere e sedurre sono due modalità dell'agire possibili all'uomo e alla donna, ma la loro raffigurazione simbolica ha scelto la donna quale rappresentante.

Tradotte in termini di immagini, l'accoglienza e la seduzione sono figure della femminilità. Più precisamente, l'accoglienza è dimensione della maternità per la quale i figli sono amati per ciò che sono nella loro realtà, indipendentemente da meriti, qualità o aspirazioni. La seduzione appartiene al fascino, e quindi all'attrazione irrazionale che la donna esercita assai lontana dal concreto, dal comprensibile, dal misurabile, dal giudicabile (attributi della mascolinità). Accoglienza e seduzione sono entrambe luoghi della femminilità, ne rappresentano due volti (madre e amante) così come si diversificano per altri aspetti: l'una si basa sulla certezza della realtà, l'altra necessita dell'illusione delle apparenze; l'una garantisce la sicurezza del percorso intrapreso, l'altra espone al disordine dell'essere condotti altrove.

Nonostante ciò, nel difficile impegno che la coppia sottoscrive, sono entrambe necessarie. Sul versante dell'accoglienza, l'altro/a deve essere conosciuto/accolto nella sua realtà e quindi non solo nei suoi pregi, ma soprattutto nei suoi limiti, nei suoi difetti, nelle sue cose poco gradevoli, per diventare veramente un/a compagno/a di vita con il/la quale poter anche giocare a perdersi per ritrovarsi cresciuti e rinnovati. L'accoglienza ci vuole perché, ragionevolmente, il proprio uomo, la propria donna non possono essere il più bell'uomo al mondo, la più bella donna al mondo, ma verranno accolti perché eletti compagni del quotidiano.

Nel gioco della seduzione, invece, la regola delle apparenze vuole che il proprio uomo, la propria donna si trasformino negli amanti più belli e desiderabili che la vita poteva farci incontrare.

Accoglienza e seduzione investono l'intera esperienza del vivere coniugale e trovano nella sessualità il luogo corporeo, fisico, carnale dove attuarsi. La materialità dell'atto e l'irrealtà che sostiene il suo fascino si confondono nel gioco erotico realizzando la reciprocità dello scambio e accomunando parole e sentimenti, gioie e sacrifici, passato e futuro in un'unica, concreta, indivisibile realtà quale è la coppia.