

## Amori tardivi: più struggente la loro bellezza, più forte la paura dell'abbandono

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«Da una simpatia è nato un grande affetto che ci aiuta a vivere i nostri 62 e 66 anni con l'entusiasmo di due ragazzi. Anche l'intesa sessuale è bella, dopo tanti anni di solitudine. Il problema? Vivo con il terrore di perderlo da oggi a domani. Lui è divorziato. Io sono libera. Viviamo lontani, e ci vediamo una volta o due alla settimana. Insieme stiamo benissimo. Lui mi dice che dobbiamo vivere giorno per giorno. Forse ha ragione. Io però vivo i giorni lontano da lui con l'ansia continua di essere abbandonata. Se telefono e non è in casa penso a dove può essere: con altre donne? Quando l'ansia mi divora sto chiusa in casa in attesa della sua telefonata. Se non telefona non mangio e sto male. Mi sento intrappolata dalle mie paure. Come posso uscirne senza perdere tutto?».

Maria Carla T.

L'amore non ha età, Maria Carla, e nemmeno le paure e le insicurezze che porta con sé. E che anzi l'età amplifica, perché l'amore tardivo, così raro e prezioso, si accompagna per sua natura a una percezione ancora più struggente della sua bellezza e, allo stesso tempo, della sua fragilità. Prima fra tutte, cresce la paura dell'abbandono: tanto più forte quanto più l'altro ci è caro, quanto più è grande la gioia che ha portato nella nostra vita, come un arcobaleno inatteso, quanto maggiore era la nostra solitudine prima di incontrarlo. L'amore tardivo, il più inatteso e sorprendente, ci scopre ancora più vulnerabili. Perché si riducono le certezze, perché gli orizzonti si chiudono, perché ogni felicità tardiva sembra essere effimera. Come in quei fiori che in autunno inoltrato ancora osano un ultimo bocciolo, eppure temono che il freddo notturno li privi in una notte dell'ultimo profumo. Perché l'esperienza ci dice che tutto, e per tutti, può cambiare in un giorno.

Primo suggerimento concreto: scelga la "terapia della vita", come la chiamo io. Consiste nel coltivare amicizie nella sua città, con nuovi incontri, nuovi interessi. Preziosa per far crescere quella rete di affetti, di conoscenze, di stimoli e occasioni di gioia che possa nutrire la sua anima, al di là dell'amore. Questa rete di amicizie l'aiuterà a rinforzare il baricentro emotivo che ci consente di muoverci in autonomia nella vita. Capaci di amare sì, e profondamente, ma senza diventare dipendenti, senza perdere l'equilibrio interiore. Accettando quella distanza, l'abitare lontani, che nutre il desiderio e la voglia di ritrovarsi. Accettando anche che un pizzico di paura di perdersi può aiutarci a vivere con più consapevolezza (ma senza tormentoni) la bellezza e i colori dell'amore, senza mai darli per scontati. Capaci di sorprenderci, capaci di emozionarci, capaci di sentire la freschezza dei sentimenti senza ingrigirli con le nostre incertezze.

Se poi la paura dell'abbandono persistesse, parli con il suo medico per una leggera terapia ansiolitica che l'aiuti a ritrovare una più luminosa serenità interiore. Auguri di cuore, Maria Carla.

#### Pillole di salute

«Mio marito, 71 anni, ha la pressione alta e il nostro medico gli ha dato la cura. Però l'erezione non è più quella di prima e lui ha buttato via tutto. Sono preoccupata: e se gli viene un colpo, come dice il dottore? Come lo convinco?».

Elisa C.

Gli dica che oggi può curare erezione e pressione con questo tris: camminata di 45 minuti all'aria aperta tutte le mattine, prima cura per avere il cuore in forma; un farmaco per la pressione; e un farmaco per l'erezione (Viagra o i suoi fratelli: Cialis, Levitra, Spedra). E' un tris che aiuta a rimettere energia e fiducia nella salute e nella vita sessuale. Perché non provare?

«Mia moglie ha cambiato ginecologo. La nuova dottoressa le ha dato una cura semplice che ci ha cambiato la vita: niente più dolore ai rapporti, niente più secchezza, molto più gusto anche per lei. Chiaro che le è tornato anche il desiderio! Dico io: ma ci voleva tanto? Perché ha dovuto stare male cinque anni, e cambiare medico, prima di avere una terapia ormonale che funziona benissimo? E non è questione di farla "per far piacere al maschio". Mia moglie per prima è felice di questa nuova intesa ritrovata. Continui a parlarne, dottoressa! Perché è grazie alle sue parole che mia moglie ha trovato il coraggio di cambiare. E come noi, ci sono migliaia di coppie in crisi che potrebbero ritrovare il piacere di stare insieme con l'aiuto giusto! Grazie!».

Mario C. (Treviso)

Parole sante, gentile lettore. Condivido! Grazie a lei, perché il riscontro di lettrici e lettori è prezioso. E perché la vostra soddisfazione dà più valore ai miei consigli. Dopo la menopausa, ridiamo al corpo gli ormoni perduti, con la giusta cura, anche ormonale, oltre a seguire entrambi più sani stili di vita. Ci si sente subito più in forma e anche l'intimità torna a sorridere!

---

---