

La paura del tradimento può aiutare l'intesa

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

"Si può rinunciare alle emozioni, che ti fanno sentire di nuovo viva, bella e desiderata? Ho 49 anni e un matrimonio invidiato: marito affettuoso (ma distratto dal superlavoro), due figli grandi. Coppia classica, finora fedele: io superinvestita sui figli, riusciti benissimo, oltre che sull'insegnamento, lui sul lavoro. Tra noi ci sono molta tenerezza, molto affetto, molto rispetto. Dall'esterno, una splendida famiglia e una coppia "perfetta". Invece questa lenta asfissia, questo ingrignarsi dei sentimenti, forse anche con la complicità dell'incombente menopausa, mi ha fatto sentire improvvisamente invecchiata. Avevo provato a dirlo a mio marito in tutti i modi: ma cosa ci manca, ma io ti adoro, ma tutti ci invidiano, ma non senti quanto ti amo anche se non ti faccio le serenate? Queste le sue risposte. E allora, silenzio dopo silenzio, per quanto in buona fede, mi sono sentita desiderosa di essere di nuovo corteggiata e amata. Secondo me cambia qualcosa di sostanziale, in una donna, quando si toglie il chador dal cervello, anche se apparentemente tutto è "come prima". E infatti ho cominciato a essere corteggiata. Per caso ho ritrovato un flirt dell'adolescenza. Mio marito, che dormiva il sonno della ragione, si è improvvisamente svegliato quando mi ha visto uscire tutta pimpante, una sera, per una cena. Grande crisi e richiesta di "rimettere la testa a posto", di non buttare via una storia così grande e trent'anni di vita insieme. Io non ho nessuna intenzione di buttare via niente, ma nello stesso tempo perché dovrei negarmi questo gioco del cuore, questa leggerezza che mi ha fatto sentire di nuovo una ragazza, questa lievità che mi ha fatto ritrovare la donna vivace e ardente, prima dei tanti ruoli dentro i quali ero diventata l'ombra di quella che ero? Perché i mariti si svegliano sempre troppo tardi?".
Marta K. (Trento)

Già, come si fa a rinunciare? Mi è piaciuta molto quella sua immagine del "togliersi il chador dal cervello". Metafora perfetta della voglia di vita che ri-esplode, quando la routine uccide la freschezza e i sentimenti, quando le molte parti vitali che pian piano lasciamo fuori della relazione, perché non corrispondono alle aspettative, alle aspirazioni, ai gusti dell'uno o dell'altra, finiscono per lasciare la coppia davvero asfissata, priva di entusiasmo e di emozioni. Anche se tutto sembra perfetto, se tutto è in ordine, se i sentimenti sono affettuosi e le espressioni civili. Un quadro che mi ricorda "Casa di bambola", di Henrik Ibsen, anche se lei è stata indubbiamente una donna con un ruolo molto più forte e attivo, in casa e nel lavoro.

Si può rinunciare alle emozioni?

Chiaro che no, diranno tutti i lettori e le lettrici che non abbiano una solidissima fede che li aiuti a fare della fedeltà un valore da difendere, anche da se stessi, dalla propria voglia di emozioni e dai propri impulsi. Un innamoramento, o comunque la freschezza di un incontro di luce dopo una lunga e sempre più fitta nebbia del cuore, ha una potenza rigenerante straordinaria, non c'è dubbio. E anche una potenza rivoluzionaria preoccupante. La sola idea del tradimento ha dato a suo marito uno scossone più potente di qualsiasi discorso e più squassante di qualsiasi scenata.

Certo, l'effetto è quello di una dinamite: anche perché non si sa mai se poi la coppia sarà capace di ritrovarsi, o verrà travolta dall'entusiasmo per l'inatteso, il nuovo, l'inedito, specie quando la donna ha la struggente sensazione degli ultimi fuochi e rinunciare diventa quasi perdere una parte di sé, o smarrire una promessa di felicità, dopo averla appena intuita. O travolta, anche, dal rancore, dalla rabbia, dalla collera del partner tradito (lui o lei che sia).

E' possibile non vivere questo gioco di seduzione?

Non credo, anche se il prezzo può essere alto. Ogni donna che abbia il senso delle priorità della propria vita, tuttavia, sa anche quando fermarsi, e quando il rischio di "buttare via il bambino con l'acqua sporca" può diventare di fatto autodistruttivo. In genere, quando l'ipotesi di un tradimento si affaccia al partner dormiente mentre la storia è ancora nello stato nascente, può attivare una sana competizione, con la voglia di riconquistare la propria donna prima di perderla definitivamente.

Ogni coppia, a questo punto, scrive la propria pagina. Di certo il rinunciare a priori riconsegna il cuore al rimpianto e all'acrimonia. Mettersi in gioco è più rischioso, ma può rilanciare più freschezza e più voglia di futuro, anche nella coppia originaria, seppur con qualche squasso.

Molto dipende anche dalla reazione del marito. Scene, ricatti, minacce o insulti possono solo allontanare. Ma anche, e ancora di più, pianti e depressione. Se il sentimento che univa la coppia è ancora saldo, seppur dormiente sotto le braci, una sana competizione, con corteggiamento ritrovato, può essere una bella sfida. Capace di farsi ritrovare ancora amanti, togliendo tutta la ruggine che di era accumulata, e rimettendo la coppia al centro della propria vita. Percorso difficile e rischioso. Ma migliore, in questo caso, del tradire in silenzio e tornare a casa come se nulla fosse, ormai smarriti l'uno all'altro, di fatto sconosciuti, simulacro di coppia che negli anni ha perso il cuore.

Prevenire e curare – Come non perdersi di vista nella coppia

Se vivere (bene) in coppia è la priorità:

- mantenere uno spazio vitale "solo" di coppia, proteggendolo da lavoro, figli, famiglia e intercorrenti guai;
- divertirsi insieme, continuando quegli sport o hobby che all'inizio ci avevano uniti;
- valorizzare la vita sessuale: il piacere condiviso è uno dei fattori più forti di felicità, di legame profondo e di fedeltà, soprattutto durante la delicata transizione dei cinquant'anni;
- alzare le antenne, quando uno dei due dà segni di noia, stanchezza, tristezza o infelicità;
- non dare mai per certa la felicità, e nemmeno la stabilità coniugale, che invece va nutrita, protetta e stuzzicata;
- aver cura di sé, senza lasciarsi andare, né fisicamente, né mentalmente, anzi semmai curandosi di più proprio quando gli anni passano: un partner che ci renda orgogliosi (e non del tutto sicuri) mantiene alta l'attenzione reciproca, il gusto di ritrovarsi e riconquistarsi. Con qualche brivido, qualche rischio, ma molto gusto in più.