

dossier a cura di Valeriana Mariani

# 1974/2009

trent'anni di storia

*"Si è ripetuto per trent'anni che il maschio è in fuga, ha paura, scappa, è il sesso debole, non regge il confronto con le donne... Non è più così. Anche i sondaggi paiono confermarlo: i maschi sono presenti nelle cure parentali come non mai dall'avvento della società patriarcale e ben otto italiani su dieci, di entrambi i sessi, sono d'accordo nel ritenere che un uomo che cambia i pannolini al figlio non perde forza né virilità"*

Emmanuele Jannini

## Il prodigio dell'amore

La fase nascente dell'amore corrisponde ad una delle esperienze più belle che ci è dato di provare in questa vita. Niente è paragonabile al momento in cui, dopo aver scoperto una persona che provoca risonanze profonde dentro di noi, assistiamo ad una magica trasfigurazione di noi stessi e del mondo. Secondo **Viktor Frankl**, il famoso psicanalista viennese, l'amore trasforma la coppia sotto tre aspetti: esso è **grazia**: l'innamoramento è un evento improvviso, imprevedibile, immeritato; **incanto**: i due trasfigurano la realtà, vedono ogni cosa in modo diverso, con entusiasmo; **miracolo**: l'amore è sempre fecondo, produce evoluzione ed equilibri nuovi nella personalità degli amanti e genera anche altri esseri, i figli, frutto della sintesi originale ed irripetibile di due personalità.

*Scrive Frankl: "Nell'amore accade che un essere umano diviene per un altro essere umano insostituibile ed indispensabile senza aver fatto nulla per tale scopo. Dunque nell'amore non si ha alcun merito se riusciamo ad attuare noi stessi, il nostro valore di personalità. L'amore infatti non è merito, è grazia. Ma non è soltanto ciò: è anche fascino, è incanto. Il mondo diventa favoloso, schiude all'amante tutti i suoi valori, lo appaga pienamente. L'io che ama, nel donarsi al Tu, prova un arricchimento interiore che supera questo stesso Tu. L'intero creato gli*

**IN COPPIA O SINGLE? LA RISPOSTA È NEL NOSTRO DNA**

**DOSSIER  
C'eravamo tanto amanti**

*appare più vasto, anzi immenso, pieno di pregi: giacché il vero amore non rende ciechi ma più capaci, anzi supremamente capaci di cogliere i valori del mondo. L'amore è ancora una terza cosa: è il miracolo. Mediante l'amore si compie infatti ciò che in un certo senso trascende la nostra comprensibilità: sia pure attraverso meccanismi biologici, per esso compare un nuovo essere, anch'egli singolo e differente da tutti gli altri, unico: il figlio".*

## Il cervello di uomini e donne reagisce però diversamente di fronte all’innamoramento.

E' stato scoperto che quando ci si innamora, nel cervello si attivano le aree dell'energia e dell'euforia, ma mentre per l'uomo si attivano le zone del cervello legate al desiderio sessuale, il cervello femminile dà una risposta più romantica. *A rivelarlo è uno studio della Rutgers University di New Brunswick (New Jersey) durante il quale è stato utilizzato lo scanner cerebrale.*

## Quell’amore romantico che per, lo psichiatra americano M. Scott Peck - che ha diretto l'istituto di igiene mentale al New Milford hospital, nel Connecticut – è una delle più grandi illusioni.

*“Il grande ideale di amore romantico crede che sia possibile per Cenerentola cavalcare col principe verso un tramonto di orgasmi infiniti. Chiunque crede che in un rapporto l'amore romantico non debba finire mai è destinato a una delusione dopo l'altra. Ritengo infatti che uno dei maggiori problemi di questa e di altre culture sia la ricerca di Dio nell'ambito dei rapporti di amore romantico tra umani. Quel che facciamo è guardare al coniuge o all'amante come a un dio. Cerchiamo nel coniuge o nell'amante colui o colei che possa soddisfare tutti i nostri bisogni e tutte le nostre aspirazioni, che ci porti a un durevole Paradiso in terra. E non funziona mai. Tra i motivi per cui non funziona - che si sia consapevoli o meno di ciò che si fa - c'è la violazione del primo comandamento che afferma: lo sono il Signore Dio tuo, e non avrai altro Dio all'infuori di me. Tuttavia è molto naturale fare così. E' naturale voler avere un Dio tangibile, qualcuno che non solo possiamo vedere e toccare ma che possiamo anche afferrare, abbracciare, con cui possiamo dormire e che forse possiamo persino possedere. Così continuiamo a cercare nel coniuge o nell'amante un dio e facendolo dimentichiamo il vero Dio".* (M. Scott Peck, *Un'infinita voglia di bene*, trad. italiana, Frassinelli, Como1995, pp. 224-225)

## Per la comunità scientifica l’amore, ma anche l’intensità della passione e la durata, è una risposta che si attiene alle leggi della

## chimica.

Nella fase di innamoramento ad agire sono infatti sostanze diverse da quelle che entrano in azione quando il rapporto si consolida e si trasforma in un legame sentimentale stabile e duraturo. Nel primo caso protagonista è la dopamina, un neurotrasmettitore cerebrale che agisce sui centri del piacere e si impone come grande protagonista della fase della passione. Quando “l'effetto droga” si esaurisce entra in gioco l’ormone ossitocina, che ci rende fedeli e amorosi. Donne e uomini hanno però un modo diverso di innamorarsi. Nelle donne il meccanismo è molto più complesso rispetto a quanto avviene per gli uomini. Tutto questo affonda le sue radici nella biologia del maschio e della femmina. Il patrimonio genetico femminile è molto prezioso e viene messo a disposizione delle riproduzione in un singolo ovulo prodotto una sola volta al mese. Il sesso maschile offre invece un patrimonio genetico molto abbondante; si calcola che, con una singola eiaculazione, un maschio potrebbe in teoria fecondare l’intera popolazione femminile europea. Da questo deriva che le strategie per la ricerca del partner sono molto differenti per lui e per lei. Si dice che Venere è selettiva, Marte è propositivo.

## Anche il tradimento ha un diverso significato a seconda del sesso

La donna non concepisce il tradimento all'interno di una storia d'amore, ma solo quando con il suo partner viene meno la dimensione emotiva, ossia quando l'amore è finito. L'uomo, invece concepisce il rapporto d'amore più in senso di protezione della compagna che di esclusività. Per questo gli è più facile “tenere il piede in due...o più scarpe.

## D'altronde come sostiene Vittorio Sgarbi: “fare sesso sempre con la stessa donna è sinonimo di perversione”.

Beh, se così è, meglio essere chiari sin dall'inizio affinché non ci siano brutti risvegli...sono una accanita fautrice delle scelte consapevoli perché una cosa che proprio non sopporto é l'ipocrisia, i piedi in più paia di scarpe, la menzogna, l'opportunismo, la mancanza di chiarezza, di onestà, almeno di intenti. Poi gli incidenti di percorso, fanno parte della vita, ma quando sono troppo frequenti, perché ci si mette al volante ubriachi, o si corre a 200 in centro abitato, allora non rientrano più in una normale casistica, sono preterintenzionali. L'amore, l'innamoramento, la passione...e poi il decidere di condividere con una persona il proprio percorso di vita: matrimonio, convivenza, fidanzamento e quant'altro abbia la valenza dello stare insieme, piuttosto che scegliere di sfarfallare di fiore in fiore, o ancora avere come base l'alveare, ben strutturato, con regole e compiti ferrei e definiti, con l'alibi della "regina madre" da conservare e preservare come baricentro di questo microcosmo (quanto di più conservatore e rassicurante esista) per potersi permettere, al di fuori di questo contesto rassicurante, di "saccheggiare" tutti i fiori che si desiderano. Aspetti del vivere ed esperire la propria vita sentimentale, affettiva, sessuale, che mi vien da visualizzarli così.
**a)** Ci sono amanti della montagna, delle arrampicate, delle scalate che amando una catena montuosa, o una sola vetta, traggono piacere e motivazioni, nonché entusiasmo, nello scalare continuamente la stessa montagna da ogni versante, e con ogni metodo: arrampicata libera e non, su ghiaccio e

su roccia, attraversamento di torrenti, discese in canoa, in gommone, attaccati ad una tavoletta, parapendio, sciate d'inverno e lunghe escursioni d'estate...insomma di quella montagna amano vivere, esplorane ogni aspetto, in ogni stagione, comprese le proprie stagioni della vita;
**b)** C'e' chi , invece, trae stimoli solo sfidando nuove vette, sparse per il globo, e si nutre di scenari sempre diversi, senza approfondirli, magari, se non per il tempo necessario a conquistarne la sommità da un versante solo...e poi altre vette, o attraversate in solitaria di mari e oceani, distese di ghiaccio, deserti...un altro modo di vivere la stessa necessità di scoprire. Poi ci sono quelli che, usano sempre la stessa montagna conosciuta ed esperita soltanto per quel tanto gli serve, come base, come palestra di roccia, per prepararsi a sempre diverse e più stimolati imprese altrove.

## Ma nulla è per sempre. “Solo la morte di uno dei partner - dice Roberto Gervaso - rende eterno un amore”.

E comunque sempre, quando finisce un amore, si soffre. Ti aspetti che il tempo ti aiuti, ti aspetti che riuscirai a riprovare interesse, poi ciak, quando meno te lo aspetti, per qualche situazione di circostanza, la pellicola dei ricordi si avvia e qualche tempo dopo ci si sveglia in un bagno di sudore, colti ancora una volta a sognare di lui. Tristezza, rabbia, ancora una volta in un perfetto,quasi diabolico connubio, spingono la mente a porsi una domanda,"quante volte si può amare nella vita, prima di arrivare a non avere più nulla da dare? "Allora tutti i sensi è quasi come se si affinassero, in una ricerca più accurata, volta a proteggerti da altre possibili delusioni, ascolto, sguardi e parole per conoscersi e capirsi, dopo, tatto e odore per vibrare insieme in un'unica dolce e acuta nota musicale! L'amore è tutto e nulla, a seconda delle persone, per me è il veleno, non letale, più dolce che esista...Quando l'amore finisce né per colpa tua né per colpa sua, quando semplicemente si esaurisce, finisce per sfinimento, quando sfinisce, si può dire?...Ma soprattutto si può dire che l'amore – oltre che sfinire – può finire? E' lecito ammetterlo?...Si sa come succede, ti senti sconfitta, smentita da te stessa, però insomma c....., capita che finiscal... E l'assurdo è che spesso non riesci neppure a capire quando esattamente è finito...Per esempio, se pensi: “Sta finendo”, facile che magari sia già finito, finito da tempo... E se vai indietro col pensiero per cercare di capire quando esattamente ha cominciato a finire - perché si sa che anche ogni fine ha un inizio – può pure capitarti di scoprire che probabilmente non è mai cominciato... Basterebbe ammetterlo, dichiararselo a vicenda!...E invece si soffre, forse se ne ha un po' bisogno, occorre soffrire per darsi un senso...E ci si arrovella e ci si accusa l’un l’altro...“Perché tu, perché io”... Accuse, rivendicazioni, ricostruzioni, che svisliscono tutto...Ma perché, perché fare così?...Quanto sarebbe più bello, più giusto NON soffrire!...E piuttosto invece parlarsi, serenamente...Chiarire l'equivoco di fondo... Sorridenti...“Bèh, pazienza, credevamo fosse amore, invece niente. Amici come prima?...Anzi, dato che prima non eravamo affatto amici, facciamo: conoscenti come prima?...Che poi in fondo nemmeno ci conoscevamo...E allora: sconosciuti come prima!...” Così ci si potrebbe ripresentare: “Piacere, salve, come va?”...E così chiacchierando, una parola via l'altra, ci si conoscerebbe, ci si troverebbe simpatici, ci si comincerebbe a piacere un po', poi sempre di più, ci si innamorerebbe e...chissà...magari un giorno...

## Stare insieme, decidere di stare insieme,

## presuppone un patto, tacito o esplicito...è un atto di fiducia, un intento di condivisione, di buonafede. E non c'è fiducia se non c'è un minimo di chiarezza, di sincerità, d'impegno, almeno negli aspetti fondamentali del rapporto.

Al mondo siamo, dicono, 6/7 miliardi di individui (ci sarebbe poi da chiedersi come fanno a contarci), tutti accomunati da qualcosa, tutti divisi da qualcos'altro. Decidere di stare insieme, ed addirittura di metter su famiglia, come si diceva un tempo, presuppone però anche sacrifici...si: sacrifici, un termine che pare non andare più di moda. Lasciamo perdere la visione "filmica" della vita indottaci dall' enorme quantità di situazioni "rappresentative" che abbiamo metabolizzato attraverso romanzi, cinematografia ( è l'arma più forte diceva un Tizio), TV e media che hanno sviluppato inconsciamente in noi aspettative basate sul principio del "lieto fine", dell'anima gemella a tutti i costi, dell'amore eterno...tutto rosa, tutto edulcorato, finto, ruffiano...Quando si decide di condividere la propria vita con una persona, è perché questa persona ci piace, ci siamo bene insieme, c'è complementarietà, affetto, stima, amore, intesa sessuale... consapevoli che nella rimanente miliardata di persone, ce ne sarà un'altra che ci attirerà per l'aspetto, un'altra per il fascino, un'altra perchè magnetica, perchè ha i nostri stessi gusti in fatto di musica, perchè fa sesso bene, perché ci piace fisicamente, perchè ci ricorda qualcuno con cui siamo stati bene, perché è più giovane o perchè é più vecchio, perchè ci fa divertire, perchè è di un'altra etnia, perchè in quel momento la persona con cui stiamo é in crisi. Perché, insomma, ad ogni pié sospinto, volendo, si presenta l'occasione per mollare tutto e buttarsi in una nuova avventura. Niente di male lasciarsi andare sotto la spinta emotiva dell'insoddisfazione o per assecondare la propria indole, purchè alla luce del sole...in quanto un rapporto stabile presuppone lealtà.

## In coppia o single? La risposta è nel nostro Dna. È la genetica che conta nelle relazioni affettive. La scienza dice che è tutta colpa di un gene se non funzionano le storie d’amore.

Ovviamente ci sono anche molte altre ragioni che portano alla rottura di un rapporto di coppia...ma è la prima volta che uno studio valuta come un gene sia associato ai fallimenti sentimentali. Le rotture frequenti sono causate da una variazione del Dna...o meglio, l'alterazione del gene che produce la vasopressina ( una molecola implicata nei meccanismi di formazione della memoria, ma anche nella pressione arteriosa).

# Trent'anni di “storie”

William Shakespeare lo sosteneva già quattro secoli or sono, ma adesso giunge una conferma scientifica: “innamorato pazzo” non è un modo di dire.

Gli scienziati hanno anche stabilito, però, che questa passione “morbosa” è destinata a scemare, in genere entro un anno. Come mai? Cosa accade? Dal punto di vista biologico cala il livello di dopamina e si alza nuovamente quello della serotonina: d'altronde, se lo stato di alterazione chimica iniziale restasse tale, si rischierebbero seri danni psicologici. Cosa capita, allora, a chi continua a stare assieme dopo la “pazzia” iniziale? Alcuni studi hanno evidenziato che nelle relazioni a lungo termine, che funzionano, si alzano le concentrazioni di ossitocina, un ormone che promuove tra l'altro il senso di attaccamento e la cui produzione è stimolata dal contatto fisico con le persone più vicine (es. il partner, i figli). A questo punto il percorso che la natura, in milioni di anni di evoluzione, ha tracciato per la continuazione della specie pare abbastanza chiaro: innamoramento per attrarre due individui e creare una coppia, sesso per fare in modo che si riproducano e attaccamento per tenerli uniti nell'allevamento della prole. Il quadro è ulteriormente variegato nell'uomo, grazie a doti straordinarie e uniche come la parola e l'immaginazione. Ma anche a questo riguardo la scienza oggi ha parecchie cose da dire, dando un senso ad alcuni comportamenti che di senso pare non ne abbiano affatto. Perché, ad esempio, un uomo mette a repentaglio l'unione di una famiglia per seguire un'avventurata da quattro soldi? Perché le donne sembrano ormai preferire uomini con lineamenti più femminili? Per rispondere a queste e altre domande gli scienziati oggi fanno riferimento soprattutto alla psicologia evoluzionistica, lo strumento più potente ed efficace per capire da dove vengono e come si sono evoluti i nostri comportamenti. Nel corso degli ultimi decenni infatti gli etologi hanno scoperto che anche il comportamento degli animali si è evoluto per selezione naturale.

## Perché il tradimento?

Siamo stati programmati per innamorarci, ma non per rimanere tali. Le caratteristiche anatomiche e biologiche della nostra specie ci hanno fatto evolvere come animali monogami infedeli. Due spinte assolutamente uguali e contrarie, che in qualche modo si annullano, dandoci la libertà di scegliere un comportamento o l'altro. Di fatto ci sono vantaggi biologici in entrambe le condizioni. Il vantaggio della monogamia è la stabilità, utile per l'allevamento della prole (che, nel genere umano, necessita di tempi particolarmente lunghi); l'infedeltà assicura invece varietà e novità, dunque un continuo rimescolamento di geni. La differenza tra uomini e donne, a tale riguardo, ha precise basi biologiche: la quantità di spermatozoi emessa in una singola eiaculazione è sufficiente a fecondare l'intera popolazione femminile degli Stati Uniti. Ciò significa che c'è una ridondanza genetica enorme dovuta al fatto che il fine ultimo dell'uomo è diffondere il più possibile il proprio patrimonio genetico. Completamente diversa la condizione della donna che basa tutto su un'unica cellula uovo e dunque deve essere certa della propria scelta. La nostra specie ha anche un'altra caratteristica del tutto unica, ed è l'ovulazione femminile “nascosta”: in tutte le altre specie le femmine emettono segnali visivi, olfattivi o canori per segnalare ai maschi la propria fecondità; tra gli uomini ciò non accade. Anche questo è frutto della selezione naturale e serve a evitare ciò che capita nel resto del mondo animale quando un maschio diventa dominante: mangia o uccide tutti i cuccioli non suoi per essere sicuro di imporre i propri geni. Nella nostra specie questa strategia è stata sostituita dal controllo sociale: poiché la donna non lancia segnali evidenti quando è feconda, il maschio che intenda scongiurare la possibilità di allevare figli non propri può ricorrere al matrimonio, che dunque non è affatto una “catena”, ma una forma di tutela. Basti pensare che, nel mondo occidentale, una persona su dieci ha un DNA incompatibile con quello del presunto padre biologico. L'infedeltà femminile, insomma, esiste e alla base ha le stesse ragioni di quella maschile: la tendenza al continuo rimescolamento genetico. In pochi altri ambiti la natura ci prende in giro come in amore: non siamo stati programmati per essere sempre felici e retti, ma per lasciarci dietro quanti più figli possibile.

## Ma lei cosa vuole da lui?

Fondamentalmente la sessualità femminile è selettiva, l'uomo tende a proporsi, mentre la donna tende a disporre delle proposte. Questo si spiega ancora una volta con la storia dell'evoluzione: la nostra specie ha conquistato la posizione eretta, ma il canale del parto (la dimensione del bacino) non si è evoluto di pari passo, perciò le donne sono costrette a partorire figli immaturi, che necessitano di cure parentali estremamente lunghe. Dunque la donna deve scegliere il proprio partner in modo oculato. Il maschio pertanto deve dimostrare anzitutto di essere fedele e affidabile. Come? Sfoggiando un surplus “in atto” (es. ricchezza, potere...) o un surplus “in potenza” (intelligenza, umorismo, coraggio, creatività artistica...). In entrambi i casi si tratta di ornamenti sessuali inutili dal punto di vista della sopravvivenza individuale. Uno studio condotto sugli annunci matrimoniali pubblicati nei quotidiani statunitensi ha appurato che il maschio tende a rappresentare se stesso proprio attraverso censo e intelligenza. Riguardo all'aspetto fisico, la scelta delle donne è diversa nel corso della vita e nelle diverse epoche. In prossimità del parto, ad esempio, ricade su uomini con lineamenti di tipo più femminile (garanzia di stabilità, quiete e protezione), nei periodi di maggiore fecondità predilige caratteristiche più maschiline come la mascella pronunciata (indice di potenza, virilità e buon patrimonio genetico). Analogamente in passato, quando la donna dipendeva maggiormente dall'uomo dal punto di vista economico, le caratteristiche maschili più apprezzate erano legate alla forza e prestantza fisica, oggi sono più orientate alla bellezza e mitezza del carattere.

## E lui cosa vuole da lei?

Le femmine della nostra specie raggiungono il massimo della fertilità attorno ai 20 anni e hanno un calo vertiginoso subito dopo i 30. Dunque i maschi della nostra specie, alla ricerca delle caratteristiche biologiche che garantiscono maggiormente la salute riproduttiva della femmina, tendono a prediligere le donne giovani e attraenti. Questo spiega perché la seduzione femminile punta soprattutto su bellezza e strategie anti-età. L'uomo sia per una notte sia per la vita tende a scegliere soggetti che meglio rappresentano la buona salute riproduttiva femminile, e cioè: giovinezza e un rapporto ottimale tra la vita e i fianchi di 0,67-0,69 (corrispondente al famoso 90-60-90). I giurati di Miss America dagli anni Cinquanta a oggi hanno sempre scelto, seppure inconsciamente, questa proporzione, al di là delle variazioni che nel tempo si sono registrate nella misura del seno e nell'altezza.



Da una ricerca del sessuologo Emmanuele Jannini  
trascritta da L.R.(dati GPF, 2007 aggiornati al 2008)

# Conclusioni

I meccanismi descritti dalla scienza indicano tendenze generali tipiche della specie, ma la cultura e le nostre scelte personali possono sempre modulare l'intensità degli schemi base, maschili e femminili, e in circostanze particolari sovvertirli completamente.

Senza contare che nessun comportamento è esclusivamente maschile o femminile, sebbene si riscontri in percentuale maggiore in un sesso piuttosto che nell'altro. Ma, soprattutto, nulla di quanto scoperto fino a oggi può aiutare a prevedere né tanto meno a controllare il comportamento sessuale di una persona. Potrà tuttavia aiutare a comprendere meglio noi stessi e gli altri. Tanto per fare un esempio banale, un uomo che ha un'avventura pensa di cercare soddisfazione della propria vanità, non certo un figlio. Eppure è proprio la possibilità di avere un discendente ad avere “creato” la sua spinta a cercare quell'avventura. Un'ultima considerazione riguarda il ruolo maschile, che sta cambiando e passa poco alla volta da Marte ad Apollo, dalla forza alla tenerezza, dal sesso alle coccole, dalla clava ai pannolini. Ciò sarebbe il frutto della “Viagra devolution”. Proprio come l'introduzione della pillola anticoncezionale ha portato alla prima rivoluzione sessuale, liberando le donne dalla paura di gravidanze indesiderate e rendendole più sicure, così il Viagra ha affrancato gli uomini dall'ansia di prestazione e li ha resi più forti. Se svanisce il terrore di scollegamento tra desiderio ed erezione, l'uomo può smettere di guardarsi tra le gambe e cominciare ad affrontare una vera relazione con la partner. Così, secondo gli esperti il rapporto uomo-donna si sta modificando e porta progressivamente il maschio a non avere paura dei sentimenti e della tenerezza. Si è ripetuto per trent'anni che il maschio è in fuga, ha paura, scappa, è il sesso debole, non regge il confronto con le donne... Non è più così. Anche i sondaggi paiono confermarlo: i maschi sono presenti nelle cure parentali come non mai dall'avvento della società patriarcale e ben otto italiani su dieci, di entrambi i sessi, sono d'accordo nel ritenere che un uomo che cambia i pannolini al figlio non perde forza né virilità

# Oggi

## Innamorarsi sul web

Possibile.  
Facile. Irreale.

È un gioco molto interessante, e altrettanto delicato: perché occorre mettere in campo e donare i propri sentimenti, senza sapere se la persona dall'altra parte è disposta ad accettarli, seriamente. La bugia più frequente è in effetti legata alla promessa di "esclusività" della relazione, diversamente consumata su Internet con voi e con tante altre persone. Facebook, ad esempio, non è altro che uno dei tanti regni del possibile e dell'irreale dove le bugie sono leggere come le nuvole, basta che non incontrino mai la realtà...

Perdere la testa? Facile, quasi istantaneo. Gli strumenti a disposizione sono i più disparati. E, incredibilmente, proprio come nella vita reale, ciascuno può scegliere quello più rispondente ai propri desideri: i forum di



discussione a tema, se si desidera un approccio più soft: gli spazi per gli incontri, gratuiti e a pagamento, in cui lasciare il proprio profilo; le messengerie; le chat, se ci si vuole esporre. L'e-mail, che prevede però un primo contatto diretto. La discussione è di solito il "motore" dell'azione. Si inizia a chiacchierare, si scherza, si parla di tutto un po'. E proprio a quel punto, per colpa di un commento, un accenno, un quid misterioso, può scattare il colpo di fulmine. In una sola delle due persone. Raramente in entrambe. Ma come, senza nemmeno sapere che viso ha l'interlocutore? Esattamente. La storia procede, nel senso che i contatti si fanno molto frequenti, piacevoli. La persona "colpita" dalle frecce di cupido vive attendendo che l'altro sia in chat, sia on line o lasci un messaggio. tutto ruota attorno al pc, che diventa un padrone molto esigente. Poi lo scambio del cellulare, e il faticoso "Perché non ci incontriamo?". Questo racconto molto rapido dell'innamoramento on line è stato volutamente privato di una variabile, che ora deve prepotentemente entrare in gioco. Internet non fa parte della vita reale. In quanto luogo-non luogo, è la culla di ogni possibile bugia. Molto spesso non ci si descrive in maniera troppo veritiera. La persona che incontriamo e con la quale abbiamo trovato un feeling caratteriale, può non piacerci per nulla. ma questo non significa che si rinunci ad un'avventura. Sono solo una esigua minoranza quelli/e così esigenti da non tener conto solo dell'aspetto fisico...ad entrare in campo sono una moltitudine di altre cose: può per esempio non piacerci l'odore della pelle o addirittura il profumo che indossa, il suo modo di camminare, di tenere la forchetta, di parlare, di sorridere, di guardare. Può non piacerci come parla, come gesticola o semplicemente come ascolta. Alla fine dell'incontro, e solo in quel momento, ci si rende conto di essersi legati a una proiezione. Ecco perché, moltissime volte, all'innamoramento on line corrisponde una forte delusione. Trascorrere troppo tempo a scriversi e a telefonarsi è deleterio e dannoso, perché si finisce per innamorarsi di una nostra idealizzazione...l'innamoramento scatta comunque, anche se non ci si è mai visti in faccia, ma si tratta di amore in una delle sue forme peggiori.

Un consiglio, monito, avvertimento: la rete è piena, zeppa, colma e stracolma di persone (in maggior numero uomini) sposate o impegnate in cerca di avventure; che mentono sull'età, sul sesso; sul luogo in cui abitano. Ma soprattutto che hanno pochissimi scrupoli "moral". È saggio pertanto non investire la totalità del vostro sentimento per una persona che non conoscete.

## UN IMPROBABILE INNESTO

di Manuela Vallesi

# Il matrimonio?

Se si chiedeva al mitico **Alberto Sordi** il perché non si fosse mai sposato nonostante le sue tante fans, lui rispondeva simpaticamente: **"fossi matto! Mettermi un'estranea in casa!"**

**Victor Hugo** scriveva *"il matrimonio è un innesto: o attecchisce o no"*.

In effetti il matrimonio se lo si guarda dal "di fuori" è cinicamente un accordo scritto tra due individui estranei che hanno una loro storia, una loro esperienza, una cultura diversa, un'educazione diversa e un vissuto, che forma il carattere con le sue mille sfaccettature dissimili. Per quanto due persone si possono somigliare, con molta probabilità reagirebbero ad un evento in maniera differente. Ma andiamo per ordine. Quando due persone si conoscono, si frequentano e soprattutto, si innamorano (o credono di esserlo), avvertono poi l'esigenza di suggellare il loro rapporto con un accordo scritto, (in chiesa o solo al comune) ma se due persone si amano davvero non dovrebbe esserci bisogno di scrivere nulla, basta l'amore...o no?!? Non sarebbe invece più bello e significativo pensare che sposarsi è una Promessa dinnanzi a Dio che benedice l'unione? Ma allora, a cosa servono i famosi e costosissimi preparativi? La sfarzosità del matrimonio non è sinonimo di più Amore. Un matrimonio vale forse meno se si spende meno? O si ama di meno? Non credo. Okay, lo so che il matrimonio è un business per tutti...per chi vende e chi compra, ma qui stiamo parlando di sentimenti non di convenienze...Stiamo forse perdendo di vista il vero significato del matrimonio e dei valori della vita? Passiamo alla Convivenza...e qui ti volevo! Convivenza = Quotidianità = Abitudine. **Israel Zangwill** *"Se si tollera qualcosa, diventa sopportabile e poco tempo dopo anche normale"*. Le nostre abitudini...ahia...come le facciamo combaciare? Io sono abituata a mangiare pasta al sugo e tu in bianco, io metto il tubetto del dentifricio col tappo rivolto in su e tu in giù (ed io ogni volta lo devo rigirare come piace a me e lo ritrovo sempre come piace a te!) tu lasci tutti cassetti semiaperti ed

io li chiudo, (e a furia di chiudere anche i tuoi mi stresso!) io la domenica voglio uscire alle 3 e tu vuoi guardare la partita, tu il venerdì vorresti uscire con gli amici mentre io vorrei andare al cine insieme a te, tu che vuoi leggere un libro a letto mentre io che voglio dormire non sopporto quella luce accesa...Non parliamo poi di quando devo raccogliere i tuoi calzini dopo una giornata dentro le scarpe da tennis! Ma anche te...ti arrabbi sempre quando lascio tutte le mie cremine sul lavandino e non trovi posto per appoggiare il tuo rasoio! E poi...non criticiamolo/a in base alle amicizie che frequenta...

**E. Hemingway** diceva *“Non bisogna giudicare gli uomini dalle loro amicizie: Giuda frequentava persone irreprensibili!”*. Bisogna trovare un compromesso a tutto, non dobbiamo creare un/a martire e un/a egoista; tolleranza, sacrifici, comprensione, compromessi e soprattutto amore, sono ingredienti basilari per una unione duratura e non sopportazione a prescindere, anche perché prima o poi o sfoghiamo in altra maniera, o moriamo dentro e sarebbe una sofferenza solo nostra che nessuno capirebbe ma che potrebbe subire. Tenere vivo l’amore in una coppia con piccole sorprese, delicatezze e carinerie, soprattutto con un sorriso è un’ottima probabilità di essere meglio sopportati e perdonati. A volte l’abitudine può anche essere il collante per una coppia...certo, la novità è più emozionante ma più incerta; nel rapporto non bisogna essere troppo prevedibili ma neanche esasperatamente innovativi. Le persone cambiano col tempo e la coppia a volte si perde, non si riconosce più come prima ma non si può pretendere dall’altro che rimanga quello di 20 anni fa...la maturità e le esperienze ci cambiano...noi stessi con il nostro comportamento cambiamo l’altro. Crescere insieme, confrontarsi, dialogare aiutano a non allontanarsi ma a rinnovarsi all’interno della coppia e rendono anche più emozionante il viaggio. Comunque c’è da dire che se da una parte la convivenza mette a dura prova l’amore, la quotidianità fa accrescere tutti quei meccanismi di feeling tra due persone, il conoscersi davvero. Le nonne dicevano che si conosceva una persona dopo averci mangiato assieme sette chili di sale.....quanto tempo ci vuole per mangiare tutto quel sale insieme? O facciamo una cura a base di sale, ma poi corriamo il rischio di diventare ipertesi, o ci prendiamo il tempo necessario...che è meglio. Ma ci sono persone che hanno davvero la curiosità di conoscere l’altro tanto a fondo? O ci si sposa perché volevamo una sostituta alla mamma, una cameriera, un uomo che ci pagasse le spese, che non ci facesse lavorare, una posizione, una compagnia per la paura della solitudine? La solitudine: questa grande incognita che ci terrorizza e ci fa spesso accontentare di una persona che sappiamo non essere adatta a noi, facendocela idealizzare e sopportare a volte fino all’inverosimile. Se ci chiedessimo a mente fredda “sopporteresti un estraneo che ti fa soffrire? “ Con tutta probabilità ridpomderemmo “NO GRAZIE”. Ma quando uno giustifica la propria debolezza con la parola amore allora tutto cambia, tutto è sopportabile...Non è vero! Il difetto di forma stà nel fatto che si dimentica troppo spesso che l’ amare deve essere reciproco. Se una persona ci ama davvero non ci farebbe mai soffrire (o comunque cercherebbe di farlo il meno possibile, in fondo siamo umani), noi non lo faremmo alla persona amata, quindi perché subirlo? Non confondiamo però la sofferenza con la tolleranza reciproca! Eh no! Oggi molte coppie (quelle giovani di solito) pensano solo al lato romantico dell’amore e della vita coniugale tralasciando il sacrificio di essere comprensivi, di sapersi perdonare i piccoli sgarbi, le dimenticanze di un compleanno, un ritardo, un po’ di tirchieria, (per intenderci, quella che le persone veramente tirchie chiamano “oculatezza”) un periodo difficile e/o triste della nostra vita a causa di piccoli o grandi problematiche che dovrebbero unire e non dividere, uno scatto di rabbia, (senza usare le mani e senza esagerare) una figuraccia, un’arrabbiatura, cose normali per cui non si può e non si devono mettere in discussione un rapporto. Bisogna imparare a saper ascoltare l’altro/a nei momenti critici e saper infondere fiducia (non toglierla), sapersi dare appoggio, consigli, serenità.

**Talète** *“Gli dei hanno dato agli uomini due orecchie e una bocca per poter ascoltare il doppio e parlare la metà”*. Ma un **anonimo** osservò

che ...*“Quello che io dico e quello che tu senti, non sono sempre la stessa cosa”*. **Ovidio** *“Sii amabile, se vuoi essere amato.”*

Noi siamo l’altra metà della mela e non chi ha acquistato la mela e pensa di disporne a piacimento!

Il matrimonio si fa in due e non possiamo solo prendere come le sanguisughe. Dobbiamo saper donare il nostro meglio, sapere che l’altro ci accetta anche con i nostri limiti e difetti, non significa che dobbiamo trascurarci ed abbrutirci.

## Capitolo a parte: suocera

Suocere svezzate i vostri “pargoli”, sono ormai grandi, rendeteli autonomi affinché diventino dei buoni mariti e padri ! Potrebbero migliorare anche come figli... A volte di deve anche sbagliare per crescere, meglio crescere in coppia , che non sbagliare mai perché qualcuno ci ha detto come fare. Ad avvalorare ciò, anche noti scrittori dissero che...

**Friedrich Nietzsche** *“Meglio esser pazzo per conto proprio, anziché savio secondo la volontà altrui!”*

**Hermann Hesse** *“La saggezza non può essere trasmessa. La saggezza che un saggio tenta di trasmettere suona sempre simile alla follia”*. **Aristotele** *“Ciò che dobbiamo imparare a fare, lo impariamo facendo”*.

## Passiamo alla fase serale: il letto

*(non certamente inteso come mobile ma come argomento sesso)*

**J. De La Bruyere** *“Accade talvolta che una donna nasconda a un uomo tutta la passione che prova per lui, mentre lui, dal canto suo, finge per lei tutta la passione che non sente”*. **Woody Allen** *“Il sesso senza amore è un’esperienza vuota, ma fra le esperienze vuote è una delle migliori”*.

Ci siamo... il sesso! Croce e delizia di ogni rapporto! Certo, al matrimonio ci si arriva già preparati quindi non dovrebbero sorgere problemi di incompatibilità, ma quando si è fidanzati, il sesso ha un sapore diverso, perché ci si incontra con il desiderio di vedersi (o almeno dovrebbe essere così ) e non perché si condivide la stessa casa, quindi si può sempre SCEGLIERE di vedersi e questa è una differenza sostanziale per l’eros ( secondo me, voi che dite?). Se una persona ha la “pappa” sempre a disposizione, pian piano si adagierà al pensiero che tanto è sempre lì, se oggi non mi và rimando ad un altro giorno e così via; Errore: L'altro/a si sente trascurato o come oggetto da arredamento da utilizzare a proprio piacimento e non più come l'oasi nel deserto...che placa la "sete". In funzione di questo non si può e non si deve sempre assecondare il compagno/a se non si è ricettivi a farlo, non si può fare sesso e nel mentre pensare: “Oddio stà per piovere devo raccogliere i panni, speriamo che si sbrighi”... o addirittura che stà per iniziare la formula uno e...”porca miseria non faccio in tempo a vedere la partenza, saltiamo i preliminari”...o peggio ancora. Cercarsi...in due in un momento da rubare al tran tran quotidiano sempre di corsa ...o creare l’atmosfera con candele profumate, un buon vino e quant’altro sono di sicuramente alcuni degli ingredienti che favoriscono l’eros.

## Fedeltà...esiste ancora?

**Alfred Capus** *“Certe donne preferiscono non far soffrire molti uomini contemporaneamente e si concentrano invece su uno solo: sono le donne fedeli”*. **Ovidio** *“Bisogna far sì che chi ama non si senta mai sicuro nel suo amore per mancanza di rivali: senza sospetti e gelosie l'amore non dura a lungo”*. **Anonimo** *“Non è vero che i mariti, quando vedono una bella donna, si dimenticano di essere sposati. Al contrario, se lo ricordano dolorosamente”*.

Forse tutti almeno una volta nella vita siamo stati traditi, qualcuno lo ha scoperto altri no, ma non importa saperlo, l’importante sarebbe capire il perché e se siamo soggetti a rischio. Forse siamo stati noi ad indurre l’altro/a a tradirci con la nostra scarsità nel dimostrare sentimenti e

attenzioni, forse siamo mancate/i nei momenti cruciali, o abbiamo voluto mettere per forza la testa sotto la sabbia per non vedere ciò che era palese o magari abbiamo semplicemente sbagliato “mira “ nello scegliere il/la partner. In ogni caso una parte di colpa ce l’abbiamo anche noi. Certo, ci sono persone bastarde dentro che ci vogliono far sentire in colpa a tutti costi ma in quel caso abbiamo sbagliato a non valutare attentamente chi abbiamo scelto come compagno/a. A volte bisognerebbe chiedersi se non siamo attratti da persone che ci fanno soffrire perché pensiamo che sia un amore più vero se si soffre, o perché pensiamo di meritarlo, o solo per la nostra insicurezza e debolezza...e ci si sente paladini perché magari perdoniamo l’ingiustificabile, flagellandoci il cuore. Intendiamoci, una scappatella o un tradimento a volte può essere perdonato se ci sono motivi validi e se riconosciamo che effettivamente siamo stati poco presenti. Se l’amore che sentiamo rende l’altro/a irrinunciabile, forse riusciamo anche a perdonare, bontà divina! Certo, ricucire dopo non è facile ma lodevole. Spesso serve solo per darsi “ci ho riprovato, non ci sono riuscito/a, di più non riesco a fare” e se serve a farci stare più tranquilli va bene, ma se dovesse succedere di nuovo con un’altra compagna/o... allora o siamo davvero sfortunati o è ora di farsi un bell’ esame di coscienza e prendere provvedimenti. Bisogna pur riconoscere che oggi c’è molta, forse troppa libertà sessuale, che si dà poco peso ai valori (per molti non esistono proprio), ma non è una norma per fortuna. Ciò che mi rimane difficile da capire sono quelli che lo fanno sistematicamente e che dicono anche di essere innamorati ed attratti dal proprio partener. Secondo me non vogliono ammettere che qualche problema c’è. O sono proprio loro, i traditori, il problema ??!! Ci sono quelli che devono marcare il loro “territorio” come i cani ed i gatti ....per un senso di proprietà, o per la prosecuzione della specie...o per sentirsi sempre in competizione o scoprire se si è ancora attraenti. Far ingelosire di tanto in tanto e con moderazione per stuzzicare l’altro.. va bene, ma arrivare “al dunque” sistematicamente non lo comprendo. Oppure diciamoci la verità, nel senso di ammettere che non si sente amore ma affetto e stima e che ci sono altri motivi per non lasciarsi . Comunque sia, evitiamo di scaricare la nostra coscienza sull’altro, ignaro, fiducioso e magari ancora innamorato di noi solo per sentirci meglio. No, non è giusto. Se abbiamo voluto prenderci la nostra libertà, portiamone almeno il fardello del senso di colpa dentro di noi; troppo comodo far

soffrire l’altro/a per alleggerirci e cercare pure di essere compresi e perdonati! Con molta probabilità lo rifaremmo poco dopo. Ammettiamo di aver sbagliato e quantomeno, per quel che può servire, chiediamo “scusa” e se non vogliamo perderlo/a cerchiamo una soluzione che rispetti la sensibilità dell’altro...cose che abbiamo dimenticato presi dal vortice della passione.

## Figli

Qui il tema è troppo vasto, complesso ed importante per sviscerarlo in poche righe, ma in due parole potrei consigliare di insegnare loro buonsenso e rispetto, è già qualcosa, ma soprattutto non litigate mai di fronte ai figli.

## Vecchiaia

Beh...che dire...se dopo tanti anni ancora vi sopportate e vi volete ancora veramente bene...siete stati grandi davvero! Certo, ora vi aspetta un periodo difficile, l’entusiasmo, la passione, i sogni, i traguardi, il sesso...ve li siete già donati ( o giocati ). Credo non sia facile per i giovani di oggi immaginare il periodo in cui si dovrà pensare agli acciacchi della vecchiaia...accettarsi diversi, meno belli, ed accettare le proprie rughe come sinonimo di maturità, esperienza, con un loro fascino di vissuto...Ora non pensate che vi aspetti solo il peggio! Riflessione, tranquillità, abitudini consolidate (e ripetitive se vogliamo) siete un tutt’uno, avete superato la grande prova della convivenza: ed avete vinto tutte le sfide ! Cercate di vincere anche la paura della Vecchiaia! Il viaggio è quasi compiuto con l’amore che nonostante gli anni non è affatto affievolito, ma è più solido e sincero. E per scherzarci un po’ su diciamo che la vecchiaia è anche questo... **Karr** *“Un segno che siete veramente invecchiato: le ragazze vi dimostrano una confidenza ed una sicurezza offensive; sono con voi familiari e perfino naturali”*. **M. Chevalier** *“La vecchiaia non è poi così male, se considerate l’alternativa”*. **A. Drew** *“I sogni sono illustrazioni dal libro che la tua anima sta scrivendo su di te”*.

### Quindi

**...se siete proprio pazzi d’amore...Spos-s-atevi!**

# L'età di mezzo

quella tra i quaranta e i cinquant’anni, è caratterizzata dal massimo dell’azione e delle responsabilità sociali. Ma è anche l’età dei bilanci, del disincanto, del rimettersi in questione. Per alcuni psicologi la vita può essere addirittura divisa in due parti: prima e dopo i quarant’anni. Jung afferma che durante questa stagione dell’esistenza “si prepara una profonda modificazione dell’animo umano”, mentre Erikson la definisce “una svolta necessaria, un momento in cui lo sviluppo deve procedere in un senso o nell’altro”. E’ anche chiamata il demone di mezzogiorno...