

MISERICORDIA IN FAMIGLIA

MARIOLINA CERIOTTI MIGLIARESE¹

SOMMARIO: I. *Introduzione*. II. *Competenze umane necessarie al perdono*. III. *Vita di famiglia*. IV. *Valore soggettivo e valore oggettivo*. V. *Il perdono nella coppia*. VI. *Anna e Marco*.

I. INTRODUZIONE

QUANDO ho cominciato a riflettere sul tema del perdono, la mia prima considerazione è stata che perdonare non è un compito facile: il perdono è una bella parola, della quale ci riempiamo forse anche un po' la bocca, ma nella concretezza della vita è davvero una cosa difficile. Spontaneamente infatti l'uomo non è portato a perdonare: davanti alla frustrazione, ai torti, alla fatica che il rapporto con gli altri comportano, la risposta emotiva spontanea è quella della rabbia, accompagnata spesso anche dalla voglia di ritorsione e dal desiderio di vendetta. Il perdono è dunque una cosa che si deve imparare, e questo richiede per prima cosa che ne comprendiamo il valore.

Credo che il Santo Padre insista tanto sul tema della misericordia proprio per aiutarci a comprendere che dobbiamo cominciare a fare di questa parola qualcosa di culturalmente significativo, capace di guidare le nostre scelte e i nostri pensieri.

Abbiamo dunque la responsabilità di educare in primo luogo noi stessi; ma proprio perché non si tratta di un'attitudine spontanea, abbiamo anche la responsabilità di educare al perdono i figli che la vita ci dona, le nuove generazioni: il fatto che gli adulti siano così poco capaci di perdonarsi tra loro ha come conseguenza per i figli la difficoltà nell'imparare a perdonare gli altri e se stessi. Si tratta di una catena negativa, di cui stiamo purtroppo vedendo frutti che ci rattristano: vediamo troppe coppie che si disfano perché manca la capacità di perdono tra coniugi, vediamo figli che crescono nella incapacità di capire che cosa è il perdono e perché ci si dovrebbe perdonare.

II. COMPETENZE UMANE NECESSARIE AL PERDONO

Ma se il perdono richiede un apprendimento, la domanda centrale è: quali sono le attitudini umane che è necessario sviluppare per poter perdonare? quali competenze umane vanno sviluppate? Se il nostro compito è quello di educare in questa direzione noi stessi e i nostri figli, si tratta di domande essenziali.

¹ Si ringrazia la dott.ssa Annalisa Consolo per il prezioso aiuto nella realizzazione del presente scritto.

Certamente, per perdonare è, in primo luogo, necessario *prendere consapevolezza dei propri limiti*. Si può entrare nella logica del perdono solo quando si inizia a comprendere che abbiamo a nostra volta bisogno di essere perdonati: quando apriamo gli occhi sul fatto di essere persone con dei limiti, e che a causa di questi limiti commettiamo errori, provochiamo malintesi o incomprensioni, feriamo gli altri, e abbiamo quindi la necessità di venire perdonati.

In secondo luogo, possiamo perdonare solo *se riconosciamo che l'altro ha un valore oggettivo pari al nostro*. Solo se riconosciamo che l'altro vale in quanto persona, vale in sé stesso, ha il nostro stesso valore, allora possiamo fare un movimento verso di lui anche se ci ha ferito, e il complesso movimento del perdono può avere inizio.

In terzo luogo, non si può perdonare se non si prova a *mettersi da un punto di vista che non è il proprio*. Se l'altro vale, se l'altro ha un valore in sé, può valere la pena provare a mettersi anche dal suo punto di vista. Si può sviluppare quell'attitudine umana fondamentale che chiamiamo *empatia*, e che è proprio la capacità di sintonizzarsi, non solo con la mente ma anche con il cuore, sul punto di vista di un'altra persona.

Grazie a questa capacità si rende possibile anche, se lo si vuole, provare a rilanciare le relazioni che si sono rovinate: si può provare ad *uscire dalla fantasia irrealistica di relazioni perfette* e provare a costruire relazioni più realistiche, mettendo in atto i cambiamenti possibili.

Ma tutte queste competenze (la consapevolezza del proprio limite, la consapevolezza del valore dell'altro, la capacità di sviluppare empatia, il mettersi dal punto di vista dell'altro, la capacità di essere realistici di fronte al tema della relazione e del cambiamento) non sono automatiche e richiedono di venire insegnate. Educare alla buona relazione con l'altro passa attraverso scelte di comportamento molto concrete: in famiglia infatti più che con le parole (sempre necessarie) noi educiamo soprattutto attraverso il nostro atteggiamento, i nostri comportamenti, ciò che permettiamo o rifiutiamo, facciamo o non facciamo.

Il bambino, per sua propria natura, ha un pensiero ego-centrico e autoreferenziale: è un pensiero concreto, che fa appello alla sua esperienza, che non sa funzionare per ipotesi né capire davvero il punto di vista dell'altro. Il suo orizzonte è centrato su di sé, il suo pensiero è ego-riferito. Spetta quindi agli adulti aiutarlo ad uscire da questa autoreferenzialità per farlo accedere a una prospettiva più ampia. Il bambino inoltre attribuisce agli adulti un potere molto superiore a quello reale, sente di dipendere da questa "onnipotenza adulta" e non sa valutare in modo oggettivo i nostri comportamenti.

In che modo è allora concretamente possibile migliorare le capacità empatiche del bambino, che è ego-centrico, poco oggettivo nelle relazioni, e tutt'altro che disposto a mettersi dal punto di vista di un altro? Come si fa ad aiutare il bambino, nostro figlio, a sviluppare in modo sufficiente il senso del proprio valore, ma anche quello sano del proprio limite? Come si può insegnargli che

ogni persona ha un inalienabile valore e merita sempre e comunque rispetto? Come aiutarlo a sviluppare un ascolto generoso dell'altro, che lo prepari anche al perdono?

Dobbiamo sempre ricordare che l'educazione è il frutto di un processo circolare e che non possiamo trasmettere ad un figlio delle competenze che per noi non hanno un senso e un valore. Non si tratta certo di essere persone irrepressibili, persone che hanno già raggiunto tutti gli obiettivi: l'importante è che siamo però capaci di prestare attenzione a ciò che è davvero importante e di mantenerci vigili e pazienti, per riconoscere i nostri errori e provare a cominciare sempre da capo, spinti dalla consapevolezza della nostra responsabilità di educare, e cioè di passare il testimone della vita a qualcuno che ne legge il senso attraverso di noi.

Ogni bambino che nasce è sempre affidato alla nostra responsabilità fragile, alle nostre fragili gambe di uomini e di donne che imparano a vivere vivendo: ma nonostante tutto i nostri figli guardano a noi perché facciamo loro da guida. Mano a mano che noi stessi impariamo possiamo insegnare, mano a mano che insegniamo possiamo continuare a imparare.

III. VITA DI FAMIGLIA

Ci sono nella vita della famiglia moltissime opportunità concrete per impostare le cose in modo che sia possibile trasmettere le competenze di cui parlavo, ma sono necessari alcuni prerequisiti che riguardano il modo in cui la famiglia legge se stessa.

Per prima cosa, penso sia molto importante che fin dalla nascita il bambino trovi all'interno della famiglia *la giusta posizione relazionale*.

Sappiamo bene che nel mondo di oggi i bambini, che arrivano magari tardi, magari sono figli unici, magari vengono cercati in un'età non più giovanissima, spesso sono messi al centro del rapporto di coppia, in una posizione di assoluta parità rispetto ai propri genitori.

Per poter funzionare bene invece la famiglia deve essere pensata come un sistema organizzato secondo due assi differenti:¹ c'è l'asse orizzontale, che è quello paritario delle relazioni coniugali, e c'è l'asse verticale, che riguarda il rapporto che la coppia intrattiene con i propri figli e con i propri genitori, che sono temporalmente collocati su un piano diverso. L'asse della coppia dovrebbe procedere solidale e paritario nel tempo, mentre le altre relazioni non sono paritarie, e sono fatte per "transitare": i figli allontanandosi in direzione del futuro e i genitori in direzione del passato. Si tratta perciò di capire che il figlio ha fin dall'inizio bisogno di essere collocato nella giusta posizione rispetto alla coppia, che lo accoglie e lo ama non per trattenerlo presso di sé, ma per accompagnarlo verso la sua vita. Questo significa in pratica mantenere sempre e comunque, anche dopo la nascita di uno o più figli, spazi sufficienti per la

¹ P. DONATI, E. SCABINI, *Identità adulte e relazioni familiari*, Vita e pensiero, Milano 1991.

coppia stessa: spazi di dialogo, spazi di decisione, spazi di piacere, che i figli non devono invadere. Significa ricordare che la relazione di coppia è l'asse portante della famiglia stessa, e che questa relazione va curata e fatta oggetto di attenta manutenzione.

Ma c'è un altro punto importante sul quale riflettere: dobbiamo essere in grado di *uscire dalla logica*, anch'essa dominante nella cultura attuale, secondo la quale l'ideale sarebbe quello *della famiglia a-conflittuale*.

Il modello familiare che oggi viene ritenuto positivo è quello della famiglia in cui non ci sono conflitti: né conflitti di coppia, né conflitti tra i genitori e i figli. Il conflitto viene generalmente ritenuto tout-court un indicatore di difficoltà se non francamente di patologia delle relazioni.

Si tratta di una concezione che irrigidisce i rapporti e che rende molto irrealistica l'immagine stessa della famiglia, perché le relazioni umane, in quanto tali, sono inevitabili generatrici di conflitti.

Il conflitto nasce sempre dalla differenza e la famiglia (come sempre sottolineava la dott.ssa Scabini nel lavoro citato) rappresenta il luogo d'incontro delle principali differenze dell'umano: la differenza tra il maschile e il femminile, la differenza tra le generazioni, la differenza tra le diverse stirpi di provenienza; c'è dunque nel rapporto tra i suoi componenti tutta una serie di potenziali conflitti, che vanno considerati strutturali e dunque in gran parte del tutto fisiologici.

Non è possibile evitare l'insorgere di conflitti all'interno della famiglia: il vero problema non è quello di non litigare mai, ma piuttosto quello di imparare a mantenere sempre i conflitti in argini non distruttivi, e di sviluppare la capacità di risolverli senza rompere il legame.

Il tema del conflitto e della sua gestione costruttiva è un tema molto importante, perché è attraverso la gestione e la soluzione delle divergenze che la famiglia si consolida nel tempo, anche sviluppando la capacità dei suoi membri di perdonarsi a vicenda. Solo questa competenza permette di trasformare le crisi in opportunità, rilanciando creativamente le relazioni.

La famiglia di oggi nasce invece spesso da una coppia che si immagina di poter essere a-conflittuale; questo fa sì che la relazione funzioni fintanto che i conflitti non sono presenti, ma che il legame si riveli fragile davanti alle prime difficoltà: al loro presentarsi l'uomo e la donna sono portati a pensare che la disfunzione del loro rapporto dipenda dall'aver sbagliato la scelta del partner.

Le famiglie si rompono sempre più precocemente perché manca l'idea che esiste una fisiologia del conflitto: che essere uomo e donna ed essere ciascuno figlio di una famiglia diversa, con le sue caratteristiche e le sue abitudini, comporta di per sé una difficoltà che dobbiamo imparare a gestire, senza immaginare di poterla magicamente eliminare.

La stessa cosa succede anche nei confronti dei figli: il pensiero oggi più comune è che essere buoni genitori significa essere in grado di non avere scontri con i propri figli. Oggi i genitori hanno molta paura della conflittualità con i figli, e per evitare il conflitto concedono loro ogni cosa quando sono piccoli e cercano

di accontentarli in tutto quando sono adolescenti. Ma questo significa non avere consapevolezza del fatto che i figli, soprattutto nell'età dell'adolescenza, hanno anche bisogno di non andare d'accordo con i propri genitori e, come diceva D. Winnicott, di non essere capiti da loro.

Per l'adolescente il conflitto è un momento potenzialmente strutturante: il suo compito evolutivo specifico, infatti, è quello di muoversi dall'appartenenza al mondo familiare verso la ricerca dei suoi pensieri e della sua identità; ha dunque bisogno di segnare confini nuovi, affermando la propria differenza nei confronti dei genitori che pure continua ad amare. Fare questo significa inevitabilmente anche contrapporsi alla loro autorità, sfidarla, misurarla, metterla alla prova, ed è proprio la tenuta flessibile e insieme ferma dell'adulto ciò che gli permette di sperimentare le proprie risorse e di imparare ad andare per la sua strada.

Purtroppo oggi i ragazzi si sentono spesso inseriti in una sorta di "ragnatela relazionale", dominata dal comandamento inespresso del non confliggere: il timore della perdita dell'affetto dei figli e un malinteso senso del volersi bene portano i genitori a rinunciare al proprio ruolo (quello di fissare con serenità i confini accettando la fatica della propria autorevolezza) e a prediligere un rapporto paritario, confidenziale, non autorevole, che non aiuta i figli a differenziarsi.

Tra le cause di questa difficoltà, c'è lo sbilanciamento del rapporto tra gli assi relazionali della famiglia cui facevo riferimento più sopra.

Dobbiamo riflettere sul fatto che l'asse verticale, quello del rapporto tra genitori e figli, è un asse di grandissima forza emozionale: nel momento in cui diventiamo genitori si crea infatti col figlio un legame indissolubile, che è quello di una "relazione per sempre". Con i figli si crea un rapporto di parentela immediato e definitivo, fin dal momento della nascita se non prima, accompagnato dal vissuto certo che il legame sarà per sempre; la relazione di coppia invece acquista la sua forza solo nel tempo e grazie al tempo: la sua forza emozionale è legata all'innamoramento e passa attraverso l'esperienza dell'amore sessuale, ma la percezione di un "apparentamento" e di un mutuo appartenersi tra le due persone che la costituiscono richiede la capacità di passare attraverso le crisi della vita comune rinforzando il legame.

Diventare famiglia dipende proprio dal progressivo mescolarsi delle proprie radici con quelle dell'altro dando vita ad un albero nuovo, ma questo avviene solo nel tempo, e solo se siamo capaci di far durare la relazione.

Ma oggi purtroppo la relazione di coppia è diventata estremamente fragile e l'uomo e la donna hanno scarsa fiducia l'uno nell'altra: l'asse orizzontale è diventato dunque estremamente precario, lasciando prevalere la forza insita nella relazione con il figlio.

È importante riflettere sul fatto che all'incrocio tra i due assi delle relazioni familiari si trova sempre il corpo: corpo che ci lega con i figli nella fisicità dell'essere padri e madri, corpo che ci lega tra uomo e donna nella fisicità del rapporto sessuale. Ma la fisicità uomo-donna è diventata progressivamente meno esclu-

siva, perdendo parte della sua forza dirompente: il crescere della promiscuità sessuale e la precocizzazione dei rapporti fanno sì che l'altro nella coppia non sia più colui/colei con il quale ho appreso la sessualità (il diventare pienamente uomo/donna) e perda dunque una componente specifica e speciale del suo compito vitale.

I cambiamenti di cui ho parlato rendono particolarmente necessario prendere chiara consapevolezza del tema delle posizioni in famiglia, perché non perdiamo la capacità di trovare ciascuno il giusto posto e possiamo ricordare che il conflitto è inevitabile e bisogna imparare a gestirlo, preparando in questo modo i nostri figli alle relazioni future.

IV. VALORE SOGGETTIVO E VALORE OGGETTIVO

Il mondo in cui viviamo dà un grandissimo valore alla *dimensione soggettiva dell'esperienza*, anche nel modo di intendere l'amore: secondo questa logica voler bene significa prevalentemente provare sensazioni e sentimenti spontanei verso la persona amata. Si ritiene di amare una persona tanto più quanto più si prova verso di lei affetto e attrazione; ne consegue che se non provo più, non amo più: è ciò che dicono la maggior parte delle coppie oggi, quando si presentano nello studio di un terapeuta.

Ma che cosa vuol dire "non ci amiamo più"? Generalmente significa: non proviamo più i sentimenti che abbiamo provato all'inizio l'uno verso l'altra, sentimenti di affetto spontaneo o spontaneo movimento di attrazione fisica e sessuale. È chiaro che si tratta di due elementi, quello affettivo e quello sessuale, che hanno una grande importanza nella relazione, ma nello stesso tempo non sono gli unici elementi essenziali perché l'amore si costruisca e duri nel tempo. Oltre a questi movimenti di natura soggettiva, importanti soprattutto per far partire la relazione, è necessario introdurre progressivamente nel rapporto elementi che arricchiscano il suo *valore oggettivo*: si tratta di tutto ciò che le due persone costruiscono insieme nel tempo e che attiene alla loro progettualità comune.

Dal momento in cui due persone si sposano, il loro matrimonio dà vita a qualcosa di veramente nuovo: un nuovo nucleo, la loro famiglia, che ha una valenza affettivo-sociale. Si tratta di una nuova creatura, che non è solo affettiva né solo sociale e che diventa un contenitore comune, un "noi" condiviso, che poco alla volta si riempirà di tutti i beni che quella coppia sarà capace di generare, primo fra tutti i figli nati dalla loro relazione.

I figli sono un bene oggettivo e indivisibile, il più importante. Ma ci sono molti altri beni oggettivi: gli amici comuni, la casa, i parenti, le consuetudini condivise, i modi di dire, i segreti, i ricordi...

Oltre ai figli, che sono il bene oggettivo più grande, ci sono dunque beni materiali e immateriali, concreti e simbolici, che entrano a far parte progressivamente di quella famiglia e ne costituiscono un valore oggettivo.

Non si riflette abbastanza sul fatto che, quando la famiglia si divide per una separazione, si produce uno strappo in un terreno vitale: chi porterà con sé i

beni familiari oggettivi? Chi porterà via con sé i modi di dire di quella famiglia, le sue tradizioni, le sue abitudini, i numerosi beni immateriali e simbolici che ne costituiscono la specifica ricchezza?

I genitori fanno fatica a capire che il dolore dei bambini davanti alla separazione non è dovuto tanto alla paura di perdere il loro affetto, quanto piuttosto alla constatazione per loro angosciante di assistere alla frattura definitiva del loro mondo di riferimento.

All'interno di quel sistema complesso che è la famiglia, insegnare a perdonare passa dunque anche attraverso quello che abbiamo detto: essere messi nella giusta posizione relazionale, capire che il conflitto non porta necessariamente alla rottura, acquisire la capacità di reggere il conflitto. È grazie a queste disposizioni che noi possiamo cominciare ad insegnare ai nostri figli a fare la pace, facendo a nostra volta pace con loro.

Quando il bambino è piccolo, è il genitore che deve guidarlo a fare la pace. Quando si è comportato male ma non sa chiedere scusa, la mamma o il papà, prima di andare a dormire, dovrebbero avvicinarsi a lui, magari ancora immusonito e arrabbiato nel suo letto, e dirgli per esempio: "È stata una giornata un po' difficile, ma adesso dormi tranquillo, ne parliamo domani". Sentire che il genitore perdona, che dà la pace perché il bambino possa rasserenarsi e dormire, gli fa comprendere che esiste sempre la possibilità di cominciare da capo, che il legame è più forte e sicuro del conflitto. Se si è trattato di un episodio importante, il genitore può riprenderlo il giorno dopo, in modo certo più sereno.

Con l'adolescente il processo di rappacificazione è un po' diverso, perché l'adolescente che ha litigato, anche quando non ha ragione, ha bisogno in primo luogo di venire ascoltato. Il genitore che vuole fare pace con l'adolescente deve prima di tutto ascoltare ciò che il figlio ha da dire, senza spaventarsi troppo della sua modalità arrabbiata, che è sempre il segno di una ferita. Gli adolescenti sono un po' come una bottiglia di Coca Cola: vanno lasciati "schiumare", perché solo dopo è possibile fare la pace con loro. L'ascolto, per l'adolescente, viene prima delle parole anche giuste che possiamo dire.

In famiglia è però necessario fare la pace anche con i figli adulti. Cosa dobbiamo perdonare ai nostri figli diventati adulti? Certamente dobbiamo perdonare loro di non essere cresciuti del tutto secondo le nostre aspettative. Spesso dobbiamo fare pace con noi stessi e con loro nel nostro cuore perché sono diventati adulti a modo loro, e probabilmente avevamo immaginato qualcosa di diverso.

Va aggiunto ancora che la pace in famiglia va fatta anche nell'altra direzione: anche i figli devono infatti imparare a perdonare ai genitori di essere stati solo quello che hanno potuto essere e di avere lasciato inevitabilmente in loro delle ferite, frutto dei loro limiti personali o dei loro errori. Si tratta di un percorso di perdono non sempre facile e non scontato, ma tale da lasciare finalmente libero il cuore e da renderci alla fine pienamente adulti.

V. IL PERDONO NELLA COPPIA

Vorrei ora dedicare uno spazio al tema del perdono nella coppia, che ritengo di importanza fondamentale soprattutto nell'orizzonte di oggi, nel quale le coppie si disfano tanto facilmente per l'incapacità di sanare i loro conflitti.

Ci sono due diversi livelli da considerare: il primo è quello del perdono che potremmo definire "quotidiano", quel perdono che dobbiamo imparare a concederci tutti i giorni, legato al fatto che ognuno di noi ha i suoi limiti e che dunque, pur volendo bene all'altro, non può che infastidirlo e deluderlo almeno un po'. Parlo di tutte le piccole ruggini della vita quotidiana, che esistono anche nella buona volontà: il perdono dei limiti reciproci.

Ognuno di noi, la sera, dentro di sé, dovrebbe fare una segreta opera di bonifica, perdonando a se stesso e all'altro tutte le cose che sono andate un po' storte nel corso della giornata: questo aiuta ad evitare che i piccoli fastidi si sedimentino come polvere sotto il tappeto, con il rischio di venire fuori in maniera distruttiva tutti insieme.

C'è poi il tema del perdono nelle situazioni di crisi. Possiamo identificare due tipi di crisi: la crisi grave, legata ad episodi di offesa importante all'altro come ad esempio il tradimento o il maltrattamento, e la crisi che nasce invece da cattiva comunicazione e da incomprensioni mal digerite, che hanno provocato una progressiva difficoltà nella coppia.

Credo si possa affermare che tutte le coppie, anche quelle più affiatate, si scontrano prima o poi con il tema della crisi: i motivi possono non essere all'apparenza sempre evidenti, ma si collegano nella maggior parte dei casi ad un senso di fatica, di disagio o di disamore. Anche la crisi "da accumulo" è molto difficile da gestire, perché rende faticoso continuare ad investire pensieri e affetti sull'altra persona.

Che si tratti di crisi grave o di crisi da accumulo, dobbiamo sempre ricordarci che nelle coppie di lunga durata, quelle che vogliono rimanere insieme per sempre, l'esperienza della crisi è inevitabile.

Credo di poter affermare che tutte le vere storie d'amore si incontrano nel loro percorso con la necessità di passare attraverso due fasi diverse, che chiamerei "*il primo e il secondo matrimonio*": questo non significa che per essere felici dobbiamo incontrare e sposare una seconda persona, ma piuttosto che all'interno di ogni storia importante arriva il momento in cui è necessario sposare di nuovo la stessa persona, con la consapevolezza di un secondo matrimonio. Il "primo matrimonio" non è di solito ancora quello in cui si diventa pienamente "una sola carne", perché per arrivare a questo sono necessari dei cambiamenti e dei passaggi di consapevolezza e di adattamento reciproco non ovvi, su cui vale la pena di soffermarsi.

Per raccontarlo in modo più comprensibile penso sia utile prendere spunto da una storia clinica: quella di una coppia della quale mi sto ancora occupando. Mi sembra che questa vicenda permetta di vedere – non è ancora una situazione del tutto risolta – alcuni passaggi interessanti su cui riflettere.

VI. ANNA E MARCO

Anna e Marco sono sposati da 10 anni, non sono particolarmente credenti, hanno due figli, uno di 6 e uno di 4 anni e arrivano da me perché Anna ha tradito Marco. Mi sono stati inviati dai genitori di lei, e questo è un aspetto particolare della storia: quando il marito ha scoperto il tradimento, la coppia si è rivolta di comune accordo al padre di lei, che li ha mandati da me.

Questo primo movimento suggerisce anche la prima domanda: cosa succede quando scoppia una crisi e si acquisisce la consapevolezza che qualcosa non va? In questo caso particolare si tratta di una consapevolezza brutale, (“se mi ha tradito qualcosa evidentemente non va”), ma altre volte la consapevolezza che “qualcosa non va” arriva più lentamente, legata al non parlarsi più, al non riuscire più a capirsi.

Alla consapevolezza segue una prima reazione immediata, che nel caso doloroso del tradimento può portare a pensare che non ci sia più niente da fare: l’umiliazione e il dolore della scoperta possono indurre a credere che il rapporto sia finito e non ci sia nessuno spazio possibile per riparare e ricostruire.

Ecco allora la sfida del primo momento decisionale: chiudere il rapporto, abbandonare l’altro, vendicarsi, lasciarlo al proprio destino, oppure darsi un’altra anche se difficile opportunità? È solo una prima scelta, che non può rappresentare ancora una decisione profonda del cuore: davanti alla crisi non è possibile decidere una volta per tutte. Questa prima presa di posizione è però cruciale perché possa darsi la possibilità del perdono: il processo del perdono può iniziare infatti solo quando *si decide di rimanere nella relazione*, malgrado la ferita. Ma come dicevo, è importante sapere che non è una decisione che si può prendere, nella sua profondità, una volta per tutte, e sarà necessario maturarla a più riprese fino a che diventi definitiva e capace di provocare un vero cambiamento.

Nel caso di Anna e Marco, la decisione di non voler perdere la loro relazione è stata subito condivisa e li ha portati a rivolgersi al padre di lei.

Nel momento più acuto della crisi, quando va presa la prima decisione, ciò che avviene intorno alla coppia è molto importante: la rottura dell’equilibrio interno fa sì che entrambi i coniugi sentano il bisogno di un apporto esterno di chiarificazione e supporto. Questo apporto è molto importante ma anche molto delicato, proprio per la vulnerabilità particolare di entrambi.

Nel caso che stiamo analizzando la coppia si è rivolta al padre di Anna, perché anche Marco nutriva grande fiducia e rispetto per quest’uomo, con cui aveva un rapporto molto positivo.

La coppia in crisi vive una profonda *disillusione nei confronti dei valori soggettivi* che l’hanno cementata fino a quel momento: l’innamoramento per l’altro, il piacere di stare insieme, la fiducia reciproca, tutto sembra crollare.

C’è dunque bisogno di qualcuno che, dall’esterno, sappia stare dalla parte del

valore oggettivo della relazione; ciò che può aiutare una coppia in crisi è qualcuno che creda ancora nella possibilità di un rilancio, che creda nel valore di quella storia e di quel progetto, che aiuti soprattutto la persona offesa a ricordare che l'altro continua ad avere un valore, al di là di quello che in quel momento gli è possibile vedere.

Istintivamente Marco, che continua seppure dolorosamente ad amare sua moglie, si è rivolto per consiglio al padre di lei, ovvero a qualcuno che in quanto uomo poteva capirlo, ma che nello stesso tempo avrebbe continuato ad amare Anna, la propria figlia, proteggendola dalla sua stessa rabbia.

Senza rendersene conto Marco ha fatto un movimento molto interessante dal punto di vista psicologico, che ci aiuta a capire cosa possiamo fare per essere d'aiuto a una coppia in crisi. La persona in difficoltà, piena di sentimenti ostili e feriti nei confronti del coniuge, non ha per esempio bisogno di sentirsi dire dai propri genitori o amici cose del tipo "tuo marito (moglie) è un disgraziato!"; ha bisogno invece di qualcuno che le permetta di esprimere tutto il suo dolore, senza però caricarlo, per un malinteso senso di solidarietà, di ulteriori valenze negative.

È importante a questo punto domandarsi qual è la posizione psicologica di Anna e Marco all'inizio della crisi.

Davanti al marito e poi davanti a me Anna si esprime dicendo: "non so capire quello che ho fatto". Nel momento in cui il marito ha scoperto il suo tradimento per lei è stato come lo scoppio di una grande bolla di sapone: "A quest'uomo non tengo, quest'uomo non mi interessa, non so perché l'ho fatto. E sono sconvolta dal dolore che ho provocato". La sua è una posizione di incredulità, che rivela però anche una non conoscenza di sé, del suo mondo interiore e di ciò che l'ha portata a fare ciò che ha fatto. Vive un senso di colpa legato al dolore provocato e manifesta una grande paura dell'abbandono: "Chissà se lui reggerà la delusione per quello che ho fatto". La sua percezione è quella di avere rovinato per sempre il loro rapporto.

Ma sotto ai sentimenti di tipo consapevole (dolore, senso di colpa, paura dell'abbandono) c'è qualcosa che chiede di essere capito. Quando Anna dice: "Non capisco cosa ho fatto" questo significa anche "Se ho fatto qualcosa un motivo c'è, anche se non lo conosco o non lo voglio conoscere". E conoscere questo motivo sarà importante, se si vuole che la relazione con Marco riprenda nella piena verità.

Bisogna sottolineare con chiarezza la differenza che esiste, quando si lavora con problemi di relazione, tra capire ciò che accade e giustificare comportamenti sbagliati. Capire una cosa non vuol dire giustificarla. Se una cosa è giusta è giusta, se una cosa è sbagliata è sbagliata; tradire la fiducia di un altro, ad esempio, non può mai essere considerato un bene. Non posso dunque rendere giusto ciò che è sbagliato. Ciò che però si può fare è uscire da una causalità lineare (che va alla ricerca di un colpevole) per entrare in una causalità circolare (che senza negare il peso oggettivo di un torto va alla ricerca delle dinamiche relazionali di mutua influenza).

In questa logica, anche la posizione di colui che ha offeso merita di venire capita: si deve arrivare a capire per quanto possibile che cosa nella storia comune ha spinto verso quell'errore. Colui che ha offeso e ha fatto qualcosa di male in una relazione, avverte sempre il profondo bisogno che al momento opportuno l'altro gli vada incontro, cercando di mettersi nei suoi panni per capire ciò che lo ha portato a fare quello che ha fatto.

La posizione di Marco è naturalmente diversa; Marco dice: "Io sono molto innamorato di Anna ma mi sento come in una centrifuga, non capisco più niente, vorrei scappare". C'è in lui una coesistenza di sentimenti di rabbia, di scoraggiamento, di delusione; vorrebbe fuggire e insieme afferma "Sono ancora innamorato di lei".

Marco deve imparare a muoversi verso il perdono, Anna verso un vero pentimento, che passa attraverso la comprensione profonda di ciò che ha fatto.

Davanti ad una crisi, la cosa indispensabile è quella di imparare a dare un senso a ciò che è successo. Si tratta di prendere dolorosamente atto che qualcosa è finito: la grave incomprensione ha creato una *rottura nel primo matrimonio* – che era fondato sull'incontro tra due persone diverse, attratte l'una dall'altra proprio in forza della loro differenza e complementarità – e ora è necessario capire cosa è successo e attribuirgli un senso, se si vuole dare una nuova opportunità alla relazione. Questo percorso di reciproca comprensione e di lettura condivisa è ciò che potrà aprire la strada ad una nuova relazione, *un secondo matrimonio*, basato questa volta su un'alleanza più consapevole.

È necessario un grande cambiamento, e per portarlo avanti ci sono almeno tre storie da ricostruire: c'è la storia di Anna, c'è la storia di Marco, e c'è la storia della loro relazione. Dieci anni di matrimonio costituiscono una storia, ma Anna e Marco, prima di incontrarsi, avevano ciascuno una storia personale, e il modo in cui sono entrati in quella della loro coppia dipende da ciò che era successo a ciascuno in precedenza.

Permettetemi una breve riflessione a questo proposito: l'incontro che porta alla formazione della coppia nasce sulla base di un forte senso di complementarità. Se da un punto di vista conscio la scelta dell'altro è legata a ciò che di lui ci piace, dal punto di vista dell'inconscio le cose sono più complesse e fanno sì che spesso scegliamo la persona che meglio si incastra con i nostri limiti e con il nostro sistema difensivo. È una cosa che si riesce a far emergere quando si lavora con la coppia sull'origine dell'innamoramento.

Quando ho chiesto a Marco come si era innamorato, mi ha risposto di aver capito fin dal primo incontro che Anna sarebbe stata la sua donna. Ha raccontato un episodio pieno di tenerezza: "Eravamo con degli amici comuni, lei si è sentita male, io l'ho presa in braccio e nel sollevarla ho detto: è lei".

Marco ha dunque un ricordo molto preciso, che ci permette però anche di capire che sul piano degli affetti il suo è un modo di funzionare molto simbiotico, all'insegna del tattile, del non verbale – o preverbale –, del contatto. In effetti

Marco è una persona poco incline alla parola: è generoso ma istintivo, e quando si arrabbia tende a perdere il controllo, ad alzare la voce. Nello stesso tempo, la sua paura più grande è quella di perdere l'oggetto del suo amore.

Anna invece racconta: "Io non un ricordo così specifico; mi piaceva perché vedevamo le cose allo stesso modo, ci piacevano le stesse cose. È per questo che l'ho scelto". Si tratta con molta evidenza di uno stile relazionale molto differente, molto più dialogico, più verbale, che va alla ricerca dell'altro attraverso un contatto fatto di linguaggio e di dialogo.

Questi due stili relazionali sono complementari: il preverbale simbiotico ha bisogno di colui che dà voce alle cose, mentre il razionale ha bisogno della persona istintiva, che dà colore e calore alla relazione. Questa differenza che favorisce l'innamoramento costituisce allo stesso tempo il punto di fragilità della relazione, perché predispone all'incomprensione. Proprio là dove c'è stato l'incastro possono nascere i problemi e le difficoltà.

La differenza che attira nella complementarità è anche la fonte potenziale di una progressiva distanza: colui che ha bisogno di parole comincerà a soffrirne la mancanza, e colui che ha bisogno di gesti istintivi comincerà a soffrire la modalità troppo dialogica dell'altro. Per questo è importante soffermarsi sulle rispettive storie personali, che precedono la storia comune, perché ciò che è accaduto prende origine proprio nelle due storie personali.

Anche il modo in cui ciascuno di loro vive la crisi e può superarla prende origine qui. *Partiamo dalla volontà di rappacificazione di Anna e Marco. Entrambi hanno deciso di non separarsi e affermano di voler ritrovare una serenità di coppia, ma Anna dice: "Io non capisco". Dall'altra parte Marco dice: "Io vorrei perdonarla, ma non riesco, c'è qualcosa in me che va al di là di ciò che posso fare".*

Anche se sta cercando di riprendere il rapporto, spesso gli torna improvvisamente in mente il tradimento di lei e la sua reazione è un bisogno fortissimo di andarsene. Davanti a questa reazione Anna si angoscia, lo incalza, cerca di trattenerlo, ottenendo come unica risposta un peggioramento della situazione.

Si tratta di una dinamica circolare, che blocca entrambi, e non è possibile uscirne se non capendo qual è il loro modo personale di essere nelle relazioni, così da dare loro un modo diverso e consapevole di elaborare il dolore, la fatica, la sofferenza.

Per poter perdonare agli altri è necessario imparare anche a conoscere sé stessi. Non si può perdonare se non capiamo bene cos'è per noi quella ferita particolare: il tradimento di Anna è certamente una cosa grave, che farebbe soffrire profondamente chiunque, ma Marco deve chiedersi: cosa tocca di particolare dentro di me, quale ferita innesca? Perché se la sua percezione è di non poter reggere la ferita, di poter solo fuggire, significa che quella ferita attiva qualcosa di specifico in lui, cade su qualche altra ferita. È un po' come quando camminiamo su un pavimento e c'è una piastrella che sotto ha un bu-

co: se il buco si apre non precipiterò solo di un piano, ma di dieci piani, e mi farò molto più male.

È anche importante sottolineare che il perdono ha i suoi tempi. Non si può immaginarlo come un processo rapido, di semplice aggiustamento; perché sia vero perdono deve avere i suoi tempi, tanto più lunghi quanto più profonda è la ferita. Bisogna dare tempo a se stessi e all'altro per perdonare, perché bisogna ristrutturare profondamente l'immagine di se stessi e della coppia.

È necessario un rimaneggiamento profondo della relazione se si vuole veramente arrivare alla nascita di un secondo matrimonio. C'è infatti la necessità di capire se stessi, ma c'è anche quella di capire l'altro nel suo percorso. Chi aiuta la coppia deve saper lavorare con entrambi, perché bisogna che ciascuno dei due prenda coscienza non solo di sé, ma anche dell'altro. *Nel caso di Anna e Marco, è stato importante per tutti e due capire che Marco portava in sé un'esperienza profondamente abbandonica: grazie alle sollecitazioni della terapia ha cominciato ad esempio a ricordare cose di sé di cui aveva perso consapevolezza: quando era bambino, se era arrabbiato si chiudeva dentro qualche armadio, e lì rimaneva a lungo, sperando di venire cercato. Ha attivato anche un altro ricordo: "L'unica altra volta che ricordo di aver avuto un dolore molto grande è stato quando è morto improvvisamente un mio carissimo amico. Quella volta sono partito da solo, sono stato via una settimana senza dire niente a nessuno. Dovevo stare via da tutto".*

Avvicinandosi a questi ricordi, Marco ha ritrovato sia la sua difficoltà che il modo in cui spontaneamente cerca sollievo al dolore: nella protezione della solitudine. Ognuno ha diritto ad elaborare il dolore nel modo che gli è proprio. Una crisi grave è come un lutto, il lutto della nostra relazione; in questo lutto ognuno ha diritto di curare se stesso con gli strumenti che conosce come i migliori per sé. Se però l'altro membro della coppia non conosce tutto questo, rischia di leggere le cose secondo un altro codice e non può rispettare questa modalità. *È stato molto importante per Anna capire che Marco aveva qualche volta bisogno di stare solo, senza che questo significasse un rifiuto della relazione con lei. Ha così potuto permettergli questi spazi privati e solitari di elaborazione del lutto, senza averne paura. Questa possibilità ha permesso a Marco di fare a sua volta un passaggio importante, perché al ritorno da due giorni di solitudine mi ha detto: "Per la prima volta ho pensato che forse sono un egoista, perché continuo a vedere le cose solo dal mio punto di vista. In fondo non penso mai a quanto anche lei in questo momento sta male".*

Mi è sembrato un passaggio cruciale, che può aprire la porta ad un altro pezzo del nostro lavoro insieme: quello che ci porterà a dare più spazio ad Anna, e forse a capire perché, pur volendo bene a Marco, lo ha tradito.

Può prendere così il via un'altra parte di percorso che può condurre Marco verso il perdono e Anna verso una maggiore consapevolezza.

Questa parte di percorso inizia con la disponibilità empatica a mettersi per un po' dal punto di vista dell'altro: non più dal mio punto di vista di uomo tradito e sofferente, ma da quello di lei, che mi ha fatto del male eppure mi vuole bene: come ha potuto a arrivare a fare questo contro di me?

Arriviamo così ad un altro aspetto che è importante capire e far capire: l'altro che nella coppia mi ferisce, di solito non vorrebbe consapevolmente farmi del male. Il male fatto di solito non è contro di me, è piuttosto – se così si può dire – “per sé”. Spesso ad esempio chi tradisce è alla ricerca di una parte di sé che non riesce a mettere nella relazione, e nel tradimento pensa di aprire a una parte di sé che non riesce ad esprimere. Dietro a questo c'è anche un pensiero nascosto: che nella coppia sia compito dell'altro darmi quello che di me non realizzo. Penso che l'altro mi darà in modo complementare ciò che mi manca, facendomi stare bene; nel momento in cui ciò non avviene più, allora cercherò in un'altra relazione quella complementarietà che nella mia coppia non funziona più.

È proprio qui che deve entrare in gioco la consapevolezza della necessità di ciò che ho chiamato il “secondo matrimonio”. Che cos'è il secondo matrimonio? Il secondo matrimonio è quello che segna il *passaggio dal tema della complementarietà al tema dell'alleanza*. Si può essere alleati con qualcuno con cui non siamo, o non siamo più, complementari. E paradossalmente è proprio dal momento in cui cominciamo a pensare che potremmo vivere bene anche senza l'altro, che può prendere il via l'amore vero per lui.

Il bisogno che proviamo nei confronti dell'altro non è ancora davvero amore. Perché ho bisogno dell'altro? Ho bisogno di lui perché completa ciò che in me manca. Questa mancanza è avvertita come profondo desiderio e dunque come amore, ma non è ancora pienamente amore. Quando invece non ho più davvero “bisogno” dell'altro, quando scopro che potrei stare in piedi da solo, ecco che si apre l'occasione per capire che potrei costruire con lui un'alleanza tra uguali, non più fatta in primo luogo di bisogno reciproco, ma piuttosto di condivisione, di scambio, di arricchimento.

L'altro chi è? L'altro è sempre qualcuno diverso da me, è limitato come me, non è del tutto corrispondente alle mie aspettative, non può mai del tutto capirmi.

Nel momento in cui sono pronto per stringere una vera alleanza, capisco che va bene così. Va bene così, e questo restituisce a ciascuno di noi in qualche modo una libertà a tutto tondo, perché l'alleanza è tra persone intere.

Dobbiamo comprendere però che la nostra felicità non è mai un compito che può essere addossato all'altro: la felicità è un compito personale, del quale non si può né si deve fare carico a nessuno. Solo io ho il compito della mia felicità personale, del mio bene, e l'altro può essere solo un alleato, qualcuno che è con me sulla strada verso questo bene. Può essere mio alleato in modi talvolta misteriosi, non sempre facili da capire; a volte questo avviene anche attraverso delle difficoltà particolari, che solo la fiducia nel disegno di Dio può permetterci di accettare come cosa buona.

Qualche volta si riesce a scoprire attraverso la propria esperienza che proprio l'alterità così profonda dell'altro, la sua differenza così radicale, è ciò che costituisce la vera sfida alla nostra maturazione personale.

L'attrazione legata alla complementarietà costituisce ciò che ci spinge l'uno

verso l'altro nell'innamoramento e fornisce alimento alla storia nella sua parte iniziale, ma è la sfida della differenza ciò che può farci maturare e crescere di più. L'altro, nella sua differenza, fa venire a galla i nostri limiti e slatentizza i nostri difetti, obbligandoci a cambiare.

È facile andare d'accordo con chi ci è simile, mentre è certamente più difficile trovare il giusto equilibrio con chi, vivendo fianco a fianco con noi, mette a fuoco il nostro limite. Ma proprio per questo la relazione di coppia è una grande occasione per poter conoscere noi stessi a tutto tondo: l'altro, proprio così com'è, è la nostra sfida buona. Che va però fatta fiorire con intelligenza. La sfida più grande della relazione matrimoniale è quella di permettere a ciascuno di crescere nella propria identità, pur all'interno della relazione. Ciascuno deve poter continuare a diventare sempre più se stesso, anche se si trova all'interno di una relazione stabile con l'altro; la presenza di questo spazio libero di crescita è ciò che permette di sentirsi davvero alleati, dentro una progettualità forte e condivisa.

In questa logica anche i momenti critici, seppure dolorosi, possono trasformarsi in occasioni per capire che è necessario per la coppia ripensarsi e muoversi verso una fase nuova della relazione.

Lavorare sulla storia personale e sulla storia della coppia può essere un modo di rilanciare la comunicazione, talvolta persino di inaugurare una comunicazione autentica, su livelli di sé più intimi e profondi. Si deve imparare a non dare per scontato ciò che crediamo di sapere sull'altro, ed essere disponibili a conoscerlo di nuovo.

Per Anna e Marco, ad esempio, il punto di svolta è stato certamente la sorpresa di scoprire in sé stessi, nell'altro e nella loro storia significati diversi da quelli che credevano di conoscere: diversi, ma interessanti per entrambi, stimolanti e utili per capire il funzionamento della loro relazione. Ognuno dei due, al di là del dolore e della delusione, ha avvertito l'elemento possibile di novità contenuto nel capire e conoscere qualcosa di più del mondo interno proprio e dell'altro. "Adesso capisco di me..." ha detto Marco, e questo capire più profondamente sé stesso lo ha predisposto a capire anche Anna e ad accettare di poter dare un senso al suo tradimento. Non si tratterà di "dimenticare" l'offesa, ma piuttosto di leggerla insieme, mettendosi anche dal punto di vista di lei.

C'è ancora naturalmente molto da fare, e sarà necessario che anche Anna trovi il coraggio di guardare con verità nelle ragioni del suo tradimento: ma è l'inizio possibile di un percorso di perdono vero.

ABSTRACT

Perdonare non è un compito facile: il perdono è una bella parola, della quale ci riempiamo forse un po' la bocca, ma nella concretezza della vita è davvero una cosa difficile. Il perdono è qualcosa che si deve imparare. In questa conferenza si forniscono gli elementi antropologici per comprendere il valore del perdono e si presentano in modo dinamico e concreto le competenze umane necessarie al perdono, mostrandone l'applicazione alle diverse situazioni della vita familiare.

To forgive is not an easy task: forgiveness is a beautiful word that we love using, but in daily life is really a difficult thing. Forgiveness is something one has to learn. This conference provides the anthropological elements in order to understand the value of forgiveness and presents in a dynamic and concrete fashion the human skills needed for true forgiveness, showing their application to the various situations of family life.

STATUS QUAESTIONIS