

## CONVEGNO CONFERENZA EPISCOPALE ITALIANA

*Vi darò un cuore nuovo, disagio e crisi di coppia: fallimento o speranza di novità?*

*Paestum (NA), 28 giugno 2006*

### **Il quotidiano della vita familiare, un cammino alla ricerca dell'armonia**

*di Osvaldo Poli*

La riflessione si articola intorno a tre interrogativi:

1. Perché è difficile andare d'accordo anche quando ci si vuole bene ?
2. Quando diciamo: prometto di amarti, cosa promettiamo esattamente ?
3. Come fa Dio ad agire nel nostro rapporto di coppia ?

#### **1. Perché è difficile andare d'accordo anche quando ci si vuole bene ?**

*Nessun vento è favorevole a chi non sa dove andare*  
R.M. Rilke

Il desiderio di volersi bene e di andare d'accordo non significa possedere la capacità necessarie per attuare questo proposito.

Ciò che fa la differenza non sono le buone intenzioni, ma avere o non avere la capacità di vivere il valore dell'amore reciproco.

Il nostro apparato psichico, infatti, non... risponde sempre ai "comandi" della leva del valore; alcune dinamiche emotive, spesso poco consapevoli, agiscono al di là delle nostre buone intenzioni e rendono difficile attuare ciò desideriamo.

Per questa ragione, il proposito di costruire buone relazioni all'interno della famiglia, non può sottovalutare il tema del "carattere" delle persone: esso costituisce la cassetta degli attrezzi con cui è possibile rendere presente, nei rapporti famigliari, l'amore reciproco.

In prospettiva si tratta di superare una concezione dell'agire morale in termini astratti e volontaristici, che sottovalutano lo spessore antropologico dell'esperienza morale, prescindendo dalla concretezza dei vissuti umani.

Noi infatti amiamo non in forma angelica, ma da uomini e da donne, per come siamo fatti.

Per questa ragione è opportuno tenere in grande considerazione il nostro carattere: esso rappresenta il prezioso strumento attraverso cui passa o non passa l'amore per l'altro.

Appare limitativo dunque riaffermare dei principi certamente validi, senza curarsi di creare le condizioni per potersi sviluppare.

Gli appelli al bene, in questo caso rischiano di rimanere come avvolti da un insuperabile astrattismo, che non imprime cambiamento né salvezza nei rapporti.

Ogni progresso, ogni formazione ed ogni seria intenzione di amare maggiormente non può prescindere dalla verità di noi stessi, da un umile ma decisivo lavoro sulla nostra psicologia, sul nostro carattere.

La riaffermazione di fini alti e generici, se non tengono conto delle condizioni che rendono possibile viverli, rimane infeconda.

Come con il telefonino: per funzionare deve essere configurato, abilitato a ricevere il segnale.

Non servirebbe biasimarlo né farlo sentire in colpa se non funziona.

È necessario configurarlo per metterlo in grado di “ fare la cosa giusta”

Allo stesso modo, per vivere pienamente il valore dell’amore reciproco, è spesso necessario “resettare” il carattere, più che lamentarci delle nostre incapacità e formulare buoni propositi che non tengano conto di come siamo fatti in realtà.

Per questo la cura di sé, l’umile lavoro sulla propria umanità è decisiva per migliorare la propria capacità di costruire rapporti veramente buoni in famiglia.

Noi non amiamo a prescindere dalle nostre strutture psichiche, ma per come siamo fatti, con le caratteristiche e con i limiti che ci sono propri.

Per questo è necessario avere molta cura di questo “strumento”.

Spesso, nei rapporti familiari, è come se ci accingessimo ad eseguire una partitura musicale splendida, ma l’esito fosse un po’ deludente.

Non perché lo spartito non sia all’altezza, ma perché il pianoforte non è ben accordato.

Anche i nostri caratteri hanno delle “note stonate” e la nostra interpretazione della relazione amorosa non è armoniosa e bella come noi stessi vorremmo.

L’amore infatti si rende presente e godibile attraverso la nostra umanità, non a prescindere da essa.

Il carattere è un prisma che scinde e rifrange la luce bianca dell’amore in una combinazione originale di colori.

Senza il prisma la nostra luce rimarrebbe invisibile.

Le difficoltà non nascono dunque dalla cattiva volontà, ma dal non tenere conto, dal non avere cura delle dinamiche affettive che possono limitare o impedire la nostra capacità di amare.

Per amare di più, è dunque necessario rendersi conto di come realmente siamo (distinguendolo da come ci piace pensare di essere).

È necessario riconoscere i punti deboli del carattere, le tendenze che noi stessi avvertiamo “ più forti di noi “ che ci portano ad assumere atteggiamenti contrari al valore che noi stessi vorremmo vivere.

Anche le radici fanno parte dell’albero, e dunque è necessario conoscere gli aspetti meno visibili e meno consapevoli di noi stessi.

Nella zona meno conosciuta a noi stessi vivono i nostri virus psicologici, i punti deboli del nostro carattere.

Poco conosciuti a noi stessi ma molto evidenti a chi ci sta vicino, semplicemente perché “li soffre”, sentendosi meno amato di quanto si aspetterebbe.

\* Esempi di punti deboli della personalità di un genitore che limitano la sua capacità di fare il bene educativo reale del figlio.

- Il virus dell’apprensività:

Inoculando nei figli paure eccessive e irragionevoli, il genitore alimenta nei figli l’insicurezza e la sensazione di inadeguatezza che limita la possibilità dei figli di “ fare esperienze ” adeguate alla loro età

- Il virus dei sensi di colpa

Una mamma racconta: *Mio figlio di 7 anni, è nato con la palatoschisi e ha già avuto 4 interventi chirurgici - Quando penso che si senta diverso dagli altri bambini, mi sento una cosa*

*dentro... - Mi dico: L'ho fatto io e non sono stata capace di fare un figlio come si deve. - L'anno scorso non ho avuto il coraggio di dirgli che tornavo al lavoro, part time - Gli dicevo che andavo a trovare i nonni, e lui: Non andare che non mi curi abbastanza - Questa frase mi fa morire - Mi sento in colpa per tutto quello che ha passato. - Mi accorgo che lo accontento troppo, e che gli sto sempre dietro e lo faccio sentire " il principe " della casa. - Sento di doverlo " risarcire " del male che ha sofferto, anzi che io gli ho fatto soffrire.*

Anche nel rapporto di coppia, le difficoltà sono dovute alle debolezze affettive, ai " punti deboli " del carattere, che limitano la nostra capacità di amare e lasciarci amare dal coniuge.

Nel momento solenne della promessa matrimoniale, mentre con la mano destra sottoscriviamo l'impegno ad amare il coniuge, con la mano sinistra (figura dell'inconscio) poniamo furtivamente delle clausole che limitano la validità della promessa amorosa.

Vediamo ancora altri esempi, come questo racconto di una moglie...

*"L'altro giorno ho detto a mio marito: se continui così non ci sto più. In questi anni mi sto spegnendo e il tuo modo di fare mi fa morire piano piano.*

*Eravamo in macchina quando glielo ho detto, e lui non ha fatto una piega. Ho dovuto agitare una mano davanti alla feccia e dirgli: Hai capito bene ?*

*Per essere sicura che avesse capito bene la gravità della situazione.*

*Lui infatti tende a lasciar correre, a passare sopra le cose, a far finta di niente, " tanto poi si aggiustano ", e questo lo fa in tutti gli ambiti della sua vita.*

*Si comporta come se pensasse: ciò che non faccio io, lo farà un altro.*

*Se gli chiedo il suo parere (tipo: dove andiamo in ferie ?) butta lì delle idee quasi a caso, senza preoccuparsi che sia " la cosa giusta ", che tenga conto di tutte le necessità della famiglia, tanto poi ci sono io che ci penso seriamente.*

*Insomma mi sembra di dover correre dietro a lui invece che avere un aiuto da parte sua, e con tre figli non posso più permetterlo.*

*Mi sono ritrovata a sognare il marito di una mia amica e altri uomini più attivi, intraprendenti, sicuri e mi sono chiesta: perché mi succede questo ? Tutto ciò va contro i miei stessi valori, ma è più forte di me.*

*Lui non si ricorda le cose, non le coglie, è superficiale.*

*Soprattutto non parla: bisogna metterlo sotto torchio per farmi dire le cose.*

*Fa fatica a dire, ad esprimersi.*

*E' amorfo, insipido, senza carattere.*

*D'altra parte a casa sua è cresciuto con sua mamma che è tutto un: poverino lavora, poverino è stanco, ...ma anch'io lavoro come lui.*

*Anch'io ho sempre avuto la tendenza a colmare quello che lui non sapeva fare, ma ora non ci stò più dentro.*

*Sono scoppiata, mi sento troppe responsabilità*

*Lui conta sempre sul fatto che " comunque possa andar bene ", spera sempre nella botta di fortuna, ma non si impegna mai.*

*Non lo sento alla pari, non mi dà delle risposte quando ne ho bisogno*

*Mi dice: ti prometto.... Ma poi non lo fa, come i bambini.*

*Quando io tocco il fondo lui si dà una mossa, ma non posso sempre esplodere io.*

*Mi esaspera e poi, come ha fatto ieri, mi regala un libretto delle Paoline dal titolo: " La carità è paziente " e lì sono andata fuori di testa.*

*Se l'avessi visto così non so se l'avrei sposato.*

### Il marito della stessa moglie afferma di sé...

*Io in effetti tendo a lasciarmi vivere. Lascio le cose insolite, le affronto all'ultimo momento. Anche sul lavoro me la prendo comoda. Ho sempre lavorato in coppia con un collega, lui era il leader, io il gregario. Quando si è licenziato lui, io sono andato in tilt.*

*Non sono mai "venuto fuori" con il mio carattere.*

*A casa mia ho sempre recitato la parte del bravo ragazzo, per evitare gli scontri, ma non ho mai fatto veramente quello che credevo giusto.*

*Anche con mia moglie mi sono sempre nascosto dietro il suo carattere, mi dicevo: è lei ad essere troppo aggressiva e diretta, anche se sapevo che diceva cose giuste.*

*Capisco che devo "essere dentro le situazioni", mentre fino ad ora, se le cose erano difficili "immaginavo di essere da un'altra parte", per risolvere il problema.*

Se il rapporto di coppia assume le caratteristiche tipiche del "fare da mamma" al marito, non vi sono le condizioni minime di sistema perché il programma possa essere installato realizzando l'intimità, la fecondità e la felicità che prometteva.

"Stiamo indulgendo nell'utopia di un amore senza sforzo e senza meriti,  
l'amore che un bambino cerca da una madre perfetta.  
Un'utopia che ha ben poco a che fare con l'amore in un matrimonio adulto".  
J. Viorst

Ecco come il virus psicologico dell'insicurezza può innescare dinamiche di coppia distruttive...

*Io sono molto insicura del mio valore, penso sempre che l'altro possa trovare qualcuno migliore di me e lasciarmi.*

*Per evitare questo devo avere sotto controllo tutta la sua vita.*

*Se si ferma con un'amico a parlare, mi scoccia - se qualcuno sa di lui cose che io non so, sono infastidita - se una sera mi dice che non ha niente da dirmi mi arrabbio - se accende il computer per svagarsi, lo vivo un rifiuto di stare con me - quando rientra in casa gli faccio l'interrogatorio: "Dove eri? cosa hai fatto? cosa hai detto?"*

*Ho sempre bisogno di verificare che parla di più con me, che preferisce stare con me, che mi considera meglio di tutti gli altri, altrimenti vado nel panico. - Per questo devo avere il controllo su tutta la sua vita.*

*Gli tolgo la libertà, come la tolgo a me stessa. - Non sono libera di fare le cose che voglio, perché mi dico: come reagirà, come la prenderà?. Non devo dispiacergli mai per non correre il rischio di essere mollata.*

*Io mi lego a lui e cerco di legare lui a me.*

*Ma non siamo felici insieme.*

una giovane donna legge in questo modo le proprie dinamiche affettive...

*Avevo 16 anni quando mi sono fidanzata.*

*I primi anni ero molto aggrappata a lui, perché ero molto insicura.*

*Per me lui era tutto.*

*Lui era un bel ragazzo, affascinante e quasi non ci credevo che guardasse proprio me. Con lui mi sentivo importante.*

*Io non avevo una personalità molto definita, diciamo che mi adeguavo a lui.*

*Quello che piaceva a lui piaceva anche a me.*

*Non avevo un'idea di cosa volevo, mentre lui era più sicuro di sé.*

*Lui mi dava tutto quello che la mia famiglia non mi aveva dato.*

*Per me era semplicemente meraviglioso.*

*Se litigavamo io ero disperata.*

*Avevo sempre paura che non fosse innamorato di me e che mi mollasse, per questo anche le cose che non mi andavano bene, me la facevo andar bene.*

*Cedevo sempre io*

*Quando ci siamo sposati mi ha convinta ad andare ad abitare vicino ai suoi, e io non ho avuto la forza di farmi valere.*

*Ora anche lui riconosce che è stata una decisione sbagliata*

*Poi con i figli è cambiato tutto: sono diventata più sicura di me*

*Ora vedo cose di lui che prima non vedevo:*

*Lui si prende gli impegni, anche fuori casa, e non li rispetta mai, fa le cose all'ultimo momento, anzi mette gli altri nella condizione di doverlo aiutare per toglierlo dai guai. Infatti delega ancora tutte le incombenze che non vuole a suo padre, il quale corre sempre per lui.*

*È abituato a fare solo le cose che gli interessano.*

*E così mi lascia da sola a casa, non mi dà mai una mano con i figli, ma per la caccia trova sempre mezza giornata libera.*

È la classica situazione della moglie che “improvvisamente si sveglia”, diventa capace di vedere le contraddizioni del coniuge e di esigere la reciprocità nel rapporto.

Finché viveva come un favore immeritato che l'altro l'avesse sposata, lei che riteneva di valere così poco, non poteva certo arrischiarsi a chiedere anche di essere aiutata.

Aveva rinunciato infatti ad esigere le giuste condizioni di reciprocità ma questo rendeva il rapporto a bassa intensità, poco costruttivo perché senza un vero dialogo e senza un vero scambio.

Infine, un marito così commenta la sua situazione familiare...

*Mia moglie stravede per sua madre, che abita sotto di noi ed è, per così dire, il suo pilastro.*

*Loro due, madre e figlia la pensano allo stesso modo.*

*Se dico a mia moglie: dai la Tachipirina al bambino, mi dice che sono uno scriteriato, se dopo dieci minuti glielo dice sua mamma, allora va bene.*

*Ha chiamato nostro figlio con lo stesso nome del padre defunto.*

*Ha fatto contenta sua mamma, ma io, tutte le volte che devo chiamarlo, non riesco a pronunciare quel nome assurdo.*

*Sembra che ragionino con una testa sola, sono sempre d'accordo fra di loro e io vengo sempre messo in minoranza.*

*Non si rende conto degli errori educativi che ha fatto sua madre, la ritiene perfetta ed è come se si fosse impegnata a clonarla, ed è dunque pronta a rifarle la stessa cosa con i nostri figli.*

*Uno di questi giorni scoppio.*

In questo caso la mancata risoluzione del rapporto di dipendenza con la mamma impedisce alla moglie di “fare coppia con il marito”.

Non per nulla la Bibbia indica che prima bisogna “lasciare il padre e la madre” per potersi unire al coniuge.

## 2. Quando diciamo: prometto di amarti, cosa promettiamo esattamente ?

“ Ti ho sposato perché mi hai fatto una promessa.  
Quella promessa compensa i tuoi difetti.  
E quella che ti ho fatto io compensa i miei.  
Due persone imperfette si sono sposate  
ed è stata la promessa a fare il matrimonio.  
La promessa che ci siamo scambiati è  
che proteggeremo e salveremo  
il nostro matrimonio da ogni attacco.  
Compresi i nostri. “  
Thornton Wilder

Il matrimonio, dal punto di vista psicologico, non è costituito dalla semplice constatazione della presenza del sentimento amoroso, per quanto intenso (amiamo realmente molte persone a cui non ci sentiamo sposati) ma dall'accettazione di un legame, dalla sottoscrizione di un impegno nei confronti dell'altro.

Si potrebbe dire che non è l'amore a fare il matrimonio, ma lo scambio di promesse con cui due persone si “ legano ”, con cui si impegnano reciprocamente a favore dell'altro.

Dato il sentimento amoroso (necessario), il matrimonio psicologico è costituito dall'assunzione di un impegno nei confronti dell'altro, dalla sottoscrizione di un debito a suo favore che si intende liberamente onorare.

Non siamo sposati perché ci amiamo, ma perché, amandoci, ci leghiamo attraverso lo scambio di una reciproca promessa.

Amare il partner non significa principalmente provare sentimenti molto vividi ed intensi nei suoi confronti.

L'intensità delle emozioni non coincide necessariamente con la autenticità del valore.

Le emozioni fanno certamente parte dell'amore, ma non ne sono l'essenza.

Molti misurano l'amore con termometro del sentimenti, come se l'esultanza emotiva dovesse essere la misura dell'autenticità dell'amore.

Per essere certi di amare il partner, dovremmo dunque sentirci sempre essere sconvolti quando lo vediamo, ma l'esperienza mostra che dopo un po' di tempo, non è così. Ma non per questo ci si ama di meno.

La promessa di amare non può avere come contenuto l'impegno a provare un sentimento, quanto l'impegno, questo sì promettibile, di aiutare l'altro a realizzarsi come persona e di lasciarsi aiutare da lui a realizzarci.

Aiutare l'altro a realizzarsi spesso può significare doverlo “riscattare”, liberare da alcuni condizionamenti che lo limitano, lo sviano, gli fanno perdere tempo.

Una moglie afferma:

*Mio marito vive per il lavoro, e per lui “ fare tanti soldi ” ed aver successo è la cosa più importante. - Si è buttato a capofitto nella sua azienda, ma per fare questo trascura tutto il resto. - Lui è preso dal desiderio di “ dimostrare ” di essere uno riuscito e di successo. - Si mette in relazione con gli altri a partire dal fatto che lui è importante, speciale, formidabile.*

*Con le donne in particolare vuole esercitare il “ fascino dell'imprenditore ”.*

*Anche da piccolo quando non accettava di essere più piccolo e mingherlino degli altri.*

*È una specie di sciocca rivincita con il mondo, per non essere stato apprezzato come lui avrebbe voluto*

*Per questo però trascura troppo la sua famiglia e i suoi figli, e non si accorge che perde il meglio della vita, perché i figli diventano grandi e non se li godrà più.*

*Si sta perdendo dietro a questa illusione.*

Ma la promessa vincola anche a lasciarsi aiutare dall'altro a diventare la persona che dovremmo diventare.

La promessa che unisce in matrimonio è duplice: la promessa di amare l'altro e lasciarsi amare da lui.

Dobbiamo fedeltà ad entrambe queste due promesse, particolarmente alla seconda di esse, la meno considerata.

Onorare la promessa di lasciarci amare è altrettanto e forse più difficile che cercare di amare il coniuge.

Accettare la promessa amorosa del coniuge significa dire all'altro: decido che mi lascerò aiutare da te e proprio da te a realizzarmi, dando alle tue parole un peso, un'importanza come a quelle di nessun altro.

Ed anche: partirò dal presupposto che le cose che vorrai dirmi, le dirai per il mio bene, nel mio interesse.

Mi fiderò di te. Ti crederò.

Accordarsi reciproca fiducia, anzi credere l'uno nell'altro, è la condizione crea l'alleanza matrimoniale.

Il matrimonio infatti non è un contratto, ma è un'alleanza, perché anche dal punto di vista psicologico tocca meccanismi da quelli mossi dalla relazione contrattuale, finalizzata alla composizione di interessi divergenti.

#### Ma in che modo si aiuta il coniuge a realizzarsi ?

Attraverso i due strumenti della valorizzazione e della critica

Entrambi presuppongono una libertà psicologica (*libertas dicendi*) che spesso possediamo in misura limitata o francamente insufficiente.

#### 1) La valorizzazione:

Tutti abbiamo bisogno di essere visti da qualcuno che intuisce il nostro vero valore e di essere confermati nella nostra reale positività

Spesso abbiamo bisogno di una persona che intuisca l'immagine originale di noi stessi, che ci aiuti a superare le percezioni difettose della nostra identità consegnateci dai nostri genitori.

Lo sguardo del partner può aiutarci a capire chi siamo per davvero, e in cosa consiste il nostro vero valore come persone.

“Cerco di fargli capire cosa c'è di bello in lui e cosa potrebbe fare per diventare migliore”, ebbe a dire una giovane donna commentando il suo modo di intendere il rapporto con suo marito.

Ma anche questo compito così importante, è insidiato da debolezze affettive specifiche, come ad esempio l'invidia

#### Una moglie commenta:

*Se lo sopravanzo in qualcosa, mio marito, soprattutto di fronte agli altri, segretamente se ne risente. Si sente sminuito e cerca di sminuirme me. - Non riconosce i miei meriti e le mie capacità. - In alcune cose, devo ammettere, sono migliore di lui, vedo più in là di lui, io ci arrivo prima, ma lui mi ha sempre zittita, come se le mie capacità gli dessero un fastidio. - Non capisco perché per sentirsi valido lui, deve schiacciare me. - Se sono felice per qualcosa mi deve sempre dire che sono*

*felice per stupidaggini. - Se mi metto a cantare, storce il naso. - Se ascolto musica, mi fa sentire una donna poco seria. - Se guardo la tv mi fa capire che sono una che guarda certi programmi senza senso.*

*Io sono sempre stata gioiosa, scherzosa, estroversa, ma dopo tanti anni che sto con lui non rido più.*

*Mi rendo conto che non sono io sbagliata, è lui che è invidioso di me, e che mi rovina la gioia del mio modo di vivere solo perché lui non se li concede. - A volte preferisco pensare che sono esagerata io e che ha ragione lui, per non farmi prendere dal dubbio di aver scelto la persona sbagliata.*

## 2) La critica

Per realizzare il bene dell'altro, è necessario dire ciò che egli deve sentirsi dire, anche se non gli piace. Questa è anche una definizione – un po' prosaica ma vera - dell'amore).

Spesso l'amore impone di offrirsi liberamente al dolore dell'incomprensione, diversamente non è disinteressato e dunque non vero perché condizionato dalla paura delle conseguenze, delle ritorsioni, delle segrete complicità che consigliano di tacere anziché dire.

Ecco un esempio di ciò che si intende per incapacità di "criticare" il coniuge

*Che ne pensi di tua moglie come mamma?*

*Penso che sia fin troppo preoccupata per i figli.*

*Ha il terrore che si facciano male.*

*Dice sempre: Non fate questo, non fate quello, in pratica non possono fare niente.*

*Secondo me, li tiene sotto una campana di vetro, e io non sarei molto d'accordo.*

*Non esce mai di casa, nemmeno il fine settimana per non lasciare i bambini a nessun altro, è molto gelosa e possessiva.*

*E tutta assorbita da loro, direi troppo, vede solo i figli.*

*Dovrebbe mollarli un po' di più ...*

*Hai provato a dirgli queste cose?*

*Io provo a dire quello che penso, ma lei mi risponde che sbaglio io. Allora lascio perdere.*

*Io sono fatto così: dico le cose e, se vanno in porto, bene; se no, lascio andare.*

*Mi dico anche: forse avrà ragione lei, bo! In pratica mi reprimo da solo per non avere scontri, come ho sempre fatto nella mia vita. In fondo penso che lei è migliore di me, che è più matura ed intelligente di me e, in fondo di avere poco da darle.*

*Che difetti ha tua moglie ?*

*Se gli dici qualcosa tiene il muso in modo esagerato, è permalosa fuori misura.*

*Si chiude a riccio e non si sblocca. Sono sempre io a dover rompere il ghiaccio.*

*Un po' ci provo, ma non riesco a prendere in mano la situazione e a scuoterla, anche arrabbiandomi. Mi scoraggio e lascio perdere.*

*In effetti non c'è mai stato un grande dialogo fra di noi.*

*Mi dico: io ho i miei difetti, lei ha i suoi, quindi dobbiamo sopportarci a vicenda.*

*Non dovrei lasciarmi spaventare dai suoi muso lunghi e farmi vedere più risoluto e deciso.*

Amare un altro significa anche lottare per lui: altrimenti la relazione è un semplice accomodamento, senza scambio e senza un rapporto fecondo

Il cavaliere valoroso è colui che affronta e uccide il drago, non si lascia scoraggiare dalle prove e dalle difficoltà. per liberare la bella fanciulla: è una metafora efficace per spiegare il tema psicologico della "lotta" per tirar fuori il meglio dell'altro.

## D'altra parte non è facile nemmeno lasciarci amare dal coniuge

Quando infatti il partner ci prova davvero a renderci migliori, mettendoci in discussione e mostrandoci le nostre contraddizioni, generalmente non gliene siamo molto grati.

Le reazioni difensive più comuni alle critiche del coniuge possono ad esempio essere:

- Sviare la conversazione, con considerazioni “che non c'entrano niente”, con il problema
- Evitare, rimandare sempre, non trovare mai il tempo per affrontare il discorso
- Aspettare che gli passi (grave svalutazione implicita dell'altro, ritenuto esagerato, isterico)
- Negare l'evidenza di ciò che egli stesso ha detto o fatto (sviluppando nel coniuge la cosiddetta “sindrome del registratore”)
  - Pretendere che basti dire “ho sbagliato” perché tutto sia definitivamente dimenticato, esigendo come un diritto che l'altro dimentichi tutto
  - Ribaltare il discorso, accusando l'altro di ciò di cui si viene contestati.
  - Fare i permalosì: mettere in punizione l'altro non parlandogli per giorni interi ricattare il coniuge con minacce fuori luogo del tipo: allora me ne vado !
  - Promettere di cambiare più per accondiscendenza che per vera convinzione personale (dopo poco tempo infatti tutto torna come prima)

A questo proposito una moglie commentava:

*Quando mi lamento di lui, mio marito incassa il colpo, mi da ragione, promette di cambiare ma non lo fa mai. Sopporta le critiche ma non fa una piega.*

*Quando mi arrabbio lui fa il cane bastonato e dice: allora pensi che io non faccia proprio niente? Sei brava solo tu ? Torna a casa con il gelato per “ distendere gli animi” e io vado su tutte le furie.*

*Lui in realtà pensa che io sia esagerata e aspetta solo che mi passi.*

*I suoi comportamenti mi fanno sentire in colpa ma hanno una certa presa su di me: infatti penso che potrebbe essere vero quello che dice lui.*

*Entro nel dubbio e dico a me stessa: in fondo cosa mi manca? c'è chi sta ben peggio di noi. Forse sono io che pretendo troppo, che dovrei accontentarmi, sono io che ho un brutto carattere.*

*Se lui vede che sono un po' più serena, pensa che sia passato tutto e si riavvicina a me, senza capire che voglio qualcosa di diverso da lui.*

*Ma non deve solo aspettare che mi passi.*

...E tutto questo con grave danno all'alleanza matrimoniale, perché rende sterile il rapporto, impedendo all'altro di renderci migliore contro il nostro stesso interesse.

### 3. Come fa Dio ad agire nel nostro rapporto di coppia ?

Che il sole risplenda o meno nel cielo non dipende dal suolo.  
Ma se il sole risplende non è indifferente che il suolo sia coltivato o incolto,  
Un campo incolto fa ostacolo all'azione fecondatrice del sole.  
Così, avere o non aver la Grazia non dipende dall'uomo, ma dalla liberalità di Dio.  
L'uomo tuttavia può ostacolare o facilitare la sua azione.

C.V. Thuhlar

Il lavoro sui punti deboli del nostro carattere non è solo un lodevole tentativo di diventare delle persone migliori, ma è la condizione perché Lui possa agire attraverso di noi.

Poiché Egli ha deciso di servirsi di noi, della nostra umanità e del nostro carattere per promuovere la riuscita del nostro partner e “salvarlo”, per quell'anticipo di salvezza costituito da una vita serena e realizzata.

La consapevolezza psicologica dei nostri limiti ed il sano dispiacere che ne deriva è già un regalo suo, parte di quell'aiuto promesso per far riuscire bene il nostro matrimonio.

Nel desiderio di conoscerci, di ammettere con maggiore realismo i nostri limiti, è già all'opera la sua grazia.

Ed è il modo con cui noi ci rendiamo concretamente disponibili e docili all'azione della grazia.

La sua grazia non agisce mai “scavalcando” la nostra psicologia (vale ancora lo splendido *gratia supponit naturam et perficit eam*), ma migliorando la nostra stessa personalità, la rende adatta a lasciar passare il suo amore, rendendoci progressivamente più simili a lui nel voler bene al nostro partner.

In questo modo la nostra capacità di amare l'altro si approfondisce e si purifica da tutti i condizionamenti psicologici, da tutte le dinamiche affettive che limitano o inquinano la nostra capacità di mantenere fede alla promessa matrimoniale.

La conoscenza di noi stessi dunque, va perseguita con gli strumenti dell'introspezione psicologica, ma va desiderata e invocata come una grazia.

Egli si incarica di far maturare il nostro rapporto di coppia, invisibilmente ma realmente attraverso l'intreccio delle circostanze, le concrete situazioni che ci troviamo a vivere.

Due particolarmente: le soddisfazioni e le difficoltà, talvolta le crisi del rapporto di coppia.

Le soddisfazioni ci rendono certi del nostro valore, ci rendono consapevoli della nostra capacità di dare, di amare l'altro, a partire dal riconoscimento che il nostro partner ci offre circa ciò che di positivo sappiamo dare a lui e ai figli.

Ma anche le difficoltà possono far maturare il rapporto di coppia: ci obbligano a superare qualche atteggiamento egocentrico, a lasciar morire qualcosa di noi per diventare maggiormente capaci di voler bene, a limare alcuni aspetti del carattere per riuscire a prendere posizioni più “per amore di verità e di giustizia” superando il sottile egoismo che si nasconde dietro la sopportazione, la paura delle reazioni dell'altro, la paura di essere lasciati, la paura di non piacergli più.

La fede non è un talismano che protegge dalle difficoltà di andare d'accordo.

La differenza tra chi crede e chi non crede sta nella maggiore fiducia con cui chi ha fede vive le difficoltà.

Questi, emotivamente non le rifiuta, le affronta con più coraggio perché sa che “non capitano per caso” e che attraverso la lettura realistica e coraggiosa (non difensiva) del “perché sta succedendo questo” è all'opera la sua promessa di assistenza.

Chi ha fede si fida di più, è più disposto a credere che anche la sofferenza abbia un senso e si dispone con più coraggio a “pensare” e a capire la situazione problematica.

Quando le difficoltà vengono a cercarci, possiamo solo decidere come viverle, che atteggiamento assumere nei loro confronti.

Quando permettiamo che vinca in noi una lettura parziale o di comodo della difficoltà presente, influenzata dal nostro orgoglio, deformata dal vittimismo, condizionata dalla furbesca voglia di non avere responsabilità, soffriamo di un dolore malato, che non viene dalla sua mano, ma che ci stiamo dando da soli.

Quando soffriamo perché fuggiamo dalla verità di noi stessi e dalle nostre responsabilità, trasciniamo la croce con grande fatica, smarrendo la serenità, con un grave senso di distruzione psichica.

E in genere le croci che ci noi stessi scegliamo, sono peggiori di quelle che la vita ci chiederebbe di portare.

Chi sa che la riuscita del matrimonio non è solo una sua preoccupazione, accetta più facilmente la prova, ne è meno impaurito, è maggiormente disposto a capire ciò che deve capire e ad attuare i necessari cambiamenti con maggiore prontezza.

Cerca in se stesso delle coraggiose verità, non importa se brucianti, è capace di riconoscere la parte di ragione che spetta al partner e rinuncia con coraggio alle “ bugie che si vorrebbe raccontarsi “

Nel dialogo, si mostra più desideroso di capire la verità che di difendere il suo punto di vista.

Lo sguardo di fede dinamizza e fortifica i processi psichici, intensifica le energie. Toglie all'anima la paura che tutto sia assurdo ed inutile, infonde la certezza che valga la pena di provare a renderci disponibili alla verità.

A capire davvero come stanno le cose fra di noi.

Dentro la crisi vede il Suo tentativo di trasformare entrambi per renderci capaci di essere fedeli alla promessa che ci lega.

Nel sacramento del matrimonio Egli ci chiede di accettare come regalo di nozze da parte sua una promessa: la promessa di aiutarci a rendere valida, operante ed effettiva la reciproca promessa di amarci, che rischia di fallire, compromessa com'è da tutti i nostri limiti umani.

E' come se nel sacramento ricevessimo da lui un dischetto originale contenente il programma “ come amare lei /lui “ con le seguenti caratteristiche: è gratis, compatibile con il nostro computer, con garanzia illimitata, eterna addirittura.

Questa potrebbe essere definita, in termini molto prosaici, la grazia del sacramento.

Se accettiamo di installare questo programma di assistenza, è come se il Suo modo di conoscere il coniuge e la Sua voglia di spenderci per la sua realizzazione passasse progressivamente dentro di noi facendoci diventare capaci di amarlo “come lo ama lui”; perché così ha deciso irrevocabilmente: di servirsi di noi per far sentire amata l'altra persona e per dargli un anticipo di salvezza, proprio attraverso di noi.

Attraverso l'umile lavoro sulla nostra umanità creiamo le condizioni perché la grazia possa agire in noi, e attraverso il nostro carattere possa fluire un amore più puro, più forte, più libero, più simile al Suo.

Arrivando, poco per volta, ad amare da Dio.