

Roma, Casale Garibaldi, 6 marzo 2010
Relatori: Maria e Raimondo Scotto

Dalla famiglia al quartiere e ritorno *Le dinamiche familiari nei contesti metropolitani delle grandi città*

Introduzione

Vivere in una grande città come Roma oggi non è facile, ma anche in un piccolo centro, in un piccolo paese le difficoltà non mancano. Sono crollati tanti modelli sociali e ne stanno nascendo di nuovi e, come in ogni grande momento storico di grandi trasformazioni, vengono a mancare i punti di riferimento, le linee guida, gli orientamenti sicuri.

Oggi nella maggior parte delle famiglie si lavora in due (ed è già una fortuna!), ci si sposta facilmente dal proprio paese d'origine per cercare lavoro, i familiari che prima aiutavano le giovani famiglie con i bambini piccoli sono lontani...Non c'è tempo per lo sport, lo svago, la cura della dimensione spirituale e comunitaria; lo stress regola la vita, si corre, spesso dimenticando gli obiettivi e il senso più pieno della nostra esistenza.

La domenica ci si ritrova tante volte nelle nuove cattedrali, i centri commerciali, dove alberga confusione e consumismo e si ritorna spesso a casa più stanchi di prima, insoddisfatti.

Non possiamo però chiuderci in uno sterile pessimismo. E' necessario riconoscere anche i tanti **elementi positivi** presenti nel mondo di oggi; ad esempio: la preoccupazione più viva per il rispetto dei diritti umani; la crescente convinzione di una radicale interdipendenza tra i popoli; la preoccupazione per la pace; la maggiore consapevolezza dei limiti delle risorse naturali disponibili, anche ai fini della programmazione dello sviluppo; la reciproca apertura tra le culture, terreno privilegiato per il dialogo tra uomini e donne impegnati nella ricerca di un autentico umanesimo; la maggiore libertà nell'esprimere le proprie idee, la valorizzazione della donna e dei bambini, ecc.

Tuttavia la famiglia non è ancora valorizzata abbastanza e non ha ancora trovato la sua strada. Per sopravvivere in modo armonioso e sereno, ci sembra che una via d'uscita sia quella di stabilire relazioni profonde e significative a tutti i livelli, a partire dal suo contesto. Se essa ritroverà unità, serenità, coesione, sarà in grado non solo di fronteggiare le difficoltà di questo momento storico, ma anche di dare un contributo alla valorizzazione degli elementi positivi di questa società e di costruirne dei nuovi.

La famiglia, pur essendo spesso la più piccola e indifesa cellula sociale, ha in sé un potenziale impensato e rappresenta la base da cui partire per rinnovare un quartiere, un paese, una città. P. Donati (1998), un esperto della situazione sociologica della famiglia, conferma la tesi di uno studioso (G.Murdock), che ha comparato 250 società di ogni epoca storica (1968), *“sostenendo che una società per essere abbastanza auto-sufficiente e capace di sopravvivere non può fare a meno della famiglia nucleare, gruppo primario universale caratterizzato dalla residenza comune, dalla cooperazione e dalla riproduzione”*.¹

Perciò, la marcata crisi dell'istituto familiare, così evidente oggi sotto gli occhi di ciascuno, diventa crisi della società civile, che è sempre di più esposta a molteplici sfide che non riesce facilmente a risolvere.

Innamoramento e amore

¹ S. De Persio. La famiglia attuale come rappresentazione di un nuovo modo di vivere insieme, in Riv. Sessuol. Vol. 27 – n.3 luglio-settembre 2003, pag. 170

Nonostante la sua importanza, la famiglia non gode di sostegno sociale, per cui oggi creare una famiglia stabile che duri non è un impegno facile.² Da dove iniziare? Tante volte si vorrebbe riuscire ad amare l'altro, ma poi alla prima difficoltà ci si ferma e ci si dice: Non ci amiamo più. Una delle cause di tutto questo è la confusione sulla parola: amore.

Occorre prima di tutto fare una distinzione tra l'innamoramento e l'amore, perché spesso i due termini vengono confusi. L'innamoramento costituisce generalmente la fase iniziale di una storia d'amore; è una realtà forte e misteriosa, che scocca all'improvviso senza leggi precise o regole codificabili. Un bel giorno, tra tante una persona ci colpisce, ci spinge ad intraprendere una strada comune; per lei o per lui siamo disposti a tutto, il tempo non esiste più, gli altri sembrano sparire. E' una forza esplosiva che ci dà il coraggio di allontanarci dalle sicurezze familiari per percorrere sentieri sconosciuti. Da questa fase iniziale dell'amore ad un certo punto si passa ad una fase più realistica, si cominciano ad intravedere le prime crepe, gli inevitabili limiti, le esigenze dell'altro che non collimano con le nostre. L'innamoramento (è dimostrato anche scientificamente) dura dai 18 mesi ai 3 anni circa.³ E' allora che alla magia del primo momento dobbiamo dar posto all'amore vero che si costruisce con un paziente lavoro quotidiano.

Bisogna passare da una fase di relazione piuttosto utilitaristica, in cui c'è una pretesa infantile di fusione ad ogni costo, di desiderio di essere amati e di ricevere, ad una fase più matura, meno egocentrica. Scrive P. Crepet: *“L'incapacità di “tenere” un amore a lungo è molto diffusa. Alcuni sono capaci d'innamorarsi tante volte ma non di mantenere un rapporto. Il nucleo del problema è l'immaturità. E' tipicamente infantile infatti pensare che l'amore si limiti all'innamoramento, badando bene a non mettersi mai in gioco.”*⁴

L'amore vero ha bisogno di cuore, ma anche di altri elementi. Oggi la cultura contemporanea ci impone l'abbandono totale di noi stessi al mondo dei sentimenti. – *“Fai solo quello che senti, vai alla ricerca di nuove emozioni, ecc.”*. Tante infedeltà, tante crisi coniugali, tanti matrimoni che si sciolgono all'insorgere delle prime difficoltà sono proprio frutto di questa cultura del sentimento, che pare abbia dimenticato qualità umane importanti, come la capacità di perdonare, di riflettere, di accettare la diversità, la volontà di amare. Non si tratta di mettere da parte emozioni e sentimenti, così importanti nella nostra vita, ma di armonizzarli con la ragione e con la volontà.

Sembra un paradosso. Da un lato è aumentata la richiesta di amore, un amore duraturo che assicuri rispetto, passione, fedeltà all'altro; dall'altro lato nessuno insegna come costruire l'amore, come dargli continuità, quali sono le regole da apprendere con pazienza.

E così a volte la crisi di coppia insorge improvvisa, quasi imprevedibile. Le separazioni partono già pochi mesi dopo il matrimonio e con essa la stabilità della famiglia è subito dissolta. In qualche Paese europeo la media è superiore al 50 % dei matrimoni, con un picco addirittura superiore nelle grandi aree urbane. Dopo il primo matrimonio, c'è una percentuale, molto minore, che tenta una seconda unione. Ma anche a questo livello non esiste la garanzia di una nuova stabilità. Sono molto alti i fallimenti anche della seconda unione.

Occorre essere attenti per capire quando c'è qualcosa che non va per porvi opportunamente rimedio. W. Pasini individua quattro meccanismi che, se presenti, consentono di predire il divorzio con il 91% di probabilità:

- “a) critica sistematica del partner o del suo operato*
- b) disprezzo del partner, anche quando si sforza di migliorare la propria comunicazione;*
- c) silenzio difensivo come risposta all'aggressione del partner;*
- d) fuga dalla discussione, rifugiandosi nel giornale, nel telecomando, o uscendo dalla stanza o di casa”.*⁵

² Cf. W. Pasini. La vita a due. La coppia a venti, quaranta e sessant'anni. Oscar Mondadori 2007, pag.136

³ F. Tripodi e C. Simonelli. La formazione della coppia, in “psicologia dello sviluppo sessuale ed affettivo, a cura di C. Simonelli. Carocci, Roma 2008, pag. 140-141

⁴ P. Crepet. Sull'amore. Innamoramento, gelosia, eros, abbandono. Il coraggio dei sentimenti. Einaudi 2006, pag.217

⁵ W. Pasini. La vita a due. La coppia a venti, quaranta e sessant'anni. Oscar Mondadori 2007, pag.108

L'arte di amare.

Se l'innamoramento non va confuso con l'amore, cerchiamo allora di vedere meglio cos'è l'amore. Cominciamo col dire che l'amore è un'arte. Negli ultimi tempi vari autori hanno parlato dell'arte di amare, indicando una strada da apprendere e da percorrere per arrivare ad una unione armoniosa e duratura.

L'amore ha alcune caratteristiche indispensabili.

1. **Punta al positivo.** Prima di tutto cerca di cogliere le qualità, il valore nascosto nell'altro, andando aldilà delle più oscure apparenze. Soprattutto quando ci vengono in luce i suoi difetti, cerca di coglierne anche i pregi, che necessariamente devono esserci. Tante volte questo tipo di atteggiamento aiuta a far venire fuori tutte le sue potenzialità positive.
2. **Ama per primo.** Non aspetta che sia l'altro a fare il primo passo; quando per una qualsiasi ragione il rapporto si dovesse interrompere, non sta a vedere chi ha torto o chi ha ragione, ma ricomincia sempre, sapendo anche perdonare se occorre. Spesso perdonare viene inteso come segno di debolezza. Scrive, invece, uno psicoanalista: *“Soltanto una personalità forte e ben strutturata possiede la maturità per comprendere che la più importante dimostrazione di “forza” è data dalla capacità di perdonare.”*⁶
3. **Ama sempre,** in qualsiasi occasione, anche quando i nostri stati d'animo vorrebbero frenarci per i motivi più vari.
4. **Ama momento per momento,** nel presente della vita, senza rifugiarsi nel passato o nel futuro.
5. **Ama, facendosi uno con l'altro.** Cercando di calarsi nei suoi panni, nella sua cultura, nella situazione che sta vivendo. Questo aspetto dell'amore è molto importante in famiglia. Tra l'uomo e la donna, oltre alle differenze fisiche ben evidenti, esistono anche delle differenze di comportamento, dei diversi modi di reagire di fronte allo stesso avvenimento, ad uno stimolo, ad un sentimento, ecc. Occorre continua attenzione all'altro, alle sue esigenze tante volte così diverse dalle proprie, cercare di capirle dal di dentro. C'è, infatti, qualcosa di lui o di lei che a volte ci sfugge, ci è incomprensibile; è il suo mistero, il suo essere unico e originale. Questo contemplare ed accogliere il mistero dell'altro ci può far ritrovare lo stupore di fronte a lui e liberarci dalla monotonia, aiutandoci a rinnovare continuamente la relazione.

A volte la diversità dell'altro è tollerata, ma non veramente accolta dentro di sé. Occorre prendere coscienza che la diversità tra l'uomo e la donna è una ricchezza, non un ostacolo; è guardare la stessa realtà da due prospettive diverse che si completano e ne danno una visione più completa. Come avviene per la vista. La visione con un solo occhio è piatta, con due occhi si scorge anche la profondità delle cose.

Certamente, sul piano dell'attuazione pratica, sarà necessario a volte del tempo per trovare delle linee comuni, ma in questa ricerca la coppia cresce e si affiatata. Si tratta di non porsi di fronte a lui/lei in un atteggiamento di difesa, come se egli volesse minare alla radice le mie sicurezze, ma in un atteggiamento di accoglienza che meglio di qualsiasi altra cosa può aiutarlo/a ad esprimere le sue potenzialità più nascoste.

6. **Ama tutti.** Non si rinchiude nell'esclusivo benessere personale o della propria famiglia, ma ama anche gli altri, indipendentemente dall'età, dalle convinzioni religiose, dalla cultura, dalla razza, sperimentando che solo così si cresce, si matura, si rinforza la propria identità. **Amare tutti.** Sembrerebbe strana questa dimensione dell'amore in un rapporto come quello di coppia, caratterizzato dall'esclusività e dalla fedeltà. In realtà l'amore è come un fuoco, e il fuoco per restare acceso ha bisogno di essere alimentato, ha bisogno di legna, di carbone. Se non si amano anche gli altri, l'amore di una coppia diventerà qualcosa di chiuso e pian

⁶ A. Carotenuto, Il gioco della passioni. Bompiani 2002, pag. 107

pianino si spegnerà. Al contrario, se si amano tutti gli altri (parenti, amici, colleghi, ecc.), l'amore resterà sempre acceso.

Certamente la famiglia ha bisogno di conservare anche la propria intimità. Per questo essa potrebbe anche essere definita "**un sistema socchiuso**", perché la sua porta non deve essere sempre aperta, ma neanche sempre chiusa.

7. **Ama fino al dono della vita.** Non misura ciò che dà, non sta a guardare se è riamato, ma è pronto sempre al dono totale di sé. Col patto matrimoniale ci si consegna totalmente all'altro anche col dono del proprio corpo; e ciò significa dargli diritto ad una relazione unica, a gesti riservati solo a lui, ad una esclusività nella propria intimità.
8. **La reciprocità.** Ciò non significa che l'amore dell'altro non mi interessi, tutt'altro. L'amore tende per sua natura alla reciprocità. Ma l'esperienza dimostra che, quanto più sarà presente un amore con le caratteristiche che abbiamo cercato di evidenziare, tanto più facilmente arriverà la sua risposta. Nel caso dovesse tardare ad arrivare, se ci abitueremo ad amare tutti in questo modo, sarà più semplice saper avere pazienza, saper aspettare, saper ricominciare senza scoraggiarsi.

La reciprocità tra due sposi va anche stimolata con un comportamento gioioso, amabile, ottimista; con la cura della propria persona anche nell'abbigliamento; dicendo le proprie esigenze per farci conoscere di più, ma senza pretendere mai che esse vengano soddisfatte, ecc..

Importanza dell'autostima

Ci rendiamo conto che, in una società come la nostra, non è facile vivere in questo modo nella famiglia e nel rapporto con gli altri. Vorremmo sottolineare un aspetto della nostra vita, che può essere di notevole aiuto.

Dicono gli psicologi che, per riuscire ad amare veramente l'altro o l'altra, è necessaria prima di tutto una "**capacità di solitudine**", cioè la capacità di saper restare in piedi da soli in ogni situazione, di non appoggiarsi al proprio partner per poter andare avanti, di non far dipendere la propria vita dalla sua stima o dalla sua benevolenza. Alcuni, a volte, trascorrono tutta la vita ad elemosinare dal partner una carezza o un'affettuosità, un complimento, un incoraggiamento a tutti i costi. Scrive W. Pasini: "*Si può vivere bene accanto a un'altra persona soltanto se si è diventati un «intero», (...) in altre parole se si sceglie il partner non per soddisfare il bisogno di «completarsi».*"⁷ E Dacquino, che "*anche se il rapporto d'amore arricchisce entrambe le personalità*", esse "*non necessitano però di tale integrazione per realizzare se stesse individualmente.*"⁸

Tutto dipende dal tipo di stima che abbiamo di noi stessi, dal valore che attribuiamo alla nostra persona, dal grado di sicurezza che possediamo. Se questa sicurezza è molto bassa, tenderemo a difenderci anziché a donarci, ad avere bisogno dell'altro per la nostra sicurezza e quindi ad amarlo non per ciò che è, ma solo per ciò che è capace di darci. Più la persona ha una propria identità, più è capace di donarsi in modo gratuito; più ha fiducia in se stesso, più ha fiducia nelle capacità dell'altro. L'amore del prossimo presuppone l'amore di sé. Senza amare sufficientemente se stessi, non è possibile amare veramente nessuna persona.

L'amore di sé non va, però, confuso con l'egoismo, che è invece un ripiegamento su di sé, che esclude gli altri, ma è piuttosto una buona valutazione della propria persona. Non si tratta di nascondere a se stessi i lati più bui della propria personalità, le esperienze negative fatte, ma piuttosto nel saperli riconoscere ed accogliere dentro di sé, nella consapevolezza che anche dal buio può venir fuori la luce. Sarà più facile poi scoprire anche i nostri lati più luminosi, i nostri talenti specifici. Solo da una vera umiltà può fiorire la consapevolezza di tutto il valore della nostra persona.

^{7 7} W. Pasini. La vita a due. La coppia a venti, quaranta e sessant'anni. Oscar Mondadori 2007, pag. 117, vedi anche pag. 202

⁸ G. Dacquino. Cos'è l'amore. L'affetto e la sessualità nel rapporto di coppia. Mondadori 1966, pag. 263

A volte la nostra autostima è molto bassa. Basta poco per irrigidirci. Un saluto mancato, una mancanza di delicatezza ci mandano giù. Un'idea diversa dalla nostra ci fa traballare nella nostra sicurezza, ci fa sentire rifiutati. Un rimprovero ci fa sentire feriti nel nostro orgoglio e facciamo fatica a ricominciare.

Qualunque sia la nostra situazione, bisogna fare sempre tutta la nostra parte per crescere nell'autostima, specie in quei casi in cui avvertiamo che essa per una serie di circostanze è un po' traballante ed ha bisogno continuamente di puntelli, di stimoli, di sentirci apprezzati, elogiati, sostenuti.

Per questo, anche se siamo sposati, bisogna cercare sempre di crescere come singole persone nella propria individualità, ben sapendo che certe ferite lasceranno sempre delle cicatrici. Non è necessario fare sempre tutto insieme; può essere a volte importante anche fare delle cose diverse, se queste ci gratificano, ci aiutano a superare le tensioni quotidiane; un incontro, una meditazione personale, la lettura di un libro, un'attività sportiva, tutto può aiutarmi a crescere, ad acquistare maggiore sicurezza in me stesso e, di conseguenza, ad amare meglio.

A volte si può avere l'impressione che, facendo cose distinte, si possa togliere del tempo all'altro. In realtà non è mai tempo perso, ma è tutto tempo guadagnato perché la mia crescita personale si riflette positivamente sulla coppia.

Anche nella famiglia ci si può aiutare reciprocamente a crescere nell'autostima, donandosi delle conferme: *Come hai parlato bene! Come sei stato bravo nel tuo lavoro!*, sottolineando tutto il positivo che si sperimenta nel quotidiano. Ma anche un gesto affettuoso imprevisto può servire come conferma: *Tu vali, tu sei importante per me!*

Saper comunicare.

Un altro segreto è saper comunicare. E' importante prendere coscienza che noi non comunichiamo solo con le parole, ma anche con tutto il nostro essere. A volte cerchiamo di dire delle cose positive, ma con un tono di voce frettoloso, che esprime un'agitazione interiore; una voce impaziente, poco gentile, arriva come un messaggio di poco amore, di poca attenzione.

Nella comunicazione, poi, è fondamentale l'ascolto profondo, avere l'animo libero da pre-giudizi, da risposte pre-confezionate; un ascolto attivo che incoraggi senza sommergere subito l'altro con le nostre idee.

Un tipo di comunicazione privilegiata per una coppia di sposi è la comunicazione sessuale. Anche questa è un tipo di linguaggio. I gesti sessuali dovrebbero, infatti, riuscire ad esprimere il dono totale di sé. Quanto più esprimeranno questa realtà, tanto più essi saranno fonte di gioia per la coppia, dando un enorme contributo alla crescita della loro comunione. Tuttavia, pur essendo così importante, non si può pensare che solo dalla vita sessuale dipenda la riuscita di un matrimonio.

Il rapporto con gli altri membri della famiglia

Cominciamo dal rapporto con i figli. Come una pianta ha bisogno della luce adatta per crescere, così i figli hanno bisogno prima di tutto dell'unità dei genitori per crescere e maturare. D'altra parte, quando è presente questa unità, due genitori saranno maggiormente in grado di comprendere e di attuare il loro ruolo educativo senza cadere nel permissivismo o nell'autoritarismo. L'unità è più forte delle parole, dei discorsi e arriva dove noi non pensiamo che si possa arrivare.

Il tessuto familiare non è costituito solo dai figli, ma è un intreccio di rapporti; pensiamo, per esempio, al rapporto tra fratelli, tra nonni, zii e nipoti, tra cugini, ecc., che tante volte sono così diversi tra loro. La famiglia può insegnare a conciliare gli opposti, a scoprire in ciò che è diverso da sé una fonte inesauribile di risorse, un completamento, una maniera differente di guardare alla realtà. Si comprende così, anche attraverso la luce che circola e lega i vari membri di una famiglia,

che la realtà è molto più ricca e completa, se osservata attraverso gli occhi di tutti, che le idee di uno si possono arricchire notevolmente attraverso le idee di un altro. In questo modo la famiglia può diventare la prima scuola di accoglienza della diversità, può aiutare a capire come porsi di fronte a chi è diverso da me per cultura, per età, per razza, per religione, ecc., aiutando ad essere liberi di fronte ad ogni persona e ad avvicinare ognuno senza pregiudizi, cercando di cogliere sempre ciò che unisce piuttosto che ciò che divide.

Famiglia e società

Quando si pensa alla fecondità di una famiglia, subito si pensa ad una famiglia con tanti figli. In realtà in questo caso sarebbe meglio parlare di coppia fertile, perché la fecondità è un'altra cosa: essa è strettamente legata all'amore che dalla famiglia si apre sulla società. Infatti, una famiglia unita diventa naturalmente punto di riferimento per tanti, è capace di rinnovare la vita in un condominio, in un ambiente di lavoro, in qualsiasi tipo di comunità religiosa e non. In questo senso una coppia con tanti figli potrebbe essere considerata sterile ed una senza figli, invece, molto feconda.

Ma per essere veramente feconda, la famiglia tante volte ha bisogno di un aiuto speciale, di non sentirsi sola. Spesso le crisi nascono dalla solitudine, dall'impossibilità di mettere in comune con qualcuno le proprie difficoltà. Pensiamo all'importanza che in un quartiere possono avere i consultori familiari, degli esperti con cui poter avere dei colloqui, i centri di aiuto alla vita, ecc. Soprattutto ci sembra importante che in ogni quartiere nasca una rete di famiglie, che può permettere di sfuggire all'anonimato, di vivere rapporti autentici, di confrontarsi... Spesso accade che il confronto con le esperienze altrui aiuta a sdrammatizzare le proprie, a capire che le nostre difficoltà sono simili a quelle delle altre coppie. Una rete di famiglie, che non escluda chi è diverso da me per cultura, per colore della pelle, per religione, ma che faccia sentire ciascuno accolto e riconosciuto nel suo valore unico di persona, nella consapevolezza che ogni essere umano è sempre portatore di una ricchezza che, integrata con la mia, può farmi crescere come persona, può far crescere la mia famiglia, può far crescere tutta la società. Non si tratta di tollerare, ma di accogliere veramente.

Tra l'altra l'associazionismo familiare, organizzato o spontaneo, può anche diventare una forza presso le istituzioni per sostenere leggi favorevoli la vita della famiglia e la nascita di nuove vite.

Abbiamo parlato di favorire la nascita di nuove famiglie. E per questo occorrerebbero provvedimenti che favoriscano l'accesso al lavoro e ad un'abitazione.

Abbiamo anche parlato di dialogo, di comunicazione nella coppia e con i figli... Ma ci rendiamo conto che questo spesso è solo una bella utopia, quando i tempi del lavoro non si armonizzano sufficientemente con i tempi necessari alla famiglia in tutta la sua complessità.

Certamente nel campo della famiglia c'è ancora tanto da fare, ma non bisogna scoraggiarsi e ricominciare sempre giorno per giorno a credere che quel piccolo gesto d'amore verso mia moglie, mio marito, i miei figli, o anche verso quel signore, che abita sul mio stesso pianerottolo, o verso il collega che in certi momenti mi sembra troppo preso dalla carriera, ecc. pone pian piano i semi per una umanità diversa. Si tratta di iniziare subito perché in una metropoli come la nostra nessuna persona possa passarci accanto invano.

Vorremmo terminare con alcune parole di Chiara Lubich, la fondatrice dei Focolari: *“Ora, compito di ogni famiglia è vivere talmente alla perfezione la propria vocazione di famiglia da poter divenire modello per l'intera famiglia umana, trasferendo in essa i suoi valori con il loro tipico modo di essere. Così la famiglia diventerà seme di comunione per l'umanità del terzo millennio”*.⁹

⁹ Messaggio al Familyfest. Roma, Palaeur 5.6.1993