

# Tradire o non tradire?

Questo  
è il  
problema!

Dr.ssa Linda Degli Esposti,  
psicologa psicoterapeuta  
Dr.ssa Simonetta Migliorini,  
psicologa psicoterapeuta  
Studio Psicologia Maieutiké,  
Bologna  
[www.maieutikestudio.it](http://www.maieutikestudio.it)

La monogamia fa profondamente parte della nostra cultura e con essa la condanna dell'infedeltà.

Nella Bibbia l'adulterio, cioè un rapporto sessuale al di fuori del vincolo coniugale, è considerato peccato.

Nel diritto romano l'adulterio della moglie e del marito erano puniti con pene molto diverse, ma comunque entrambi condannabili. La civiltà greca da questo punto di vista non era dissimile.

Come mai abbiamo sempre avuto bisogno di legiferare in tema di tradimento?

Rubare e uccidere sono sbagliati per definizione, ma tradire?

La coppia monogama continua ad essere la forma di patto d'amore tra due persone più diffusa al mondo. Una possibile spiegazione di questo è che un rapporto duraturo ed esclusivo tra due individui dà vita ad una società più stabile. Da un punto di vista intimo, noi tutti abbiamo bisogno di una figura di riferimento all'interno della nostra vita: questa funzione viene esercitata dai genitori da bambini e spesso, anche se non necessariamente, dal nostro partner da adulti.

Una relazione stabile e affettiva perde, nel giro di qualche anno, il fascino e la vitalità

di un rapporto giovane o di un incontro occasionale. In questi momenti, inevitabilmente brevi, possiamo lasciarci andare incondizionatamente a proiettare sull'altro tutti i nostri desideri e le nostre aspettative. Poi, se la relazione cre-

*"Il legame del matrimonio è così pesante che si deve essere in due per portarlo, spesso in tre"*

*[Alexandre Dumas padre]*



sce, dobbiamo cominciare a vedere l'altro per quello che è realmente e imparare la difficile arte della mediazione. D'altro canto la conquista di un'affettività profonda, di una solidità e, se siamo fortunati, della serenità, costituiscono i vantaggi che controbilanciano la perdita delle emozioni legate alla novità. Un tradimento può avere molteplici significati, sia relazionali che interiori. Al di là dei moralismi, anche attraverso un evento come questo, possiamo, forse, scoprire qualche cosa di noi. Proviamo per un momento a non farci trascinare da luoghi comuni, come, per esempio, che gli uomini tradiscono per desiderio di avventura e conquista, le donne per amore, ecc.....

Innanzitutto possiamo chiederci se per tradimento intendiamo tutti la stessa cosa e le diamo la medesima importanza. Ci sono modi di vivere la coppia in cui un evento singolo

può essere tranquillamente affrontato come qualunque altra inevitabile difficoltà di una vita spesa insieme, altri in cui il solo pensiero è inaccettabile e crea un terremoto interiore. In effetti, in uno stile di vita aperto in cui entrambi decidiamo i confini della nostra relazione, la parola "tradimento" può assumere significati molto più sottili, che hanno più a che fare con una fedeltà di sentimenti e una condivisione di emozioni e pensieri che non con la sola sessualità. Se alla base della coppia c'è l'amore e non l'interesse economico o la convenzione sociale, dato che la morale comune è sempre più soggettivata, ogni modo di vive-

*"Quando si è innamorati, si comincia sempre ingannando sé stessi e si finisce sempre ingannando gli altri. È quello che il mondo chiama sentimentalismo".*

*[Oscar Wilde]*

re la coppia trova un suo spazio e una sua dignità, a patto che questo venga davvero profondamente condiviso.

Detto questo, avventuriamoci nelle pieghe un po' più oscure di questo argomento. Ci capita spesso di tradire, di pensare di farlo o di trovarci in situazioni ambigue? Se la risposta è sì, allora dobbiamo pensare che siamo di fronte ad una parte di noi che va al di là della nostra relazione di coppia, appagante o meno. I significati possono essere i più disparati. Forse nello sguardo di un'altra persona cerchiamo continuamente ciò che noi vorremmo vedere di noi stessi, e abbiamo bisogno di continui rinforzi e conferme per poterci credere. Essere desiderati può farci sentire desiderabili, essere scelti tra tanti può farci sentire "speciali", riuscire a conquistare un'altra persona può farci sentire "potenti", il corteggiamento può farci esperire una vitalità altrimenti impossibile per noi da contattare. In tutti questi casi, ciò che forse non è così evidente, è che stiamo cercando di tappare buchi della nostra anima come possiamo. Non siamo liberi, ma intrappolati in un circolo vizioso, che da questa prospettiva

non sembra poi tanto divertente. Il prezzo che stiamo pagando è alto. Affidare il nostro senso di noi ad altri implica il fatto che quando questi se ne vanno, noi non proviamo solo l'inevitabile vuoto della perdita dell'altro, ma, soprattutto, della perdita di un pezzo di noi stessi. Verosimilmente questi buchi hanno origini lontane e probabilmente molti di noi non sono nemmeno consapevoli di averli. O, se lo sono, fanno di tutto per te-

nerli alla larga visto che riconoscerli e guardarci dentro implica un grosso carico di sofferenza.

Per alcuni di noi mettere la distanza di una bugia o un sotterfugio all'interno della nostra coppia può servire ad allontanare l'intimità con un'altra persona. Potremmo sentirci spaventati perché, magari, ci sembra difficile da gestire o abbiamo paura di perdere i nostri confini e sentirci invasi. Anche in questo caso, allora, varrebbe la pena chiedersi come mai abbiamo così tanti problemi. Una possibile risposta è che, forse, i nostri confini non sono così saldi da poterci permettere di confonderli un po' in una profonda intimità con un'altra persona. L'intimità prevede anche lo svelarsi e il non scappare dopo. Per alcuni di noi può essere più facile esprimersi sessualmente senza vergogna con un estraneo che non con il nostro partner, per paura di essere giudicati negativamente. Questo può creare una cortina di incomprensioni e insoddisfazioni nella sfera della sessualità che può portare a cercare continuamente nuovi partner sessuali nella speranza di un incontro "perfetto" che non necessiti di piccoli "aggiustamenti". Un tradimento può, ovviamente, avere un significato relazionale all'interno della nostra coppia.

Può essere un segnale di rottura irreversibile o un segnale di disagio e non appagamento. Tutte queste tematiche, però, sono indubbiamente più facili da individuare, anche se non sempre facili da affrontare, in questi casi è il tempo che, di solito, fa il suo corso e prima o poi le cose prendono una direzione. Che significato possiamo dare, infine, ad un tradimento che diventa una seconda relazione a tutti gli effetti? Stabile quanto quella "ufficiale"? Forse per riuscire a gestire una vita fatta di continue bugie e sotterfugi, bisogna avere una personalità scissa in due. Forse la vita affettiva, così

*"Un tradimento spinge ad amare di più, ma a volere meno bene". [Catullo]*



frammentata, rispecchia la frammentazione della vita interiore.

E chi viene tradito? Tutti abbiamo delle idee riguardo questo argomento in generale e riguardo a come ci comporteremmo in questa circostanza. Solo nel momento in cui ci trovassimo effettivamente di fronte a tale eventualità, scopriremmo se davvero ciò che pensiamo di noi aderisce a ciò che sentiamo o meno. Potremmo scoprire che ci sentiamo feriti più profondamente di quanto pensavamo o viceversa, oppure che ciò che pensiamo e ciò che proviamo combaciano. Se scopriamo che c'è una profonda incongruenza dovremo rivedere la nostra idea di noi, altrimenti a prescindere dalla sofferenza del momento, possiamo avere la serenità di una vera conoscenza di noi stessi. Complimenti!

Al di là dei giudizi morali o moralistici, di cui poco ci importa, alla fine ogni esperienza custodisce in sé la potenzialità di parlarci di noi, delle pieghe più profonde del nostro animo, rimane da stabilire se abbiamo voglia di avventuraci dentro o preferiamo fluttuare sopra noi stessi senza approfondire troppo il discorso.

Quindi resta a voi l'ardua sentenza: voglio veramente tradire?



# yoga travel

## viaggi yoga a new york:

con visita della città e pratiche giornaliere di diversi stili di yoga, presso differenti insegnanti e centri yoga di livello internazionale

4° settimana di ottobre 2012  
1° settimana di novembre 2012

[www.essere-travel.com](http://www.essere-travel.com)

