

GESTI D'AMORE, IL LINGUAGGIO DELL'INFINITO

La sessualità nel matrimonio

Riproduzione dal n. 80 di "Noi, genitori & figli" del 28/11/04

Erotismo in chiave cristiana non significa appagamento soltanto fisico, ma rivalutazione della dimensione misterica del rapporto. Tutto ciò all'interno di una cornice di fedeltà. Anche sotto il profilo dell'intesa sessuale, l'indissolubilità è un dono straordinario che Dio ha fatto agli sposi. L'esperienza dei coniugi francesi Bernard e Bemadette Chovelon.

di Paola Tettamanzi

Un momento di profonda estasi che apre la strada alla comunione delle anime? Una parentesi di serenità coniugale in una giornata vissuta a mille all'ora? Un gesto da compiere di tanto in tanto nella logica della più scontata routine? O, addirittura, un obbligo da assolvere il meno frequentemente possibile, come una condanna, solo per accontentare il partner? Forse non sarebbero poche le coppie che, invitate a scegliere tra le quattro risposte, finirebbero per orientarsi verso la più amara. Nella società del pansessualismo dove tutto - pubblicità, tv, moda, giornali, modi di dire — sembra diventato un frullato di allusioni erotiche, l'intesa sessuale della coppia, fondamento del matrimonio cristiano, rischia l'overdose da saturazione. Le statistiche riferiscono che succede soprattutto dopo qualche anno di vita matrimoniale. Dopo la stagione dei gesti spontanei, alimentati da una passione viva, troppe coppie - non appena i problemi ordinari prendono il sopravvento sugli slanci iniziali - sperimentano il sonno dei sensi, il declino del desiderio. Una deriva apparentemente paradossale, in una società come la nostra ad alto contenuto pornografico, che invece, proprio per questo motivo, diventa per molte coppie un'autodifesa. Di fronte al bombardamento di immagini esplicite e di parole bollenti che sollecitano e alludono, sono tanti gli sposi che finiscono per rallentare il passo, quasi colti da un senso di inadeguatezza. L'inerzia del desiderio che appare all'inizio in maniera strisciante e poi sempre più palese, è allora la risposta più scontata di fronte ai continui tentativi di inculturazione edonistica condotti da tv e giornali. Si tratta di un esito spiacevole perché la sessualità nella coppia, che dovrebbe essere meravigliosa attesa, gioia di relazioni e di incontri, capace di proiettare marito e moglie in una festa di intimità e di completezza, finisce per diventare occasione di disagio, di contrasti e spesso di amarezza. Vietato affermare che si tratti di un problema di scarso rilievo. Gli ostacoli sul piano dell'armonia sessuale si traducono immediatamente in una serie di incomprensioni che coinvolgono tutti gli altri piani della vita coniugale. Lo confermano anche gli avvocati matrimonialisti. Le incomprensioni sotto le lenzuola sono sempre più frequentemente tra le cause scatenanti dei dissidi che conducono al fallimento della relazione. Il motivo di questo peso straordinario della dimensione sessuale nella vita coniugale è facilmente comprensibile. Ogni notte marito e moglie si ritrovano nello stesso letto e stabiliscono un'intimità profonda che dovrebbe diventare comunione, complicità, sintonia piena e totale. Dei cuori innanzi tutto, poi anche dei corpi. In questa prospettiva "fare l'amore" non significa che gli sposi debbano lasciarsi ogni volta coinvolgere in un atto coniugale completo. Quella che la teologia definisce "dimensione unitiva" si può realizzare con un mosaico complesso di attenzioni e di premure, di gesti teneri e di accenni delicati. I piedi che si sfiorano, le mani che si stringono, uno sguardo, una carezza sono gesti di intesa sessuale che possiedono una fortissima carica di pienezza e di fusione spirituale. Questo linguaggio cifrato di anime e di corpi che si amano, si attendono e si desiderano, si compone però di un alfabeto delicato e deperibile, le cui espressioni non sono

acquisite per sempre ma vanno di volta in volta sillabate, nell'intimità della relazione, per riacquistarne tutto il potere evocativo e seduttivo. L'intesa sessuale, quel sottile intreccio di genitalità e di spiritualità che ogni coppia edifica in modo esclusivo, dev'essere ricostruita di volta in volta, sulla base delle sensazioni provate, delle emozioni accumulate, delle situazioni vissute durante la giornata. È un mosaico complesso in cui le tessere si chiamano fiducia, rispetto, attenzione, tenerezza, affidamento reciproco, desiderio di dialogo, capacità di riconoscere le emozioni e lo stato d'animo del partner. Quando tutti i pezzi trovano, sera dopo sera, la loro collocazione giusta, la coppia riesce a fare del proprio rapporto un momento di gioiosa pienezza fisica che apre la strada a una più appagante armonia interiore. I corpi vibrano solo se le anime si parlano. Conta il cuore, insomma, più che le tecniche amatorie. O, meglio, le evoluzioni del kamasutra acquistano significato solo se sono precedute dall'estasi dello spirito. Equilibrio delicatissimo, eppure tanto naturale se inserito in un quadro complessivo di amore, di rispetto e di attenzioni all'interno del quale, evidentemente, non possono trovare posto le suggestioni di plastica, ripetitive e iperboliche, che ci provengono dalle distorsioni della sessuomania mediatica. Che fare allora per prendere le distanze da quelle suggestioni di erotismo senz'anima che irrompono con violenza nell'intimità della coppia e possono disturbare, confondere, introdurre dubbi, ansie o anche esiti ancora più gravi? Bernadette e Bernard Chovelon, coniugi francesi con una lunga esperienza professionale in campo educativo, da quarantanni membri dell'Equipe Notre Dame, sono convinti che ogni coppia debba impegnarsi seriamente per trovare il proprio punto di equilibrio sessuale, cioè per costruire legami forti e profondi, capaci di resistere a tutte le suggestioni esterne, ai bombardamenti dei media, alle opinioni comuni, a quelle tendenze che derivano dai "si dice" e dai discorsi degli amici, dalle mode, dai comportamenti collettivi, dalle abitudini prese a prestito.

«Tuttavia - spiegano Bernadette e Bernard, che per esprimere compiutamente il loro parere hanno scritto un libro, "L'avventura del matrimonio", (Edizioni Qiqajon, Comunità di Bose, pag. 196, euro 13,50) - non è sempre così fin dall'inizio. In una coppia agli esordi, malgrado la seduzione, l'attrazione fisica, sarebbe illusorio credere che l'intesa sessuale si crei spontaneamente per il semplice fatto di dormire insieme. Il legame sessuale che si crea in una coppia è opera comune. E ci sarà alternanza costante di momenti di fallimento a momenti di successo, di momentanee delusioni e di gioie, di recriminazioni contro l'altro e di gesti di gratitudine». A parere dei due esperti francesi oggi viviamo immersi in una cultura della fretta, della semplificazione, della superficialità, del "tutto e subito" che non agevola le relazioni coniugali. L'intesa sessuale ha innanzi tutto bisogno di pazienza e di tempo. «Uomo e donna — osservano - non hanno gli stessi ritmi. L'uomo è sempre troppo impaziente e nella maggior parte dei casi manca di autocontrollo. Non può o non vuole aspettare che la partner sia pronta. Teme sempre che un'attesa troppo lunga faccia andare a monte tutto, mentre dal punto di vista della donna il rapporto è già finito prima ancora che lei abbia cominciato ad emozionarsi. Se la cosa è accidentale non è grave, se invece avviene sistematicamente può provocare un'insoddisfazione a lungo termine, con conseguenze affettive e psicologiche». «Entrambi i partner - affermano i coniugi Chovelon - rimangono frustrati e si arriva presto a parlare di impossibilità di intesa, di separazione, del desiderio di fare altre esperienze e via dicendo». Capita spesso quando i coniugi, per inseguire i falsi modelli dell'eros mordi e fuggi, della performance a tutti i costi, dimenticano che sessualità e amore sono strettamente legati e si nutrono a vicenda. In chiave cristiana erotismo non significa appagamento soltanto fisico, ma rivalutazione della dimensione misterica, estetica ed artistica del rapporto. Tutto ciò all'interno di una cornice di fedeltà. L'intimità della coppia non può mai escludere la dimensione spirituale, intellettuale, affettiva di cui corporeità e sessualità sono componenti essenziali ma non prioritari. Ma l'incontro sessuale sarà appagante solo se la coppia riuscirà a farne l'esito finale di una serie di piccole attenzioni, di momenti di intimità, di complicità, di affetto. Ascoltiamo ancora i coniugi Chovelon: «Perché l'amore possa trasformarsi in una festa dei corpi è necessario aver creato prima, e talora anche con molte ore di anticipo, il clima di tenerezza necessario; bisogna prendersi il tempo che ci vuole, saper attendere il momento in cui i due corpi saranno pronti al piacere. In una coppia che ha l'abitudine di fare attenzione a questo sarà più facile discernerlo, attraverso i segni verbali e non verbali dell'altro». Il riferimento all'abitudine è importante, anzi essenziale. Abitudine non significa

noia o routine, ma conoscenza reciproca, capacità di approfondire l'essenza del proprio rapporto. In termini più espliciti vuoi dire fedeltà. Dobbiamo avere il coraggio di affermare che l'autentico erotismo coniugale nasce solo da un rapporto costante e fedele. Soltanto la fedeltà ci aiuta a superare paure, inibizioni, tabù e ci apre la strada verso un rapporto totalmente appagante. Occorre prendere le distanze dalla cultura del provvisorio. E illusorio pensare che solo un nuovo partner o una situazione diversa possano offrire momenti di sesso superlativo.

Invece è vero il contrario. La passione autentica cresce all'interno di una relazione che si è consolidata nel tempo e si è sviluppata grazie all'impegno, al rispetto reciproco, alla volontà di non aprire spiragli nella prospettiva di un rapporto fedele. A pensarci bene, anche sotto il profilo dell'intesa sessuale l'indissolubilità è un dono straordinario che Dio ha fatto agli sposi. «Il linguaggio d'amore dei corpi - concludono gli Chovelon — è il linguaggio del piacere condiviso, dell'intimità senza riserve, della tenerezza reciproca, dell'abbandono, della fedeltà, della gratitudine, della riconciliazione». Il linguaggio dei corpi è soprattutto il linguaggio di Dio che per manifestare il suo nel mondo ha scelto il maschile e il femminile. Ecco perché linguaggio dei corpi è soprattutto il linguaggio dell'arte e della poesia, il linguaggio della speranza e del futuro. Il linguaggio d'amore dei corpi è il linguaggio dell'infinito. ♦

CONSIGLI PER LEI E PER LUI

Per lui:

- crea un clima di tenerezza;
- dedica del tempo alle carezze, alle parole affettuose. Non dimenticare che la qualità dei preliminari condiziona la qualità del rapporto sessuale;
- rispetta la partner, non farne la schiava delle tue fantasticherie;
- presta attenzione al suo piacere, questo accrescerà anche il tuo;
- dopo, dedica del tempo alle confidenze, all'abbandono dell'uno all'altra.

Per lei:

- non trasformare tuo marito in un eterno mendicante, impara a prendere qualche iniziativa;
- lascia il tuo pudore nell'anticamera;
- non dimenticare che tuo marito ama anche le carezze;
- tuo marito ti ama ancor di più quando sei inventiva e piena di fantasia;
- non esitare a mostrargli e a raccontargli il piacere che provi.

(tratto da Bernadette e Bernard Chovelon, "L'avventura del matrimonio", Edizioni Qiqajon)