

## Del rapporto di coppia

Con questa riflessione, basata sull'esperienza acquisita in tanti anni, accumulando errori e insuccessi, ma anche insegnamenti, vorrei portare luce sulle dinamiche del rapporto di coppia, croce e delizia di chi cerca la propria controparte o, "l'altra metà del cielo" e, in una visione più ampia, la sintesi degli opposti.

Inizio subito con l'affermare che gli opposti sono necessari al percorso evolutivo proprio per via della loro peculiarità: quella di attrarsi. Se non avessero polarità contraria, come due magneti, non si attrarrebbero, anzi, si respingerebbero. Dunque, gli opposti, si attraggono per riconoscersi come due metà complementari – due facce della stessa medaglia - che, mediante il costante riconoscimento, annullano la distanza fino a fondere nuovamente nell'unità originaria.

Questa proposizione indica il percorso e la meta di un individuo che, separato, individualizzato, per l'appunto, anela, dal profondo dell'anima, a ricongiungersi con il Tutto da cui proviene.

Per formare una coppia, occorre quindi, che due persone di sesso opposto o con marcata tendenza femminile l'uno e maschile l'altro, avvertano una polarizzazione attrattiva.

Avvenuto il primo contatto, generalmente mediante attrazione fisica, inizia un coinvolgimento sentimentale che lega i due sul piano emotivo, in modo differente a seconda della loro direzione psicologica. Introversi ed estroversi, generalmente, si cercano proprio perché la polarità e quindi l'attrazione, è molto forte nella sfera delle emozioni.

Sul piano mentale, il legame attrattivo dipende da vari fattori. In primo luogo, occorre dire che, la mente ha una capacità attrattiva minore rispetto quella emotiva. Inoltre, esistono più menti. Quella concreta, razionale, analitica, che usa il lobo sinistro del cervello, è polarizzata e risponde all'attrazione della personalità; mentre quella astratta, intuitiva o sintetica, essendo uno stato di coscienza dell'Anima, risuona per affinità. Dunque, il razionale avrà difficoltà a rapportarsi con l'intuitivo, così come una mente concreta e pragmatica cozzerà contro quella tendente all'astratto e all'idealità.

Ma l'attrazione da sola, non basta.

Per cementare il rapporto e costruire una nuova creatura, sintesi dell'io e del tu, occorre avere anche una *affinità elettiva*, ossia, quella risonanza esistenziale e convergenza di intenti che accorda gli strumenti creativi della coppia sulla medesima nota.

Passato il periodo di rapporto, che viene definito dell'innamoramento, per cui, in virtù dell'attrazione fisico-emotiva, avviene un primo contatto animico del tutto spontaneo, inizia per la coppia il vero lavoro di conoscenza che mette a nudo le diversità poiché fa cadere il velo della idealizzazione. L'altro, improvvisamente, compare per quello che è, con i suoi pregi ma soprattutto i difetti.

A questo punto va detto che la coppia in formazione deve necessariamente utilizzare la condivisione, come mezzo indispensabile per armonizzare i vari piani messi in gioco: il fisico, l'emotivo e il mentale. Anzi, la condivisione è la prima delle regole che *ordinano* gioco e giocatori. Se non vi è condivisione non vi è rapporto e poiché la condivisione non risponde alla quantità ma ad un aspetto qualitativo della vita, non la si può applicare parzialmente o ad intermittenza, pena la *schizofrenia* del rapporto stesso.

Come conseguenza diretta della condivisione si instaurano nel rapporto: l'accoglienza, la comprensione, l'accettazione e quindi la fiducia e il rispetto, come strumenti atti ad integrare le diversità emerse dopo l'innamoramento.

Attraverso l'osservazione di ogni difetto dell'altro, che viene avvertito come un fastidio, si prende coscienza di una parte inconscia di se stessi, che il difetto, come uno specchio, permette di vedere, riconoscere ed accettare, dentro di sé e nell'altro, se la volontà di comunione prevale. "Farsi da specchio" è l'attività principale di un rapporto di coppia e, come tale, richiede attenzione, pazienza e dedizione; chi non l'accetta, rifiuta a priori il rapporto e sente l'altro come diverso e incompatibile, negandosi, di fatto, un efficace mezzo di confronto e crescita.

La seconda regola per poggiare il rapporto su una base sicura, consiste nella progettualità, sia esistenziale che fattiva. Formulare e condividere un progetto di vita significa aderire ad un comune senso o direzione interiore; risuonare, cioè, alla stessa nota dell'Anima, come due diapason. Difficilmente una persona materialista potrà costruire un rapporto duraturo con una indirizzata verso la spiritualità e viceversa. Due persone con tendenze contrarie condivideranno solo alcuni aspetti esteriori o superficiali del rapporto e, prima o poi, a seconda della interdipendenza fisica ed emotiva, si separeranno o comunque si allontaneranno ritagliandosi spazi isolati.

La seconda progettualità, che è direttamente consequenziale alla prima, è quella pratica. Fare insieme aiuta ad affinare gli strumenti, rende complici, smussa le asperità caratteriali, sviluppa sinergie e dimezza le difficoltà consentendo alla nuova *creatura* di rispondere alle aspettative del rapporto stesso.

Terza regola d'oro è la comunicazione. Senza un costante flusso comunicativo non può avvenire quello scambio di informazioni che sciolgono i fraintendimenti dovuti alle diverse modalità di espressione dei sentimenti e delle intenzioni. Una buona comunicazione è facilitata ancora una volta dalla accoglienza e dall'assenza di giudizio, oltre che dalla sincronia dei flussi comunicativi. Trovare il giusto ritmo e la corretta alternanza di ascolto ed emissione, fa sì che la comunicazione resti fluida e a due sensi.

Se, fino a qui, gli strumenti a disposizione sono stati utilizzati nel modo adeguato, il rapporto dovrebbe essere stabile e abbastanza forte da resistere anche a scossoni di 7° grado della scala Mercalli, avendo innescato quel processo di *Fusione fredda* che produce energia a volontà e rende indissolubile il legame.

E qui occorre svelare il segreto stesso della fusione nucleare a freddo.

Nella *fusione a freddo* dell'atomo al contrario della fissione nucleare, in cui, per reazione a catena, gli elettroni schizzano fuori dalle proprie orbite andando a colpire altri atomi, il nucleo di neutrone e protone – le due parti maschile e femminile – si fondono insieme liberando un'enorme energia, proprio in virtù della loro fusione. Potremmo dire che, sacrificando la loro identità, neutrone e protone danno vita ad una nuova creatura che unendoli li rende liberi; liberi di esprimere, così fusi, tutta l'energia creativa!

Paragonandolo alla coppia, possiamo dire che i due fusi insieme, sono finalmente liberi di esprimere una creatività, superiore in forza ed effetto a quella emessa singolarmente. La maggior parte delle persone in coppia sono, tuttavia, restie a fondersi l'una nell'altra poiché vivono la fusione come un attentato alla propria indipendenza e libertà di espressione.

In effetti la persona cessa di esistere nella fusione di coppia, per dar vita ad un nuovo organismo che la trascende e completa. Ma non tutti sono pronti a sacrificare la propria personalità alle necessità di qualche cosa di superiore. Non tutti sentono il richiamo dell'Anima che, per sua natura, vuole fondersi con tutte le Anime.

La difficoltà della personalità a riconoscersi nell'Anima crea, infatti, attrito nella coppia fino a farla letteralmente scoppiare. Più la personalità è forte e non sintonizzata con l'Anima, meno è propensa ad assecondarla nel suo proposito di unione; anzi, si ribella poiché sente venir meno quanto ha di più consolidato: l'egocentrismo.

D'altra parte occorre ricordare che la persona è il risultato di due componenti, maschile e femminile, interagenti come due metà rispetto l'intero.

Ogni personalità ha, quindi, la necessità di riconoscere ed equilibrare quella parte di sé che gli è sessualmente opposta e sconosciuta. Per questo motivo, la Natura ha escogitato l'espedito dell'attrazione fisica, onde agevolarne il riconoscimento. In altri termini, le due componenti o metà della personalità, si svelano reciprocamente, per mezzo del rapporto di coppia che, come uno specchio, riflette ad ognuna delle parti, l'immagine della propria metà nascosta, fino a farla ricongiungere e completare. I due tornano Uno.

Questo è lo scopo ultimo o superiore di ogni rapporto di coppia. Attraverso di esso, le due parti agiscono come carte vetrate che, giorno dopo giorno, strofinandosi per attrito, lisciano le asperità, aderendo sempre di più, fino a combaciare perfettamente.

L'esperienza della fusione è il prodotto dell'aspirazione a completarsi ad un livello superiore e impersonale, laddove un'altro rapporto di coppia è in atto, quello tra Anima e personalità. Anche tra esse c'è attrito tanto più forte quanto più il processo di riconoscimento e integrazione è labile.

Per lungo tempo l'Anima individuale è identificata nella personalità, dimentica del fatto che essa stessa l'ha generata come veicolo per esperire nel mondo materiale. L'Anima rivela la sua graduale liberazione da quella identificazione man mano che la coppia procede consapevolmente verso l'unione, fino a che, raggiunge la piena espressione della propria potenzialità e compenetra la personalità stessa. Ciò si palesa nella coppia con la fusione dell'io e del tu nel Noi.

Senza il rapporto di coppia il percorso di liberazione dell'anima e l'assorbimento della personalità è rallentato. L'individuo che solitario percorra il sentiero della consapevolezza non ha una immagine di sé con cui specchiarsi; non ha un "ritorno" immediato del proprio essere e del proprio agire, che gli permetta di verificare il procedere verso la meta.

Il rapporto di coppia, dunque, se vissuto conoscendone l'immenso valore evolutivo, è lo strumento più efficace per verificare la propria crescita. La sintesi che risulta dalla fusione dei due in uno è la chiave per aprire la porta dell'amore impersonale che, da quell'unità, irradia verso tutte le creature e svela il segreto o scioglie l'apparente paradosso per cui chi ama può:

sentirsi libero pur essendo legato; cercare l'unione senza possedere; donare il meglio di sé senza ricevere; accettare ciò che ha, accettando ciò che è; rispettare senza pretesa di essere rispettato; aiutare e farsi aiutare senza dipendenza; perdere la propria identità pur restando se stesso.