
Esiste l'anima gemella?

Autore: Violetta Conti

Fonte: Città Nuova editrice

Mito dell'anima gemella e i percorsi che portano alla costruzione del "noi". La psicopedagogista Maria Lubrano Scotto, autrice di *Inseguendo l'anima gemella*, ce ne parla con il marito Raimondo

Il classico dei paragoni per l'anima gemella, è quello di una metà di una mela, che debba coincidere perfettamente con l'altra. A Platone, l'onore di aver creato un'immagine così affascinante ed un mito così duraturo. Difficile da trovare l'altra metà che combaci perfettamente ? lo sosteneva anche il filosofo greco ?, ma non impossibile.

E accanto a miti, più o meno rassicuranti, c'è chi sostiene che l'anima gemella vada prima inseguita – lo dice nel titolo del suo libro per *Città Nuova* Maria Lubrano Scotto –, e dopo un percorso, a volte tortuoso, a volte meno, si giunge ad essere "anime gemelle" perché si è accettati l'altro. Proprio nel libro della Scotto [*Inseguendo l'anima gemella. Percorsi di un rapporto di coppia*](#), c'è una storia di una coppia che per comprendersi e capirsi, con tante difficoltà, si racconta in "presa diretta". Di questo e delle dinamiche che intercorrono nel mondo d'oggi tra un lei e un lui, ne parliamo in un'intervista doppia con una Rimondo Scotto e Maria Lubrano Scotto, uniti nel lavoro e anche nella vita.

Esiste l'anima gemella?

R. «Ovviamente quello dell'anima gemella è un mito da sfatare. Ad un certo momento della vita di coppia, si finisce sempre con lo scontrarsi con la diversità dell'altro; ma questo non deve spaventare. Ricerche recenti hanno dimostrato che l'86% di coppie che avevano difficoltà di relazione e che, nonostante tutto, sono rimaste insieme, intervistate dopo alcuni anni hanno detto che avevano raggiunto tra loro un equilibrio e un'intesa inaspettata»

M. «Queste ricerche dimostrano che l'incontro profondo e appagante di due cuori ha bisogno di tempo. In fondo tutti i rapporti di coppia possono essere potenzialmente incompatibili perché avvengono tra persone di sesso diverso, provenienti da famiglie diverse, con diverse visioni del mondo. La magia sta nello sviluppare una visione binoculare che permetta di guardare la vita anche attraverso gli occhi del partner»

Nella fase iniziale di un rapporto quali sono le aspettative che l'uno ripone nell'altro?

M. «Ci sono generalmente delle aspettative molto elevate. In realtà spesso si desidera essere amati

più che amare; essere capiti fino in fondo, anche senza parole; condividere tutto con l'altro, avere gli stessi interessi, avere in qualche modo una totale fusione di vita e di intenti»

R. «Pur se con sfumature diverse, anche l'uomo come la donna ripone molte aspettative nel rapporto con la persona di cui si è innamorato. Soprattutto egli sperimenta una fase di passionalità che vorrebbe non finisse mai. Poi, quando fisiologicamente tale fase finisce, a lui sembra che l'amore sia finito»

Momento di crisi all'interno di una coppia. Ci si aspetta che il partner si comporti...come?

R. «Fondamentalmente ci si aspetta che l'altro cambi secondo le nostre aspettative, secondo le richieste che gli abbiamo fatto. Ma l'altro, anche se è convinto della necessità del suo cambiamento, non sempre riesce ad attuarlo in tempi brevi, a volte perché gli mancano gli strumenti, a volte per motivi caratteriali.

M. «Ci si aspetta che l'altro ci sostenga, ci capisca, ci aiuti. Ma in realtà, se non si sceglie di accoglierlo così com'è, senza il desiderio subdolo di volerlo trasformare secondo la propria immagine, è difficile superare la crisi. Che può essere deleteria, distruttiva, ma anche un importante momento di verifica, perché può predisporre a cambiamenti interiori, a nuove possibilità di dialogo, come è avvenuto per i protagonisti di *Inseguendo l'anima gemella*»

Come la coppia (il "noi") si può mettere in gioco, al di là delle differenze, per superare un momento di crisi?

Maria e Raimondo

«È molto importante che la coppia impari a dialogare, che non è solo parlare, ma soprattutto ascoltare, cercando di mettersi dalla parte dell'altro. A volte questo non è facile, soprattutto quando sono presenti sentimenti di delusione, di rabbia, di aggressività repressa. E' sempre molto importante che la coppia non si isoli, ma condivida con altre coppie o, in caso di necessità, con qualche persona esperta le proprie difficoltà, mirando non solo alla propria, ma anche alla realizzazione dell'altro, allo sviluppo delle sue potenzialità. Forse il "vero grande amore", nasce quando ci si comincia a chiedere con semplicità: "Cosa posso fare per far felice l'altro?". Può essere l'inizio di un cammino che porterà i due progressivamente a somigliarsi, ad avvicinarsi l'un l'altro, pur nel rispetto delle loro diversità. In questo senso anime "gemelle" non si nasce, ma si diventa».