
Si riesce a superare un tradimento?

Autore: Angela Mammana

Fonte: Città Nuova

Risanare e rielaborare è un gioco a due, in cui entrambi possono diventare più consapevoli di se stessi, di quali siano i contributi di entrambi nella crisi e anche nella ricostruzione di un nuovo capitolo della storia

A volte il tradimento resta segreto per 20 anni, altre volte rappresenta il preludio di una separazione, altre ancora può assumere le sembianze di un brutto schiaffo che risveglia una coppia. **Un argomento scomodo, di cui se ne parla e non se ne parla**, di cui spesso ascoltiamo confidenze quando la luce è soffusa, il tradimento è più facile guardarlo sullo schermo del cinema o in una bella serie televisiva piuttosto che scoprirlo sotto lo stesso tetto. **«Dottoressa mio marito mi ha tradito con un'altra donna!** Ho sempre pensato che se avessi saputo una cosa del genere l'avrei cacciato di casa, eppure, non l'ho fatto! Mi sono accorta di essere ancora innamorata di lui e seppur quello che ha fatto è stato terribile, penso che anch'io ho le mie colpe se la nostra relazione è andata in crisi». **Sono le parole di una donna di quasi 50 anni**, mamma di due figli, al primo colloquio di cui lei stessa ha fatto richiesta. Aveva già scelto di perdonare e riconosceva quanto questo passo fosse importante e difficile. Ogni fotogramma del momento in cui ha scoperto dell'accaduto era nitido nei suoi racconti, **un terremoto che ha scosso tutta la famiglia, figli adolescenti compresi**. Come è possibile andare oltre quando non si dorme perché ritornano in mente le immagini del partner in una relazione extraconiugale? Ferita e decisa, arrabbiata e comprensiva, **chiede supporto perché è consapevole che ciò che è avvenuto non può essere messo sotto ad un tappeto**, è cosciente che nonostante la scelta, il loro presente e il prossimo futuro non sono esenti da ferite da curare. Impegno, complicità e fiducia caratterizzano la relazione di coppia funzionante, ma nella stessa relazione possiamo trovare disimpegno, provocazione e ostilità, **la vita a due, negli anni affronta problemi concreti e inaridimenti affettivi**, se ad un certo punto ci si rende conto che non ci sono né vittime, né carnefici si può trovare una soluzione. **Anche per il partner che ha tradito questo processo di risanamento non è immediato**, a volte è difficile perdonare se stessi e lasciare andare qualcuno con cui c'è stata una relazione, che può essere stata carica di attrazione. Le relazioni extraconiugali escono fuori dagli schemi e dagli impegni, portano novità e curiosità, la voglia di esplorare insita in ciascun essere umano. **Siamo spesso in lotta tra due forze, tra il bisogno di sicurezza e il desiderio di avventura**. Occorre in qualche misura diventare amici di noi stessi per perdonarci, per accoglierci in tutte le nostre parti e sfumature. La capacità di gestire tanta complessità passa per l'integrazione di lati contrapposti del nostro sé, tra fragilità e passioni forti. **Risanare e rielaborare è un gioco a due**, in cui entrambi possono diventare più consapevoli di se stessi, di quali siano i contributi di entrambi nella crisi e anche nella ricostruzione di un nuovo capitolo della storia. In questo nuovo passo, c'è la riscoperta dell'essenziale, della bellezza dell'altro, della semplice rivoluzione di essere madre e donna; anche nella routine degli anni che passano si possono creare spazi ludici dove tornare a giocare insieme. Dopo aver rielaborato le ferite e aver ritrovato le proprie risorse personali si può ristrutturare la relazione, stimolare spazi di divertimento, tempi dove stare insieme senza figli, momenti per dialogare e prendere delle decisioni. **Accettare l'altro per quello che è, non è necessariamente subirlo o rassegnarsi, ma semplicemente amarlo**. Julie e John Gottman sposi e psicologi esperti in terapia di coppia sostengono che, **dopo l'esperienza del tradimento, il "primo matrimonio" potrebbe essere finito e potrebbe iniziare un "secondo matrimonio"** rifondato su più solide basi di fiducia.