
Il dialogo

Autore: Elena Cardinali

Fonte: Città Nuova editrice

Raccontarsi, esprimere il proprio vissuto per prevenire situazioni di conflitto o incomprensione. Attraverso una storia immaginaria Rino Ventriglia ne *Le spie rosse dell'amore spiega l'importanza del dialogo nella vita di coppia*

Vittimino è a pezzi quando si rivolge a me: la moglie ha chiesto la separazione dopo 15 anni di matrimonio e gli ha detto che ama un altro. Dopo aver accolto e condiviso il suo dolore, ripercorriamo la sua storia.

Primo di quattro figli, fin da bambino è stato responsabilizzato dai suoi genitori che lavoravano entrambi e riconosciuto per il suo senso di responsabilità. In pratica non ha potuto vivere la sua infanzia in quanto ha dovuto essere un "piccolo adulto" che doveva prendersi cura dei suoi fratelli.

«Ci lasciavano spesso da soli per i loro impegni di lavoro e, quando rientravano, qualsiasi guaio i miei fratelli combinavano, il responsabile ero sempre io. Sono cresciuto così».

Quando incontra Piccolina, è amore a prima vista: lui vede una meravigliosa bambina di cui prendersi cura e lei una guida sicura alla quale potersi affidare. Il primo periodo del matrimonio è molto bello e intenso. I problemi nascono quando Vittimino sempre più si dedica agli impegni di lavoro che lo tengono occupato quasi tutta la giornata. Lei tenta di parlargli, esprime il suo disagio per un po', ma lui non ascolta.

«Ero convinto di fare la cosa giusta – afferma –. Ero convinto che lei un po' alla volta l'avrebbe capito. Mio padre lavorava più di dieci ore al giorno, ho imparato da lui. [...] Sono stato cieco e sordo. Se potessi tornare indietro...».

Storie come quella di Vittimino e Piccolina sono molto frequenti. Com'è possibile che un amore possa finire così? È possibile perché i nostri vissuti emotivi e il nostro pensiero seguono percorsi diversi.

Per questo motivo quando proviamo dolore, paura, tristezza per un comportamento dell'altro e non

lo esprimiamo per inibizioni o paure, benché possiamo pensare che la cosa sia passata, dal punto di vista emotivo abbiamo raccolto un punto, proprio come al supermercato. [...] E se con 1000 punti di rabbia possiamo fare un acuto che sveglia il condominio, se con 10.000 punti-premio vola qualche piatto, con 100.000 si può aprire la porta di casa, dire addio e richiuderla definitivamente.

Nella mia esperienza ormai trentennale con tante coppie ho potuto constatare che spesso la separazione è la conseguenza di un accumulo di punti-premio. E quando si arriva alla riscossione è molto difficile fermarsi e riflettere.

Allora diventa centrale prevenire: come? Esprimendo ciò che abbiamo in cuore. È vero, può portare a un conflitto: ben venga! Meglio litigare nel tentativo di capirsi e cercare una soluzione che il silenzio.

[...]

Ma l'amore, come l'amicizia, sono relazioni che non possono evolvere senza mettersi in discussione.

«L'altro è la misura del mio tempo», afferma Jimenez. L'altro ci mette in gioco proprio perché ci vuole bene, come noi mettiamo in gioco lui. Questa dinamica è un ingrediente necessario per una relazione d'amore bella, vera, costruttiva. Quando avvertiamo disagio, rabbia, insoddisfazione, la spia lampeggia. Fermiamoci e parliamo con il nostro partner! L'amore ci suggerirà come e quando farlo. Questo comportamento potrà consentirci di non arrivare allo "scoppio" da luce rossa continua.

Rino Ventriglia, [Le spie rosse dell'amore, cosa non fare nella vita di coppia](#), Città Nuova, 2013