

# SE MI LASCI. *ti ripiglio...*



Come riprendersi l'ex? E persino nato un sito dedicato solo a questo.

*Comprendere? Sì. Rassegnarsi? Mai. Chi ha condiviso tanto, spesso pensa alla riconquista prima di voltare pagina per sempre. Perché riacciuffare l'ex può riservare sorprese. Proprio come una nuova storia*

di ELETTRA ALDANI

**Q**uando una cosa è rotta non si aggiusta. Chi in amore segue questo credo, non si lancerà mai nell'impresa ardua di riconquistare il proprio ex. Una missione alla quale invece si votano anima e corpo gli altri, quelli del "se una cosa vale davvero rimetti insieme i cocci", costi quello che costi. Perché si è convinti che un grande amore non può finire. Perché le vite di due che stanno insieme a lungo si intrecciano inestricabilmente, tra figli, case, progetti comuni. E perché essere mollati brucia, e a volte non si accetta che l'altro sia arrivato per primo alla decisione.

*“Ma tentare di rimettere insieme un rapporto importante è sempre giusto? Quando invece è il caso di lasciar andare?”*

La riconquista dell'ex è un cammino irto di difficoltà e pieno di trappole, nel quale gli scivoloni sono quasi inevitabili. Rari i casi che sposano un pacato atteggiamento di impronta zen, tipo: più lasci andare le cose, più queste tornano. Molto frequente, invece, la modalità petulante-ossessiva: pianti, pedinamenti, agguati romantici, scenate, improbabili look seduttivi, incontri “casuali”. Tutto insieme. La verità è che di solito, quando cerchi di rimettere insieme una storia importante, navighi a vista con la sensazione di sbagliare comunque. E con l'idea che ci sia una tecnica infallibile, ma tu non la conosci.

Dev'essere per questo che in Francia il trentottenne Antoine Peytavin si è inventato, a seguito di una separazione difficile, il sito *Je recupère mon ex* (www.jerecuperemonex.com). Più di un milione di utenti e un successo oggi strepitoso: il più grande sito sulla rottura amorosa al mondo, ha titolato di recente *The Times*. A disposizione, un team di psicologi, un kit (si chiama *Rupture Box*, costa 29 euro) con una guida e due video, forum, articoli, libri, tecniche, sostegno, consigli, dal silenzio telefonico al farlo ingelosire. Per riavere indietro (velocemente) l'amore perduto, ma anche per sopportare meglio la pena, lo *chagrin d'amour*.

Ma tentare di rimettere insieme una storia importante è sempre giusto? E quando, invece, è il caso di “mollare l'osso”? Nicoletta Suppa, psicoterapeuta e sessuologa, spiega: «La crisi e la lontananza possono essere molto positive per una coppia. Si sperimenta una mancanza reale, e diventa l'occasione per capire. La rottura, che nella maggior parte dei casi è accompagnata da un tradimento, avviene perché qualcosa non andava. Se ci si riavvicina, quel qualcosa deve cambiare. La coppia può rinascere solo trasformandosi. L'errore frequente è, invece, inseguire il “come prima”, annullare ciò che è accaduto, negarlo, rivolere indietro un passato perfetto, che perfetto non era. Ma

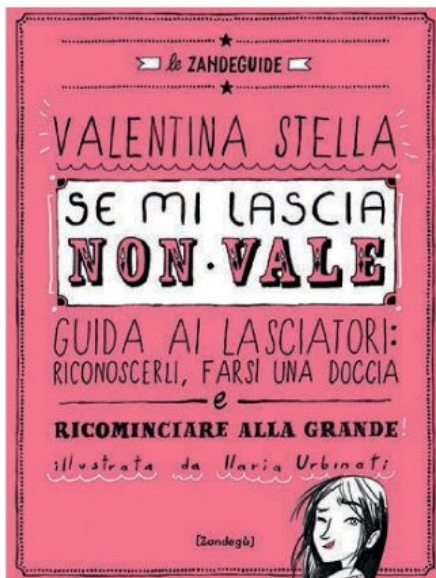
questo lascia strascichi interiori che poi torneranno fatalmente a galla».

Riconquistare un ex con lo sguardo rivolto in avanti e non all'indietro. Cambiando passo e facendo tesoro della crisi e della rottura - questo è il lavoro buono, il lato positivo. Tenendo a mente alcuni campanelli d'allarme. Continua Suppa: «La reciprocità è indispensabile.

Quando è platealmente uno solo dei due che vuole il ricongiungimento, e l'altro fugge, si nega, non ne vuole sapere, allora l'inseguitore mostra una fragilità che sconfina in una bassa autostima e nella dipendenza affettiva». C'è un limite, insomma, e sta esattamente nel capire che il “basta che ti amo io” non funziona, mai. È l'emblema dell'amore cieco, a senso unico, appena dietro la sottile linea di confine col dare una chance a una storia che merita.

Poi bisognerebbe parlare dei tempi. Perché in queste cose c'è come un disallineamento temporale: uno dei due, quello che lascia, sa già ciò che l'altro ancora non vede. Un po' quello che accade nel nuovo romanzo di David Nicholls, *Noi* (Neri Pozza), dove un uomo di cinquant'anni cerca di riconquistare la moglie che vuole lasciarlo perché lei dice che “sa”: dopo venticinque anni il loro matrimonio è arrivato al capolinea. A volte la riconquista è il tempo indispensabile per capire che è finita. Altre è il concreto realizzarsi di quel miracolo che è l'incastro perfetto tra due persone. Altre una sfida solo con se stessi. Come ci raccontano tre donne che, in vari modi, l'ex se lo sono riportato a casa.

La copertina dell'ebook *Se mi lascia non vale* di Valentina Stella.



## IL FATTORE EX

Ultima spiaggia. Riconquista fallita? “Fatti una doccia, ed esci”. È il consiglio di Valentina Stella e del suo ebook “Se mi lascia non vale” (www.zandegu.it), guida indispensabile per chi, almeno una volta, è stata piantata. Un elenco divertente delle varie tipologie di lasciatori, dai Traditori ai Pausisti, dai Puntuali agli Allergici, per riconoscerli e sopravvivere al loro abbandono.

## Marta, 48 anni

«Mi ricordo che giravo per casa e prendevo in mano la sua roba, i suoi libri, le carte che aveva lasciato sulla scrivania, e li guardavo come se non li avessi mai visti prima.

Quando ci siamo lasciati mio marito è andato a stare da un amico. A parte il dolore, a parte che forse mi aveva tradita, la sensazione più forte era il non riconoscerlo. Andandosene aveva lasciato una quantità di tracce, infiniti piccoli dettagli che mi raccontavano un uomo perso di vista per quindici anni, impegnata com'ero a fare altro, i figli, la carriera, un amante esigente che ho faticato a tenere segreto e che a lungo mi ha distratta.

Poi se ne è andato, e si è accesa la luce. Per mesi ho seguito le briciole nel bosco, come Pollicino. I biglietti di un museo di Amsterdam nelle tasche di un suo vecchio cappotto (due, dunque c'era andato con qualcuno), numeri di ristoranti che non conoscevo, il profumo sulla mensola del bagno (annuso, quand'è che lo aveva cambiato?), la musica scaricata sull'iPod, Fabri Fibra, quello che ascoltano le nostre figlie.

Non mi tornavano i conti, ma finalmente lo "vedevo". Era sempre lui, eppure non lo era più. Uno sconosciuto per alcuni versi, ma non un estraneo. Come quando ti innamori, e vuoi scoprire com'è, e il desiderio sta tutto lì, nella curiosità infinita dell'altro. Capire questo è stato comprendere che avevamo una chance, che la chiave non stava nel cercare di tornare indietro ma nello scoprirci di nuovo. Credo che la nostra storia avesse delle riserve auree, siamo stati bravi a scovarle, tutti e due. È strano. Certe sere lo guardo, tranquillo sul divano, sembra non sia accaduto niente. Invece no, è tutto nuovo qui. Splendente, ignoto, e mette i brividi»

## Emma, 42 anni

«Adesso userò parole che non si adoperano più. Destino. Eternità. Appartenenza. Quando scomodi queste enormità è chiaro che sei nel regno del non può finire, non possiamo stare separati, l'universo ne sa più di noi e ci ricongiungerà.

Esattamente quello che ho pensato quando lui, l'uomo della mia vita, il mio unico incastro perfetto, l'irripetibile realizzarsi del miracolo, se ne è andato, dopo cinque anni di convivenza, in preda a quella che lui chiamava "confusione" e io ho scoperto chiamarsi Laura.

Siccome Laura, poverina, per me valeva poco più che niente di fronte all'immensità ineluttabile della nostra storia, mi sono messa ferma e ho aspettato. Sofferenza tanta, ma mai plateale. Niente ricatti, niente recriminazioni né scenate. Disperata ma decorosa. Disponibile ma non prona. Immobile. Ho atteso che l'Amore gli mancasse, che sentisse la disperazione di avere accanto un corpo "sbagliato".

Per mesi ho cullato la mia certezza, e la sua compagna inseparabile, la pungente idea che invece mi sbagliassi. Lui

oscillava. Spariva. Poi chiamava, posso venire a cena? Io gli dicevo di sì una volta su tre. Non era una tecnica, è che vedevo un altro, un collega, uno che mi era sempre un po' piaciuto. Volevo scoprire cosa si provasse a stare lontano dalla nostra cosa, da "noi". Be', era come avere un elastico attaccato in mezzo alla schiena: più si tendeva, più forte tornavo indietro. Doveva avercelo pure lui quell'elastico, poche storie. E infatti una sera è arrivato a casa: sono stanco, ha detto. Fare resistenza all'amore è faticoso.

Ci siamo seduti al tavolo della cucina, ci siamo guardati in faccia. Eccoci qua, appena in tempo, dico io. Ha sorriso. Deve aver capito che non era vero, che c'è tutto il tempo di questa vita, e delle prossime»

*“Era sempre lui, eppure non lo era più. Uno sconosciuto, per certi versi, ma non un estraneo”*

## Adele, 35 anni

«Lui mi ha lasciata per un'altra. Io sono impazzita. Dove finiva l'amore e cominciava l'ossessione non lo so dire. Ma per riprendermi quello che era mio ho lottato come una leonessa. Ho fatto appuntamenti sotto casa, ho spiato su Facebook, mi sono fatta trovare "casualmente" ovunque, sono sparita, ho pianto, minacciato, sono andata dalla madre di lui a cercare alleanze. Mi sono resa ridicola, forse. Certi momenti mi sentivo come la mia omonima, Adèle Hugo, nel film di Truffaut, folle d'amore per uno che non la voleva più. Però alla fine ce l'ho fatta. Bastone e carota. Una rosa tutti i giorni nella sua buca delle lettere, e su Facebook le immagini delle mie allegre serate con un amico che si è prestato al gioco. Poi sono partita per un mese all'estero, tenendo sempre il telefono spento, non senza essermi prima intrufolata nel suo letto per una notte indimenticabile. Dall'aeroporto gli ho mandato un ultimo regalo: le foto di tutti i posti del nostro amore (ci ho messo giorni a fare scatti in giro per la città, ma ne è valsa la pena). È tornato. La nostra storia prosegue stabile. Sono io che, a volte, ho come un sottile senso di vuoto. Come se, alla fine, avessi lottato solo per vincere»

Elettra Aldani 