

DI TANTE. PERCHÉ CON OGNUNA PUOI AVERE QUALCOSA DA DIRE. MAGARI VUOI PARLARE D'AMORE O SOLO DI LOOK. O HAI URGENZA DI CONFIDARTI, RIVELANDO UN SEGRETO CHE TI PESA. IN OGNI CASO, RICORDA CHE LA VERA COMPLICITÀ E IL BENE PROFONDO SONO FATTI ANCHE DI SILENZI

testo di Cinzia Cinque - consulenza di Chiara Tartaglione, psicologa e psicoterapeuta - foto di Pamela Hanson

DI QUANTE AMICHE ABBIAMO BISOGNO?

CHIARA, 28 ANNI

**“PREGUSTO IL MOMENTO
IN CUI LE RACCONTERÒ
TUTTO CIÒ CHE MI ACCADE”**

Appuntamento ore 8. Arriva: look patinato, perfetta dalla testa – coronata effetto nuvola – ai piedi, calzati in open toe tacco 10. Ma il suo passo è spedito come sui pattini. Vola, questa bella ragazza dall'aria soddisfatta, cane al guinzaglio, bimbo in passeggino, un altro per mano. «Mollo i pupi, prendiamo il caffè, ti fermi, no?». Non aspetta la risposta. Va sempre di fretta la mia amica Giulia, stilista. Ma trova spazio per tutti, soprattutto per me. Coinvolgente, entusiasta come un'adolescente, nonostante i suoi 30 anni. La adoro. A volte mi chiedo come abbia fatto quando non la conoscevo e cioè per un bel po' di tempo, visto che la nostra amicizia risale a due anni fa. Intensissimi.

MI CAPISCE MEGLIO DI CHIUNQUE ALTRO

Se mi confido con lei? È una battuta? Giulia sa tutto ma proprio tutto di me, anzi: qualsiasi cosa mi accada, già mentre accade pregusto il momento in cui, sedute davanti a una pizza o sul divano di casa sua, gliela racconterò. Che si tratti di una delusione d'amore o di quale abito indossare in una certa occasione, lei sa consigliarmi, perché mi capisce meglio di chiunque altro, anche se siamo diversissime, da tutti i punti di vista. Lei felicemente sposata, io single in attesa d'amore. Lei solare, aperta, dotata della capacità di godersi la vita, ritagliandosi piccoli paradisi nella banalità quotidiana; io solitaria, con un senso del dovere autopunitivo. Insomma, non so bene cosa ci unisca. Anche perché non sono portata per i legami così esclusivi, non ho mai avuto grandi amiche: ho sempre studiato come una matta e non avevo tempo da investire nei rapporti umani. Perciò considero l'incontro con Giulia un regalo. In qualche modo me lo sarò meritato.

FRANCESCA, 35 ANNI

**“CHACCHIERIAMO DEI FATTI
DI TUTTI I GIORNI MA NON
DELLE MIE INQUIETUDINI”**

Non ci vediamo spesso, e quando ci vediamo capisco perché. Giovanna mi stanca. Non è cattiva, né antipatica, la considero una mia cara amica, ma ciò non basta a farmi venire voglia di incontrarla più spesso. La conosco da sempre, eravamo insieme alle elementari: scuola di suore, classe terza, primo banco. Entrambe provenienti da altri istituti, spaesate. Mi incuriosiva, le ho chiesto qualcosa, abbiamo legato: lei ha cominciato a raccontarmi di lei e non ha più smesso. I giocattoli, i vestitini, le vacanze, le feste. Poi è stata la volta dei viaggi, degli amori adolescenziali, sempre i vestiti. Adesso tocca ai suoi bambini, e di nuovo via con le vacanze, i compleanni, eccetera. Una gran chiacchierona? Peggio. Prolissa, con tendenza alla mitizzazione. Gli eventi della sua vita hanno sempre un tono epico: all'indomani dei suoi 18 anni una serata è stata dedicata alla decrizione accurata di tutti i regali ricevuti. Da strapparsi la pelle di dosso. A un certo punto mi sono allontanata. Ed è stato allora che lei mi ha detto: «A otto anni sei stata tu a cercarmi, e ora?».

C'È DA SEMPRE E CONTINUERÀ A ESSERCI

Confidarmi? Non nel senso classico. Con lei mi comporto un po' come con un parente e la metto al corrente dei cosiddetti «argomenti corollari» o dei macroavvenimenti: la vita e i problemi di tutti i giorni e i grandi fatti di famiglia, ma non mi aspetto un confronto costruttivo, una riflessione profonda. Giovanna c'era alla morte di mia madre, alla mia seduta di laurea, al battesimo dei miei figli. E poiché c'era, ho scelto di continuare a farla partecipe della mia esistenza. Previa selezione di temi, appunto, perché segreti e inquietudini e sogni li riservo ad altri. O a volte solo a me stessa, la mia migliore amica intima.



CLAUDIA, 40 ANNI

"DOPO ANNI DI INUTILE GOSSIP, HO CAPITO CHI MI ASCOLTA DAVVERO"

Premessa: la voglia di dirsi tutto è roba da ragazzine. A 16 anni avevo mille amiche intime. Ore a parlar d'amore. Educazione sentimentale coram populo. Con gaffe. Esempi? L'amica bigotta alla quale rivelavo le varie passioncelle. Quella frustrata che inorridiva per la mia disinvoltura. L'autoriferita: «Non ho spazio per te». La competitiva, in gara sempre; la strapettegola... Ma gli anni non passano invano. E con l'esperienza ho capito che, se parli con tutti, non parli: fai gossip.

LEI MI STIMA. MA SOPRATTUTTO MI VUOLE BENE

Oggi le mie confidenze "intime" le riservo a una sola vera amica del cuore. Ci conosciamo sin dall'università, ma il legame si è consolidato nel tempo. Certo, quella con Sandra non è una relazione quotidiana - siamo entrambe prese dalle nostre vite piene di tutto - ma resta un rapporto privilegiato. Possiamo parlare di libri o scambiarcì ricette, il nostro dialogo è intenso, direi appassionato. Insomma, al di là degli interessi comuni che ci hanno fatto incontrare, siamo sulla stessa lunghezza d'onda per quel che riguarda la vita in generale. Capita che non ci sentiamo per un po' e talvolta passano mesi prima che riusciamo anche solo a fare una chiacchierata al telefono. Ma quando poi ci incontriamo, è come se ci fossimo viste il giorno prima. Io so che lei c'è e se ho un problema posso parlargliene. E viceversa. Alla base della nostra unione c'è una stima profonda e indiscussa, che nasce dalla comprensione, ma soprattutto dal bene. Perché io e Sandra, banalmente, ci vogliamo molto bene. Ed è l'affetto, secondo me, l'unità di misura della vera amicizia, non il tasso di confidenza. Anche perché, se c'è un legame profondo, i silenzi possono dire più di tante parole.

Quel bisogno tutto femminile

Tre lettrici, tre modi diversi di confidarsi. Da cosa dipendono le differenze? Ne parliamo con Chiara Tartaglione, psicologa e psicoterapeuta*. Ogni legame può avere un senso per chi lo vive. Per Chiara l'amica rappresenta un modello di perfezione in cui identificarsi: prevale l'idealizzazione. Francesca vive un'amicizia "parentale", quasi un rapporto tra sorelle, dove vince l'insofferenza. E quel suo dichiararsi la migliore amica di se stessa denota quasi una volontà di rifiutare l'incontro con l'altro: ma l'essere umano necessita dello scambio. Quella di Claudia è una versione più autentica dell'amicizia: un legame simbolico che non consiste in una relazione quotidiana e non si nutre di parole vuote, ma anche di silenzi, di pause, di segni.

Da dove nasce la voglia di confidarsi?

È un bisogno che accompagna la donna nel passaggio da bambina ad adulta: il diario segreto e l'amica del cuore sono contenitori femminili. Anche gli uomini si scambiano segreti, ma nella donna è più intensa l'esigenza di raccontarsi: in lei agisce infatti una passione per la parola, che veicola l'interesse per l'altro.

Fine di un'amicizia, fine della confidenza?

Sì, anche se chi smette di raccontarsi, interrompendo quindi un'amicizia, non lo fa mai per caso, sempre per una scelta precisa.

Anche le rivali si raccontano?

Certo, anche se la rivalità caratterizza le amicizie "immature", dominate dai meccanismi della dipendenza, dell'esclusività, dell'invidia.

In *Beautiful Malice*, romanzo d'esordio dell'australiana Rebecca James, le protagoniste nascondono segreti che mai rivelerebbero agli amici. Ma la loro è un'amicizia letale.

Capita quando il sentimento d'affetto si trasforma in odio, perché l'amica è vissuta come un ideale irraggiungibile, da distruggere, o perché riflette i propri conflitti da rinnegare. In entrambi i casi, è un'amicizia morbosa, imprevedibile, che esclude la confidenza dei propri lati oscuri.

* Chiara Tartaglione, psicologa e psicoterapeuta, svolge la sua attività a Pesaro e a Urbino, Socio Jonas, membro Ali, docente tutor I.R.P.A.. È autrice di *Depressione. Sofferenza o soluzione* (collana I Ciottoli di Jonas, Di Girolamo 2009).