

# “Ti scriverò una lettera con le parole d'oro..”

*Leggere e scrivere, che passione!!*

di Maria Rosa Madera\*

La lettura di un buon libro, è risaputo, ci dà piacere sia sul piano emotivo, sia su quello della conoscenza. In particolare nei romanzi, spesso la trama ci aggancia al punto da tenerci svegli nella lettura fino a tarda ora. Può accadere che ci riconosciamo nei protagonisti delle storie, facciamo il tifo per alcuni, odiamo altri, ci commuoviamo, siamo in ansia. Un testo di successo incontra i sentimenti dei lettori, è chiaro nel linguaggio, si fa comprendere fin dal primo capitolo.

Leggere fa bene anche alla psiche: funzioni quali l'attenzione, la memoria, il pensiero, l'intuizione, l'affettività vengono “esercitate” nel metterci in contatto con noi stessi e con i personaggi. Si crea così una partecipazione ideale e una risonanza emotiva utili alla conoscenza di sé e delle proprie attitudini espressive.

Ma un piacere ancora più intenso ci deriva dalla lettura di un testo che qualcuno scrive per noi: una lettera, un biglietto, una poesia, una dedica.

Passati ormai i tempi in cui il postino recapitava la tanto attesa letterina azzurra “air mail” del ragazzo conosciuto in gita a Londra, ogni giorno esploriamo le nostre relazioni su outlook express e sul cellulare, dove lo scambio di notizie, di affettuosità e di emozioni è immediato. Il nostro bisogno di essere riconosciuti e apprezzati è appagato “in contemporanea”, ma può succedere che una mancata risposta, un improvviso silenzio, un ermetismo, vengano interpretati come disinteresse con la

conseguenza di alterare il senso della comunicazione e di compromettere la relazione.

Vale la pena, se vogliamo vivere con equilibrio i rapporti interpersonali, stilare una lettera “allegata” dove i dubbi, le richieste, le dichiarazioni trovino il giusto spazio per essere compresi dall'altro.

Le parole non sono più incise sulla pietra e neppure tracciate con la penna stilografica, ma il messaggio di attenzione resta il medesimo in ogni tempo.

Scrivere una lettera è un'azione terapeutica anche per se stessi.

Non esitiamo dunque ad esprimere il nostro pensiero comunicandolo con la scrittura e non esitiamo a leggere quanto gli altri ci scrivono anche se non lo condividiamo, anche se ci apre qualche ferita, anche se non ne comprendiamo il senso.

Non sempre si trova la giusta sintonia nell'immediato, ma, se la relazione ha per noi un valore, allora proviamo a rispondere con un altro scritto e ancora con un altro fino a capirsi meglio, fino a raggiungere l'intesa del linguaggio e del cuore.

Perché gli altri possano comprendere il senso del nostro dire dobbiamo fare chiarezza dentro di noi. E' questo un passaggio essenziale: la scrittura diventa così rivelazione di sé all'altro, un dono prezioso di “parole d'oro”.

\*Psicologa Psicoterapeuta

[www.laborvino.it](http://www.laborvino.it)

laborvino



La guida italiana del vino