

**Mi arriva tutti i giorni un pensiero di riflessione che giro anche a voi ,  
perchè pensare fa sempre bene.**

## **COMUNICARE IL SORRISO DI DIO : PROPOSTA PER OGGI, SABATO 28 MARZO**

Pensa ad una persona con cui hai un rapporto difficile, mettiamo che sia Luigi.

Un bel giorno ti dici: «Devo parlare con Luigi. Però devo stare attento, perché se gli dico così, potrebbe non capire ed offendersi; e se invece gli dico cosà, forse riuscirò a farmi capire. Devo trovare le parole giuste.»

**Le parole giuste.** Come quella volta in cui eri convinto che sarebbe andato tutto liscio, e nonostante tu avessi le migliori intenzioni, ne è nata una discussione spiacevole, durante la quale hai interrotto più volte l'altra persona, dicendogli: «No, aspetta, non ho detto questo, fammi spiegare meglio!»

La verità è che la maggior parte delle volte non si tratta di parole.

A volte **le parole giuste semplicemente non esistono, perché la comunicazione è qualcosa che va al di là delle parole.**

Pensaci: come mai se una persona che amiamo fa una cosa spiacevole, siamo subito pronti ad interpretarla in modo benevolo, mentre se la stessa cosa viene fatta da una che ci è antipatica, siamo subito pronti a condannarla senza appello?

**Il motivo è semplice:** prima ancora che apriamo bocca, **il tipo di relazione** che abbiamo con l'altra persona influenzerà il nostro atteggiamento verso di lei, e di conseguenza il successo o meno della nostra comunicazione.

Paul Watzlawick, psicologo statunitense, ha espresso questo concetto così: *Ogni scambio comunicativo ha due livelli: un livello di **contenuto** e uno di **relazione**.*

**A me piace tradurlo con parole più semplici:** un conto sono le parole che diciamo (il contenuto), un conto è il rapporto che c'è tra noi e la persona con la quale parliamo (la relazione).

È per questo che nelle relazioni non possono esistere formule magiche o parole che funzionano sempre, perché anche la relazione ha un grande peso.

Le parole potranno anche essere le stesse, ma ciò che determinerà il loro successo dipende da tanti fattori: dipende dalla relazione che c'è a monte di quelle parole, e **dipende dal modo** in cui le diciamo e dal nostro atteggiamento; che in fondo è come dire che dipende dal tipo di relazione che vogliamo costruire attraverso il modo in cui le diciamo.

**Ognuno di noi vive relazioni difficili** con persone con le quali un rapporto deve comunque averlo; a volte sono persone della nostra famiglia.

Se oggi ti capiterà di relazionarti con una di quelle persone, prima di dirle qualunque cosa, **prova ad interrogarti sul tipo di relazione** che intercorre tra voi; ascolta coscientemente ed intimamente il disagio che provi quando ti relazioni con lei; e prova infine a chiederti: prima ancora di aprire bocca, quale piccolo gesto o piccolo atteggiamento puoi mettere in campo per iniziare **a costruire una relazione diversa?**

**A domani**