

---

# Essere single al tempo del Covid-19

**Autore:** Antonella Ritacco

**Fonte:** Città Nuova

**Che fine hanno fatto i single in questi mesi? Come se la sono cavata tra misure di sicurezza, blocchi e allentamenti delle misure di sicurezza?**

**Il desiderio di incontrare l'anima gemella non cessa perché un virus - [Il Covid 19](#) - è in agguato.** Il tipo di atteggiamento che si assume per creare le condizioni che permettono l'incontro con gli altri deve incastrarsi con le possibilità che la vita dispone. Che fare allora dopo il lockdown, adesso che le misure di sicurezza via via si allentano? **Prendersi del tempo per mettere ordine nel proprio mondo interno.** Se sei stato di quelli che hanno valorizzato questo tempo rallentato per ricontattare se stessi, mettere ordine nei pensieri, affrontare aspetti di sé che attendevano da tempo di essere supervisionati, hai fatto una delle cose che di solito vengono suggerite a chi da tempo cerca l'anima gemella e non la incontra. In fondo, mentre fai qualcosa di buon per te, stai curando anche gli aspetti che proporrà all'altro e che ti renderanno non solo te stesso e libero di fronte all'altro, ma anche **naturalmente più attraente proprio in virtù di questa tua riconnessione con la tua interiorità.** Ma attento: la stessa cosa non funziona se questi aspetti li curi solo per l'altro, i risultati avrebbero breve durata! **Rimanere chiusi ad aspettare che tutto passi. Se passa!** Forse ti sarai detto che non si può fare nulla di ciò a cui eri abituato, che la vita ti va contro, che tutto ciò che cerchi è banalmente offuscato da un virus nemmeno visibile all'occhio. E ligio alle osservanze per le restrizioni hai pensato che questa fase della tua vita sarebbe stata tutta da cancellare. In fondo se non puoi uscire cosa ti resta? Come si può conoscere veramente una persona senza poterla incontrare? In realtà non è stato tutto bloccato, è stato possibile aprirsi agli altri cambiando piccole variabili, fare le stesse cose ma in modo diverso: grazie all'ausilio della tecnologia abbiamo potuto mantenere e rafforzare i contatti e, perché no, anche costruirne di nuovi. Essere troppo rigidi nel valutare le opzioni disponibili rischia di far perdere delle belle opportunità. **Calarsi nel virtuale.** Che si tratti di siti di incontri o di social network, la tecnologia e il virtuale sono da anni compagni di cammino di molti single. Essi offrono uno spazio di incontro nella comodità delle proprie case. Molto utili per mantenere contatti già avviati, o come occasione per avviarne di nuovi, non possono essere l'unico modo per incontrare l'altro e conoscerlo nella sua completezza. Non sostituiscono, ma possono affiancare la relazione *vis à vis*. **Credere di basare una relazione su una conoscenza solo virtuale è molto rischioso,** sebbene esistano coppie felici che si sono conosciute su Internet. Ciò che fa la differenza è il farsi conoscere per come si è e non per come si vuole apparire.

**Approfondire meglio la conoscenza di qualcuno che si è già conosciuto.** Magari l'imposizione del lockdown per quanto scomoda e irritante può aver creato la premessa per valorizzare qualche relazione già in essere, ma mai veramente coltivata. In fondo si sa che nelle situazioni più disparate nascono gli amori più longevi, proprio dalla condivisione di emozioni forti in cui ci si sostiene a vicenda. E forse è questa la mano che madre natura poteva trovare per far uscire dal guscio qualcuno che non si era proprio accorto dell'altro. **Farsi piacere a tutti i costi quella/o dell'ultimo cocktail.** Viceversa appiccicarsi come una cozza all'altro non funziona né con né senza lockdown, almeno non in maniera duratura e sana. **Le relazioni invischianti, dipendenti o confuse sono sempre da evitare.** Così anche l'atteggiamento da ultima spiaggia. Non c'è alcuna ora X che segna la fine del tempo: all'amore non si comanda, quando arriva arriva, anche se questo può comportare di dover rinunciare ad alcuni sogni come quello della maternità naturale, che è però un discorso a parte. Costringersi a farsi piacere qualcuno solo perché è lì presente equivale a costruire castelli in aria, che al primo soffio di vento si scomporranno. Meglio a questo punto utilizzare il tempo per risolvere quegli aspetti di sé che tengono lontani dalla realtà ed impediscono di costruire relazioni sane. Ora che ci si riappropria di spazi di vita e di interazione sempre maggiori, puoi far tesoro di

---

quanto vissuto ed appurato nella precedente fase di lock-down. Impara a sintonizzarti sulle opportunità e a conoscere meglio le tue modalità di affrontare le situazioni accidentali che la vita ti mette innanzi. Ma soprattutto identifica quale è il tuo modo di andare incontro all'altro. **Solo così potrai meglio comprendere quale ruolo giocano questi tuoi modi di comportarti nel costruire relazioni che funzionano o viceversa da cui resti deluso.**