

CLAUDIA RAINVILLE

Metamedicina delle relazioni affettive

Guarire
le ferite del

passato



Edizioni



AMRITA

Riconoscere i copioni della nostra sofferenza

«Ci può essere intimità solo se riusciamo a rivelare le nostre debolezze, se ognuno di noi offre all'altro la possibilità di accedere alle proprie mancanze. Le relazioni affettive possono così farci da psicoterapia – meno onerosa ma altrettanto costosa in fatto di sforzo di comprensione – se, con l'aiuto di una comunicazione profonda, riescono a farci scoprire che cosa proiettiamo sugli altri e quali sedimentazioni sepolte esse risvegliano in noi».

Sylvie Galland

Come il torrente, nato dalla confluenza di piccoli ruscelli, segue il suo corso per raggiungere il fiume che, a sua volta, si getterà nel mare, così l'energia vitale anima ogni particella dell'universo e ogni essere umano.

Come il torrente, noi siamo la risultante di tutte le esperienze che abbiamo vissuto; seguiamo la nostra evoluzione, fino a quando potremo fonderci nel vasto oceano del **sé** unificato, dal quale veniamo.

Così, nel corso della nostra esistenza sulla terra, seguiremo un percorso che comporterà difficoltà da sormontare, sfide da raccogliere, qualità da sviluppare, atteggiamenti da trasformare e lezioni di vita da integrare. Tutto questo si può definire “**progetto di vita**”.

Questo disegno si può svolgere senza nessuna modifica, ricalcando gli stessi copioni, se ignoriamo o rifiutiamo l'apprendimento necessario per affrancarcene. Al contrario, se prendiamo coscienza del ripetersi di questa sceneggiatura sofferente e siamo pronti a integrarne le lezioni, possiamo intervenire su di esse e modificarle per accedere a una maggiore serenità e a un sentimento di pienezza, invece di passare la vita a lamentarci.

È tutta qui la differenza tra consapevolezza e assenza di consapevolezza. Risvegliando la nostra consapevolezza, ci assumeremo pienamente la responsabilità di ciò che stiamo vivendo.

Anche se il nostro progetto di vita sembra iniziare dal concep-

mento, si tratta in realtà di un percorso continuativo dell'anima che viene ad abitare questo nuovo veicolo che è il nostro corpo.

Alla nascita, infatti, ogni essere umano possiede già, non solo i geni trasmessi dai propri genitori, ma anche tutto un bagaglio di esperienze vissute anteriormente, che si manifesterà attraverso doni, talenti, limiti e tendenze ad agire o a reagire in un certo modo.

A queste tendenze andranno ad aggiungersi nuove esperienze che a volte entreranno in risonanza con quello che abbiamo già immagazzinato nella nostra memoria.

I genitori e i nostri insegnanti saranno i primi maestri dai quali impareremo, tanto attraverso il loro esempio quanto attraverso l'influenza che avranno su di noi. Essi ci daranno occasione di vivere tutta una gamma di sentimenti che vanno dall'amore all'odio, dall'ammirazione alla rivolta.

Questo periodo corrisponde al nostro apprendistato nella scuola della vita, il che non vuol dire automaticamente apprendistato della saggezza; ciò che lo renderà tale sarà la nostra apertura e il nostro desiderio di apprendere dalle lezioni che la vita ci impartirà.

Il nostro apprendimento sarà consolidato da un bisogno fondamentale: quello di essere amati. Se questo bisogno non sarà compreso o, peggio ancora, sarà schernito, ne deriverà una sofferenza che si manifesterà attraverso frustrazione, collera, tristezza, rancore o disperazione.

Questo bisogno, che ci condiziona per gran parte della vita, condurrà alcuni di noi a sottomettersi, altri a sedurre, manipolare, accettare di non essere rispettati, e così via.

Finché, una volta adulti, lasceremo quei nostri primi maestri, avendo accumulato tutta una serie di convinzioni, di sentimenti spesso feriti e di emozioni rimosse... È con questo bagaglio che dovremo fare i conti nelle nostre relazioni affettive, per rispondere al nostro bisogno primordiale d'essere amati e per imparare noi stessi ad amare.

Quindi, starà a noi scegliere se comportarci da **fuggitivi** o da **apprendisti-saggi**.

All'inizio, ci comportiamo più o meno tutti da fuggitivi. Dalla vita e dalle nostre relazioni affettive vogliamo solo il meglio, e ci illudiamo, allora, che basti incontrare la "persona giusta", "il compagno ideale", per non avere più problemi, perché regni l'armonia in eterno.

Quando finalmente crediamo di aver trovato quella persona, non abbiamo nessun altro desiderio se non quello di concretizzare questo legame con l'unione. Ma quando sorgono problemi e non c'è più l'armonia tanto desiderata, è quella stessa illusione a indurci a interrompere la relazione, e a cercare quell'armonia con qualcun altro.

Così, insistiamo nel credere che da qualche parte ci aspetti un'anima

gemella, un compagno o una compagna perfetti, con cui conosceremo il massimo del piacere e il minimo delle difficoltà.

Ma la realtà è tutt'altra. Attireremo sempre la persona che farà riaffiorare il vissuto che ci portiamo appresso, fintantoché non saremo liberi da quel passato che ci fa agire o reagire in un certo modo.

Anche cambiando compagno o compagna, ci troveremo sempre di fronte alle stesse situazioni conflittuali, fino al giorno in cui non saremo pronti a imparare dalle nostre sofferenze, e capiremo finalmente che l'illusione porta sempre alla delusione.

La relazione affettiva è il luogo ideale per far riaffiorare le ferite della nostra infanzia.

QUAL È LA TUA STORIA?

Tutti noi abbiamo una storia, un passato pieno di ricordi, felici e infelici. La nostra storia è strettamente legata a quella dei nostri genitori, non solo per le esperienze che essi ci hanno permesso di vivere, ma anche per il loro vissuto, per gli atteggiamenti che hanno adottato e per le lezioni di vita che hanno dovuto apprendere. Molto spesso riproduciamo quegli stessi comportamenti che in loro abbiamo sempre deplorato; allo stesso tempo abbiamo esperienze simili alle loro, dovendo a volte integrare le stesse lezioni di vita.

PRENDIAMO L'ESEMPIO DELLA STORIA DI ANTONIO

La madre di Antonio è cresciuta in una famiglia disfunzionale, con un padre alcolizzato, violento, e una madre sottomessa e infelice; non si è mai sentita né amata né valorizzata, e neppure protetta, quindi ha imparato a proteggersi dalle percosse con la sottomissione.

A diciannove anni sposa il primo uomo che incontra per poter lasciare la famiglia. È convinta che mettendo al mondo un figlio avrà finalmente qualcuno da amare e qualcuno che l'ami.

Dal momento in cui scopre d'essere incinta, tutto il suo universo inizia a gravitare attorno al bambino, per cui il suo bisogno di affetto è soddisfatto. Ma con il procedere della gravidanza prende sempre più le distanze dal marito. Lui reagisce a questa chiusura con l'aggressività, per cui lei si ripiega sempre di più sulla sua gravidanza. Al punto che quando Antonio viene alla luce diventa la sua unica ragione di vita. La relazione di coppia peggiora sempre di più, ma che le importa? Ora ha il suo bambino... Così il marito, che a causa dell'indifferenza della

moglie si sente rifiutato, a sua volta rifiuta il bambino e raddoppia la violenza verso di lei. Si ubriaca, la tradisce apertamente, per farla reagire. Ma non c'è niente che serva. Poi inizia a picchiare Antonio, e lei questo non può sopportarlo. Così decide di separarsi.

Antonio odiava il padre, che riteneva responsabile della sofferenza della madre. Compensava la situazione facendo di tutto per rendere la mamma felice.

Quando si ritrovò sola con lui, sua madre cercava di soddisfare tutti i desideri del figlio pur di avere tutto il suo amore in esclusiva. Antonio, quindi, crebbe con una madre iperprotettiva, senza la presenza del padre.

Durante l'adolescenza, si sentiva soffocato dalla madre che si aspettava il massimo da lui e cercava di controllarlo. Allora, gli capitava di esplodere in violenti accessi di rabbia che sfogava sugli oggetti nei quali s'imbatteva. Queste esplosioni volevano dire: «Lasciami vivere la mia vita, smettila di trattarmi ancora come un bambino!»

Questa violenza, tuttavia, aveva un effetto molto distruttivo sulla madre, facendola ripiombare in quel passato di violenza che l'aveva tanto fatta soffrire.

Antonio si accorgeva che, reagendo così, dava un dispiacere a sua madre. Provava un profondo senso di colpa che lo induceva a credere di essere cattivo, egoista, ingrato, pensando a tutti i sacrifici che la madre aveva fatto per crescerlo. Ormai adulto, Antonio si sposò, aspirando a creare quella famiglia unita che tanto gli era mancata.

Fece tutto il possibile per rendere sua moglie felice, ma si aspettava che anche lei facesse la stessa cosa con lui. A volte sua moglie gli diceva che era un eterno insoddisfatto e, perfino, un egoista. Antonio non capiva come lei potesse dire cose simili: «Dopo tutto quello che faccio per lei», pensava. «Nella mia vita non faccio altro che prendermi cura degli altri».

Poiché la madre non gli aveva mai imposto limiti nell'infanzia, né aveva avuto un padre che glieli imponesse, Antonio provava molta difficoltà a rispettare i limiti posti dagli altri. Per esempio, se voleva fare l'amore e sua moglie rifiutava, lui si risentiva e lo dimostrava arrivando a impedirle di dormire. Senza rendersene conto, voleva sempre che tutto accadesse quando e nel modo in cui desiderava lui.

La moglie, Jenny, desiderava avere un bambino più di ogni altra cosa. Pensava che un bambino avrebbe indotto Antonio a stare di più a casa. Il suo desiderio fu infine esaudito: Jenny rimase incinta.

Dopo la nascita del figlio, la donna ebbe lo stesso atteggiamento della madre di Antonio: si dedicò quasi esclusivamente al bambino, trascurando Antonio che, allora, giocò la carta della seduzione sul piano sessuale, alla quale lei però non rispose nel modo in cui lui avrebbe

voluto. Tutto ciò rese Antonio molto frustrato. Ne conseguirono discussioni che, a loro volta, raffreddarono ogni possibile desiderio di quell'intimità che Jenny avrebbe ancora potuto voler condividere con lui.

Al culmine della frustrazione, Antonio, pronto a lasciarsi sedurre, avviò una relazione extraconiugale. Jenny lo scoprì e ne soffrì molto. Questa situazione le ricordava una vicenda molto dolorosa, che aveva vissuto durante l'infanzia.

Suo padre, infatti, aveva un'amante e non ne faceva mistero. Jenny soffriva nel sentire i suoi genitori litigare di continuo e nel vedere sua madre piangere. Si sentiva così impotente e senza nessuna protezione in quella sua famiglia che era sul punto di scoppiare da un momento all'altro. Inoltre, si vergognava per il comportamento del padre. Un giorno, una compagna di scuola le chiese: «Sei tu la figlia di Luigi B.?» «Sì...», rispose lei, già in guardia. «Ho visto tuo padre ieri, con la sua puttana!»

Queste parole la ferirono profondamente.

Quando Jenny seppe che Antonio l'aveva tradita con una donna che aveva la reputazione di seduttrice, le tornarono alla mente le parole della compagna di scuola. Provò un tale dispiacere che chiuse definitivamente il proprio cuore al marito, e gli disse: «Ti avrei forse perdonato se si fosse trattato di un'altra donna, ma lei no!», e gli chiese di andarsene via.

Antonio si prese tutte le responsabilità della separazione, sentendosi terribilmente in colpa per aver causato tanta sofferenza alla moglie. Per non sentirsi più in colpa, iniziò a frequentare una donna che diceva di essere infelice con suo marito. Questa donna si affezionò molto a lui, cercando di accontentarlo in ogni suo desiderio. Lasciò, quindi, il marito e andò ad abitare con Antonio, rimettendo a lui il potere di renderla felice quanto infelice.

Proprio come aveva fatto con la madre, Antonio si ritenne responsabile degli stati d'animo della propria compagna. Se la lasciava per qualche giorno per motivi di lavoro, lei viveva solo in attesa del momento in cui le avrebbe telefonato. Quando la chiamava, lei si preoccupava di sapere se nell'hotel c'erano donne carine. Se Antonio le diceva di aver incontrato persone meravigliose, lei replicava: «Ah, è così! Io, allora, non sono meravigliosa!» Rapportava tutto a se stessa, mettendolo in continuazione alla prova per vedere se lei era sempre al primo posto nei suoi pensieri e nel suo cuore.

Antonio faceva di tutto per sedare le sue preoccupazioni e per soddisfare le sue aspettative. Era capace di passare la serata in camera per essere sicuro di farsi trovare quando lei gli avrebbe telefonato.

Col tempo, si sentì sempre più soffocare anche in quella nuova

relazione. Ancora una volta, come nell'adolescenza con sua madre, la rabbia cominciò a esplodere manifestandosi con comportamenti ostili che poi lo facevano sentire in colpa. La compagna piangeva. Allora Antonio tornava da lei, scusandosi per il proprio comportamento e dicendole: «Non volevo dirti quelle cose...»

Antonio si faceva carico della responsabilità della felicità degli altri e chiedeva loro la stessa cosa, cioè attribuiva la responsabilità della propria felicità alla donna che amava. Di conseguenza, si sentiva frustrato quando lei non soddisfaceva le sue aspettative o si sentiva soffocare quando lei si aspettava troppo da lui.

Il sentimento di frustrazione e di soffocamento lo rendeva distruttivo nelle relazioni spingendolo a comportamenti che egli poi si rimproverava. Ne derivava un senso di colpa che in seguito lo induceva a volersi riscattare aiutando una persona in difficoltà o non concedendosi il diritto di essere felice. Questo copione, ripetuto continuamente, lo induceva a credere di essere responsabile della sofferenza delle persone che amava di più.

Spunti di riflessione

Ora t'invito a soffermarti per interrogarti e riflettere sulle seguenti domande.

- Nella storia di Antonio ci sono elementi riconducibili alla tua storia?
- Se sì, quali?
- Può trattarsi degli atteggiamenti di Antonio, come di sua madre, di Jenny o della nuova compagna.

Ti sei forse riconosciuto nella madre di Antonio?

Molte sono le donne che, non trovando l'affetto, il calore e le attenzioni che vorrebbero dal proprio compagno, si dedicano completamente al proprio figlio, facendolo diventare la loro unica ragione di vita. In questo modo creano un legame troppo forte con il figlio, un legame che alimenterà la dipendenza da parte del bambino. Se queste donne apriranno il cuore a qualcun altro, il bambino rischierà di considerarlo un tradimento. Potrà pensare: «Ero tutto per lei e ora non sono più niente da quando c'è quell'altro!»

È possibile che, crescendo, il bambino pensi di poter esistere solo in virtù d'una relazione molto stretta, identica a quella che ha conosciuto con la madre. E allora andrà costantemente in cerca di una relazione di questo tipo e non accetterà la minima distanza di cui l'altro possa aver bisogno, per paura di perdere di nuovo la persona grazie alla quale si sente esistere. Questa si chiama dipendenza affettiva.

Non accade solo alle donne di ripiegarsi sui propri figli quando non trovano l'affetto desiderato dal compagno. Molti uomini agiscono allo stesso modo. Però in questo caso il rischio d'incesto è molto più elevato, perché nell'uomo la dimensione affettiva e quella sessuale si confondono, mentre in genere nella donna questi due aspetti rimangono ben distinti*.

Ciò non vuol dire che la donna non possa rendersi responsabile di atti incestuosi. Ma perlopiù essi si esprimono attraverso forme di seduzione nei confronti del figlio maschio. Potrà cercare di sedurlo dandogli maggiore importanza, dedicandogli particolari attenzioni, eccetera, il che provoca molto spesso gelosia da parte di altri fratelli o sorelle che pensano che lui sia il figlio preferito. Ma in realtà la madre esprime il proprio bisogno d'essere amata da un uomo, cercando quell'amore nel figlio.

Il caso della storia di Antonio è un bell'esempio di copione familiare.

La madre di Antonio si era sentita repressa e ferita dal proprio padre. Quanto più lei aveva bisogno del suo amore, tanto più lo odiava per le sofferenze che egli le infliggeva. Quando incontra il futuro marito, non è tanto l'amore che la spinge al matrimonio, quanto piuttosto il desiderio di allontanarsi dall'ambiente familiare. Il suo cuore ferito è chiuso e questo fa soffrire il marito che, a sua volta, la ferisce. Poiché ha tanto bisogno di sentirsi amata, cerca di colmare questo vuoto ripiegando sul figlio, senza accorgersi che farà vivere al bambino la stessa esperienza che lei stessa ha vissuto.

Durante l'adolescenza, Antonio si sentirà soffocato, controllato e manipolato dalla madre. Perché quanto più lo ama, tanto più cerca di sottometterlo alla propria volontà. Ecco perché Antonio esplose. A quel punto, sua madre inizia a piangere, facendogli sentire quanto dispiacere le procuri. Antonio ha tutte le carte in regola per credere di essere cattivo e ingrato, dopo tutto ciò che lei ha fatto per lui, per cui al tempo stesso ama e odia sua madre.

Diventato adulto, si trova di nuovo diviso tra l'amore e l'odio nei confronti delle donne. Ha bisogno di sentirsi amato da una donna e quindi fa di tutto per piacerle, ma al tempo stesso la detesta perché si sente controllato e manipolato da lei. Ciò spiega perché Antonio possa avere comportamenti offensivi verso la compagna.

Quanto a Jenny, proprio come la madre di Antonio, cerca di colma-

* L'argomento è sviluppato ulteriormente nel capitolo "Comprendre la sexualité masculine et féminine" di un altro libro di C. Rainville non ancora tradotto in italiano: *Vivre en harmonie avec soi et les autres*.

re il suo bisogno di affetto attraverso il figlio. Anche lei era stata ferita dal padre, al quale non ha mai perdonato la sofferenza che ha causato a lei e a sua madre. Ciò spiega perché a sua volta fa soffrire l'uomo che ama, chiudendosi nei suoi confronti e ritrovandosi di fronte a una situazione di adulterio che, di nuovo, la ferisce. Anche Jenny prova la stessa ambivalenza amore-odio nei confronti del genere maschile.

Ci sono molte probabilità che il figlio di Antonio riviva lo stesso copione del padre, sentendosi combattuto tra l'amore e l'odio, prima nei confronti della madre e, in seguito, delle donne.

Tutti i personaggi di questa storia sono quindi alle prese con il paradosso del sentimento di amore-odio.

Capita spesso che una donna ferita da uomini che avevano una certa importanza nella sua vita restituisca la sofferenza al figlio con affermazioni offensive nei confronti del padre del bambino o degli uomini in generale. Potrà anche dire al figlio, senza apparente cattiveria: «Sei un cretino, un buono a nulla, che cosa ci si può aspettare da te?», esprimendo in questo modo la sofferenza che prova nei confronti degli uomini.

Con questo atteggiamento, può trasmettere il suo odio per gli uomini anche alla figlia.

Il figlio che si è sentito denigrato in quanto appartenente alla categoria maschile, potrà odiare nel suo intimo le donne, pur sentendone il bisogno. Così, anche lui cercherà di ferirle, facendo soffrire la moglie o la figlia.

La donna che porta in sé la sofferenza legata agli uomini genera nel figlio risentimento nei confronti delle donne ed egli a sua volta trasmetterà alla figlia la sofferenza legata agli uomini. Questo copione di sofferenza può tramandarsi di generazione in generazione, fin quando un membro della catena non ne prenderà coscienza e si darà da fare per romperla.

Una donna ferita dagli uomini incontrati durante la vita, aveva un figlio che viveva questo paradosso di amore e odio verso di lei. Le spiegai che probabilmente aveva proiettato sul figlio il proprio risentimento verso gli uomini. Lei mi rispose: «Ma io non gli ho mai parlato male del padre...» Non sempre esprimiamo la nostra sofferenza con le parole. A volte può avvenire tutto a livello dei sentimenti, ma il bambino lo percepisce ugualmente.

Se nostro figlio è alle prese con un sentimento di amore-odio nei nostri confronti, può trattarsi del riflesso del medesimo sentimento che noi stessi proviamo, solo che non ne siamo consapevoli.

Sono in tanti a dover affrontare questo duplice sentimento di amore-odio, ma pochissimi ne sono consapevoli. L'unica cosa che

constatano è che si ritrovano in continuazione feriti dalle persone che amano o sono loro stessi a ferirle.

Finché non avremo riconosciuto questo duplice sentimento, conseguenza delle nostre ferite del passato, non potremo mai liberarcene. E quindi questo avrà un effetto distruttivo nelle nostre relazioni affettive, che si tratti dei nostri genitori, dei partner o dei figli.

La seconda moglie

La seconda moglie di Antonio ha una scarsa autostima, per cui ha continuamente bisogno di rassicurazioni. Ma più Antonio si occupa di lei e asseconda le sue aspettative, più lei sprofonda nella dipendenza affettiva, e più ha paura di perderlo. È pronta a tutto pur di avere Antonio vicino, ma si aspetta che lui faccia la stessa cosa per lei. Finché tutti e due si nutrono di questa dipendenza, pensando solo a fare l'altro felice, tutto va bene. Ma quando nella calma di questa loro serra l'ossigeno comincia a scarseggiare, iniziano a sorgere i problemi. Tutti e due avranno bisogno di respirare, ma uno dei due esprimerà questo bisogno con maggiore energia, minacciando di andarsene. Chi ha tanta paura di perdere questa relazione si aggrapperà con tutte le forze, facendo allontanare ulteriormente la persona che non ne può più. La sofferenza provata da chi si sente abbandonato, potrà indurlo a chiudere il cuore, e ad attribuire all'altro la responsabilità della propria sofferenza.

Questo copione si riproporrà invariato fino a quando chi vive una dipendenza affettiva non ne avrà abbastanza di soffrire e si deciderà a intraprendere un percorso per affrancarsene.

Spunti di riflessione

- Ti sei forse assunto, come Antonio, la responsabilità della felicità delle persone che ti sono care?
- Hai forse cercato, come la madre di Antonio, Jenny o Antonio stesso, una compensazione alla mancanza di affetto ripiegando su tuo figlio, su un amante o anche su un animale?
- Ti senti forse pervaso da un duplice sentimento di amore e odio?
- Hai forse paura di non esistere più per la persona che ami o di essere abbandonato da lei?
- Hai forse, come la seconda moglie di Antonio, una scarsa considerazione di te stesso, che ti induce a desiderare sempre di essere rassicurato sui sentimenti che la persona che ami prova per te?

LA STORIA DI FILIPPO

Il nonno paterno di Filippo era un uomo rigido e autoritario. Sotto questa corazza, si nascondeva una persona vulnerabile che non aveva

mai voluto dare a vedere la propria sensibilità. Educò il figlio con durezza, senza dargli mai possibilità di scelta.

Il padre di Filippo non desiderando altro che un segno d'apprezzamento da suo padre, s'impegnò a fondo affinché il padre fosse fiero di lui: non si concedeva mai una vacanza, perché un giorno il padre gli aveva detto che era «pigro, un fannullone». Allora voleva dimostrarli il contrario.

La sua vita era solo lavoro. Era esigente con se stesso così come con gli altri. Filippo era il suo primogenito. Molto presto lo iniziò al lavoro nella fattoria, ma alla minima occasione lo criticava, dandogli anche dei calci quando non faceva le cose come piaceva a lui. Filippo imparò subito a non chiedere mai nulla e ad agire d'astuzia per soddisfare le aspettative del padre.

Sua madre era una donna molto impegnata. Una donna poco affettuosa. La sola occasione in cui gli esprimeva un po' di tenerezza, era quando gli rimboccava le coperte perché non prendesse freddo. Filippo, quindi, imparò a non avere aspettative e a sottomettersi il più possibile.

Un giorno, alcuni amici lo invitarono a una festa. Il giorno prima, volendo preparare il padre all'idea, gli disse che l'indomani si sarebbe svegliato molto presto per svolgere tutti i lavori, senza però spiegarli il perché, per paura che non gli desse il permesso di partecipare alla festa. Come previsto, finì in fretta tutto ciò che il padre gli aveva detto di fare e, tutto contento, andò a prepararsi per la festa. Quando gli amici vennero a prenderlo, suo padre arrivò. Rivolgendosi a Filippo, disse: «Dove vuoi andare tu?» Filippo rispose: «Ho fatto tutto quello che dovevo fare. Ti avevo detto che mi sarei alzato presto per questo. Volevo finire prima per andare alla festa con i miei amici». Il padre ribatté con espressione severa: «C'è ancora tanto da fare e il tempo è troppo prezioso per perderlo in stupidaggini. Tu resti qui, non se ne parla proprio di andare con questa banda di cretini!»

Filippo si sentì molto umiliato davanti ai suoi amici. Provò una grande collera verso il padre, ma non gliela mostrò. Anche se avrebbe tanto desiderato partecipare alla festa, si scusò con gli amici di non poter uscire con loro.

Avrebbe voluto gridare tutta la sua rabbia e tutto il suo dolore, tanto stava male. Però non fece nulla e tornò a lavorare nei campi, sognando il giorno in cui avrebbe potuto lasciare quella che ormai gli sembrava una prigionia.

Dopo questi fatti, Filippo iniziò a isolarsi. Non si concedeva più di avere degli amici. Anche se avrebbe voluto continuare gli studi, si fermò al diploma superiore, tale era la fretta di lasciare quel tiranno di suo padre.

Avendo una mente brillante, imparò velocemente a usare il computer e trovò subito un ottimo lavoro. Incontrò il primo amore, ma questa ragazza lo lasciò per sposare un altro uomo.

Poi, sposò una donna poco affettuosa, proprio come sua madre. Inoltre, sua moglie era poco incline ai rapporti sessuali, segnata com'era da quanto le aveva sempre ripetuto la madre, e cioè che «gli uomini sono tutti maiali» e «pensano solo al sesso».

Con la moglie, Filippo adottò lo stesso atteggiamento remissivo che aveva avuto con il padre, cioè chiedeva molto poco, rispetto a quanto dava. In questo scambio si sentiva un perdente, trovando che sua moglie non prendesse mai in considerazione i suoi bisogni. Questo lo rendeva infelice, ma egli non ne faceva parola.

Poi, un giorno sua moglie fece amicizia con un collega di lavoro. Si vedevano continuamente, al punto che Filippo si sentì presto di troppo. Allora le chiese di scegliere tra la loro coppia e l'amico che occupava troppo spazio. Lei lo mandò a quel paese. Filippo sentì di non contare affatto per lei, e ne soffrì molto. La lasciò.

In seguito incontrò altre donne, ma la maggior parte di loro non erano autonome finanziariamente, e si appoggiavano a lui. Alcune, addirittura, arrivavano a fargli delle scenate, come quelle che gli aveva fatto il padre. Non appena si verificavano situazioni del genere, lui metteva immediatamente fine alla relazione.

Poi incontrò Sofia, dalla quale rimase subito affascinato. Sofia era carina, intelligente, autonoma; aveva successo nella sua professione. Per lei era pronto a lasciare il suo appartamento, il suo lavoro, a seguirla perfino in capo al mondo, perché Sofia viaggiava molto e in quel momento doveva partire per l'Africa e rimanerci due anni per dirigere un progetto importante. Filippo decise di seguirla, sperando di lavorare anche lui allo stesso progetto.

S'impegnarono insieme in questa avventura. All'inizio erano molto felici. Filippo non era mai stato così felice. Sofia, diversamente dall'ex moglie, era molto sensuale. Però era anche una donna molto determinata ed esigente sul lavoro, con se stessa ma anche con i suoi collaboratori. Filippo si ritrovò a essere un suo dipendente. All'inizio fece di tutto per farla contenta: lavorava a lungo, rinunciando agli svaghi e al tempo che avrebbe voluto dedicare a se stesso. Piano piano, la frustrazione per il fatto di non essere più padrone della propria vita, del suo tempo, lo indusse a chiudersi in se stesso.

Sofia non capiva che cosa gli stesse succedendo e interpretò questo comportamento come una sorta di resistenza, di mancanza di volontà da parte sua, e cominciò a farglielo notare. Più Filippo si sentiva criticato, più si chiudeva.