

## LA MAIL

**Data :** 22 Agosto 2007

**Mail di :** Cristiano

**Oggetto:** La mia ragazza mi ha lasciato senza una spiegazione

Salve,

sono un ragazzo di 24 anni, vi scrivo per avere un parere., un aiuto in questo periodo che per me è molto duro. Tutto è cominciato qualche mese fa, quando ho fatto un tremendo errore per gioco, o curiosità o chissà cosa: ho avuto un rapporto sessuale con una prostituta.

Questo fatto mi ha sconvolto e distrutto.

Da subito la paura di essere stato contagiato da qualche virus (in particolare l'HIV) mi ha assalito (nonostante il fatto che il rapporto è stato protetto e senza problemi; e nonostante le rassicurazioni di medici e parenti); poi a questo terrore si è aggiunto un senso di colpa tremendo, per aver tradito così stupidamente la mia ragazza...con la quale stavo da 6 anni. Questa situazione mi ha fatto vivere circa 2 mesi di uno stress incredibile.

Dopo circa 2 mesi, appunto, mi sono un po' calmato e ho ridimensionato la cosa...non sminuendola ma vedendola come una "esperienza sbagliata". Proprio in questo momento (in particolare ieri sera) sono stato lasciato dalla mia ragazza...senza una spiegazione valida e plausibile, con un laconico "non ho più gli stessi sentimenti per te..".

Adesso mi trovo sospeso in una solitudine profondissima...dopo 6 anni ritrovarsi soli non è facile... poi per me che sono stato sempre molto attaccato alla mia ragazza...non so come comportarmi...ho paura dei fine settimana senza uno scopo...senza più lei al mio fianco....e non capisco....

Potete aiutarmi con un consiglio?

Magari consigliarmi qualche vostro collega o punto di riferimento dove abito io (provincia di Genova)

Grazie

Cristiano

## RISPONDE LA Dott. DURAZZI

Caro Cristiano,

dalla sua descrizione, in primo luogo, è possibile cogliere una *condanna*, questa sì davvero terribile, da lei stesso deliberata per essere andato con una prostituta. Le paure successive, di aver contratto malattie gravi e mortali, nonostante l'uso del preservativo, e i sensi di colpa, mi sembrano l'inevitabile conseguenza di questa condanna. Caspita Cristiano, che giudice severo ha dentro di se!!

Certamente è importante domandarsi cosa abbia potuto indurla a fare una scelta che appare così distonica dal suo comportamento abituale, e che per questa ragione ha prodotto in lei sentimenti dolorosi di paura e colpa. Ma per capire e non per condannare.

Nel tentativo quindi di afferrare il senso del suo gesto, mi sembra possibile ipotizzare che forse lei ha avvertito, ad un certo punto, che il rapporto con la sua ragazza si era un po' svuotato e inaridito.

Questo può averle fatto sentire preconsapevolmente la possibilità di correre il rischio di essere lasciato, dopo sei lunghi anni di una storia per lei molto importante. Quando qualcosa che accade nel mondo esterno ha ripercussioni nel nostro mondo interno e ci fa sentire minacciati, la nostra mente cerca una soluzione per proteggersi dal pericolo avvertito.

E' possibile che per darsi protezione da questa immaginata eventualità di essere lasciato dalla sua ragazza, lei abbia dato a se stesso un "motivo" per essere lasciato, provocando lei stesso l'abbandono con questo "tradimento". Infatti, che lei abbia o meno riferito la vicenda alla sua ragazza, il suo stato d'animo era quello di un uomo colpevole e meritevole di una punizione, che puntualmente è arrivata.

I sentimenti, caro Cristiano, a volte cambiano, si modificano in noi e negli altri e qualche volta ci mettono di fronte a cambiamenti a cui non siamo ancora pronti. La perdita delle persone a cui teniamo, perché ci lasciano o perché muoiono, sono momenti difficili, i quali però, oltre a farci soffrire, ci offrono anche un'occasione di crescita spingendoci, attraverso l'elaborazione del processo di lutto, a conoscerci meglio, a vincere vecchie e inutili resistenze e a diventare più capaci ed autonomi. In altre parole, ci aiutano a ritrovare noi stessi e ad andare oltre.

Per lei, Cristiano, questo processo è più difficile perché si sente carico di colpe e *sospeso in una profondissima solitudine...*

Spero tanto che questa maggiore consapevolezza che, forse, la mia ipotesi può averle offerto, l'aiuti ad avere più rispetto di se stesso e a darsi la possibilità di continuare la sua strada cercando e trovando ciò di cui ha bisogno e che merita.

In ogni caso le invierò, tramite mail, il nominativo di una collega di Genova, con la quale può valutare più profondamente la situazione. Ho già avuto modo di verificare la sua disponibilità, parlandole personalmente.

Mi farà piacere ricevere sue notizie.

Dott. Carla Anna Durazzi