

*leggi, scrivi e condividi le tue 10 righe dai libri*  
<http://www.10righedailibri.it>



Brandy Engler

*con la collaborazione di*

David Rensin

# Dottoressa ho un problema

Storie vere di uomini e sesso

Traduzione di Sara Reggiani

 **GIUNTI**

Titolo originale:

*The Men on My Couch.*

*True Stories of Sex, Love and Psychotherapy.*

Copyright © 2012 by Dr. Brandy Engler and Rensin, Inc.

Tutti i diritti riservati.

<http://narrativa.giunti.it>

© 2013 Giunti Editore S.p.A.

Via Bolognese 165 – 50139 Firenze – Italia

Via Borgogna 5 – 20122 Milano – Italia

Prima edizione: aprile 2013

Ristampa

Anno

6 5 4 3 2 1 0

2017 2016 2015 2014 2013

## Avvertenza

I nomi dei pazienti e qualsiasi informazione ne possa svelare l'identità sono stati sostituiti o modificati per salvaguardarne il diritto alla privacy. I dialoghi e i fatti riportati si basano su conversazioni ed esperienze reali, talvolta riassunte in un unico caso. Ho scelto di modificare anche i nomi degli amici di cui racconto le preferenze sessuali.

## Premessa

*Dottoressa ho un problema* è il resoconto del mio incredibile viaggio nelle fantasie erotiche maschili. Ciò che ho scoperto riguardo ai desideri e ai comportamenti dei miei pazienti nella sfera amorosa e sessuale non solo mi ha sorpreso, ma ha anche messo in discussione la mia visione degli uomini e di me stessa.

Esistono molte vie attraverso le quali una donna può esplorare le verità dell'amore, per esempio attraverso un corso di meditazione o un viaggio solitario nella natura selvaggia. Alcune cercano consiglio nei manuali di auto-aiuto, si danno alle relazioni online o magari si allenano per la maratona. Altre volano a Las Vegas per il fine settimana.

Io non ho dovuto fare altro che andare al lavoro.

Qualche anno fa, appena laureata in Psicologia clinica, mi sono rimboccata le maniche per realizzare il sogno di avviare uno studio privato a Manhattan. C'era un solo ostacolo: non ero ancora una psicologa affermata. Chiunque operi nel mio campo sa che crearsi una rete di pazienti richiede tempo. Diversi colleghi mi avevano suggerito di intraprendere la strada più lunga, più convenzionale: unirsi a un gruppo già esistente, partecipare all'attività e stringere rapporti con i medici, con i dipartimenti universitari di Psicologia e con gli specialisti che

mi avrebbero procurato delle referenze. Ho riflettuto su quel consiglio e sui vantaggi di poter contare su uno stipendio sicuro, ma avevo appena finito un corso di specializzazione in terapia sessuale tenuto da un luminare in materia e riuscivo a malapena a contenere l'entusiasmo. Il mio responsabile all'ospedale di Brooklyn, dove avevo svolto il mio periodo di formazione, mi mise in guardia. «Terapia sessuale? Mi prendi in giro?» disse. «È roba sorpassata. Ora c'è il Viagra. Impossibile farsi dei clienti con un'attività del genere di questi tempi.»

Mi offrì un impiego all'ospedale, ma ormai avevo deciso. Il mio futuro era nel cuore di Times Square. Non m'importava del Viagra. Avevo scritto una tesi sul calo del desiderio sessuale nelle donne e volevo specializzarmi in sessualità femminile.

Che avrei impiegato del tempo a procacciarmi pazienti me lo aspettavo. Avevo imparato durante gli studi che, mentre le donne sono più propense degli uomini a entrare in terapia se soffrono di attacchi d'ansia, depressione, traumi ecc., raramente cercano aiuto per il calo del desiderio, perché danno per scontato che una passione altalenante sia normale. Pertanto ero disposta ad aspettare, a patto che avessi potuto occuparmi di ciò che mi interessava. Inoltre, trattandosi di un problema tanto diffuso, pensai che se avessi iniziato a pubblicizzare la mia attività, le donne sarebbero arrivate prima o poi.

Mi sbagliavo.

Il telefono iniziò a squillare immediatamente.

Ma a chiamare erano quasi sempre uomini.

Uomini? Questa proprio non me l'aspettavo. Nel giro di pochi mesi, me ne trovai alla porta più di quanti riuscissi a riceverne. Chiamavano per ogni genere di questione legata al sesso: bisogno compulsivo di avere rapporti sessuali, dipendenza dalla

pornografia, dalla prostituzione, problemi di identità sessuale, gelosia, disfunzione erettile, paura dell'intimità, calo del desiderio, difficoltà a comprendere il significato dell'amore e molto altro. Gli uomini saranno anche meno inclini a chiedere aiuto per gran parte dei disturbi emotivi, ma se a non funzionare è la sfera sessuale, corrono subito ai ripari.

Sebbene affrontare problemi relativi alla sessualità maschile non fosse esattamente ciò a cui ero preparata – nonostante la mia formazione lo prevedesse –, sentii di dover offrire il mio aiuto e mi gettai a capofitto in questa nuova sfida. Immaginavo già che le storie che avrei sentito avrebbero potuto turbarmi, ma ero curiosa come l'eroina di un film horror, ingenua e avventata, che non resiste alla tentazione di addentrarsi nell'oscurità pur sapendo che l'assassino potrebbe essere in agguato. Così indossai la maschera più sfrontata che avevo, spalancai la porta dello studio e iniziai a fissare appuntamenti, pronta ad affrontare la mia sorte, qualunque essa fosse.

Non me ne sono pentita.

*Dottoressa ho un problema* vi farà entrare nel vivo di alcune sedute terapeutiche e assistere ai colloqui crudi e provocatori che mi hanno rivelato le cause profonde di molti problemi relativi al comportamento sessuale maschile. Come spettatori invisibili, prenderete atto delle emozioni e delle reali motivazioni che si celano dietro ai disturbi della sessualità oggi. E diversamente dalla maggior parte dei saggi sul comportamento sessuale maschile, in questo libro troverete sia le mie reazioni professionali sia quelle personali, quelle che ho esternato in sede di analisi e quelle che ho preferito tenere per me.

Ho presto individuato una costante: il sesso raramente è solo sesso. Il sesso è un'esperienza complessa. All'inizio pensavo

che avrei dovuto curare sintomi di tipo sessuale, ma nel giro di poco tempo mi sono trovata a ricondurre tutto alle motivazioni psicologiche che guidavano il comportamento dei miei pazienti. Ho scoperto ogni genere di motivazione legata alle loro abitudini sessuali. Alcuni si servivano del sesso per dar sfogo a emozioni represses o per tenere a freno istinti incontrollabili. Talvolta cercavano di rivivere e imbrigliare vecchi traumi che condizionavano le loro fantasie. Molti usavano il sesso per appagare un bisogno frustrato di potere, approvazione, autostima, conforto e affetto. Generalmente i miei pazienti erano a malapena consapevoli di ciò che stavano vivendo. D'istinto avevano cercato consolazione nel sesso, ma il più delle volte avevano ottenuto come risultato solo malessere e alienazione.

Non fingerò di avere in tasca tutte le risposte o di saper dire alle donne come cambiare gli uomini che fanno parte della loro vita in modo da far funzionare una relazione. Né questo libro vuole insinuare che gli uomini il cui comportamento e le cui abitudini sessuali non rientrano nelle pratiche normalmente accettate dalla nostra società siano in torto. Tuttavia ho osservato gli uomini da un punto di vista critico, portandoli spesso a un tale livello di introspezione da scatenare lacrime e accessi d'ira. L'ho fatto con grande rispetto per loro e per il ruolo privilegiato di confessore che mi trovavo a rivestire. Perciò ho ritenuto molto importante evitare di cadere nello stereotipo che li ritrae come esseri superficiali o depravati – cani, porci, incorreggibili bastardi – sebbene a volte questi pensieri mi abbiano attraversato la mente. Con questo non voglio appoggiare o giustificare il loro comportamento. Non voglio che proviate pena per loro o che addirittura li perdoniate per le offese che possono aver arrecato; al contrario, vi chiedo di seguirmi in questa esplorazione delle



motivazioni psico-sessuali maschili... attraverso quello che i pazienti stessi hanno scoperto di seduta in seduta.

Invece di dirvi quello che gli uomini pensano o vogliono, lascerò che leggiate ciò che mi hanno detto. Vi offro le mie considerazioni e le mie personali reazioni, non in veste di psicologa, ma di donna. *Dottoressa ho un problema* non è semplicemente una serie di studi su singoli casi, bensì il mio personale resoconto di un viaggio verso la scoperta e la consapevolezza, un diario delle lezioni apprese nel mio studio e del loro impatto sulla mia relazione sentimentale. All'epoca in cui avviai l'attività, ero coinvolta in una complicata relazione a distanza e, proprio come i miei pazienti, ero presa fra due fuochi: il desiderio di amare e l'ignorare cosa di fatto volesse dire. Quanto a sentimenti e sesso, per tanto tempo io stessa avevo indugiato in un mondo di fantasia, un mondo meraviglioso, fatto su misura per me, dove io e il mio amante ci tenevamo per mano correndo verso il sole. Quando mi innamorai di Rami (nome fittizio), la parola «amore» assunse nuove sfumature. D'un tratto scoprii che poteva essere crudo, inafferrabile e imprevedibile. Il sesso fra noi era stupendo. Il problema era che avevamo difficoltà a fidarci l'uno dell'altra. Venivamo da due mondi molto diversi. Fra noi era un perpetuo tiro alla fune, in cui spesso io perdevo... e non per caso.

Mentre vivevo la mia relazione, quello che imparavo si ampliava e arricchiva grazie al mio lavoro. Del resto quante donne, nel loro lavoro, possono dire di avere la fortuna di esplorare gli abissi dell'amore e del sesso dal punto di vista maschile? Quante hanno il privilegio di ascoltare verità «da uomo a uomo», verità di cui non sono mai state rese partecipi, o che tantomeno avrebbero immaginato?

Inizialmente questo cocktail d'informazioni esplosive mi-

nacciò di scoppiarmi in faccia. Dopo alcune sedute mi ritrovavo totalmente stordita dalle rivelazioni, che rapidamente si tramutavano in domande e sospetti, e inevitabilmente si ripercuotevano sulla mia relazione con Rami.

Per fortuna, dopo qualche tempo capii come far sì che il lavoro che stavo svolgendo con quegli uomini tornasse utile anche a me, e iniziai ad adottare un nuovo punto di vista da cui considerare l'amore. Come parte del processo, ho dovuto confrontarmi con molti dei pregiudizi che io stessa, insieme a tante altre donne, avevo sugli uomini, per poi scoprire che spesso erano tutt'altro che fondati. Luoghi comuni del tipo: «Se mi ama, non mi tradirà» e «Se fossi stata bella e magra e sexy, o fossi stata alle sue regole, non mi avrebbe lasciata».

A questo proposito una volta una cara amica mi ha detto: «Non credo che il mio ragazzo mi tradirebbe mai. È così innamorato. Fa tutto per me. Mi lava l'auto, mi prepara la cena. Non è una macchina del sesso, non è il tipo che va cercando avventure. Sembra solo molto felice di stare con me».

Speravo che avesse ragione ma, come alcuni dei pazienti in questo libro mi hanno dimostrato, il fatto che un uomo sia innamorato di una donna non garantisce che le sia sessualmente fedele. Né, d'altro canto, l'infedeltà implica che l'amore non sia autentico o che non sia preso seriamente.

Uno dei luoghi comuni più diffusi è che gli uomini pensino solo al sesso... magari seguito da una pizza e una birra. Finite le quali si torna a pensare al sesso. Non so quante volte ho sentito un'amica lamentarsi: «Vuole solo fare sesso». È vero, gli uomini entrano nel mio studio parlando di sesso. «Non ne faccio abbastanza» o «Non mi si rizza» o «A me piace il sesso orale e a lei no».

Ma finiscono inevitabilmente per parlare d'amore.

La verità, ho imparato, è che gli uomini vogliono sì fare sesso, ma *non solo*. Ascoltando i miei pazienti, ho capito quanto *il bisogno di stabilire un contatto più profondo* influenzasse il loro comportamento sessuale, un bisogno che spesso non riuscivano a comunicare alle loro donne. Così è stato naturale aiutarli a capire cosa avevano nel cuore piuttosto che condannarli per le loro azioni.

*Dottoressa ho un problema* non è un testo di medicina. Non è un libro di auto-aiuto. Non contiene soluzioni, esercizi o sentenze. *Dottoressa ho un problema* vi invita a leggere una serie di storie, a farvene un'idea personale e a trarre le conclusioni che volete. Sappiamo tutti fin troppo bene che non esistono facili risposte sull'amore. Questo libro, semmai, è un'esplorazione. Il mio obiettivo era portare i lettori in viaggio con me, farli partecipare dal vivo, mentre io stessa imparavo. La mia speranza è che questo libro fornisca ai lettori – e soprattutto alle lettrici – una prospettiva nuova e alternativa sulle dinamiche sessuali e relazionali, perché, quando io e le mie amiche parliamo di questi argomenti, finiamo sempre con il chiederci cos'è che gli uomini vogliono davvero, cerchiamo di capire perché si comportano come si comportano e cosa possiamo fare a nostra volta.

In conclusione, sebbene gli uomini che compaiono in questo libro siano casi a sé, hanno tutti qualcosa in comune: non sono dei pervertiti o dei deviati; sono uomini qualunque, provenienti da ogni angolo del paese e da qualsiasi classe sociale, uomini che potrebbero essere i fidanzati, i mariti, i fratelli o gli amici di chiunque.

Sono gli uomini che tutti conosciamo, quelli di cui le donne vogliono sapere.

## David

David era un giovane astro nascente del mondo della finanza. Era fidanzato con una modella professionista e possedeva un appartamento a Tribeca, quartiere newyorchese di tendenza. Aveva il portamento sicuro, la grazia cortese e il fascino dei giovani rampolli dell'alta società del New England, i futuri *gentlemen*. Alto e snello, con una solida corporatura da giocatore di football, indossava un completo costoso ed entrò nel mio studio con il fare autoritario di chi sa cosa vuole ed è abituato a ottenerlo. Il suo sguardo vagò per la stanza immersa nella penombra, soffermandosi compiaciuto sui quadri appesi alle pareti, prima di posarsi casualmente su di me.

«Ah, però! Non mi aspettavo un medico così attraente» disse.  
«Credo che mi piacerà parlare con lei.»

Arrossii. Ricevere un complimento simile da un uomo tanto affascinante mi lusingò e allo stesso tempo mi intimidì, il che mi mise subito in guardia su ciò che stava per accadere: quel paziente stava cercando di sessualizzarmi per assumere una posizione di potere. Era uno dei miei primissimi clienti, ma ero comunque ottimista. Sin dai tempi della formazione mi ero preparata a fare i conti con le proiezioni dei pazienti ed ero determinata a concentrarmi su ciò che quella maschera di cortesia nascondeva. La sua prima battuta mi aveva fatto capi-

re che stava cercando di camuffare il disagio di trovarsi nella condizione, per sua natura vulnerabile, di paziente, e per di più di dover confidare a un'analista della sua stessa età i propri problemi sessuali.

Gli rivolsi un sorriso incoraggiante ma professionale. «Sono felice che si senta a suo agio con donne *attraenti*» dissi riproponendogli il termine che lui stesso aveva usato. Gli indicai il lettino. «Prego.»

David sprofondò fra i cuscini e passò una mano sulla pelle nera, liscia e lucente. Bacino in avanti, gambe divaricate, braccia aperte, mi squadro dai piedi in su. Incrociai il suo sguardo solo quando lui incrociò il mio. Era ovvio che quella sarebbe stata una vera e propria partita a scacchi. Il paziente aveva aperto con una leggera azione offensiva, e vidi come una sfida la possibilità di far breccia nelle sue difese.

Nonostante quel suo atteggiamento volutamente provocante, non lo trovavo affatto seducente. Aveva uno sguardo spento, scialbo, che tradiva la mancanza di vero carisma. Il suo fascino era costruito e il suo bel viso da copertina, proprio perché perfetto, faceva dissolvere ogni fantasia. Sì, alla donna piace avere al proprio fianco un uomo di bell'aspetto, ma alla fine dei giochi è su di lei che vuole tutti i riflettori puntati.

David si mise a suo agio e gli chiesi di cosa volesse parlare. Mi aspettavo un'altra risposta maliziosa. Invece prese la direzione opposta. «Non so se sono capace di amare» disse, piano. «Credo di non sapere nemmeno cosa sia l'amore. Cos'è l'amore, davvero? Può aiutarmi a capirlo?»

La richiesta di David mi sembrò profonda e sincera, e lui mi guardava impaziente. Esitai, presa un po' in contropiede, e mi resi conto di non avere una risposta pronta a questa semplice, eppure difficilissima, domanda. Cos'è l'amore?

Credo che a volte i pazienti vedano gli psicologi come depositari di ogni risposta ai più profondi interrogativi esistenziali. Cosa accade quando moriamo? Esistono le anime gemelle? Esiste Dio? Purtroppo non è così. Noi osserviamo il comportamento umano, stimoliamo, ascoltiamo, riflettiamo e cerchiamo di condurre i nostri pazienti alle conclusioni più giuste per loro. Spiegare il significato della vita e, in questo caso, dell'amore, è compito di guide spirituali, scienziati e filosofi che volentieri mettono a disposizione le proprie teorie e convinzioni in questo campo.

Decisi così di rispondere alla sua domanda con un altro quesito. Semplicemente gli chiesi di parlarmi meglio del suo interesse per il significato dell'amore.

«La mia ragazza è un vero schianto» spiegò. «È una modella alta e bionda, con un gran davanzale e addominali duri come la roccia. Non so perché la tradisco. Non posso farne a meno. Lei lavora la notte, così io esco a bere con gli amici e, senza accorgermene, mi ritrovo a collezionare numeri di telefono.»

In quanto giovane psicoterapeuta alle prime armi, provai una sensazione violenta e viscerale alla bocca dello stomaco. Seduto davanti a me, a implorare il mio aiuto, c'era l'incarnazione del peggior incubo di ogni donna: il donnaiolo impenitente, nonché abile seduttore, che miete vittime senza alcun riguardo per la sua compagna. La mia prima reazione fu l'indignazione e dovetti nasconderla dietro una facciata di neutralità che mi ero a lungo allenata ad assumere.

«*Collezionare?*»

«Sì. È una specie di gioco fra di noi» disse con un nuovo impeto di autocompiacimento «ed è risaputo che sono il migliore. Per prima cosa individuo la ragazza più sexy del bar e ci

scambio due chiacchiere. Cerco di farle un complimento sulla sua bellezza ma mantenendo una certa distanza. So come farmi avanti senza sembrare ansioso. Voglio darle l'impressione di essere davvero interessato a lei, così le faccio domande evitando di parlare troppo di me... a parte qualche sporadica allusione alle mie finanze. La lascio parlare e ascolto per tutto il tempo necessario, facendole credere che non miro ad altro.»

Non capivo cosa fosse più orribile in tutto questo, se il fatto che, per quanto perfetta fosse la sua compagna, David non fosse mai soddisfatto, o che gli uomini in generale condividessero una fonte segreta d'informazioni su come manipolare le donne e la usassero per farne uno sport di gruppo.

David si sistemò sul lettino mentre io provavo a immaginarmi la scena. «Dopodiché passo alla fase “distrazione”» disse. «Mi guardo intorno come se all'improvviso avessi perso interesse oppure fingo di guardare un'altra ragazza... ma mai una delle sue amiche: quello sarebbe un errore fatale. Lascio che si affanni per attirare di nuovo la mia attenzione. Se non lo fa, continuerò a parlarle ma in realtà sono già passato oltre. In pratica mantengo un comportamento distaccato, ma comunque interessato. Funziona sempre.»

«Ho capito, e con che frequenza lo fa?»

«Con più donne nell'arco della stessa serata, direi.»

«E lo scopo è...?»

«Collezionare numeri di telefono. O qualcosa di più. Mi dà una scarica d'adrenalina, come vincere al gioco» disse.

Mi appuntai di tornare in seguito sulla questione della competitività. «Così, si spinge oltre e fa sesso con queste donne?»

«Sì, può capitare. Ma mai più di una volta.»

Sembrava quasi che si aspettasse un rimprovero da un momento all'altro. Io, invece, assunsi un tono incuriosito, quasi

d'approvazione. Sorridevo e annuivo come se quello che stava dicendo non mi facesse alcun effetto, come se la sua storia fosse una delle tante che ogni giorno passavano per il mio studio. È una tattica che spesso trovo utile per indurre il paziente a vuotare il sacco. «E il sesso com'è?»

«Bello» rispose, rilassandosi un po'. «Ma preferisco comunque uscire con i ragazzi a raccogliere numeri di telefono. M'interessa più la caccia del premio.»

La spiegazione di David mi aveva indicato quale fase della seduzione fosse più importante per lui. L'apice di questo tipo di interazioni può collocarsi in momenti diversi a seconda degli uomini. Capii che approfondire la sua predilezione per l'atto del "rimorchio" mi avrebbe fornito gli indizi per individuare il suo vero problema. Alcuni si accontentano di guardare. Altri passano all'azione. Alcuni puntano al sesso, mentre altri vogliono che la donna si innamori. David voleva numeri di telefono. Anche se a volte andava davvero a letto con quelle ragazze, in realtà tutto ciò di cui aveva bisogno era sapere che loro erano disposte a farlo.

La storia di David mi fece ripensare a un'amica che si era lamentata con me del fatto che il ragazzo con cui usciva non le facesse mai dei complimenti e anzi, a volte, flirtasse con le sue amiche. «Non riesco a capire se gli piaccio davvero o no» mi disse. Poi un giorno nella sua stanza trovò un libro dal titolo *Il gioco*. Prese a sfogliarlo, inorridita, poi andò a comprarsene una copia e me la mostrò. Il libro conteneva una serie di tecniche per sedurre le donne consigliate da un sedicente casanova, e pareva che esistesse persino un forum online in cui i lettori potevano scambiarsi opinioni. Entrambe ci sentimmo come se avessimo portato alla luce un mondo sotterraneo, misterioso e malvagio, fatto di macchinazioni maschili. Tutto ciò che quel ragazzo e



David facevano seguiva alla lettera un vero e proprio protocollo: ignorala, non farle complimenti, oppure fagliene uno ma subito dopo rimangiatelo, del tipo: «Mi piaci perché sei bella, ma non bella come una modella». Uno schema che di base insegnava agli uomini a conquistare una posizione di controllo facendo leva sull'insicurezza e a indurre la donna a vendersi, sfidandola a dimostrare cos'ha da offrire.

La mia parte razionale mi diceva che tecniche simili potevano funzionare solo a breve termine: avrebbero fatto presa sull'ego della donna, ma alla lunga la strategia si sarebbe rivelata controproducente. Tuttavia era sconcertante che certi uomini considerassero le «relazioni» alla stregua di un gioco. La mia amica decise di spiare quanto si diceva sul forum e si sentì talmente offesa da ciò che lesse che finì per postare: «Ehi, cari nerd, quelli di *Dungeons and Dragons* vi stanno cercando: ri-vogliono indietro i loro giocatori!». Abbiamo riso del suo moto di stizza, ma credete che alla fine abbia lasciato quel ragazzo? No. Sfortunatamente gente come lui trae davvero giovamento da strategie del genere.

Provavo disprezzo per David e per i manipolatori come lui, ma non potevo farmi scappare commenti al vetriolo o piantarlo in asso come se l'avessi appena conosciuto in un bar. Sono una psicoterapeuta. Teoricamente il mio compito è offrire aiuto. Sapevo che una buona terapia implica un certo livello di empatia, il problema era che non riuscivo a provarne.

Mi resi conto di dover gestire il mio controtransfert, un termine medico che indica una reazione di tipo personale. Uno psicoterapeuta deve essere conscio delle questioni personali che potrebbero affiorare, in modo da non rispondere ai problemi del paziente con i propri. In altre parole, durante le sedute devo tenere ben separato il suo materiale dal mio, perché il rischio

che un paziente porti casualmente alla luce i segreti del proprio psicoterapeuta è sempre in agguato. Devo conoscere la differenza e monitorarla costantemente.

Utilizzai il tempo che mi rimaneva per sottoporre David a un test sulla sessualità, la prima fase di una procedura che fornisce una sorta di fermo immagine, o di filmato, se vogliamo, dell'incontro sessuale più recente del paziente. Volevo sapere chi faceva la prima mossa, che tipo di preliminari preferisse, l'atteggiamento, il grado di contatto visivo, i pensieri e le emozioni che provava. Gli feci anche alcune domande sulla masturbazione e sul contenuto specifico delle sue fantasie.

Ho scoperto che molto della personalità di un uomo e delle sue necessità emotive può essere estrapolato dal suo comportamento sessuale. Grazie al test posso misurare la sua capacità di amare, il suo livello di autostima, di sicurezza, di potere e individuare certe questioni che affondano le radici nell'infanzia. Il sesso è un microcosmo dell'io.

Le prime volte, porre questo tipo di domande mi imbarazzava un po'. Mi metteva a disagio anche solo sentirmi chiamare «sessuologa», un titolo che nella mia mente evocava da sempre immagini di donne attempate con una passione per i giocattoli erotici. Avevo scelto di studiare la sessualità da un punto di vista molto analitico e, grazie all'educazione conservatrice che avevo ricevuto, ero ancora capace di arrossire davanti al linguaggio esplicito di certe discussioni. Ad esempio evitavo di usare la parola «scopare», privilegiando l'espressione «fare l'amore». Non perché fossi a disagio con la mia sessualità, quanto piuttosto perché ero cresciuta con i valori e il rispetto del decoro tipici del Sud. In casa usavamo garbati eufemismi. Mia madre mi ricordava sempre l'importanza di comportarsi «da signora» e il fatto che discendevo da una stirpe di donne pie e devote,

di quelle che indossavano abito lungo e filo di perle anche per lavare i piatti.

Dopo che David se ne fu andato, la mia prima diagnosi fu che, nonostante le bravate di cui si vantava, le sue risposte erano cariche di autoconsapevolezza, di timori e di tendenze competitive. La diffidenza con cui mi approcciavo al modo di relazionarsi di David era dovuta al fatto che questo fosse ormai diventato parte integrante della sua stessa identità e, quando una patologia diventa parte rilevante dell'identità del paziente, quest'ultimo fatica particolarmente ad accettare qualsiasi cambiamento. Sospettavo che le possibilità di indurlo all'introspezione fossero scarse, ma intravedevo comunque un barlume di speranza. La seduzione, come fonte di orgoglio, non sembrava bastargli più. David era consapevole di voler sperimentare l'amore, solo che non sapeva cosa fosse. Volevo aiutarlo ad arrivarci, e per farlo ho avuto bisogno di riflettere sul mio personale rapporto con l'amore.

All'epoca pensavo di sapere molto bene cosa fosse. L'amore era sentimento, ovviamente. Io stessa intrattenevo da tempo una lunga e meravigliosa relazione d'amore con l'amore. Amavo gli uomini, certo, ma *la mia lealtà era tutta votata all'amore stesso*. Nel corso degli anni avevo sviluppato la capacità di coltivare una sorta di euforia al pensiero di una storia d'amore. Era un'abilità che avevo affinato nel tempo e che mi aveva permesso di attirare uomini non tanto grazie al mio aspetto o alla mia intelligenza, quanto piuttosto al mio contagioso entusiasmo. Potevo ricreare la sensazione dell'amore in qualsiasi momento e con chiunque. E una volta raggiunto quello stato era facile convincersi che nessun uomo avesse cattive intenzioni nei miei confronti, poiché più o meno inconsapevolmente proiettavo

una certa aura d'innocenza che stimolava istinti protettivi e paterni. David e io nella stessa stanza eravamo come Don Giovanni e Pollyanna.

La seconda volta che vidi David, tornai sulla sua domanda iniziale, ancora priva di risposta.

«Allora,» dissi «mi pare di aver capito che dubita di essere capace di amare...?»

«Sì, immagino di sì.»

«Ha mai riflettuto a fondo sul perché?»

«Forse perché tendo a sabotare tutti i rapporti flirtando con ragazze che non voglio si affezionino a me, donne di cui non potrei mai innamorarmi. Lo trova strano?»

«Lei lo trova strano?»

«Quel che trovo strano è che, anche se non m'importa di loro, le paragono comunque alla mia ragazza.»

«Da un punto di vista sessuale?»

«Non proprio. Più che altro tendo a immaginarmi una vita con ciascuna di loro.»

Non mi aspettavo una risposta simile e David aveva anticipato la domanda che pensavo di fargli.

«Voglio sistemarmi, sposarmi. Ho raggiunto una certa stabilità economica, ormai, e tutti i miei amici si stanno sposando e stanno comprando grandi case a Westchester e nel New Jersey... io sogno solo di avere la moglie più sexy e la casa più grande.»

Tra una seduta e l'altra riflettevo sulla natura competitiva di David. Dal momento che sosteneva di non essere necessariamente attratto dalle donne di cui riusciva a ottenere il numero di telefono – non sempre i ragazzi trovano eccitanti tutte le donne che inseguono, al contrario – sospettavo che le uscite con gli amici, a caccia di numeri, avessero più a che fare con

l'abilità nel gioco che con quella con le donne. In altre parole, la seduzione per lui era un atto sociale, mirato cioè a stabilire la sua posizione rispetto a possibili rivali.

David confermò i miei sospetti quando mi disse che veniva da una famiglia esigente, dagli standard piuttosto elevati, con molti fratelli: il terreno ideale per diventare dei perfezionisti divorati dall'ansia o per cedere alle pressioni sprofondando nella depressione. David era una macchina. Era stato il quarterback della sua squadra per tutta la durata delle scuole superiori. Ora si occupava di fondi di investimento con la stessa aggressività e la stessa filosofia. Era uno di quegli operatori di Wall Street che lavoravano ventiquattro ore al giorno. Conoscevo altri uomini di quel giro. Alcuni andavano avanti a cocaina e prostitute russe. David non mi sembrava il tipo, ma dovevo comunque accertarmene.

«Non sono per il sesso a pagamento» disse. «Al contrario, mi piace fare conquiste difficili.» Ma quando riusciva a catturare l'attenzione di una donna, peccava in empatia e intelligenza sociale a tal punto da non essere consapevole di ciò che poteva provare la sua «preda»: l'emozione di parlare con un giovane attraente e affermato; la prospettiva di un eventuale matrimonio vantaggioso; il timore di non suscitare in lui interesse e l'ansia onnipresente di essere in netta minoranza in una città di uomini. Volevo offrire a David un assaggio di come potevano sentirsi le donne che braccava. Volevo che si mettesse nei loro panni. Avvicinai la sedia e mi sporsi in avanti per dare maggiore enfasi a ciò che stavo per dire. «E se la donna con cui parla *fingesse* di essere interessata a lei?» insinuai.

David sorrise, palesemente scettico.

«Se in lei vedesse solo una gigantesca banconota e non cercasse altro che manipolarla per ottenere regali o viaggi? Se il vostro incontro non fosse altro che una farsa da *entrambe* le parti?»

David si prese del tempo per riflettere sulle mie parole, poi, lentamente, vidi apparire sul suo volto la risposta.

Incertezza.

Non aveva mai preso in considerazione la possibilità che una donna che sembrava interessata potesse in realtà non essere per niente attratta da lui. Aveva bisogno di sentirsi desiderato e se percepiva quel desiderio in una donna *non poteva* essere finto. Il suo ego contava su questo.

«Per lei è importante sapere che una donna la desidera *davvero*» dissi, esplicitando ciò che David stesso stava realizzando, ma a cui non aveva mai pensato prima.

Il suo linguaggio del corpo iniziò a mutare. Le sue guance si tinsero di rosso mentre l'ansia e la vergogna salivano in superficie. Si appoggiò un braccio al petto e si prese il mento fra le dita. Corrugò la fronte, il piede iniziò a tamburellare sul pavimento a ritmo regolare. Osservai il suo ego sgonfiarsi lentamente. In quelle scappatelle notturne che per lui avevano tanto valore, improvvisamente si era insinuato il dubbio. Avevo creato uno strappo nel suo ego e per un attimo sperai che finalmente avremmo potuto iniziare con la vera terapia.

Mi sistemai sulla sedia e abbassai lo sguardo per allentare leggermente la tensione. Quando tornai a fissarlo, vidi balenargli in volto la sconfitta. *Touché*. Scacco matto. Eppure non me la sentivo ancora di cantar vittoria. Nella stanza d'un tratto si avvertiva una nuova presenza: l'emozione... sua e mia. Mi sentii travolgere da un'ondata di compassione. Nessuno dei due disse niente per un lungo momento. Fu la prima volta che provai empatia per David.

«Cosa sta accadendo dentro di lei adesso?» domandai dolcemente, sentendomi io stessa vulnerabile.

«Niente» ribatté. «Devo andare. Ho una riunione fra tren-

ta minuti.» David balzò in piedi. Nella stanza calò il gelo. Lo guardai uscire dal mio studio. Sapevo che avrei dovuto cercare di trattenerlo, ma era accaduto tutto troppo in fretta, e ne ero dispiaciuta. Avevo commesso un errore. Mi era stato insegnato che, quando un paziente chiedeva di andarsene prima del tempo, era segno che stava cercando di scappare da qualcosa ed era cruciale capire cosa. Non sapevo se sarebbe tornato.

Fortunatamente, la settimana seguente David tornò. Ma arrivò con venti minuti di ritardo e senza dare alcuna spiegazione... altro segnale di resistenza. Ero felice che fosse venuto, ma quel ritardo probabilmente significava che voleva accorciare la seduta per evitare di lasciarsi studiare a un livello più profondo.

Inoltre, la sfrontatezza iniziale sembrava tornata alla carica più forte di prima. Accasciandosi sul lettino disse: «La trovo bene oggi, dottoressa. Anzi, è proprio sexy. Se la incontrassi fuori dallo studio, ci proverei».

Questa volta non mi sentii né lusingata né offesa. Il ritorno alla sessualizzazione come arma era palese. Aveva eroticizzato la propria ansia, riconducendola a una zona sicura in cui oggettivazione significava potere. Non era un comportamento insolito: era ovvio che David si sentisse esposto e questo bastava a spiegare il voltafaccia. Eravamo punto e a capo.

Non volevo essere sessualizzata. Se c'è una cosa che ho sempre voluto è il rispetto dei miei pazienti. E la loro approvazione. Volevo che le mie interpretazioni e i miei metodi venissero percepiti come intelligenti, ingegnosi, saggi e utili. A essere onesti, ogni volta era un'iniezione di autostima quando un paziente mi diceva: «È esattamente così!» o «La mia vita è cambiata in meglio!».

Eppure sapevo che il modo in cui mi presentavo fisicamen-

te avrebbe potuto in un certo senso essere considerato provocante. Le gonne attillate, i tacchi alti, come accavallavo le gambe, lo sguardo penetrante o la voce suadente tipica dello psicoterapeuta. Una volta, durante il dottorato, un docente mi aveva chiamato nel suo ufficio e mi aveva consigliato di non indossare gli stivali alti con la gonna al lavoro perché avrei potuto distrarre i pazienti maschi. (Stavo distraendo anche lui, quindi?) Ad ogni modo, per quanto forse inconsciamente quelle attenzioni mi lusingassero, non cambiai. Il mio abbigliamento era assolutamente appropriato. Ero come tutte le professioniste di Manhattan che ogni giorno vedevo per strada. Non volevo indossare abiti sformati o goffi. Non volevo provocare nessuno, seguivo solo la moda.

Il mio aspetto fisico non aveva mai rappresentato un problema, finché non mi ero ritrovata chiusa in una stanza con un paziente. Decisi allora che se era vero che gli uomini reagivano al mio aspetto – come sosteneva il mio docente – ne avrei fatto un punto di forza. I loro disturbi sessuali ed emotivi sarebbero saliti in superficie e in quel modo avremmo potuto affrontarli subito. In altre parole, avrei usato le loro reazioni come mezzo per aiutarli a capire il modo in cui si relazionavano alle donne.

Il comportamento di un paziente durante la seduta solitamente riflette il suo modo di interagire con il prossimo. Si parla di transfert quando un paziente proietta i propri modelli di approccio relazionale sul terapeuta, che a sua volta li reindirizza per trovare una soluzione. Sebbene le tendenze sessuali dipendano da numerosi fattori, dal più irrilevante a quello chimico, l'attenzione che David riservava al mio corpo e la sua inclinazione alla facile lusinga suggerivano che il transfert erotico per lui fosse un cliché. I miei stivali non c'entravano niente.



Mi è capitato spesso di ritrovarmi nei panni delle donne dei miei pazienti, o meglio, dell'immagine che avevano di loro. Su di me proiettavano i problemi che avevano con le loro amanti, le loro compagne distanti, sfuggevoli, le madri premurose, le madri esigenti, le seduttrici. Alcuni mi idealizzavano, altri mi svalutavano; mentre mi assegnavano un ruolo nel loro dramma personale, le reazioni che avevano di fronte a me rivelavano i più profondi desideri e i moventi più oscuri. Tenevo sotto controllo l'immagine che si facevano o che avevano bisogno di farsi di me. Rappresentavo una donna che li aveva delusi? Che non potevano avere? Ero un ideale per loro? Nel caso di David, ero una potenziale preda?

Di norma affronto subito il transfert erotico, ma allora decisi di non dar peso momentaneamente alle provocazioni e di puntare dritto a ciò che si nascondeva dietro il comportamento del paziente.

«Ero preoccupata dopo il nostro ultimo incontro» dissi. «Se n'è andato così, all'improvviso.»

«Sì... avevo una riunione.»

Invece di mettere in discussione quella scusa, mantenni il dialogo su un livello personale. «Ho avvertito un certo disagio durante la seduta.»

«Anch'io» disse David in tono piatto.

«Può essere più preciso su cosa le ha creato disagio?»

«Non avevo mai pensato che potesse essere tutta un'illusione.»

«Qual è stata la difficoltà maggiore nel rendersene conto?»

David ignorò la mia domanda. «Suppongo che mi piaccia pensare che le donne mi desiderino» disse. Avevo acuito la sua amarezza invece di smorzarla.

«Quindi per lei è importante sentirsi desiderato.»

«Immagino di sì.»

«Cosa crede che significhi per lei?»

«Che vuole che ne sappia. Significherà che mi sento meglio con me stesso quando seduco le donne.»

«È per questo che cerca di sedurre me?»

«La trovo attraente, che c'è di male?»

Ora stava a me ignorare la sua domanda. «Come si sente ad avere questo tipo di conversazione con me?» Mantenendo un tono di voce gentile, sostenni il suo sguardo.

«A disagio a volte. Ma ce la posso fare.»

«Così pare. Appena è entrato, mi ha detto che sono sexy. È così che approccia le donne. È sicuro di sé, attraente... ma» assunsi un'aria costernata «inarrivabile. Io stessa ho difficoltà a stabilire un contatto con lei. Mi chiedo se questo capiti anche nei suoi rapporti con gli altri.»

Dovevo aver fatto centro. «Sì» disse David in tono calmo. «La mia ragazza, Nikki, si lamenta sempre perché non mi confido con lei.»

«Cosa pensa che voglia dire?»

«Non so. Che non sono capace di amare... se non altro per come intende lei l'amore. Non sono forse venuto qui per questo?»

«Mi parli ancora di Nikki.»

«Credo che possa essere "quella giusta".»

«Cosa glielo fa pensare?»

«So che mi ama, che mi sarà fedele. E poi è bellissima. È per questo che non riesco a capire perché continuo a rimorchiare donne al bar.»

Qual era il problema, perché persisteva in quel comportamento? Trovo tristi e immature le persone che non sanno far altro che pensare a quanto sono belle, a quanto è bello il loro partner, a quale auto comprare e a quanto è grande la loro casa.

Stavo per ricadere nella tentazione di sputare sentenze e non sapevo se sarei riuscita a trattenermi. Certe affermazioni superficiali suonavano così false e infantili. M'immaginai David e i suoi comparì vagare di bar in bar, insieme a orde di ex compagni di studi in pantaloni color kaki, tipi noiosi, banali, prosaici. La cosa peggiore, però, era l'arroganza e l'insensibilità, la volgarità racchiusa nelle parole che aveva usato: «Ha un gran davanzale e addominali duri come la roccia». Parlandomi della sua ragazza, non ne aveva celebrato la bellezza, non c'era ammirazione né alcuna traccia di sincero apprezzamento nella scelta della parola «davanzale».

Reagii così a quel linguaggio non perché violasse un mio personale codice morale o offendesse il mio senso del pudore, tutto meridionale, ma per via del potenziale disumanizzante che quelle parole avevano. Ad ogni modo, sentivo che quell'indignazione mi avrebbe condotta a qualche risposta.

Sebbene David mi avesse fornito una descrizione di Nikki, non ne avevamo ancora parlato in modo approfondito. Volevo saperne di più su come lei e David passavano il tempo insieme, sul legame che li univa... al di là della fedeltà e della sensualità di lei.

«Di solito usciamo con gli amici» rispose. «Andiamo in qualche locale o restiamo a casa a guardare un film. Facciamo anche molto sesso. Nikki è una bomba a letto.»

«Ah sì? Cosa le piace di più del sesso con Nikki?»

«Che ci dà dentro.»

«In che senso?»

«È disinibita, piace anche a lei.» Ormai avevo capito che quello era il commento che andava per la maggiore per descrivere una brava amante. «È disposta a fare *qualunque cosa*» disse fissandomi con un sorrisetto malizioso.

David stava di nuovo flirtando con me. Il tono della sua voce mi invitava a chiedergli *che cosa* nello specifico fosse disposta a fare. Mi rifiutai di dargli quella soddisfazione. Tuttavia lui proseguì: «Urla, geme, ha orgasmi multipli».

«Splendido» dissi.

«E sono sicuro che non lo fa solo per farmi felice» aggiunse, vagamente sulla difensiva. Capii allora che il fatto di aver insinuato che anche una donna potesse essere falsa l'aveva colpito. «Io ci so fare. Lei mi fa sentire bene e so che mi vuole. C'è bisogno di aggiungere altro?»

Forse no. Sadicamente avrei voluto far scoppiare quella bolla di vanagloria. Anzi avrei proprio voluto colpirla con una mazza, come una pentolaccia, ma sapevo che quello non era il modo migliore per instaurare un rapporto terapeutico con un paziente, a maggior ragione con uno dalle tendenze narcisistiche. David non era capace di vedere il reale valore di una donna e la cosa mi offendeva, e a buon diritto, visto che il processo di disumanizzazione è il fulcro di ogni disturbo sessuale. Volevo combattere quel processo, ma non con una mazza in pugno, bensì aiutando David. Avevo intenzione di usare il mio rapporto con lui per fornirgli un'immagine nuova, diversa della donna.

Per far aprire David a sentimenti più autentici, dovevo tener conto del suo narcisismo. Lottando contro la sua appassionata autodifesa non avrei fatto altro che alimentarne la spavalderia. Dovevo piuttosto metterlo di fronte alle qualità per cui si pavoneggiava tanto, lasciargli intendere che aveva ragione a sentirsi tanto in gamba. Questo è il trucco per guadagnarsi il rispetto di un narcisista. Era un'impresa ardua perché mi costringeva ad accettare delle verità che avrei preferito non vedere. David stava mettendo in discussione una mia convinzione sugli uomini a cui da sempre cercavo disperatamente di aggrapparmi,

ovvero che anche loro in fondo desiderassero il corteggiamento tradizionale. David stava distruggendo le mie fantasie e i miei ideali con le sue brutali spaccate, le sue volgarità, la sua visione materialistica del corpo femminile. David vedeva le donne come prede. Se avesse potuto impagliare e appendere al muro le ragazze che rimorchiava nei locali, probabilmente l'avrebbe fatto.

Il fatto che David apprezzasse la sensualità di Nikki non aveva nulla a che vedere con lei. La sua visione era unilaterale. Con quell'affermazione aveva dichiarato semplicemente qualcosa su se stesso. Le fattezze della ragazza riflettevano l'immagine che David aveva di sé. Il fatto che «gemesse, urlasse e avesse orgasmi multipli» era la conferma che *lui* era un buon amante, che era capace di darle piacere e che questo lo rendeva desiderabile. Sentirsi bene con se stessi è positivo, ma in quel caso l'equazione non sembrava includere affatto Nikki. Lei era semplicemente una spettatrice sessualmente stimolata e vocalmente partecipe in un gioco che riguardava solo David. Era un prodotto dell'ego: a mio modo di vedere, il grande artefice di ogni separazione.

È proprio qui che si gioca il precario equilibrio tra due persone in ogni relazione umana. Immaginate una linea, in cui a un'estremità il partner viene trattato alla stregua di un oggetto destinato a soddisfare i desideri dell'altro... come nel rapporto fra madre e figlio. All'estremità opposta, invece, il partner riconosce il valore del compagno come individuo a sé stante, con le proprie necessità: idealmente i due s'impegnano a mantenere un equilibrio fra dare e ricevere.

Da quanto avevo potuto capire, David si posizionava sulla prima estremità: era concentrato su come ottenere conferme

e mantenerle valide. Si sentiva entusiasta o triste, meritevole o inutile, sempre in rapporto alla necessità di affermarsi e di conquistare ciò che pensava fosse l'amore. Per lui, *dare* spettava alle donne, come fossero tutte incarnazioni di Madre Teresa. Avevo iniziato a notare che molti uomini implicitamente si aspettavano questo. Una pretesa che, solo a pronunciarla ad alta voce, sembrava un insulto. Cercai di immaginare che effetto avrebbe fatto se una cosa simile fosse stata messa per iscritto, a mo' di contratto, all'inizio del rapporto. Sarebbe suonata più o meno così:

*Voglio che tu faccia quel che ti chiedo quando lo chiedo. Voglio che tu sia sempre come ti voglio. Diciamo pure che sei un'estensione di me. Voglio che tu mi dia quello di cui ho bisogno, quando ne ho bisogno. Non devi neanche chiedermelo né io ti devo dire come fare. Pretendo un amore incondizionato. Garantito. Illimitato. Devi essere la mia salvatrice, la mia samaritana, la mia mammina premurosa. E se non lo fai, m'incazzo! Potrei addirittura lasciarti o tradirti, perché i miei bisogni vengono prima di ogni altra cosa.*

*P.S. Dei tuoi non m'importa.*

Ora, provate a immaginare di presentarvi così al primo appuntamento.

Relazionarsi agli altri come se fossero oggetti è l'essenza del narcisismo, un fenomeno così nocivo in amore da meritare un'analisi più approfondita. Anche se è vero che si abusa del termine «narcisismo» per descrivere uomini più o meno meritevoli di questo appellativo, e io stessa lo utilizzo all'occorrenza, trovo ugualmente ingiusto usarlo per etichettare una ristretta cerchia di individui come se a farne parte fossero solo alcuni soggetti patologici. Il narcisismo è una condizione mentale,

un modo distorto di vedere il mondo, un particolare genere di miopia per cui la realtà viene ridotta a un caleidoscopio di aspettative personali, convinzioni e desideri... nessuno dei quali si basa su una visione oggettiva. Gli individui che soffrono delle forme più acute e insidiose indossano dei paraocchi che impediscono loro di vedere gli altri se non in funzione di se stessi e di ciò che si desidera. È dannoso perché se si è incapaci di considerare gli altri come persone, si finisce per trasformarli in oggetti.

Lo facciamo tutti in qualche misura e in questo senso possiamo affermare che il narcisismo è la piaga delle relazioni moderne. È l'opposto dell'amor proprio: il narcisista intrappola l'amore dentro di sé.

David non solo non riusciva a vedere gli altri, ma doveva anche essere *migliore* di loro. Da questo punto di vista il narcisismo è la volontà di plasmare se stessi in base al bisogno di sentirsi speciali, superiori. Tutto è concepito in termini di gerarchia. Gli altri o sono sotto di te o sopra di te, mentre tu sei costantemente impegnato a fare paragoni. Atteggiamenti categorici come «devo essere il più ricco o il più bello, oppure il migliore in tutto quello che faccio» prendono il sopravvento. Al di là delle ambizioni questo tipo di narcisista vive nell'illusione, perché la ricerca di conferme che sottende al suo intento, ironia della sorte, non viene mai gratificata; se conquista la superiorità, di fatto *si separa* dagli altri.

Tutti viviamo le nostre relazioni con una punta di narcisismo. Io stessa nelle mie fantasie ho trattato uomini come oggetti, ma non come oggetti sessuali, bensì come oggetti del mio amore.

Parte del problema di David risiede nel fatto che, quando è così facile ottenere gratificazioni per il proprio ego, com'è

ovvio che capiti a un ragazzo di successo come lui, il piacere che si prova supera il dubbio di doversi fermare. David non riusciva nemmeno ad apprezzare il fatto di avere una relazione relativamente soddisfacente con Nikki. Dovevo indurlo ad analizzare il perché avesse tanto bisogno di andare a caccia di donne la notte.

Il narcisismo di David era un luogo di potere e sicurezza. Dovevo riuscire a penetrarvi. Questa volta, però, l'avrei fatto con molto più tatto.

«Spero che si renda conto che le faccio domande difficili per aiutarla a esplorare se stesso» dissi la volta seguente. Stavamo di nuovo parlando di Nikki.

«Non ci sono abituato» rispose, incurvando le spalle. «Mi sento esposto e la cosa non mi piace per niente. Preferirei avere il controllo della situazione.»

«Dice di amare Nikki, ma cosa *sente* dentro quando siete insieme?»

«Non lo so» sospirò. «È qualcosa che sta là fuori, da qualche parte.» David fece come per afferrare un oggetto davanti a sé. Per lui l'amore era un concetto astratto, privo di qualsiasi componente viscerale. L'amore era incorporeo. Mi ero già imbattuta in qualcosa di simile e lo trovavo allarmante: perché la gente faceva tanta fatica a *provare* amore?

«È possibile che il bisogno di controllare la relazione ed evitare la vulnerabilità inibisca la sua capacità di vivere l'amore?» azzardai.

«Che vuol dire? Io *amo* la mia ragazza.»

«Allora *sa* cos'è l'amore.»

«Be', io...»

David poteva usare gesti d'affetto nei confronti di Nikki,



ma non provava veramente il senso di calore, di benessere che porta l'amore. Al contrario, desiderava ardentemente quella condizione che continuava a sfuggirgli.

«Da quel che ho capito *la ama*. Ma di fatto la descrizione che mi ha fornito rivela che lei non ha bisogno di essere amato, quanto di *sentirsi* continuamente *desiderato*, voluto. Il desiderio che le donne provano per lei non le basta mai. Ma *lei* chi desidera davvero?»

David non aveva risposte da offrire. Continuai a incalzarlo. «Desiderare qualcuno implica dare qualcosa di se stessi, implica abbandonarsi e provare amore. E non mi pare che lei abbia mai corso questo rischio... finora. Il punto è che solo se accetterà quel rischio conquisterà il controllo.»

Silenzio.

«Cosa va cercando davvero? Amore o conferme? Sa, per amare bisogna avere... le palle.»

«Ora mi sta proprio facendo innervosire» disse David mettendo su il broncio e stringendosi le braccia intorno al corpo.

«Bene. Cos'è che la fa innervosire?»

«Mi sento un idiota del cazzo, mi sento superficiale e... patetico.»

«Benissimo» ribattei. «Finalmente mi dà il permesso di vederla per quello che è davvero. Grazie.»

«Prego.»

«Bene. Ora possiamo iniziare a lavorarci.»

La volta dopo David irruppe nel mio studio insolitamente agitato. Il suo freddo contegno era stato rimpiazzato dal panico. Niente più provocazioni né lusinghe.

«Credo che la mia ragazza mi tradisca» sbottò. «Ma si ostina a negare.»

«Come è arrivato a questa conclusione?»

«Ho controllato il suo cellulare e ho trovato un messaggio di un altro ragazzo che diceva che stava arrivando. Il messaggio era stato inviato alle tre di notte. Lei ha detto che era solo un amico e che non era lei la vera destinataria di quel messaggio. Mi sono incazzato come una iena. Sono tornato a casa e ho cominciato a passare in rassegna tutti i numeri delle ragazze che avevo conosciuto.»

Ah, i numeri di telefono. La sua copertina di Linus. La prova del suo valore. La chiave per non pensare.

«Ho chiamato la moretta che avevo incontrato al Buddha Bar, l'altra sera, e l'ho invitata a casa mia.» La sua voce divenne un sussurro disgustato. «Ma quando ho cercato di farci sesso, non sono nemmeno riuscito ad avere una cazzo d'erezione!»

Aggrottai le sopracciglia con fare comprensivo.

«Continuavo a pensare a Nikki» proseguì. «Non riesco a concentrarmi. Persino quando mi ha fatto un pompino non sono riuscito a farmelo rizzare.»

David, disgustato da se stesso, era arrivato a un punto morto: una buona opportunità per crescere. Aveva provato a fare i conti con il dolore rifugiandosi in una notte di sesso... ma aveva scoperto di non avere scampo. Le sue difese erano crollate. Si sentiva rifiutato. Sapeva di aver fallito. Era come osservare un ragazzino che piangeva disperato perché non era stato ammesso in squadra.

«È arrabbiato con se stesso per non aver avuto un'erezione con tutti quei pensieri che la assillavano?»

«Sì.» Si morse il labbro inferiore, poi la rabbia riemerse. «Brutte stronze.»

«Okay, è arrabbiato. E ferito. E da questo ha dedotto di non potersi fidare delle donne.»

«Sono tutte bugiarde» sentenziò freddamente.

«Eppure, ha bisogno di loro, ha bisogno di essere amato» dissi calorosamente.

«Sì» rispose abbandonandosi per un istante a un'espressione di sconforto.

«Ma la spaventa fidarsi di loro» dissi inclinando il capo, nel tentativo di alleviare la tensione che gli faceva serrare la mascella.

«Sarà per questo che ho la ragazza ma, se c'è bisogno, so anche come rimpiazzarla» ribatté, tornando a rifugiarsi nella sua zona di sicurezza.

«Questo la fa sentire più sicuro?»

«Sì. Sì. Odio stare solo. Più di ogni altra cosa. Non lo sopporto. Mi annoio da morire. Prendo e chiamo tutte quelle che conosco pur di trovare una ragazza con cui uscire.»

«Perciò, non solo ha paura di stare senza una ragazza, non riesce nemmeno a concepire di stare da solo nel suo appartamento.»

«È come se non mi sentissi a mio agio nei miei stessi panni.»

«Può descrivermi cosa prova?»

«Non lo so» disse combattuto. David era così disconnesso da se stesso che non sapeva nemmeno cosa gli succedeva dentro. Io, però, non avevo alcuna intenzione di demordere. Era questo il mio obiettivo: riuscire a identificare quel qualcosa che influenzava irrimediabilmente ogni suo gesto.

«Cerchi di spiegarmi cosa prova a livello fisico.»

«Non lo so» ripeté. Attesi. Avrei potuto toglierlo d'impiccio mettendogli in bocca le parole, ma dovevo lasciare che le trovasse da solo. Alla fine il mio silenzio lo costrinse a rispondere.

«È una specie di... vuoto... qui» disse puntandosi un dito sul petto. «Un'insofferenza. È brutto quando mi sento così...»

come se non esistessi. Allora entro nel panico. Devo chiamare una donna. È un bisogno urgente. E non lo sopporto.»

Finalmente il primo sfogo sincero dopo mesi di terapia. Avevamo individuato la fonte di dolore che influenzava il suo comportamento.

«Deve provare un disagio profondo.»

«Sì, ed è per questo che esco o inizio a chiamare le donne.»

«Quindi reagisce alla paura di restare solo e, in questo caso, di essere tradito, chiedendo ad altre di esplicitare il desiderio che provano per lei.»

«Però non voglio iniziare una vera relazione.»

«Capisco. Evita i legami troppo profondi. Quelle donne sono il suo specchio, le restituiscono il riflesso di ciò che vale. Senza di loro, lei non esiste.»

«Però, a volte, è divertente.»

«Lo so che è divertente e che la fa sentire forte» dissi. «Lei cerca una donna che la faccia sentire bene con se stesso. Ma poi rimane deluso e finisce per pensare che siano tutte inaffidabili. Lascia che siano le donne a determinare se è degno d'amore o no. Perché?»

«Perché da solo non lo capisco.»

«Lei mette un grande potere nelle mani dell'altro. Vorrebbe la conferma di essere desiderato, ma quando la ottiene, non le basta più. A me sembra che il risultato di tutto questo sia che, mentre ha l'impressione di acquistare potere, in realtà lo sta perdendo.»

«Non l'avevo mai vista in questi termini.»

«Cosa dovrebbe fare innanzitutto per smettere di dubitare del suo valore?»

Mi sporsi in avanti per accorciare le distanze.

«Amare me stesso?» disse trattenendo a stento una risata,

come se non si capacitasse che la nostra conversazione si fosse ridotta a un cliché.

«Sì. Questa è la direzione giusta. Se riuscirà a trovare l'amore dentro di sé, non dovrà più cercarlo fuori.»

«Va bene, dottoressa. Va bene, mi fido.»

David era pieno di sé ma sapeva benissimo che avevo il potere di sgonfiarlo in un attimo. Doveva smetterla di concepire il proprio valore solo ed esclusivamente in funzione della carriera, dell'aspetto fisico, della ricchezza, di ciò che pensavano amici e familiari ecc. Quelle non erano condizioni costanti. Il suo corpo sarebbe invecchiato, i soldi sarebbero potuti svanire e le donne avrebbero potuto abbandonarlo. Non c'era certezza. Per sentire il proprio valore, avrebbe dovuto imparare a trovare dentro di sé le conferme di cui aveva bisogno. Avrebbe dovuto iniziare ad accettarsi, ad apprezzarsi e a concedersi un cammino di autoesplorazione.

«Da che parte si inizia?» chiese.

«Bisogna che si dimentichi di quello che la gente pensa o dice di lei» dissi. «Deve prestare attenzione a ciò che ha dentro... anche se ancora non sa cos'è. Forse lo sta già facendo, ma deve ricominciare da capo, mettendo da parte le donne.»

Sebbene il narcisismo di David sembrasse così dannoso, in realtà era solo un tentativo di accettare se stesso. Aveva cercato l'alternativa più sicura all'amore, quella meno vulnerabile, mentre io lo stavo spingendo incontro alle sue vere paure, così che non potesse più evitarle. Credevo che se le avesse affrontate con me, questo lo avrebbe messo nella condizione di amare.

Dopo il lavoro, in quell'afosa serata estiva, feci due passi lungo un tratto di strada fiancheggiato da ristoranti e bar, e

infine mi rifugiai in uno dei luoghi da me preferiti per pensare, ovvero una vecchia poltrona sul tetto del mio palazzo, dove solitamente mi sedevo ad ammirare quello che fingevo fosse il mio soggiorno: Manhattan. Quel giorno, come sempre, osservare la città dall'alto mi rilassò, mi diede modo di prendere una certa distanza sia dal caos della metropoli che dalle mie emozioni, per riflettere con maggior concentrazione su David. Avevo raggiunto un senso di pace riguardo al lavoro che stavo facendo con lui, non c'era più bisogno di aggredirlo. Sentivo che si stava davvero aprendo al cambiamento.

Aveva fatto un'importante scoperta. Aveva sempre pensato che collezionare donne lo facesse sentire meglio ma aveva capito che in realtà era l'esatto contrario. L'amor proprio non è un obiettivo facile da raggiungere, soprattutto se si dispone di valide conferme esterne, come quelle che David riceveva dal successo nel lavoro, dall'approvazione della famiglia, da una ragazza che portava in giro come un trofeo e dall'abilità di sedurre altre belle donne per ribadire il proprio valore a se stesso. Questo tentativo di affermarsi agli occhi degli altri era un impulso irrefrenabile, che l'aveva disconnesso dalla sua vera natura e nascondeva il vuoto che avvertiva dentro quando rimaneva solo.

Nel corso dei mesi seguenti, David intraprese un lento cammino di esplorazione di se stesso. Certi amici di Brooklyn con inclinazioni artistiche gli avevano presentato una nuova cerchia di persone. David allora aveva deciso di correre il rischio di uscire dalla propria zona di sicurezza. Mi disse che alle feste osservava la gente seduto in un angolo e si domandava come quelle persone così «povere e poco attraenti» potessero essere tanto felici e piene di vita. Cercai di soffocare la mia avversio-

ne, perché quella domanda, di fatto, conteneva per lui un'importante rivelazione: la risposta era che vivevano in maniera autentica e quella vitalità, che gli era tanto estranea, lo ispirava. Ricordavo lo sguardo spento che aveva il giorno che l'avevo incontrato, la noia che si nascondeva dietro le sue bravate. Tutto questo finalmente era sparito. David aveva iniziato a superare le delusioni e i ristretti confini del suo ego. Ora poteva pensare con la *sua* testa.

Lo spingevo continuamente a chiedersi: cosa vuole il mio ego? Cosa voglio io? Alla fine David prese diverse decisioni importanti. Non era pronto a sposarsi o a comprare una casa a Westchester. Rimase a Wall Street, ruppe con Nikki e dopo poco si trasferì a Brooklyn. Cominciò a sfruttare il tempo libero per imparare a suonare la chitarra, invece che collezionare numeri telefonici nei locali. Leggeva libri e visitava musei. Passavamo il tempo a parlare di tutte le sue nuove scoperte, alcune banali, altre illuminanti.

Lavorai con David per più di un anno e assistetti alla sua lenta ma gratificante trasformazione. La mia posizione nei suoi confronti passò dalla diffidenza e dal disgusto, alla profonda compassione per quella sua lotta così umana.

Gli uomini che, come David, collezionano donne tendono a essere etichettati come «porci» o «bastardi»; giudicarli e odiarli è facile. Eppure questa loro tendenza è motivata dagli stessi bisogni esistenziali di amore, fiducia e approvazione che influenzano chiunque, spesso in maniera illogica e deviata.

In questo senso, David è tutti noi.

Non so se David sia riuscito a trovare l'amore, ma so per certo che ha intrapreso il lungo cammino che gli permetterà di imparare ad amare se stesso. Ironia della sorte, durante le nostre sedute non arrivammo mai a dare una definizione

dell'amore. Piuttosto imparammo ciò che *non* era. Da qualche parte si doveva pure iniziare. Ma era chiaro che, per dirla con le parole che lui stesso aveva usato durante la prima seduta, David stava facendo del suo meglio per prepararsi a diventare «capace di amare».

Ad ogni modo, per me la ricerca del significato dell'amore non era ancora finita.