

Storie di psicoterapia

Giancarlo Dimaggio

Oscillazioni

Una storia di cadute e risalite



Raffaello Cortina Editore

www.raffaellocortina.it

Copertina
mara scanavino project | Alberto Lameri

ISBN 978-88-3285-815-0
© 2025 Raffaello Cortina Editore
Milano, via Rossini 4

Prima edizione: 2025

Stampato da
Italgrafica SRL – Novara (NO)
per conto di Raffaello Cortina Editore

Capitolo 1



All'inizio lo pensa come il ragazzo. Ventott'anni, un lavoro e a tutti gli effetti anche un nome. Eppure lo chiama, tra sé e sé, il ragazzo. Dargli un nome lo renderebbe di carne, ma ancora non lo sa.

Gli sta simpatico, un buon punto di partenza. Sentirlo parlare della donna – “Ha presente Sophie Marceau a trent'anni?” – che, senza grande preavviso, lo ha mollato gli suscita affetto. Storie note, ingenuità che prima o poi metti da parte. Sa come lavorarci, ci vorrà solo un po' di tempo, un classico caso di dipendenza affettiva, forse qualche tratto di narcisismo vulnerabile, niente di strano. La terapia, pensa, dovrà solo aiutarlo a capire che il problema non era l'abbandono repentino. Anche perché, diciamolo, era nell'aria: ti sei innamorato di una donna sposata, ragazzo, di qualche anno più grande di te, in crisi con il marito, diceva lei,

da prima ancora di essere fidanzata. Di quelle storie destinate a finire male il cui destino è ignoto solo ai partecipanti, ragazzo dovrai svegliarti ma non sarà difficile.

Luciano Lago sa che dovrà fare spiegare al ragazzo che il problema di cuore non è un problema di cuore. Che ha desiderato quella donna per dei motivi precisi, e che quei motivi precisi lo hanno portato a sceglierla sensuale, inaffidabile, inarrivabile. E quindi quel finale era già scritto molto prima di conoscerla. Deve fargli capire che quell'idea di essere un fallito, un perdente non dipende dall'essere stato lasciato senza preavviso né possibilità di ulteriori contatti. Certo, un abbandono così fa un male boia, solo un cuore di pietra non ne soffrirebbe. Ma il ragazzo dovrà capire che un destino del genere era scritto nella sua carne, da molto tempo prima dell'evento.

È una storia prevedibile, facile da decodificare, deve solo avere pazienza, raccogliere le prove insieme al ragazzo e poi mostrargliele. Ti senti punito da un giudice spietato che ti ha negato l'amore e lasciato al freddo a tremare. L'esecutrice della sentenza pensi che sia lei, ragazzo, bella come una diva al massimo dello splendore, ma no ragazzo, il giudice spietato e l'esecutore hanno il tuo volto. Vorresti che lei tornasse, che ti dicesse ho scherza-

to, era un gioco e un test, come hai fatto a pensare che non ti amo? Solo quello ti aspetti e senza quel ritorno così anni '40 continui a soffrire covando la speranza. Ma non è così, ragazzo, ti aiuterò io a vedere che non devi attendere, che l'assoluzione deve venire dall'interno perché il giudice e l'esecutore sei tu. Si può fare, proviamoci insieme, ti va?

È l'inizio di una psicoterapia che richiederà dosi standard di impegno e concentrazione, facile per quanto la si possa mai definire tale. Luciano Lago ha solo bisogno di raccogliere le prove, esaminarle insieme, trarre le conclusioni e portare il ragazzo a muovere il culo, come si dice in linguaggio tecnico.

All'inizio lo chiama, tra sé e sé, il ragazzo.

Continua per poco, finché non ne capisce il motivo: tenerlo a distanza.

Se a Luciano Lago avessero chiesto: "Avresti mai previsto che il ragazzo ti avrebbe portato fin lì?" avrebbe risposto in tutta sincerità: "No, mai".

"Avresti preferito quindi tenere le porte chiuse?"

Il problema di cuore ha cinque anni più del ragazzo e per quanto sembri bella da mozzare il fiato è sposata, categoria per definizione a rischio per un single che cade innamorato. Luciano ascolta di baci tra i boschi e sesso al mare, di promesse di fuga a Oriente seguite da giorni di silenzio al telefono, di frasi d'amore e battibecchi,

messaggi di notte seguiti da silenzi di notte perché se sei sposata è abbastanza ragionevole prevedere che al tuo fianco un marito ci dorme. Il ragazzo a questa consapevolezza dal solido supporto empirico ci era arrivato, ma finiti i messaggi stava male, per sentire il cuore che si librava leggero al primo messaggio del mattino presto. Insomma, l'ABC della storia che finisce con uno dei due che svanisce e l'altro che passa mesi tra: alcol, amici, partite di calcetto, testate al muro, riflessione dettagliata sugli errori compiuti negli anni che il creatore gli ha concesso sulla terra finora, evidentemente spesi male, e incapacità di imparare dagli errori.

Gli esiti del processo sono abbastanza prevedibili: prolungarsi della sofferenza fino al prossimo amore, di solito sbagliato ma in modo creativo; prolungarsi della sofferenza mentre si salta da una relazione all'altra ma lamentandosi dell'universo che ci ha condannati a una solitudine incompleta e insoddisfacente; psicoterapia. Luciano, se serve specificarlo, si trova di fronte un esito di tipo tre.

Il ragazzo è impegnato in quell'attività mentale mefitica chiamata pensiero ripetitivo: tornare in modo ciclico sugli stessi ragionamenti cercando di capire cosa non è andato, come tornare indietro raddrizzando tutto e vissero felici e contenti, come

prevenire errori futuri. Catene di pensieri che alimentano, a seconda dei casi: depressione, rabbia, ansia o tutte le precedenti barrare la casella d).

Perché è sparita all'improvviso? Pensa il ragazzo. E subito dopo è un dipende da me, dovevo capirlo prima, c'erano segnali. Al quale subito obietta però mi amava, lo sento, non puoi fare l'amore così se non ami. Segue contro-obiezione ma non ha mai dato segnali che lo avrebbe lasciato, sei stato stupido a crederle e poi è matta lei no sono scemo io, mi manca ma meno male che è andata così però mi manca. Spirali di pensieri che crescono di diametro e infiammano la mente e non c'è medicina che plachi il bruciore.

Luciano Lago vede davanti a sé il più classico dei casi di dipendenza affettiva, in un ragazzo la cui autostima oscilla da molto bassa ad abbastanza alta. Vergogna, colpa e tristezza nei picchi negativi, una punta di rabbia al salire dell'orgoglio. È un caso facile, basta agire in modo coerente. Luciano prende dal suo strumentario quello che sicuramente sarà utile: spiega al ragazzo come funziona il pensiero ripetitivo. Vede, sono pensieri che si susseguono e uno ha l'idea che siano forme di ragionamento utili a capire, a spiegare il passato, a proteggere dagli errori futuri e invece che fanno? Peggiorano l'umore e potenziano le emozioni ne-

gative, lo vede? Il ragazzo annuisce. E quindi facciamo qualcosa per interromperle e il ragazzo annuisce.

Gli spiega che per interrompere il rimuginio dovrà accorgersi quando inizia e si amplifica e gli dà una serie di esercizi mentali per spostare la sua mente altrove, lasciando le catene di pensieri infiammatori nelle periferie della coscienza, prive dell'ossigeno e della luce che le nutrivano. Il ragazzo, ancora una volta, annuisce, sì certo ci proverò.

Alla seduta successiva si ripresenta: lei era bella, io ero innamorato, lei era strana, io così scemo, lei era ingiusta dove ho sbagliato qualcosa perché mi hai fatto male, dottore mi si infiamma il cervello. Il ragazzo a interrompere il processo infiammatorio neanche ci ha provato.

Capitolo 2



Nei suoi sogni ha fatto del male in modi che non racconta, nelle sue fantasie ha investito pedoni innocenti, infettato di Covid per non avere effettuato il test né indossato mascherina quel giorno che aveva il naso tappato. Colpevole senza che ci sia vittima, nella veglia cammina rasente i muri, si guarda indietro come se la polizia gli fosse alle calcagna. Guardarsi indietro sta diventando un tic ed è troppo, non lo sopporta: la vita così, dottore, è pesante.

Il ragazzo manifesta ossessioni, ed è quello il momento in cui diventa Raffaele perché le cose si fanno serie e quel dolore Luciano non se lo aspettava: cosa non ha visto, cosa non ha intuito?

Esplora, chiede, non è la prima volta che gli succede, non ha mai sofferto di ossessioni né di compulsioni, mai lavato le mani, controllato il gas, chiuso porte dieci volte in serie di tre. Si tratta di

pensieri intrusivi, sciame di insetti che gli ronzano in testa, gli rubano attenzione e tempo di vita attivo, e di guardarsi le spalle quando passeggia davvero gli scoccia, è frustrante, non lo vuole.

“Cosa teme di concreto Raffaele? La scoprono reo di qualcosa, vengono a cercarla e la conseguenza è? Rischierebbe di?”

“Che mi prendono.”

“Sì, certo, ma una volta che l’hanno presa, a proposito, chi?”

“Non lo so, la polizia, però non ce l’ho chiaro. Mi prendono, sì, qualche autorità. Però, anche più in generale.”

“In generale?”

“Sì, che vado in rovina, i familiari delle vittime mi fanno causa, può essere quello?”

“Avrebbe senso, certo, è così?”

“Mezzo e mezzo, cioè, finisco in galera, sotto i ponti, robe del genere.”

“Quindi teme una punizione concreta, ha fatto qualcosa di brutto, viene scoperto, riconosciuto colpevole e...”

“Punito. E a quel punto la mia vita è fottuta.”

“Chiaro. Ci pensa spesso?”

“A momenti, quando sono per strada forse di più, la sera dopo cena, prima di andare a letto. Non tantissimo, voglio dire lo so che non sto uscendo

pazzo, ma è una sensazione sgradevole. Certe volte mi sento le gambe che si ghiacciano, ha presente quando perdi l'energia? Una specie di paralisi.”

Luciano gli chiede della famiglia scoprendo che Raffaele Silvestri ha circa due genitori e di sicuro una sorella, cinque anni più grande di lui, medico, fatto preciso e accertato. Di questo paio di genitori si sa che sono separati (quindi sì, sono due di preciso). Andavano d'accordo fino a prima di smettere di andare d'accordo: “Chi non ce l'ha dei genitori problematici?”. Il tono della risposta è: niente da dichiarare, solo effetti personali, documenti, tessera della metro, desidera sapere altro?

Almeno Luciano scopre che lavoro fa Raffaele: chimico ricercatore, lavora in una casa farmaceutica, ricerca nel campo delle sostanze psichedeliche. “Non quelle da rave”, precisa Raffaele. “Lo so” precisa Luciano.

“Da dove le è venuta la voglia di studiare in questo campo?”

“Lecture da ragazzo, Timothy Leary, ha presente? Espandere la percezione, ma le droghe psichedeliche hanno un sacco di rischi, povero Syd Barrett gli si è fritto il cervello giovane, la sa la storia, no?”

“Certo, *Shine on you crazy diamond* è dedicata a lui, risplendi diamante pazzo. Ho letto il libro di

Nick Mason, c'è una scena: loro sono in sala prova quando si presenta quest'uomo ingrassato, pelato, sfatto, mi pare con le buste della spesa appresso, non dice una parola, si mette là, ascolta."

"Ed era?"

"Syd Barrett, se ricordo bene è andato per qualche giorno poi ha smesso, è l'ultima volta che i Pink Floyd lo hanno visto."

"Come se reclamasse il suo posto nella band in un film muto."

"O forse inseguiva i sogni di un tempo? I ricordi, quello che avrei potuto essere e invece di testa me n'è rimasta così poca?"

"A me sembra più una sorta di protesta, ricordatevi chi ha messo insieme la baracca, però vai a capire. Le sostanze ti possono ridurre così o aprire mondi, non ce l'avevo chiaro che volevo lavorare in quel campo quando mi sono iscritto a chimica, ero un po' confuso, però è interessante, no?"

Per un momento Luciano e Raffaele sono amici che conversano di musica e delle mille porte segrete della percezione. All'improvviso però il discorso cade, c'è un momento di silenzio, Raffaele sembra andato via. Che ci sia qualcosa che non va in azienda? Un problema difficile da dire?

"Com'è il clima sul lavoro, l'ambiente dico, i colleghi, i progetti in cui è coinvolto?"

La risposta suona più o meno: così e così, tessera della metro l'abbiamo detta, vero? Ah sì, la carta Conad, aspetti che la cerco bene, no mannaggia devo averla lasciata a casa. Dicevamo? Ah già, le cose sul lavoro voleva sapere, giusto? Tensioni, chi la vede in un modo e chi nell'altro, qualcuno che parla e qualcuno che non ascolta, per carità c'è di peggio, tutto ok alla fine, mannaggia, com'è che non mi trovo mai le monete per il carrello?

Che sta succedendo? Luciano non capisce, si trova davanti un giovane simpatico, intelligente, sveglio e chiaramente sofferente. Se lo immagina nel video di *Rusty Cages* perché somiglia abbastanza a Chris Cornell e gli prende un moto di nostalgia. Perché lui e Chester Bennington si sono suicidati? Tutto il dolore nelle loro voci era vero e il dolore di questo ragazzo è vero, eppure non suona, non vibra, arriva dietro una lastra di teflon e un giubbotto antiproiettile. Fino a poco fa parlavano di Pink Floyd e ora?

È ritrosia, nulla di più, il ragazzo è anche cortese nel suo eludere le domande, eppure a Luciano vengono in mente gli interrogatori a quelli della banda della Magliana: a commissa', falla finita co' 'sta favola, Biancaneve m'ha sempre fatto veni' il latte alle ginocchia.

Gli sciami riprendono a ronzare e il suono cresce nella stanza: "Che succederebbe se facessi un

incidente? Tutta questa tensione, sovraccarico, sono meno lucido, come faccio a essere sicuro di non fare cazzate? Basta uno col monopattino che si lancia per strada, mi passa a destra nella macchia cieca dello specchietto laterale, io giro e sbroom, danni permanenti e poi assicurazioni, accertamento della colpa e poi? Che ne sarà di me?”.

La famiglia bene grazie, sul lavoro solite tensioni signora mia, i turni delle ferie. Ok, si dice Luciano, ma questo rimuginio ossessivo è un sintomo fatto e finito, si è ripresentato rumoroso e quindi intervengo su questo. Quello che ora non capisco capirò, amen.

“Ascolti Raffaele, proviamo a fare un punto della situazione e magari vediamo come posso esserle d’aiuto?”

“Sì, certo.”

“Lei è preda di un rimuginio ossessivo, focalizzato sulla preoccupazione di fare danno e di pagarne le conseguenze. Sembra che si senta in colpa e a quel punto entra in loop per capire se davvero potrebbe inavvertitamente danneggiare qualcuno e, a seguito di questo, pagarne le conseguenze, essere punito e trovarsi in rovina.”

“Esatto.”

“Questa operazione è costosissima per lei, dolorosa, ma paradossalmente nasce da una buona in-

tenzione: la sua mente scandaglia lo scenario possibile come a cercare di prevedere tutto e tenersi vigile, così da assicurarsi: se ci faccio abbastanza attenzione, se prendo in considerazione tutti le possibilità allora forse eviterà di commettere errori, rovinare gli altri e di conseguenza me.”

Raffaele segue in silenzio attento, annuisce.

“Ma è proprio questa attività, si chiama pensiero ripetitivo, che mantiene gran parte della sofferenza. Non risolve il problema, guardarsi in giro non la proteggerà da aggressioni, pensarci e ripensarci non le impedirà di fare errori, semmai la sfinisce! Per potere star meglio in realtà il lavoro le chiederebbe di provare, almeno provare in via iniziale, a interrompere il pensiero ripetitivo. Che ne pensa, le sembra uno scopo sensato?”

Raffaele soppesa ogni parola e conclude: “Sì, capisco, ha senso, va bene. E senta, come si fa? Perché mi pare una roba difficile, voglio dire, la mia mente ci va su quelle robe, quando controllo per strada è tipo un automatismo, un riflesso, non so come chiamarlo”.

Luciano gli spiega che sembrano processi incontrollabili ma, appunto, sono guidati dallo scopo di proteggersi e quindi sono intenzionali. E in quanto intenzionali possono tornare sotto il controllo della coscienza.

“Insomma, volendo si bloccano, le mostro come si può fare, così iniziamo a esercitarci?”

“Ora è più chiaro, ok, proviamoci.”

S’inizia dal rievocare una scena, perché qualsiasi forma di liberazione dal dolore mentale passa dalla sua riattivazione. Raffaele si figura un’immagine di aggressione subita, è la sua scelta e, sì, funziona, la tensione sale, l’allerta, quasi vorrebbe guardare in trasparenza attraverso i muri dello studio, supereroe fuori contesto circondato da cattivi pronti ad agire, invasori di un universo che non è il loro.

“Ottimo”, gli dice la voce calma di Luciano, “Entri nello scenario, lo abiti, sta male?”

“Cazzo se sto male, mi batte il cuore.”

“Bene.”

“Bene un cazzo.”

“Bene davvero, ma ora provi a portare la sua attenzione altrove, si focalizzi sui rumori ambientali.” E Raffaele scopre l’eco lontana di motori, un calpestio fuori dalla porta ma non passi allarmanti, lo stridio fuori luogo dei gabbiani, così lontano dal mare.

“Come sta ora? Quanto è intensa l’angoscia?”

Raffaele, sorpreso scopre che è diminuita.

“Adesso torni con la mente a visualizzare l’immagine dolorosa.”

Raffaele torna a essere inseguito da un uomo con il coltello e uno con la mazza, il cuore torna a battergli ma meno di prima, li vede come in dissolvenza, al rallentatore, sembra un video musicale di antiche risse di periferia, ricordi di infanzie non sue che svaniscono dietro la chitarra distorta.

“Come sta ora?”

“È strano, meno male di prima. Cioè è disturbante, ma come se non venissero addosso davvero a me, è una scena brutta però incombe di meno.”

Luciano Lago è soddisfatto, un paio di giri ancora, torni a prestare attenzione a rumori motori gabbiani tacchi e poi rientri in mezzo a pugnali e bastoni e cappucci, perché i cattivi indossano cappucci. Il risultato è tensione quasi niente, Raffaele sta meglio, sembra un mezzo miracolo ed è solo il potere dell'attenzione.

Il principio su cui si basa Luciano è che l'attenzione nutre l'angoscia, più dai tempo alle scene negative di dispiegarsi nel teatro della coscienza più la mente le abita, se ne ciba, le rende immanenti, acquisiscono quel potere di quasi-realtà che poi genera i sintomi ossessivi. Quando la mente scopre che togliendo attenzione alla scena questa perde di immanenza, compie un'inevitabile operazione logica, prima impossibile: allora è solo una mia fantasia che prendevo per vera. E si placa.

Luciano torna per un attimo a pensarlo come il ragazzo, una terapia facile, una dipendenza affettiva delle più semplici aggravata da un po' di ossessioni legate a temi di colpa e minaccia. Roba nota, niente di straordinario, quanti ne ha trattati di pazienti così? La terapia è semplice, funziona, ci vuole solo comprensione e tecnica. Più un paio di misurini di rivoluzione esperienziale: non limitarti a parlare, rievoca le scene, falle abitare al paziente come se stessero accadendo ora e poi, a caldo, fagli mutare la scena, così scopre che alla radice del suo dolore c'erano delle evanescenti, oniriche, impalpabili immagini mentali.

Gli dà più fastidio e pensiero il mal di schiena, le sedute così sono un fastidio, sei ora di fila non le regge, attende l'intervallo tra le sedute per sgranchirsi, forse è il caso di spararsi un Voltaren. La moglie non è capace, ha imparato a farsi le punture da solo, gli dà una certa soddisfazione da marine, che non è mai stato. La figlia vuole giocare e vaglielo a spiegare che papà ha mal di schiena e non può prenderla in braccio la sera. Ok, glielo spieghi pure, ma una sera, una sera e mezza, alla sera e tre quarti ti salta addosso punto.

Luciano smette di chiamarlo il ragazzo dopo sedute in cui torna e sta male pari pari come all'inizio. Continua a girarsi per strada, quando guida a

volte ha un'attenzione maniacale a destra e sinistra: pedoni e monopattini gli sembra che lo circondino pronti a scontrarsi con i suoi sportelli, potrebbe colpire qualcuno con un fendente di specchietto retrovisore laterale. Torna il pensiero dell'amata perduta senza motivo. L'ha sognata, l'ha pensata, l'ha cercata su Facebook e Instagram ma ha chiuso il profilo. Ha cercato su internet: come entrare in un profilo chiuso di nascosto, non ha trovato risposte valide e dell'hacker non ha il talento né la vocazione. Sintomi in sequenza uno dopo l'altro.

“Ma ha provato a fare gli esercizi a casa?”

Niente, Raffaele Silvestri di farsi la terapia a casa manco ci ha pensato.

“Ero angosciato stanco teso, ormai è un riflesso l'umore è un po' nero dottore non so che mi succede è una roba che quando parte va fuori controllo no non li ho fatti ha ragione ma la prossima settimana ho capito che mi devo applicare, mi applico perché in effetti in seduta hanno funzionato e sì, sicuro ci provo.”

Ma alla seduta successiva ci arriva allo stesso modo: giù di corda, allarmato e in pieno rimuginio su cosa non va nella sua vita, perché l'amante lo ha lasciato, cosa ho fatto di male io, ha di certo fatto qualcosa di male lei, brutto cretino brutta stronza dottore non ne esco.

Se i sintomi sono così ingombranti, ragiona Luciano, vanno abbattuti, devo trovare il modo di motivarlo. Gli spiega di nuovo la logica alla base dei suoi interventi: capire che le preoccupazioni che ha sono umane, comprensibili.

Il dolore da perdita d'amore, il senso di colpa che porta a preoccuparsi di danneggiare gli altri e pagare le conseguenze, chi di noi non li sperimenta?

“Ma”, spiega Luciano, “nel suo caso lei inizia a ragionarci su, a cercare la risposta definitiva che la tranquillizzerebbe o le direbbe dove ha sbagliato in un modo così chiaro e certo che ridurrà a zero il rischio di errore futuro. È come se cercasse di trovare la prova che la sua amata era oggettivamente stronza e quindi non è colpa sua. Ma non si convince mai abbastanza di questo e continua ripensare e trovare il modo di accusarla, salvando sé stesso. Poi però inizia a dirsi: magari è stato qualcosa che ho fatto di sbagliato. E cerca di trovare l'errore, il difetto che lei può correggere, prevenendo per l'eternità la possibilità di essere mollato di nuovo. Ma questo non può accadere, è un rischio che tutti noi corriamo sempre. Lei vorrebbe pensarsi assolutamente amabile, così da sperare di nuovo, in condizioni ideali, di amare ed essere amato. Se è stato abbandonato per un suo difetto o comportamento sbagliato, lo vorrebbe identificare e a quel punto modificarlo. Ma non si viene

mollati per un singolo errore, e cercare la certezza assoluta di non commetterne la sfianca a basta.”

E poi gli spiega il senso delle altre ossessioni: “Studi alla mano, scrutare l’ambiente non solo non aiuta a prevenire incidenti o ad accorgersi in tempo che i poliziotti la stanno pedinando. Che poi, ci pensi, scappare non servirebbe granché, giusto?”.

Soprattutto Luciano insiste sull’importanza dell’esercizio a casa. Riconoscere i momenti in cui la mente inizia a ruminare e ossessionarsi è fondamentale.

“Se lei se ne accorge sul nascere può ripetere gli esercizi che ha praticato in seduta e bloccare la ruminazione al volo. Gli esercizi hanno funzionato qui, no?”

“Assolutamente.”

Forte di questa ritrovata alleanza, Luciano pensa: finora la terapia non è stata efficace perché non ho selezionato le immagini mentali giuste. Se correggo il tiro, trovo nuove scene bersaglio, lo porterò a evocarle e gli insegnerò a sfiammare la mente. E allora migliorerà. Luciano si convince che le scene più importanti non riguardano la colpa ma l’abbandono. E allora cambia mira.

Luciano invita Raffaele a visualizzare l’amante che si allontana con la macchina dopo che si sono

visti l'ultima volta. Il ragazzo sperimenta il tuffo al cuore e Luciano lo invita a portare l'attenzione prima al dolore ma poi a macchine, canti di uccellini, porte che si aprono nelle altre stanze dello studio, echi di voci di pazienti che salutano altri terapeuti, altre macchine, un uccello di cui non sa nominare il verso. Alla fine il ragazzo si placa.

Funziona tutto, lo applicherà a casa, sicuramente tornerà stando meglio.

E invece la seduta successiva inizia con la stessa sofferenza, solo con qualche variazione nei temi delle ossessioni. Lo stesso quella dopo e dopo ancora.

“Di certo è responsabilità mia”, pensa Luciano, “ahi la sciatica, cosa sto sbagliando?” La reticenza di Raffaele a parlare di famiglia e lavoro potrebbe indicare qualcosa che non va, ma cavolo gli esercizi funzionano in seduta. “E allora perché non se li porta a casa? Devo capire meglio se sono intervenuto sui punti giusti. Se correggessi i miei errori il paziente starebbe bene. Fossi stato più preciso, starebbe già meglio.”

Capitolo 3



*Darling don't
I could fix you whole
At least I know that way you fall down
down down
I might be frail but at least I'm around*

Eveline – Picking it up

Era vestita di bianco, mantengo la mia promessa diceva camminando lenta lungo la navata consacrata. Seduto ai piedi di un altare gotico l'aspetto, le sorrido, sembra felice, sarò tua, sono tuo, per sempre. Si guarda intorno, il collo ruota come una marionetta, le muffle, mi dice, guarda. Scatto in piedi, sotto di me l'altare e le colonne colonizzate da un verde marcescente. Lei si ferma a due passi da me, i capelli color miele vorrei toccarli. Il vestito, vedo ora, è di neve e i suoi occhi non so leggerli più.

Un uomo magro dalle braccia troppo lunghe mi corre addosso e non so come fermarlo, due poliziotti dai manganelli d'osso scheggiato lo seguono. Mi punta il dito contro: tu, dove volevi andare? I poliziotti mi afferrano le braccia prima che io possa capire e lei geme, cade per terra, i capelli ora neri come la notte divorante, ed è ancora bellissima, gli occhi vorrei capire ma non emanano luce.

L'uomo magro ride, dove pensavi di andare, a chi pensavi di rubarla? Guardala, guarda com'è ridotta.

E lei cadeva, cadeva in un pozzo ma lenta, come all'inizio di una nuova cerimonia. E mentre si alzavano i manganelli su di me mi sono svegliato e avrei voluto piangere ma il cuore batteva troppo forte.

Incubi che Raffaele racconta e Luciano cerca di decifrare.

“Che ne pensa?”

“Senta, a una prima lettura sembrerebbe... lei era molto innamorato. Sembra che davvero sperasse che sarebbe diventata una storia importante, un matrimonio.”

“Fin lì non ero arrivato, però, sì ogni tanto ci giocavamo. Sull'abito, è vero!”

“E quindi è come se nel sogno ci fosse questa promessa d'amore ma lei allo stesso tempo promette ed è assente, gli occhi indecifrabili, giusto?”

“Mi fa male parlarne.”

“Se vuole possiamo non farlo, mi dica Raffaele, cosa preferisce?”

“Erano allo stesso spenti, lontani, dolci e c’era qualcosa di non trasparente, sembrava tutto un grande inganno.”

“Be’ lei è scomparsa di punto in bianco. E in più è come se qualcuno venisse a reclamarla, non è mai stata tua. Senta, ha mai visto il marito? Voglio dire, è magro o comunque può ricordare la figura che le arriva addosso?”

“Ho pensato anche io che fosse il marito che veniva a dirmi dove cazzo volevi andare. Ci sta però, bo’? Mai visto, ho evitato accuratamente di conoscerlo, manco sui social, lei diceva: guarda che la mia pagina Instagram è aperta non ti nascondo niente. Come se ci fosse una verità dietro le foto che uno pubblica. Comunque che le guardavo a fare, per rosicare di più? Lei sorride con lui, li vedo, chiedo spiegazioni e mi sento dire: no amore è tutta scena, non c’è più niente, sai era una festa, sai erano gli amici, sai un cazzo.”

“È ancora arrabbiato.”

Il tempo della rabbia è cinque minuti. Quando Raffaele ripensa a com’è andata si sente preso in giro e, certo, s’incazza. Ma è l’angoscia che gli rimane appiccicata, i poliziotti volevano fargli qualcosa

di brutto: “Una punizione, non lo so, mi sono svegliato, l’angoscia”.

C’è più che angoscia e rabbia, Raffaele potrebbe sentirsi anche in colpa, Luciano glielo fa notare. Come se la caduta infinita della sposa promessa eppure mai promessa fosse dipesa da lui. Anche l’ignoto: terminerà la caduta in quel pozzo che pare infinito? A quale destino andrà incontro la donna?

Un sogno del genere va esplorato, potrebbe condurre ovunque, portare con sé memorie e spiegazioni, risposte e connessioni, potrebbe iniziare scavi verso strati di sedimenti che nascondono ricordi, ricordi e dolori di un tempo.

Le torbiere se le guardate in superficie sembrano solo paludi. Al fondo, invece, in un ambiente anossico e acido, si conservano resti di creature organiche, nascosti alla vista, preservati nei secoli. A volte questi resti riemergono, si ricordano avanzi di sacrifici umani, li chiamano mummie di palude.

In alcune torbiere, vivono piccole piante carnivore, con i loro peli di porpora e fiori bianchi. Durante l’inverno riposano. La torba è un fossile incompleto, eppure è capace di bruciare.

Raffaele ripensando al sogno, e ad altri sogni, avrebbe fatto queste osservazioni mesi dopo, quando tutto era diventato chiaro. Ma oggi ricordi non ne affiorano, Luciano cammina a fatica nell’acqui-

trino, pone domande che rimangono senza risposte, il sogno rimane inquietante e sterile, un matrimonio incompiuto perché erano presenti solo accusatori e nessun testimone.

Mancano dieci minuti alla fine della seduta, Luciano avrebbe bisogno di stirare le gambe, è confuso. Ha cambiato discorso, ok, il sogno è interessante ma ci ha portato fin lì, ovvero esattamente dove era partito, ma non fa niente, magari era solo un sogno. È passato quindi a rinnovare gli esercizi per spostare l'attenzione dalle ossessioni e anche questa volta Raffaele ha risposto con diligenza. Sì, un piccolo passo forse c'è stato: hanno lavorato sulla scena del sogno, quando giudice e poliziotti lo afferrano, hanno indotto emozioni dolorose con successo. Il grande risultato è che il paziente ha capito che può placare le emozioni residue di una notte agitata. Fatelo sapere in giro, è roba grossa, roba da Nobel.

Mancano cinque minuti alla fine della seduta e Luciano si accorge che non è solo la sciatica a disturbarlo, si sente teso, non saprebbe dirlo meglio, come un senso di allerta, un turbamento e un ronzio. Congeda Raffaele ricordandogli l'importanza di portarsi la terapia a casa, di farsi terapeuta di sé stesso: "In seduta gli esercizi funzionano, lo abbiamo visto, provi a ritagliarsi dei momenti, magari

dopo qualche tensione, che so, sul lavoro. Poi mi dirà". Raffaele lo rassicura del suo impegno: "Certo, è per il mio bene, no?".

Sanno di mentirsi reciprocamente ma il saluto ha una cordialità naturale e questo è un buon segno, lo dicono tutti i sacri testi di psicoterapia.

Ma la totale assenza di miglioramento sintomatico dopo quasi due mesi di terapia è un segno meno buono. A parte la capacità di dirsi vabbè era solo un brutto sogno. Meglio non farlo sapere in giro.

Lo distrae il messaggio di Silvio: ti aspetto al tavolino fuori.

