

**ANGELO BONA**

L'insana passione  
di una donna chiamata  
**ZERBINA**



ANGELO BONA  
EDITIONS

# *L'autore*

Angelo Bona, medico psicoterapeuta e specialista in anestesia, è presidente dell'AIRe, Associazione Italiana Ipnosi Regressiva Evocativa ([www.ipnosiregressiva.it](http://www.ipnosiregressiva.it)) e membro della ASCH, American Society of Clinical Hypnosis. Da più di venticinque anni dedica la sua vita allo studio dell'ipnosi e dell'ipnosi regressiva.

# *di Angelo Bona*

*Nel nome dell'Uno  
Cerca la tua Immortalità  
Vita nella Vita  
Due cuori, un'Anima Unica  
Il palpito dell'Uno  
L'insana Passione di una Donna chiamata Zerbina  
Una stazione nel cuore  
Facce-Book  
Il mio Pisello è più verde del tuo  
Il Bruco - Come Riconoscere l'altra Metà della Mela Evitando il Bruco  
L'Amore Maestro  
L'Amore dopo il tramonto  
L'Amore oltre la vita  
Il Principe degli Oyghen  
Ipnosi: per non mandare tutto in fumo*

# *Il libro*

In trent'anni di psicoterapia e ipnosi regressiva ho incontrato molte volte sempre la stessa paziente: si chiama Zerbina e in lei vivono tutte le innumerevoli donne che dipendono da un amore non corrisposto.

Zerbina soffre, si logora e si annienta come una mela infestata da un bruco che la corrode dentro. È stremata, infelice, ma non riesce a liberarsi da una dipendenza distruttiva. Cosa la tiene avvinta al suo parassita? Perché cerca nell'altro un io ausiliario che la sottragga alle proprie angosce di solitudine e di abbandono? Zerbina si disprezza, non si sente all'altezza, ha un rapporto conflittuale con il proprio sé.

Durante la sua vita affettiva ripete sempre i medesimi errori facendosi sfruttare da chi non la ama. La sua tenace dedizione e impegno sentimentale nei confronti del miraggio da cui dipende incrementano di storia in storia le ferite del suo animo.

La psicoterapia e l'ipnosi regressiva evocativa permettono di sondare le cause profonde del suo vuoto affettivo. La lettura di questo libro consentirà ad ogni Zerbina di compiere un primo passo verso il recupero della dignità perduta, per poi uscire dalle malate dipendenze del cuore.

Buone Vite,  
Angelo Bona

Tutti i diritti riservati.

© 2014, Angelo Bona Editions  
Via Rossolino, 2/a – 6833 Vacallo (CH)

[www.angelobona.it](http://www.angelobona.it)

Quest'opera è protetta dalla Legge sul diritto d'autore.  
È vietata ogni duplicazione, anche parziale, non autorizzata.

ANGELO BONA

# ZERBINA

*L'insana passione di una donna chiamata...*



ANGELO BONA  
EDITIONS



Le giuste leggi che regolano la privacy e il segreto professionale mi hanno obbligato a mutare nomi e dettagli dai quali si potrebbe risalire all'identità dei miei pazienti.

Ogni fatto o dialogo riportato nel testo non è frutto di fantasia, ma corrisponde alla realtà quotidiana della mia professione e della mia vita. I casi clinici esposti sono corredati dalle fedeli registrazioni.

*A.B.*

# 1

## Zerbina

Com'è risaputo, Eva partorì Caino e successivamente Abele. Il cattivo primogenito ebbe una figlia, che venne chiamata Caina. Già dal nome si comprende la natura malvagia della sua personalità e quali debiti karmici produsse durante la sua vita. Era spietata, egoista, seduttiva e sadica. Quando si reincarnò, divenendo Zerbina, dovette pagarle tutte per apprendere sulla sua pelle l'inesorabile legge dell'Amore.

Comprendo la difficoltà del lettore di ritrovare nei sacri testi il suo nome. La leggendaria storia della sua vita è stata censurata insieme a quella della numerosa discendenza che ella sparse per il mondo.

Leggo sul vocabolario: "Zerbino: sostantivo maschile, che indica uno stuoino posto dinanzi alla soglia". Pare derivi dall'arabo *zirbiy*, che significa *tappetino*. La sua funzione è molto intuitiva e cioè quella di pulirsi le scarpe prima di entrare in una dimora. È questo che succede sempre a Zerbina: dopo essere stata usata, è destinata tristemente a rimanere fuori dalla porta dell'Amore.

Zerbina è un nome, una storia di vita di moltissime donne che interpretano la relazione sentimentale quale un autoannientamento. Come dicevamo, forse esiste in loro un'atavica colpa da espiare, un peccato originale, un *karma* da scontare come debito. Perché quando Zerbina pensa di amare ed è attratta passionabilmente si lascia annientare, dilaniare dall'egoismo, a volte sadico, del partner?

In tanti anni di professione ho incontrato centinaia di pazienti schiacciate, vampirizzate da un eros malato. Ero convinto che fossero gli uomini i persecutori, i bari dell'Amore, i bastardi dentro. Talvolta ciò può essere vero, ma il nocciolo della questione è che il nemico numero uno di Zerbina è dentro di lei, anzi è lei stessa. Dev'esserci una ragione che spieghi il masochismo sentimentale che coglie la donna presa da insana passione, e in questo testo cercherò di proporre una mia ipotesi.

Sosterrò che non è vero che le Zerbine *amano troppo*, ma che *si detestano troppo* e che patiscono un'immensa angoscia d'abbandono. Nella maggior parte dei colloqui che avvengono nel mio studio approdo alla stessa conclusione. Qualcuno o qualcosa ha debilitato l'autostima e la sicurezza delle mie pazienti e il fenomeno è tanto dilagante da rendere necessaria un'attenta analisi.

Percepisco una ferita congenita nel DNA della donna, una sorta di castrazione forzata della personalità, del proprio potere, del diritto alla



Gioia. Sarebbe troppo semplificativo limitarsi a una valutazione degli aspetti psicologici o sentimentali. È necessario risalire a una causa più profonda che giustifichi la Sindrome della Zerbina, e insieme cercheremo di scoprirla.

L'uomo di norma è più distratto, quasi si disinteressa dei temi dell'Amore e alle volte è dedito a impegni più terra terra, come il sesso per il sesso. L'età del maschio sembra scorrere più lentamente. Spesso rimanda le scelte vivendo un'eterna adolescenza, una sospensione inconcludente. Esiste tuttavia l'eccezione che conferma la regola: Zerbino. Lei invece deve raggiungere un obiettivo, una realizzazione, attenta com'è alla scansione del suo orologio biologico.

Zerbina concepisce eroicamente l'Amore come unico fine di vita. Sin da bambina lo sogna, perdendosi nelle favole principesche, e aspira a ritrovarlo in un solo ometto azzurro, in un Puffo-Romeo. L'hanno educata a crederci e non sarò certo io a infrangere questo ideale.

Nelle pagine che seguono descriverò inoltre un personaggio molto pericoloso. Trattasi del Sosia dell'amore o Sosia karmico. Lo potremmo definire il Bruco della mela, colui che parassita la polpa succosa dell'aspirante dea dell'Amore. Egli è il secondo protagonista della cantonata sentimentale. Rappresenta l'abbaglio, la fregatura in cui ella si perde spesso per anni. Sosia è un personaggio che compare in una commedia di Plauto, l'*Anfitrione*<sup>1</sup>. In essa accade che Mercurio assuma la stessa fisionomia del servo del re, Sosia, appunto, per raggiarlo.

L'incontro tra Zerbina e Sosia-Bruco è drammatico e spesso fatale, un colpo di fulmine che purtroppo rappresenta per lei un falso riconoscimento. In un attimo sembrano realizzarsi nel suo cuore tutte le aspettative che da un infinito numero di vite la programmano all'Amore. È pronta al sacrificio, all'abnegazione. Manifesta cioè il fatidico mamming. È un termine che io stesso ho coniato per indicare la dipendenza patologica tra Zerbina e il partner. Si genera una sorta di esasperato legame nutrizionale tra madre e figlio, ma questa strada non si rivelerà assolutamente proficua. Lo svezzamento non avviene mai, perché più va avanti e più gli deve dare l'aggiunta. Parassitata fino al torsolo, dovrà ricredersi: nessun Bruco si è mai mutato in principe azzurro.

Nei prossimi capitoli incontreremo vari esempi di questo tipico atteggiamento di Stuoina. Non intendo prendere le sue parti, né tanto meno difenderla. Spero che troveremo insieme la ragione del suo faticoso destino. Non è questo un libro filosofico, ma una raccolta di vicende realmente accadute corredate da un opportuno e non giudicante commento. Descriverò numerose Zerbine, che costruiranno la colonna portante del testo, arricchito da interpretazioni e analisi del loro modo di concepire il rapporto di coppia. In alcuni casi approfondirò il tema dello *zerbinaggio*, malattia del cuore e dell'anima, cercando la sorgente karmica dei loro disagi tramite l'ipnosi regressiva.

Elisabetta, Giulia, Simona ecc. pur avendo vite e personalità diverse confluiscono in una sola figura, in un codice di comportamento che le accomuna. Amano non essendo corrisposte, accudiscono, curano, si stremano non ottenendo in cambio alcuna condivisione.

Venticinque anni fa, all'inizio della mia professione di psicoterapeuta, reputavo i casi singoli isole sperdute nel più vasto mare delle nevrosi. Oggi ritengo che non si possa più parlare di disagio soggettivo, di disturbo individuale, ma di dilagante epidemia che mina dalle fondamenta il ruolo della donna.

Io stesso ho faticato a svelare i segreti celati dietro le lacrime di tante pazienti. Attraverso numerose trance ho scoperto che la frustrazione delle naufraghe del cuore nasconde profonde ragioni. Al di là delle cause psicologiche esistono radici sommerse, karmiche, che spiegano i ripetuti abbagli, la mancanza di autostima, il disprezzo che Zerbina prova verso se stessa.

Che significato può avere la lettura di un libro come questo? Può servire a una prima e fondamentale presa di coscienza, a una comprensione delle dinamiche della dipendenza affettiva, a una possibile emancipazione dal giogo dello *zerbinaggio*. Solo allora Zerbina potrà allargare le sue ali, recuperando il diritto alla felicità.

Attraverso questo manuale strategico, spero che molte donne evitino di farsi trattare da pezze da piedi nei rapporti sentimentali, riacquisendo la propria dignità. Mi auguro che queste pagine divengano specchi nei quali riflettersi alla ricerca di un paradiso perduto.

## 2

# Zerbine e non Zerbine

È molto facile confondere Zerbina con altre sue sorelle, a cui non è dedicato il presente testo. Non sto parlando di una schiava, di una geisha, di un'ameba. Non mi riferisco nemmeno a una venditrice di tappeti, a una lustrascarpe, a una donna scendiletto. Zerbina è l'innamorata perdente, la forzata del cuore, la sherpa del sentimento a fondo perduto.

La sua famiglia d'origine le ha creato da subito dei problemi più o meno gravi. Entrambi i genitori, ma prevalentemente la madre, non le hanno dato quel senso di protezione, di buon contenimento, di manipolazione che avrebbero potuto facilitare in lei i processi maturativi. Non dico che sia mancato il contatto, ma una o entrambe le figure di riferimento non sono riuscite a divenire, come dice Donald W. Winnicott<sup>1</sup>, un Io ausiliario, un porto sicuro. Zerbina non ha costruito un legame affettivo solido, come dicevo, soprattutto con la madre. Non ha pertanto avuto una base stabile e qualcuno che l'abbia incoraggiata a esplorare il mondo. La piccola ha provato da subito una sorda angoscia, un'insicurezza rispetto all'assenza di mamma o di papà.

Spesso è stata prematuramente responsabilizzata a essere brava, sottomessa, colpevole. Zerbina ha manifestato un forte desiderio inconscio d'affetto e di sostegno, cercando di elevare le proprie quotazioni prestazionali con strategie e compromessi pur di essere amata. Si è laureata in Ingegneria navale per compiacere il padre pescatore di trote ed è diventata primo soprano al teatro dell'Opera di Sidney perché la madre cantava nel coro della parrocchia di Viggiù.

A volte ha subito ricatti, minacce di essere abbandonata se non si comportava bene. Ha visto i genitori litigare pesantemente o separarsi e se n'è addossata la colpa. In alcuni casi, pur avendo avuto vicino una mamma affettuosa, l'ha sentita debole, triste, impedita nella gioia e nel suo ruolo di donna e ne è diventata l'angioletto ausiliatore. Ha compreso fin da subito che l'unico legame affettivo possibile era prendersi cura dell'altro. Non sentendosi amata e sorretta, ha pensato di non valere abbastanza.

Ricordo Grazia, di ventisette anni, che mi disse di aver l'impressione di essere una cornice senza tela e senza chiodo, che non riesce ad autosorreggersi. Era questa la metafora che parlava della sua mancanza di autostima, del disamore di sé, dell'incapacità di avere una propria autonomia. E poi Ilaria, che non riusciva a dire a se stessa "mi amo". Le labbra si chiudevano in una morsa finché non prorompeva in singhiozzi

incontenibili.

È per questa serie di elementi che Zerbina sviluppa nella relazione sentimentale lo stesso attaccamento ansioso, insicuro, di cui parla John Bowlby<sup>2</sup>.

Numerosi autori, tra i quali Ainsworth, Main, Crittenden hanno dato il loro valido contributo alla teoria dell'attaccamento, ma esistono ancora interpretazioni divergenti, anche se alcune nozioni appaiono condivise. La madre è fondamentale nel favorire un adeguato sostegno e una sicurezza psicologica futura. Spesso altre figure, oltre a quella materna e paterna, entrano in gioco nel produrre o meno la serenità di un bambino. Alle volte una nonna è fondamentale, ma anche una tata può salvare un piccolo dallo spettro della solitudine.

Zerbina sa in cuor suo di non essere amata dal Bruco, dal partner che sta erodendo la mela. Il parassita fa rivivere in lei l'identica angoscia abbandonica già provata durante l'infanzia. È il buio dentro, nel quale può essere improvvisamente proiettata se perde la figura di riferimento che ha scelto. Una bambina piange nel suo cuore, ricordando il deserto affettivo patito durante l'infanzia, sia stato esso reale o presunto. Alle volte a scatenare il conflitto è come si sono vissute le situazioni e non come sono andate veramente.

Zerbina però se le va persino a cercare: un bravo ragazzo, una base sicura sulla quale costruire un sentimento e una futura famiglia, stranamente non le interessa. Non riesce a perdere la testa per uno così: è troppo buono, presente, servizievole, innamorato. Se si è già sposata con Big Jim, dopo qualche anno lo trova noioso e finisce per tradirlo con Attila, un biker rozzo e introverso. Genera l'iperdipendenza nei confronti del Bruco bastardo, del cacciatore di mele, del cannibale del cuore.

Dopo un'infanzia di solitudine, questa volta ce la deve fare, è la sua rivincita, basterà tramutarsi nella fulgida dea dell'Amore. In un attimo diviene serva, suddita, Cenerentola, mamma adottiva, Bella Addormentata in perenne attesa, Biancaneve circondata da sette bruttissimi nani innamorati di lei. Zerbina però vuole il principe, il bello impossibile, il Sosia dell'amore. Non è un compito facile, deve penare più di quanto le è capitato in famiglia e quel dolore sordo non guarirà con un filtro benefico. Sarà un nuovo veleno che contaminerà la mela. Tenterà di accudire il Bruco manifestando un esasperato *mamming*, ma il vermazzo opportunista sfrutterà questa dedizione fino all'esaurimento della polpa.

Zerbina all'inizio spasima per lui, e invece è affetta da falso amore. Nell'altro in realtà cerca di amare se stessa. Non è in grado di provare un sentimento maturo e la sua affettività è riflessa. Si rispecchia nel parassita che abita il pomo. Spesso sceglie il coefficiente più alto di difficoltà: lui è sposato, ha tre figli, abita a Timbuctu, non le ha mai detto che la ama, ma comunque è convinta che lo cambierà. Altre volte lui si è dichiarato esaltando l'Amore, per poi lasciarla nella più assoluta incertezza.

Ricordo una Zerbina che mi raccontò che il suo Bruco si era infuriato perché lei aveva preteso un secondo “ti amo”. Le era stato negato, perché non occorre, secondo il parere di lui, ripetere la frase.

Dopo l'idillio aumenta in lei la sofferenza. Lo sogna, lo idealizza, lo plasma e lo immagina al centro di una famiglia modello mulino bianco. Lo vede sorridere proferendo dolci parole a un figlio dai boccoli d'oro. Se poi il progetto fallisce e lascia il vermazzo, stranamente rinnoverà un'altra parassitosi, una coazione ad amare chi non la ricambia.

All'ultima spiaggia, Zerbina produrrà l'olo-Bruco, il Bruco ologrammatico, l'uomo che non c'è, il partner immaginario. Meglio un amore virtuale, che la consapevolezza della eterna solitudine.

Urge a questo punto una radicale cura: deve fare i conti con se stessa e rigenerare attraverso la vita, la psicoterapia, l'ipnosi regressiva un vero Sé. È un concetto fondamentale per la sua rinascita. Non le serve il sé sostitutivo reperito al mercato delle zerbine usate. Deve riacquisire il diritto all'affetto per se stessa e alla cura di quella bambina che piange dentro di lei, ponendo un categorico rifiuto verso chi è incapace di amare.

Non considero del resto nella categoria delle Zerbine le donne che amano “troppo” partner in gravi difficoltà quali alcoolisti, giocatori d'azzardo, tossicodipendenti o affetti da patologie mentali o fisiche. Non credo si possa amare troppo, specie se il sentimento è corrisposto, condiviso anche da una persona in estremo disagio. È inevitabile che in questo caso l'amore divenga sofferenza, per la compassione di non poter aiutare l'altro fino in fondo a uscire dai propri problemi. Tralascio quindi in questo libro le tante storie di psicoterapie di pazienti dedite a uomini fragili, involontariamente perduti, che comunque ricambiano fin dove possono un sentimento sincero. Questo non è un buttarsi via, spesso è una missione, una grande dedizione d'Amore, anche se non suffragata dalla pienezza della gioia. È una compassione, un sentire insieme che un *karma* faticoso ha assegnato a una coppia per purificare i due cuori.

Ricordo il volto affaticato di Sara, che per venticinque anni ha consolato e sostenuto un marito eiaculatore precoce. Bastava un abbraccio, perché lui non riuscisse a trattenersi. Dalla loro unione erano comunque nati due figli e lei aveva sempre sperato di poterlo aiutare. Era un uomo che l'amava e credo si debba rispettare questo sentimento. L'ho sempre considerata una dolce combattente, una donna forte e di certo non una Zerbina. Non ho valutato così nemmeno Nadia, che faceva continue trasferte a Campione d'Italia a qualsiasi ora della notte per andare a recuperare il marito, disperato e piangente, dopo che si era giocato persino la macchina per tornare a casa. Anche in questo caso l'Amore, pur corrisposto, era minato da un'intollerabile sofferenza. Non è Zerbina nemmeno Antonella, che lo andava a cercare in Piazza Verdi a Bologna con la paura che avessero tagliato l'eroina con la polvere del muro, con la stricnina o con la neve che cadeva dal cielo. Rispetto profondamente i loro

tormenti e quelli dei loro figli. Ammiro la responsabilità di una donna di fare da padre e da madre, continuando a cercare sotto le coperte la mano di un uomo che non ha più il sostegno di se stesso.

Esiste poi una sorella sfortunata di Zerbina ed è la donna che subisce violenza fisica, psicologica, sessuale.

Non parlerò di chi vive terrorizzata e non certo innamorata di lui. Tra i 15 e i 44 anni la violenza contro le donne è la prima causa di morte e di invalidità. È un dato della Harvard University diffuso dal Panos Institute di Londra, un'organizzazione non governativa che si occupa di problemi globali. È una piaga endemica, sia nei paesi "civilizzati" che in quelli in via di sviluppo. Le vittime appartengono a qualsiasi classe sociale. Negli Stati Uniti ogni 15 secondi una donna viene aggredita dal proprio compagno. Nei Paesi del Terzo Mondo picchiare una moglie è un diritto lecito della supremazia maschile e lo stupro è assolutamente giustificato.

La prostituzione eleva esponenzialmente la violenza per convincere una ragazza a vendersi, ma non considero chi subisce soprusi entro le mura domestiche o in strada all'interno della categoria di cui sto discutendo. Normalmente queste donne non raggiungono la psicoterapia, perché a loro non è concessa da chi le soggioga. Tendono a rivolgersi ai centri antiviolenza e alle case delle donne. Quindi non le prenderò in considerazione, non certo per trascuratezza o disimpegno, ma perché la maggior parte non manifesta conflittualità sentimentali legate all'iperdipendenza psicologica da un Bruco.

La protagonista del testo è quindi colei che, illusa da un presunto sentimento d'amore, dilapida a fondo perduto il proprio potenziale psicologico affettivo e spirituale. Una relazione affettiva non può essere univoca, perché in questo caso perde le sue fondamentali caratteristiche di condivisione e di scambio. Zerbina non ama realmente il Bruco, ma è disperatamente protesa alla ricerca fuori di sé di un fuoco sacro, che sente necessario. Un giorno comprenderà che la prima scintilla di quella fiamma arde da sempre all'interno del proprio cuore.